

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN INDEKS PRESTASI
DAN KEBUGARAN FISIK SISWA SD DI KELURAHAN
UBUD KABUPATEN GIANYAR**



Oleh:
PUTU SRI IKADEWI PRAJIANDINI
NIM. P07131222105

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PRODI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2023**

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN INDEKS PRESTASI
DAN KEBUGARAN FISIK SISWA SD DI KELURAHAN
UBUD KABUPATEN GIANYAR**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Pada Program Studi Gizi Dan Dietetika
Program Sarjana Terapan Poltekkes Kemenkes Denpasar**

**Oleh:
PUTU SRI IKADEWI PRAJIANDINI
NIM. P07131222105**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PRODI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN INDEKS PRESTASI
DAN KEBUGARAN FISIK SISWA SD DI KELURAHAN
UBUD KABUPATEN GIANYAR**

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping



I Wayan Ambartana, SKM., M.Fis
NIP. 19670814 199103 1 002



Ni Made Dewantari, SKM., M.FOr
NIP. 19650502 198903 2 001

**MENGETAHUI
KETUA JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR**



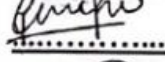


Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes.
NIP. 19670316 199003 2 002

SKRIPSI DENGAN JUDUL :
HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN INDEKS PRESTASI
DAN KEBUGARAN FISIK SISWA SD DI KELURAHAN
UBUD KABUPATEN GIANYAR

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : RABU
TANGGAL : 17 MEI 2023

TIM PENGUJI

1. I Ketut Kencana.,SKM.M.Pd (Ketua Penguji) 
2. Dr. I Wayan Juniarsana.,SST.M.Fis (Anggota I) 
3. I Wayan Ambartana.,SKM.M.Fis (Anggota II) 

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR 




Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes.
NIP: 19670316 199003 2 002

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Putu Sri Ikadewi Prajiandini
Nim : P07131222105
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
Jurusan : Gizi
Tahun akademik : 2022/2023
Alamat : Gang Dahlia Lingkungan Taman Kaja, Ubud

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas akhir dengan judul Hubungan Status Gizi Dengan Indeks Prestasi Dan Kebugaran Fisik Siswa SD di Kelurahan Ubud Kabupaten Gianyar adalah benar karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.
2. Apabila dikemudian hari terbukti Tugas Akhir ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang – undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Gianyar, 1 Mei 2023



Putu Sri Ikadewi Prajiandini
NIM.P07131222105

HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN INDEKS PRESTASI DAN
KEBUGARAN FISIK SISWA SD DI KELURAHAN
UBUD KABUPATEN GIANYAR

ABSTRAK

Anak-anak yang merupakan masa depan bangsa harus mendapat perhatian khusus, termasuk dalam hal pendidikan. Indeks prestasi menjadi tolak ukur dari baik atau buruk pendidikan seorang anak. Indeks prestasi dipengaruhi oleh berbagai macam faktor diantaranya adalah status gizi dan kebugaran fisik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan status gizi dengan indeks prestasi dan kebugaran fisik siswa SD di kelurahan ubud kabupaten gianyar. Jenis penelitian ini adalah *observasional* dengan rancangan *crosssectional*. Besar sampel dalam penelitian ini adalah 96. Data status gizi dikumpulkan dengan menimbang berat badan dengan timbangan dan tinggi badan di ukur dengan microtoa selanjutnya dihitung IMT/U, indeks prestasi diperoleh dari rata-rata nilai raport satu semester lalu dikategorikan kebugaran fisik diukur dengan metode singel test 1000 meter lalu dikategorikan. Hasil menunjukkan sebanyak 19,8% siswa sekolah dasar memiliki indeks prestasi cukup, 61,5% baik dan 18,8% sangat baik. Status gizi siswa sekolah dasar sebanyak 28,1% memiliki status gizi obesitas, 28,1% status gizi lebih dan 43,8% status gizi normal. Kebugaran fisik siswa sekolah dasar sebanyak 18,8% memiliki kebugaran fisik kurang sekali, 18,8% kebugaran fisik kurang, 36,5% kebugaran fisik cukup, 18,8 kebugaran fisik baik dan 7,8% kebugaran fisik baik sekali. Hasil penelitian didapatkan ada hubungan antara status gizi dengan kebugaran fisik dengan nilai ($p=0,000$). Ada hubungan antara kebugaran fisik dengan indeks prestasi dengan nilai ($p=0,000$).

