

SKRIPSI

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK
USIA SEKOLAH DI MADRASAH IBTIDAIYAH TERPADU
BINA UMAT MOYUDAN SLEMAN YOGYAKARTA**

Disusun Sebagai Salah Satu syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan



Oleh:

Muhammad Akbar

KPP2101526

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN DAN NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA
YOGYAKARTA
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK
USIA SEKOLAH DI MADRASAH IBTIDAIYAH TERPADU
BINA UMAT MOYUDAN SLEMAN YOGYAKARTA**

Diajukan Oleh:

Muhammad Akbar

KPP2101526

Telah Diperiksa dan Disetujui Pada Tanggal: 12 Februari 2024

Pembimbing I



Agnes Erida W, S.Kep., Ns., M.Kep

Pembimbing II



Andri Purwandari, S.Kep., Ns., M.Kep

Siap dilakukan ujian skripsi di depan dewan penguji

Pada tanggal: 18 Maret 2024

Mengetahui,

Ketua Prodi Keperawatan dan Ners



Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M. Kep

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK
USIA SEKOLAH DI MADRASAH IBTIDAIYAH TERPADU
BINA UMAT MOYUDAN SLEMAN YOGYAKARTA**

Diajukan Oleh:

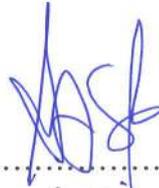
Muhammad Akbar

KPP2101526

Telah Diperiksa dan Disetujui Pada Tanggal 12 Februari 2024

Penguji I

Agnes Erida W, S.Kep., Ns., M.Kep



Penguji II

Andri Purwandari, S.Kep., Ns., M.Kep



Penguji III

Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M. Kep



Telah dilakukan ujian seminar usulan penelitian di depan dewan penguji
pada tanggal: 18 Maret 2024

Mengetahui,

Ketua Prodi Keperawatan dan Ners



Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M. Kep

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warrahmatullahi Wabarrakatuh

Alhamdulillah rabbil 'alamin, segala puji syukur penulis panjatkan bagi Allah SWT atas berkah, rahmat, serta karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan penelitian yang berjudul "Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Pada Anak Usia Sekolah di Madrasah Ibtidaiyah Terpadu Bina Umat Moyudan Sleman Yogyakarta". Penyusunan ini dilakukan sebagai syarat untuk melaksanakan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi pada Program Studi Keperawatan dan Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wira Husada.

Dalam proses penyusunan penelitian, tidak lepas dari peran banyak pihak yang telah membimbing, membantu, serta memberikan dukungan kepada penulis sehingga penelitian ini dapat selesai dengan cukup baik. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. Dra Ning Rintiswati, M. Kes selaku Ketua STIKES Wira Husada Yogyakarta.
2. Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M. Kep Selaku Ketua Program Studi Keperawatan dan Ners STIKES Wira Husada Yogyakarta, sekaligus penguji yang telah meluangkan waktu untuk menguji penelitian ini.
3. Arum Prihatiningsih, S. Pd selaku Kepala Sekolah Madrasah Ibtidaiyah Terpadu Bina Umat Moyudan Sleman Yogyakarta yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian.

4. Agnes Erida W, S.Kep., Ns., M.Kep Selaku pembimbing I yang telah membimbing, memberikan dukungan, saran serta arahan dalam penyusunan penelitian ini.
5. Andri Purwandari, S.Kep., Ns., M.Kep Selaku pembimbing II yang telah membimbing, memberikan dukungan, saran serta arahan dalam penyusunan penelitian ini.
6. Muryani, S.Kep., Ns., M.Kes Selaku dosen pembimbing akademik.
7. Seluruh dosen pengajar Program Studi Keperawatan dan Ners.
8. Seluruh civitas akademika STIKES Wira Husada Yogyakarta yang terlibat.
9. Kedua orang tua, kakak, serta keluarga besar yang selalu mendoakan penulis, memahami kondisi penulis, memotivasi, serta memberikan dukungan sehingga penulis mampu menyelesaikan penelitian ini.
10. Teman – teman seperjuangan Program Studi Keperawatan dan Ners STIKES Wira Husada Yogyakarta yang telah memberikan dukungan.

