

SKRIPSI

PERBEDAAN STATUS GIZI BERDASARKAN AKTIVITAS FISIK PADA ANAK SD DI SDN 5 SANUR DENPASAR BALI



Oleh:

NI WAYAN AGUSTINA SAVITRI HANDAYANI
NIM. P07131218046

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

2022

SKRIPSI

**PERBEDAAN STATUS GIZI BERDASARKAN AKTIVITAS
FISIK PADA ANAK SD DI SDN 5 SANUR DENPASAR BALI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Gizi dan Dietetika
Program Sarjana Terapan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar**

Oleh :

**NI WAYAN AGUSTINA SAVITRI HANDAYANI
NIM. P07131218046**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PRODI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2022**

**LEMBAR PERSETUJUAN
SKRIPSI**

**PERBEDAAN STATUS GIZI BERDASARKAN AKTIVITAS
FISIK PADA ANAK SD DI SDN 5 SANUR DENPASAR BALI**


OLEH

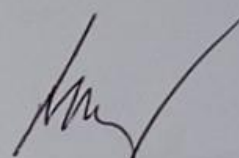
NI WAYAN AGUSTINA SAVITRI HANDAYANI
NIM. P07131218046

TELAH MENDAPAT PERSETUJUAN

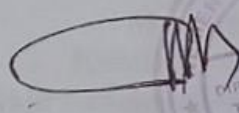
Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping,


A.A Gde Raka Kavanaya, SST., M.Kes
NIP. 195704011985011001


Ir. Hertog Nursanoto, M.Kes
NIP. 196308191986031004

Mengetahui
Ketua Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar


Dr. Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes.
NIP. 196703161990032002

SKRIPSI DENGAN JUDUL:

PERBEDAAN STATUS GIZI BERDASARKAN AKTIVITAS FISIK PADA ANAK SD DI SDN 5 SANUR DENPASAR BALI

Oleh:

NI WAYAN AGUSTINA SAVITRI HANDAYANI




NIM. P07131218046

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI


PADA HARI : Senin

TANGGAL : 11 April 2022

TIM PENGUJI:

1. Ni Made Dewantari,SKM.,M.F.Or (Ketua) (.....)
2. I Wayan Ambartana,SKM.,M.Fis. (Anggota I) (.....)
3. A.A. Gde Raka Kayanaya,SST.,M.Kes. (Anggota II) (.....)

Mengetahui
Ketua Jurusan Gizi
& Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar


Dr. Ni Komang Wiardani, SST.,M.Kes.
NIP. 196703161990032002

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ni Wayan Agustina Savitri Handayani
NIM : P07131218046
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
Jurusan : Gizi
Tahun Akademik : 2021/2022
Alamat : Jalan Danau Beratan No. 55 Sanur, Br. Singgi,
Denpasar Selatan

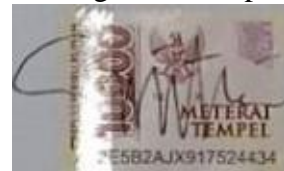
Dengan ini menyatakan bahwa:

- 1, Skripsi dengan judul Perbedaan Status Gizi Berdasarkan Aktivitas Fisik Pada Anak SD di SDN 5 Sanur Denpasar Bali adalah benar karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain. .
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Skripsi bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka Saya sendiri bersedia menerima sanksi Peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundangundangan Yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 11 April 2022

Yang membuat pernyataan



Ni Wayan Agustina Savitri Handayani
NIM. P07131218046

**DIFFERENCES IN NUTRITIONAL STATUS BASED ON
PHYSICAL ACTIVITY IN ELEMENTARY SCHOOL
CHILDREN AT ELEMENTARY SCHOOL 5 SANUR
DENPASAR BALI**

ABSTRACT

Based on data from the 2018 Basic Health Research (Riskesdas) of Bali Province, reported that nutritional status based on the Body Mass Index by Age in Denpasar City the prevalence of children with more nutrition is 15.85% and obese children are 15.12%. 39.4% of children in Indonesia do not exercise regularly. Children who do not exercise regularly are at risk of becoming obese 1.4 times higher than children who exercise regularly. This study aims to analyze the differences in nutritional status based on the physical activity of the 5 Sanur State Elementary School students participating in this study. This study used an observational research type with a cross sectional design. A total of 93 students from State Elementary School 5 Sanur participated in this study. Data were collected by measuring height, weight and filling out a physical activity questionnaire. This study gives the result that there are differences in nutritional status based on physical activity with p-value = 0.001 (<0.05).