Kata Kunci: status gizi, kebugaran fisik, indeks prestasi

CORRELATION BETWEEN NUTRITIONAL STATUS AND PHYSICAL FITNESS AND GRADE POINT AVERAGE OF ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS IN UBUD DISTRICT

ABSTRACT

Children who are the future of the nation must receive special attention, including in terms of education. The grade point average is a measure of how good or bad a child's education is. The grade point average is influenced by various factors including nutritional status and physical fitness. The purpose of this study was to determine the relationship between nutritional status and grade point average and physical fitness of elementary school students in the Ubud sub-district, Gianyar regency. This type of research is *observational* with a *plancrosssectional*. The sample size in this study was 96. Data on nutritional status were collected by weighing weight with a scale and height was measured with a microtoa, then BMI/U was calculated, the grade point average was obtained from the average report card score for one semester and then categorized physical fitness as measured by the single method. test 1000 meters then categorized. The results showed that 19.8% of elementary school students had an average grade point average, 61.5% good and 18.8% very good. Nutritional status of elementary school students as much as 28.1% have obesity nutritional status, 28.1% overweight nutritional status and 43.8% normal nutritional status. Physical fitness of elementary school students as much as 18.8% had very poor physical fitness, 18.8% lacked physical fitness, 36.5% had sufficient physical fitness, 18.8 had good physical fitness and 7.8% had very good physical fitness. The results showed that there was a relationship between nutritional status and physical fitness with a value ($p = 0.000$). There was a relationship between physical fitness and an achievement index with a value ($p = 0.000$).

Keywords: nutritional status, physical fitness, achievement index

RINGKASAN PENELITIAN HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN INDEKS PRESTASI DAN KEBUGARAN FISIK SISWA SD DI KELURAHAN UBUD KABUPATEN GIANYAR

Oleh: PUTU SRI IKADEWI PRAJIANDINI (P07131222105)

Landasan keberhasilan pembangunan suatu negara adalah sumber daya manusia (SDM) yang dimilikinya. Anak-anak yang merupakan masa depan bangsa harus mendapat perhatian khusus, termasuk dalam hal pendidikan dan pemenuhan gizinya. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui hubungan status gizi dengan indeks prestasi dan kebugaran fisik.

Status gizi adalah keadaan seseorang yang berkaitan dengan gizi kurang maupun gizi lebih, status gizi adalah cerminan ekspresi dari keadaan keseimbangan dalam bentuk variable tertentu. Indeks Prestasi (IP) merupakan angka yang menunjukkan prestasi atau kemajuan belajar siswa. Kebugaran fisik (physical fitness) didefinisikan sebagai kemampuan tubuh untuk melakukan suatu tugas rutin dalam jangka waktu yang cukup lama tanpa mengalami kelelahan yang berarti dan masih memiliki tenaga cadangan untuk melaksanakan aktivitas yang bersifat mendadak (Nala,2015).

Jenis penelitian ini yang digunakan adalah penelitian observasional dengan rancangan penelitian yaitu *crosssectional*. Lokasi penelitiannya yaitu di SDN 1 Ubud, SDN 2 Ubud dan SDN 3 Ubud. Penelitian ini dimulai pada bulan Maret hingga April 2023. Populasi pada penelitian ini adalah siswa kelas 4,5 dan 6. Besar sampel ditentukan berdasarkan rumus Estimasi Proporsi yaitu 96 sample yang memenuhi kriteria inklusi. Teknik sampling yaitu dengan menggunakan metode simpel random sampling. Pengumpulan data status gizi dikumpulkan dengan mengukur tinggi badan dan menimbang berat badan, indeks prestasi didapatkan dari nilai raport satu semester dan kebugaran fisik didapatkan dari single test 1000 meter.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan indeks prestasi siswa SD sebanyak 19,8% indeks prestasi cukup, 61,5% memiliki indeks prestasi baik dan 18,8% indeks prestasi sangat baik. Status gizi siswa SD sebanyak 28,1% status gizi

obesitas, 28,1% , status gizi lebih dan 43,8% status gizi normal. Kebugaran fisik siswa SD sebanyak 18,8% kebugaran fisik kurang sekali, 18,8% kebugaran fisik kurang, 36,5% kebugaran fisik cukup, 18,8% kebugaran fisik baik dan 7,8% memiliki kebugaran fisik baik sekali. Hasil uji statistik dengan analisis korelasi pearson dapat dilihat bahwa nilai *p-value* hubungan status gizi dengan indeks prestasi sebesar $0,000 < 0,05$ yang berarti bahwa terdapat hubungan antara status gizi dengan indeks prestasi. Koefisien korelasi antar kedua variabel sebesar 0,748. Nilai 0,748 termasuk dalam kategori kuat. Hal ini mengindikasikan jika status gizi semakin baik maka indeks prestasi akan semakin meningkat. Berdasarkan hasil uji korelasi pearson dapat dilihat bahwa *p-value* hubungan kebugaran fisik dengan indeks prestasi sebesar $0,000 < 0,05$ yang berarti bahwa terdapat hubungan antara kebugaran fisik dengan indeks prestasi. Koefisien korelasi antar kedua variabel sebesar 0,816. Nilai 0,816 termasuk dalam kategori sangat kuat. Hal ini mengindikasikan jika kebugaran fisik semakin baik maka indeks prestasi akan semakin meningkat.

Saran yang dapat diberikan oleh peneliti untuk meningkatkan indeks prestasi siswa diharapkan guru memperhatikan status gizi dan kebugaran fisik siswa dan untuk orang tua mampu memberikan gambaran terhadap tindakan yang harus dilakukan untuk meningkatkan indeks prestasi anak maka sangat penting bagi orang tua untuk meningkatkan dan menjaga status gizi dan kebugaran fisik anak.