Demikian yang dapat penulis sampaikan, penulis menyadari bahwa penelitian ini masih banyak kekurangan, baik dari segi penulisan maupun materi, maka penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun sehingga penelitian ini dapat diperbaiki sebagaimana mestinya.

Wassalamu'alaikum Warrahmatullahi Wabarrakatuh

Yogyakarta, Februari 2024

Penulis

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK USIA
SEKOLAH DI MADRASAH IBTIDAIYAH TERPADU
BINA UMAT MOYUDAN SLEMAN YOGYAKARTA

Muhammad Akbar¹, Agnes Erida W², Andri Purwandari³

INTISARI

Latar belakang: Indonesia mengalami permasalahan gizi ganda pada anak usia sekolah. Pada usia ini anak berada dalam tahap tumbuh kembang sehingga memerlukan asupan gizi seimbang. Salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi adalah aktivitas fisik.

Tujuan penelitian: mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan status gizi pada anak usia sekolah di Madrasah Ibtidaiyah Terpadu Bina Umat Moyudan Sleman.

Metode penelitian: penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *simple stratified random sampling*, didapatkan jumlah sampel 106 responden. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner *Physical Activity Questionnaire* (PAQ-C).

Hasil penelitian: berdasarkan hasil distribusi frekuensi diperoleh mayoritas responden memiliki status gizi baik dan aktivitas fisik sedang. Hasil uji *rank spearman* tidak terdapat hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan status gizi pada anak usia sekolah dengan *p-value* sebesar 0,392.

Kesimpulan: tidak ada hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan status gizi pada anak usia sekolah di Madrasah Ibtidaiyah Terpadu Bina Umat Moyudan Sleman.

Kata kunci: Aktivitas fisik, status gizi, anak usia sekolah.

¹ Mahasiswa Program Studi Keperawatan dan Ners STIKES Wira Husada Yogyakarta

² Dosen Program Studi Keperawatan dan Ners STIKES Wira Husada Yogyakarta

³ Dosen Program Studi Keperawatan dan Ners STIKES Wira Husada Yogyakarta

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
INTISARI	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR SINGKATAN.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Ruang Lingkup Penelitian.....	4
E. Manfaat Penelitian	5
F. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Landasan Teori	8
1. Aktivitas Fisik	8
2. Status Gizi	15
3. Anak Usia Sekolah.....	21
B. Kerangka Teori.....	24
C. Kerangka Konsep	25
D. Hipotesis.....	25
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	27
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	27
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	27
C. Populasi dan Sampel Penelitian	27
D. Variabel Penelitian	29
E. Definisi Oprasional	30
F. Instrumen Penelitian.....	31
G. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	35

H. Teknik Pengumpulan Data	37
I. Pengolahan Data dan Analisa Data	37
J. Jalannya Pelaksanaan Penelitian	41
K. Etika Penelitian	44
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	46
A. Hasil Penelitian	46
1. Gambaran Umum Tempat Penelitian	46
2. Analisa Univariat	46
3. Analisa Bivariat.....	49
B. Pembahasan.....	50
C. Keterbatasan Penelitian.....	57
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	58
A. Kesimpulan	58
B. Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Keaslian Penelitian	6
Tabel 2 Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak Usia 5-18 Tahun	21
Tabel 3 Definisi Operasional.....	30
Tabel 4 Kisi – Kisi Kuesioner PAQ-C	34
Tabel 5 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden.....	46
Tabel 6 Distribusi Frekuensi Status Gizi.....	48
Tabel 7 Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik.....	48
Tabel 8 Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi.....	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori	24
Gambar 2 Kerangka Konsep	255

DAFTAR SINGKATAN

Kumis	: Kumuh Miskin
Mager	: Malas Gerak
Gemas	: Gerakan Masyarakat Hidup Sehat
WHO	: <i>World Helath Organization</i>
MI	: Madrasah Ibtidaiyah
SD	: Sekolah Dasar
Kcal	: Kilo <i>Calori</i>
PAQ-C	: <i>Physical Activity Questionnaire For Children</i>
RI	: Republik Indonesia
BB	: Berat Badan
PB	: Panjang Badan
TB	: Tinggi Badan
IMT	: Indeks Massa Tubuh
BPOM	: Badan Pengawas Obat dan Makanan
Riskesdas	: Riset Kesehatan Dasar
SD	: Standar Deviasi
NIS	: Nilai Individu Subjek
NMBR	: Nilai Median Baku Rujukan
Kg	: Kilogram