Keywords: Nutritional Status, Physical Activity, Elementary School Child

PERBEDAAN STATUS GIZI BERDASARKAN AKTIVITAS FISIK PADA ANAK SD DI SDN 5 SANUR DENPASAR BALI

ABSTRAK

Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 Provinsi Bali, dilaporkan status gizi berdasarkan Indeks Massa Tubuh menurut Umur di Kota Denpasar prevalensi anak dengan gizi lebih 15,85% dan anak obesitas 15,12%. Sebesar 39,4% anak di Indonesia tidak rutin berolahraga. Anak yang tidak rutin berolahraga beresiko untuk menjadi obesitas 1,4 kali lebih tinggi dibandingkan anak yang rutin berolahraga. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perbedaan status gizi berdasarkan aktivitas fisik siswa siswi Sekolah Dasar Negeri 5 Sanur Denpasar Bali. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian observasional dengan rancangan cross sectional. Sejumlah 93 siswa siswi Sekolah Dasar Negeri 5 Sanur berpartisipasi dalam penelitian ini. Data dikumpulkan dengan mengukur tinggi badan, berat badan dan mengisi kuisioner aktivitas fisik. Penelitian ini memberikan hasil bahwa ada perbedaan status gizi berdasarkan aktivitas fisik dengan nilai $p\text{-value}=0,001 (<0,05)$.

Kata kunci: *Status Gizi, Aktivitas Fisik, Anak SD*

RINGKASAN PENELITIAN

Perbedaan Status Gizi Berdasarkan Aktivitas Fisik
Pada Anak SD Di SDN 5 Sanur Denpasar Bali

Oleh: Ni Wayan Agustina Savitri Handayani

Data Riskesdas, 2018 di Bali menyebutkan prevalensi gizi lebih dan obesitas yang cukup tinggi dibandingkan dengan data nasional. Sebesar 39,4% anak di Indonesia tidak rutin berolahraga yang mengakibatkan resiko terjadinya obesitas 1,4 kali lebih tinggi dibandingkan anak yang rutin berolahraga. Berdasarkan dari data diatas peneliti tertarik meneliti perbedaan status gizi berdasarkan aktivitas fisik. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perbedaan status gizi berdasarkan aktivitas fisik pada anak SD di SDN 5 Sanur Denpasar Bali.

Materi yang terdapat pada tinjauan pustaka, yaitu 1) Status Gizi meliputi pengertian status gizi, faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi, dan penilaian status gizi. 2) Aktivitas Fisik meliputi pengertian aktivitas fisik, jenis-jenis aktivitas fisik, pentingnya aktivitas fisik bagi anak, resiko kurang aktivitas fisik, dan faktor yang mempengaruhi aktivitas fisik.

Terdapat 2 variabel dalam penelitian ini, yaitu variabel bebas (independent variable) adalah Aktivitas Fisik dan variabel terikat (dependent variable) adalah Status Gizi. Untuk mengukur status gizi anak SD dilakukan dengan cara menimbang berat badan, mengukur tinggi badan, serta menghitung umur. Dengan hasil ukur yang di kategorikan berdasarkan PKM No. 2 Tahun 2020, yaitu: 1) Gizi buruk : < -3 SD; 2) Gizi kurang : -3 SD s/d < -2 SD; 3) Gizi baik : -2 SD s/d 1 SD; 4) Gizi lebih : > 1 SD s/d 2 SD; 5) Obesitas : > 2 SD. Aktivitas fisik siswa siswi di ukur

dengan menggunakan kuisioner aktivitas fisik. Dikategorikan menjadi 5 menurut FAO/WHO/UNU tahun 2001, yaitu: 1) Sangat ringan : <1,4; 2) Ringan : 1,40 – 1,69; 3) Seang : 1,70 – 1,99; 4) Berat : 2,00 – 2,40; 5) Sangat berat : >2,40. Variable terikat dan variabel bebas menggunakan skala ukur ordinal. Hipotesis pada penelitian ini adalah H0 tidak ada perbedaan dan Ha ada perbedaan status gizi berdasarkan aktivitas fisik.

Jenis penelitian yang digunakan adalah observasional dengan rancangan cross sectional. Tempat penelitian di SDN 5 Sanur dengan waktu penelitian yaitu 3 bulan. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswa-siswi SDN 5 Sanur Denpasar yang berjumlah 246 orang. Sedangkan populasi target (Purposive Sampling) adalah siswa-siswi kelas 4 dan 5 yang berjumlah 93 orang. Dalam penleitian ini sampel adalah keseluruhan dari populasi yang berjumlah 93 siswa-siswi. Adapun data yang dikumpulkan yaitu, data status gizi siswa-siswi berdasarkan indeks IMT/U, data aktivitas fisik menggunakan form aktivitas fisik. Untuk mengetahui perbedaan status gizi berdasarkan aktivitas fisik digunakan uji T-Test Independen.