Daftar Bacaan : 29 (Tahun 2003-2022)

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul “Hubungan Status Gizi Dengan Indeks Prestasi Dan Kebugaran Fisik di Kelurahan Ubud Kabupaten Gianyar” dalam rangka menyelesaikan pendidikan Prodi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan Jurusan Gizi Politeknik Kementerian Kesehatan Denpasar.

Penyusunan penelitian ini, tentunya tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini, penulis menyampaikan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada:

1. Bapak I Wayan Ambartana.,SKM.M.Fis selaku dosen pembimbing utama, dan Ibu Ni Made Dewantari,SKM.M.FOr selaku dosen pembimbing pendamping atas bimbingan dan saran yang sudah diberikan.
2. Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Denpasar yang sudah memberikan izin sehingga penelitian ini dapat terselesaikan.
3. Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar atas izin yang diberikan sehingga penelitian ini dapat diselesaikan.
4. Seluruh tenaga kependidikan di Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar yang sudah memberikan ilmu pengetahuan yang tak ternilai selama penulis menempuh pendidikan di Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar.
5. Ucapan terimakasih yang tulus penulis sampaikan kepada Kepala Sekolah SDN 1 Ubud , SDN 2 Ubud dan SDN 3 Ubud yang telah memberikan ijin mengadakan penelitian sehingga penyusunan skripsi ini dapat berjalan dengan lancar.
6. Keluarga, yang selalu memberikan kasih sayang doa, nasehat, serta dukungan bagi penulis hingga bisa menyelesaikan skripsi dengan baik

Penulis menyadari penelitian ini masih jauh dari sempurna, kritik dan saran sangat diharapkan untuk perbaikan dan penyempurnaan penelitian ini.

Demikian usulan penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua pihak. Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
SKRIPSI DENGAN JUDUL	iii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
RINGKASAN PENELITIAN	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I	
A.Latar Belakang	1
B.Rumusan Masalah	3
C.Tujuan Penelitian.....	4
D.Manfaat Penelitian.....	4
BAB II	
A. Status Gizi Anak SD dan Cara Penilainnya	5
B. Indeks Prestasi Anak SD dan Cara Penilainnya	8
C. Kebugaran Fisik Anak SD dan Cara Penilainnya.....	15
D. Hubungan Status Gizi Dengan Indeks Prestasi Dan Kebugaran Fisik	28
BAB III	
A.Kerangka Konsep	28
B.Variabel dan Definisi Operasional Variabel.....	29

C.Hipotesis	30
BAB IV	
A.Jenis Penelitian.....	31
B.Alur Penelitian.....	31
C.Tempat dan Waktu Penelitian	32
D.Populasi dan Sampel	32
E.Jenis Data dan Cara Pengumpulan Data.....	35
F.Pengolahan dan Analisis Data	37
G.Etika Penelitian	42
BAB V	
A. Hasil Penelitian	43
B. Pembahasan	50
BAB VI	
A. Simpulan.....	54
B. Saran.....	54
DAFTAR PUSTAKA	56
LAMPIRAN.....	59

DAFTAR TABEL

Nomor		Halaman
1	Klasifikasi Status Gizi Berdasarkan Indikator IMT/U.....	8
2	Kriteria Ketuntasan Minimal.....	15
3	Definisi Operasional.....	30
4	Besar Sampel Untuk Tiap Sekolah	34
5	Klasifikasi Kebugaran Test Lari 1000 Meter.....	39
6	Sebaran Sampel Menurut Indeks Prestasi	46
7	Sebaran Sampel Menurut Status Gizi	47
8	Sebaran Sampel Menurut Kebugaran Fisik	48
9	Hubungan Indeks Prestasi Dengan Status Gizi	49
10	Hubungan Indeks Prestasi Dengan Kebugaran Fisik.....	49

DAFTAR GAMBAR

Nomor		Halaman
1	Hubungan Status Gizi Dengan Indeks Prestasi Dan Kebugaran Fisik Siswa SD di Kelurahan Ubud Kabupaten Gianyar.....	28
2	Alur Penelitian.....	31
3	Sebaran Sampel menurut Usia.....	44
4	Sebaran Sampel menurut Jenis Kelamin	44
5	Sebaran Sampel menurut Kelas.....	45
6	Sebaran Sampel menurut Asal Sekolah.....	45

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor		Halaman
1	Informed Consent.....	60
2	Kusioner Penelitian	62
3	Kusioner Kebiasaan Belajar.....	65
4	Kusioner Kebiasaan Sarapan.....	66
5	Kusioner Bekal Sekolah.....	67
6	Perhitungan Besar Sampel Untuk Tiap Sekolah	68
7	Surat Ijin Penelitian.....	69
8	Dokumentasi Penelitian	73
9	Hasil Cek Plagiasi Turnitin	75