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Protokol Penelitian
- Lampiran 2. Lembar Informasi Subyek Penelitian
- Lampiran 3. Lembar *Informed Consent*
- Lampiran 4. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 5. Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 6. Surat Persetujuan Menjadi Asisten Penelitian
- Lampiran 7. Lembar Kuesioner PAQ-C
- Lampiran 8. Standar Antropometri Penilaian Status Gizi
- Lampiran 9. Data SPSS
- Lampiran 10. Lembar Bimbingan/Konsultasi

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak usia sekolah adalah golongan anak dengan usia antara 7-15 tahun. Pada fase ini, anak sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan secara fisik dan psikologis. Kondisi ini membuat anak menjadi lebih aktif sehingga memerlukan energi yang lebih banyak. Sumber energi diperoleh dari asupan gizi yang diberikan kepada anak (Aprillia, 2022).

Status gizi adalah suatu kondisi yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dan kebutuhan zat gizi oleh tubuh (Ruhana, 2019). Di Indonesia, salah satu pilar dari kesehatan masyarakat adalah gizi. Gizi menjadi bagian yang sangat penting dalam pertumbuhan dan perkembangan seseorang khususnya pada anak sekolah dasar karena akan berlanjut hingga usia dewasa dan memberikan dampak yang buruk untuk ke depannya bagi kesehatan jika tidak diatasi (Ashari, 2022).

World Health Organization (WHO) menyebutkan sekitar 75% anak mengalami kelebihan berat badan, 15% mengalami kurus, dan lebih dari 30% mengalami penghambatan pertumbuhan (*World Health Organization*, 2020). Hasil survei nasional Riskesdas 2018 terdapat peningkatan prevalensi obesitas di Indonesia dari 7,3% menjadi 13,5% (Halawa, 2022). Provinsi Yogyakarta memiliki prevalensi anak sangat kurus sebesar 1,8% dan kurus sebesar 7% (Kemenkes RI, 2018). Dari hasil pemantauan status gizi, berdasarkan berat badan atau usia di Kabupaten Sleman terdapat kondisi gizi buruk 0,44%, gizi kurang 6,71%, gizi baik 90,30%, gizi lebih 2,95%. Kondisi ini menunjukkan

bahwa saat ini Indonesia mengalami permasalahan gizi ganda pada anak usia sekolah, dimana ketika permasalahan gizi kurang belum terselesaikan muncul permasalahan baru yaitu gizi lebih (Rumada, 2018). Aktivitas fisik merupakan kegiatan yang dapat memengaruhi status gizi (Mokoagow & Munthe, 2020).

Aktivitas fisik merupakan setiap gerakan tubuh yang diakibatkan oleh kerja otot rangka dan meningkatkan pengeluaran tenaga serta energi. Secara umum, aktivitas fisik dibagi menjadi tiga kategori berdasarkan intensitas dan besaran kalori yang digunakan yaitu ringan, sedang, dan berat. Aktivitas ini mencakup aktivitas yang dilakukan di sekolah, ditempat kerja, aktivitas dalam keluarga atau rumah tangga, aktivitas selama dalam perjalanan dan aktivitas lain yang dilakukan untuk mengisi waktu senggang sehari-hari. Ada tiga komponen utama dalam aktivitas fisik yaitu aktivitas atau kegiatan sehari-hari, latihan fisik, dan olahraga (Kemenkes RI, 2019).

Aktivitas fisik penting untuk kesehatan fisik, emosional, dan mencapai berat badan yang normal. Aktivitas fisik dapat menyeimbangkan kalori yang terkandung dalam makanan dengan kalori yang digunakan selama aktivitas fisik sehingga dapat mengontrol berat badan. Aktivitas fisik semasa anak-anak menurunkan risiko terhadap faktor yang berhubungan dengan risiko terjadinya penyakit kronis (Ali Suandana, 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Madrasah Ibtidaiyah Terpadu Bina Umat Moyudan Sleman Yogyakarta, didapatkan hasil bahwa aktivitas atau kegiatan yang dilakukan selain proses belajar yaitu ekstrakurikuler seperti memanah atau berenang pada hari sabtu dan minggu.