Hasil penelitian dari 93 sampel diketahui, sebagian status gizi sampel kategori normal sebanyak 48 sampel (51,61%), sedangkan terdapat 26 sampel (27,96%) kategori gizi lebih dan sebanyak 19 sampel (20,43%) kategori obesitas. Hasil penelitian dari 93 sampel, sebagian besar memiliki aktivitas fisik ringan sebanyak 64 sampel (68,81%), dan sisanya sebanyak 29 sampel (31,19%) memiliki aktivitas fisik berat. Setelah uji statistik T-Test Independen dengan tingkat kepercayaan ($\alpha = 0,05$) di peroleh p-value = 0,001. Jadi p-value < α . Artinya ada perbedaan yang signifikan atau bermakna status gizi sampel berdasarkan aktivitas fisik.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah masih banyak siswa siswi yang memiliki status gizi lebih (27,96%). Serta sebanyak 68,81% siswa siswi memiliki aktivitas ringan. Dimana hasil uji t-test independen didapatkan 0,001, yang artinya ada perbedaan antara status gizi dengan aktivitas fisik. Saran dari penulis, diharapkan siswa siswi selain melakukan olahraga di sekolah, juga meningkatkan aktivitas fisik di rumah. Memberikan penyuluhan dan konseling gizi.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya lah sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Perbedaan Status Gizi Berdasarkan Aktivitas Fisik Pada Anak SD Di SDN 5 Sanur Denpasar Bali” tepat pada waktunya. Skripsi ini disusun untuk memenuhi tugas akhir mata kuliah Skripsi.

Skripsi ini dapat terselesaikan bukan hanya karena usaha penulis sendiri melainkan berkat bantuan, dukungan, serta bimbingan dari berbagai pihak secara langsung maupun tidak langsung baik secara material maupun moril. Dalam kesempatan ini penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada:

1. A.A Gde Raka Kayanaya, SST.,M.Kes. selaku dosen pembimbing utama dan Bapak Ir. Hertog Nursanyoto,M.Kes selaku dosen pembimbing pendamping yang telah memberikan arahan dan masukan dalam menyelesaikan skripsi.
2. Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar
3. Ketua Jurusan Gizi dan Ketua Program Studi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan yang telah memberikan kesempatan menyusun proposal untuk memenuhi tugas akhir mata kuliah Skripsi.
4. Kepala Sekolah, staff dan siswa - siswi SDN 5 Sanur yang telah memberikan izin dan membantu kelancaran dalam penelitian ini.
5. Orang tua dan semua teman yang selalu memberikan doa dan dukungan semangat dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu penulis mengharapkan saran dan kritik demi penyempurnaan skripsi ini.

Denpasar, 11 April 2022

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman Sampul	Halaman
SKRIPSI.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
SKRIPSI DENGAN JUDUL	iii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	iv
ABSTRACT.....	v
ABSTRAK	vi
RINGKASAN PENELITIAN	vii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	01
A. Latar Belakang Masalah.....	01
B. Rumusan Masalah	03
C. Tujuan.....	03
D. Manfaat.....	04
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	05
A. Status Gizi	05
B. Aktivitas Fisik	14
BAB III KERANGKA KONSEP	19
A. Kerangka Konsep	19

B. Variabel dan Definisi Operasional	20
C. Hipotesis.....	22
BAB IV METODE PENELITIAN	23
A. Jenis Penelitian.....	23
B. Tempat dan Waktu Penelitian	23
C. Populasi dan Sampel	24
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data	25
E. Pengolahan dan Analisis Data.....	26
F. Etika Penelitian.....	29
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	30
A. Hasil Penelitian.....	31
B. Pembahasan	35
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....	38
A. Simpulan.....	38
B. Saran	38
DAFTAR PUSTAKA	39
LAMPIRAN.....	42

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Klasifikasi Status Gizi dengan Indikator IMT/U	08
2. Pemeriksaan Status Gizi Menggunakan Biokimia.....	11
3. Penggolongan Aktivitas Fisik	15
4. Definisi Operasional.....	21
5. Indeks Antropometri	27
6. Rasio Aktivitas Fisik.....	27
7. Kategori Aktivitas Fisik	28
8. Sebaran Sampel Menurut Indeks Massa Tubuh Menurut Umur.....	33
9. Sebaran Sampel Menurut Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi	34
10. Perbedaan Status Gizi Berdasarkan Aktivitas Fisik.....	35

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Sebaran Sampel Berdasarkan Umur	32
2. Sebaran Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin	33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Ijin Penelitian.....	42
2. Persetujuan Etik	46
3. Informed Concern	48
4. Perhitungan Aktivitas Fisik.....	51
5. Form Status Gizi dan Aktivitas Fisik.....	52
6. Dokumentasi Kegiatan	56
7. Data Statistik SPSS	57