Hasil wawancara terhadap beberapa siswa, selain kegiatan disekolah, siswa juga melakukan kegiatan dirumah bersama teman-temannya seperti bersepeda, bermain layang-layang, bermain sepak bola, berenang, les menari atau les bela diri, dan bermain petak umpet. Selain itu, siswa juga mengatakan kegiatan yang sering dilakukan yaitu bermain game online. Ditinjau dari segi berat badan, terdapat 1 siswa kelas 2 dan kelas 4 dengan berat badan kurang, sedangkan rata-rata siswa kelas 5 dan 6 memiliki berat badan lebih.

Peneliti melakukan wawancara terhadap staff Madrasah Ibtidaiyah Terpadu Bina Umat Moyudan Sleman Yogyakarta, didapatkan bahwa siswa-siswi belum pernah dikaji status gizi dan aktivitas fisiknya. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di Madrasah Ibtidaiyah Terpadu Bina Umat Moyudan Sleman Yogyakarta. Hal ini diperlukan untuk mengetahui pertumbuhan dan perkembangan anak usia sekolah,

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dipaparkan, didapatkan rumusan masalah yaitu: “Apakah ada hubungan aktivitas fisik dengan status gizi pada anak usia sekolah di Madrasah Ibtidaiyah Terpadu Bina Umat Moyudan Sleman Yogyakarta?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan status gizi pada anak usia sekolah di Madrasah Ibtidaiyah Terpadu Bina Umat Moyudan Sleman Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden di Madrasah Ibtidaiyah Terpadu Bina Umat Moyudan Sleman Yogyakarta.
- b. Mengidentifikasi status gizi anak usia sekolah di Madrasah Ibtidaiyah Terpadu Bina Umat Moyudan Sleman Yogyakarta.
- c. Mengidentifikasi aktivitas fisik anak usia sekolah di Madrasah Ibtidaiyah Terpadu Bina Umat Moyudan Sleman Yogyakarta.

D. Ruang Lingkup Penelitian

1. Ruang Lingkup Materi

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup keperawatan anak karena responden merupakan anak usia 8-14 tahun yang sedang menempuh pendidikan dasar di Madrasah Ibtidaiyah Terpadu Bina Umat Moyudan Sleman Yogyakarta.

2. Ruang Lingkup Responden

Responden pada penelitian ini adalah siswa-siswi Madrasah Ibtidaiyah Terpadu Bina Umat Moyudan Sleman Yogyakarta dari kelas 2 hingga kelas 6 sebanyak 127 anak.

3. Ruang Lingkup Waktu

Penelitian dilakukan pada bulan November 2023.

4. Ruang Lingkup Tempat

Penelitian dilakukan di Madrasah Ibtidaiyah Terpadu Bina Umat Moyudan Sleman Yogyakarta.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini untuk meningkatkan pengetahuan atau wawasan, bagi pembaca khususnya pada keperawatan anak usia sekolah mengenai hubungan aktivitas fisik dengan status gizi pada anak usia sekolah di Madrasah Ibtidaiyah Terpadu Bina Umat Moyudan Sleman Yogyakarta.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Profesi Keperawatan

Sebagai tambahan pengetahuan dalam memberikan asuhan keperawatan pada anak usia sekolah ditatanan komunitas serta dapat menambah pengetahuan bagi tenaga keperawatan.

b. Bagi Responden

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan bagi responden tentang pentingnya mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan status gizi.

c. Bagi Madrasah Ibtidaiyah Terpadu Bina Umat Moyudan Sleman Yogyakarta

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi dan dapat dijadikan sebagai bahan referensi pustaka serta wacana bagi institusi pendidikan.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan informasi untuk melakukan penelitian yang akan datang terkait dengan hubungan aktivitas fisik dengan status gizi pada anak usia sekolah.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1
Keaslian Penelitian

Nama Peneliti (Tahun)	Judul Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
(Kurniasari et al., 2022)	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Anak Usia Sekolah Pada Masa Pandemi di Sekolah Dasar Negeri 2 Kalibagor Kabupaten Banyumas	Hasil uji analisis <i>spearman</i> rho = - 0,781 dengan nilai p = 0,000. Nilai p yang lebih kecil dari $\alpha = 0,05$, maka dapat diartikan terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan status gizi anak dengan nilai keeratan hubungan $r = -0,781$ dimana $r > 0,5$ yang berarti korelasi keeratan yang sangat kuat antara aktivitas fisik dengan status gizi anak, dimana nilai negatif berarti antara 2 variabel memiliki hubungan arah yang berkebalikan.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Variabel dependen yaitu aktivitas fisik dan variabel independen yaitu status gizi. 2. Instrumen aktifitas fisik menggunakan <i>Physical Activity Questionnaire for Children (PAQ-C)</i> 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Penelitian ini dilakukan di SD Negeri 2 Kalibagor, Kabupaten Banyumas. 2. Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari 2022. 3. Hasil penelitian yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan status gizi anak. 4. Teknik sampling menggunakan teknik <i>probability sampling</i> yaitu <i>proportionate stratified random sampling</i>. 5. Uji statistik yang digunakan uji <i>spearman</i>
(Damayanti, 2019)	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Siswa Madrasah Ibtidaiyah Nurussalam	Hasil uji statistika dengan menggunakan uji <i>chi square</i> diperoleh nilai p = 0,071 ($p > 0,05$) yang berarti aktivitas fisik tidak bermakna secara statistik terhadap status gizi anak sekolah di MI. Sebesar 83,9% responden penelitian memiliki status gizi normal dan 16,1% tergolong gizi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Variabel dependen yaitu aktivitas fisik dan variabel independen yaitu status gizi. 2. Instrumen aktifitas fisik 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Penelitian ini dilakukan di Madrasah Ibtidaiyah (MI) Nurussalam Ngawi. 2. Penelitian ini dilakukan pada bulan April - Juni 2019. 3. Hasil penelitian yaitu tidak terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan status gizi anak.

(Aprillia, 2022)	<p>Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Anak Usia Sekolah Dasar Pada Masa Pandemi Covid-19 di SD Negeri Maradekayya 2 Kota Makassar</p>	<p>lebih. Sebanyak 56,4% responden yang tergolong status gizi normal memiliki aktivitas fisik di atas rata-rata ($\geq 2,89$), sedangkan responden tergolong memiliki status gizi lebih memiliki aktivitas fisik di atas rata-rata sebesar 33,3%.</p> <p>Hasil uji statistika <i>chi square</i> diperoleh nilai $p = 0,614$ yang berarti tidak terdapat korelasi yang signifikan antara aktivitas fisik dengan status gizi pada anak usia sekolah selama masa pandemi covid-19 di SD Negeri Maradekayya 2 Kota Makassar. Sebanyak 11 responden (27%) memiliki status gizi baik. Anak usia sekolah dengan aktivitas fisik sedang memiliki status gizi baik sebanyak 26 responden (63%), dan gizi lebih sebanyak 2 responden (5%) dan anak usia sekolah dengan aktivitas fisik tinggi memiliki status gizi baik sebanyak 2 responden (5%).</p>	<p>menggunakan <i>Physical Activity Questionnaire for Children (PAQ-C)</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Variabel dependen yaitu aktivitas fisik dan variabel independen yaitu status gizi. 2. Instrumen aktifitas fisik menggunakan <i>Physical Activity Questionnaire for Children (PAQ-C)</i> 	<ol style="list-style-type: none"> 4. Teknik sampling menggunakan <i>purposive sampling</i> dengan rumus perhitungan besar sampel Lemeshow. 5. Uji statistik yang digunakan uji <i>chi square</i>. <ol style="list-style-type: none"> 1. Penelitian ini dilakukan di SD Negeri Maradekayya 2 Kota Makassar. 2. Penelitian ini dilakukan pada bulan Oktober-Desember 2021. 3. Hasil penelitian yaitu tidak terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan status gizi anak. 4. Teknik sampling menggunakan total sampling. 5. Uji statistik yang digunakan <i>chi square</i>.
------------------	--	--	--	--

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisa data dan pembahasan penelitian yang sudah dilakukan terhadap 106 responden pada bulan November 2023 di Madrasah Ibtidaiyah Terpadu Bina Umat Moyudan Sleman Yogyakarta, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik responden mayoritas berjenis kelamin perempuan, pekerjaan ayah karyawan swasta, pekerjaan ibu adalah ibu rumah tangga, pendidikan ayah D3/S1/S2, pendidikan ibu SMA, dan pendapatan keluarga Rp2.000.000-3.000.000.
2. Status gizi anak usia sekolah di Madrasah Ibtidaiyah Terpadu Bina Umat Moyudan Sleman Yogyakarta, sebagian besar berada pada kategori gizi baik (normal).
3. Aktivitas fisik anak usia sekolah di Madrasah Ibtidaiyah Terpadu Bina Umat Moyudan Sleman Yogyakarta, sebagian besar berada pada kategori sedang.
4. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan status gizi pada anak usia sekolah di Madrasah Ibtidaiyah Terpadu Bina Umat Moyudan Sleman.

B. Saran

1. Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan dapat memberikan edukasi melalui penyuluhan kesehatan terhadap ibu yang memiliki anak usia sekolah tentang gizi seimbang dan faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi, serta memberikan edukasi mengenai aktivitas fisik untuk mendukung perkembangan motorik anak.

2. Bagi Responden

Diharapkan responden berupaya untuk meningkatkan pengetahuan tentang pola konsumsi makanan dan aktivitas fisik yang baik.

3. Bagi Keluarga

Diharapkan keluarga berupaya untuk meningkatkan pengetahuan mengenai makanan bergizi untuk anak usia sekolah, mengelola pola makan anak dengan baik, mengolah makanan dengan baik sehingga tidak merusak nutrisi makanan, memberikan perhatian terhadap anak khususnya pola makan dan makanan yang dikonsumsi. Selain itu, keluarga juga dapat memperhatikan aktivitas fisik yang dilakukan anak atau bermain bersama anak untuk melatih kemampuan motorik.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat melanjutkan dan mengembangkan penelitian ini dengan menambah variabel-variabel yang dapat mempengaruhi status gizi anak usia sekolah, misalnya faktor pola konsumsi makanan, faktor genetik, faktor lingkungan, dan faktor sosiodemografi. Selain itu, peneliti selanjutnya diharapkan menggunakan kuesioner lain yang lebih mudah dimengerti oleh anak usia sekolah untuk mengukur tingkat aktivitas fisik.

DAFTAR PUSTAKA

- Aldriana, N., Andria, & Sepduwiana, H. (2020). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Balita di Desa Kepenuhan Hulu Wilayah Kerja Puskesmas Kepenuhan Hulu. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), p. <https://ejournal.upp.ac.id/index.php/akbd/article/view/1985/1570>
- Ali Suandana, I. (2018). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar. *E-Jurnal Medika Udayana*, 3(12), 1–13.
- Aprillia, S. D. (2022). *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Anak Usia Sekolah Dasar Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Sd Negeri Maradekayya 2 Kota Makassar.*
- Ardiyanto, D., & Mustafa, P. S. (2021). Upaya Mempromosikan Aktivitas Fisik dan Pendidikan Jasmani via Sosio-Ekologi. *Jurnal Pendidikan: Riset Dan Konseptual*, 5(2), 169–177.
- Ashari, C. R. (2022). Pembentukan Kader Muda Kesehatan Masyarakat dan Gizi di Panti Asuhan Muhammadiyah Tanah Abang I. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(5), 664–671. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v7i5.3191>
- Dahlan, M. S. (2016). *Statistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan*. Salemba Medika.
- Damayanti, A. Y. (2019). Hubungan Aktifitas Fisik dengan Status Gizi Siswa Madrasah Ibtidaiyah Nurussalam. *Nutrire Diaita*, 11(2), 42.
- Ermona, & Wirjatmadi. (2018). *Hubungan Aktivitas Fisik Dan Asupan Gizi Dengan Status Gizi Lebih Pada Anak Usia Sekolah Dasar Di Sdn Ketabang 1 Kota Surabaya Tahun 2017*. 2(1): 97-1.
- Fitri, A. Z. (2018). *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Pada Lanjut Usia Di Desa Karangrejo Kecamatan Gabus Kabupaten Grobogan*. Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga.
- Fitri, & Yaumil. (2017). *Hubungan Antara Aktivitas Fisik dengan Status Nutrisi Anak Usia Sekolah di SD Bopkri Gondolayu Kota Yogyakarta.*
- Halawa, D. A. P. T. (2022). Makan Pagi, Aktivitas Fisik, Dan Makan Malam Berhubungan Dengan Status Gizi Remaja Di Kota Yogyakarta. *Journal of Nutrition College*, 11(2), 135–142. <https://doi.org/10.14710/jnc.v11i2.33184>
- Hardinsyah, & Supariasa. (2016). *Ilmu Gizi: Teori Aplikasi*. EGC.
- Juniar, S. (2020). *Gambaran Tingkat Aktivitas Fisik Anak Usia Sekolah Yang Mengalami Gizi Lebih Di SD IT Al- Hikmah Maros.*
- Kemenkes RI. (2018). *Laporan Nasional RIKESDAS 2018*.
- Kemenkes RI. (2019). *Apa Definisi Aktivitas Fisik?* <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographicp2ptm/obesitas/apa-definisi-aktivitas->

fisik

- Kementerian Kesehatan RI. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak* (Issue 7).
- Kurniasari, S., Setyowati, E., & Purnamasari, M. D. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Anak Usia Sekolah Pada Masa Pandemi di Sekolah Dasar Negeri 2 Kalibagor Kabupaten Banyumas. *Journal of Bionursing*, 4(2), 122–134. <https://doi.org/10.20884/1.bion.2022.4.2.143>
- Lindasari, S. N. S. (2020). *Literatur Review Tingkat Konsumsi Protein dan Kalsium Pada Balita Stunting*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.
- Machfoedz, I. (2017). *Metodologi Penelitian Kuantitatif & Kualitatif, Cetakan ke 12 Yogyakarta*. Fitramaya.
- Machfoedz, I. (2019). *METODOLOGI PENELITIAN (Kuantitatif dan Kualitatif)*. Fitramaya.
- Maharani, G. (2020). *Hubungan Antara Status Gizi Dan Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani (VO2 Maks) Siswa Kelas X Di SMA N 1 Kretek Bantul Tahun Ajaran 2019/2020* (Vol. 21, Issue 1).
- Marini, G. (2020). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Pada Anak Usia 6-24 Bulan di Kabupaten Lamongan*. 0713028201, 1–43. https://repository.um-surabaya.ac.id/5904/1/GITA_MARINI_-_FAKTOR-FAKTOR_YANG_MEMPENGARUHI_STATUS_GIZI.pdf
- Masturoh, I., & Nauri Anggita. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Kemenkes RI.
- Mokoagow, A., & Munthe, D. P. (2020). *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Di Smp Nasional Mogoyunggung the Relationship Between Physical Activity and Nutritional Status in Mogoyunggung National Middle School*. 1(1), 20–24.
- Musdalifah. (2017). *Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dan Kualitas Tidur Penderita Penyakit Jantung Di Komunitas Peduli Jantung Dan Pembuluh Darah Kota Malang*. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Ningsih, Y. A., Suyanto, & Restuastuti, T. (2016). Gambaran Status Gizi Pada Siswa Sekolah Dasar Kecamatan Rangsang Kabupaten Kepulauan Meranti. *Jom Fk*, 3(2), 1–12.
- Ramadona, E. T. (2018). *Hubungan Indeks Massa Tubuh Dan Tingkat Aktivitas Fisik Pada Siswa Sekolah Dasar Kelas V Di Sd Negeri Samirono Kecamatan Depok Kabupaten Sleman*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Ruhana, A. (2019). Karakteristik keluarga dengan balita gizi buruk di Kota

- Surabaya. *LENTERA: Journal of Gender and Children Studies*, 1(1), 19–25.
- Rumada, F. (2018). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Gizi Lebih Pada Anak Kelas 3-5 Di Sdn 1 Demak Ijo Gamping Sleman Yogyakarta. *Naspub*, 4–20.
- Saharuddin. (2017). Perbandingan Derajat Status Gizi Anak Berdasarkan Riwayat Pemberian Asi Eksklusif. *Alami Journal*, 1(1), p.
- Sartika, R. A. D. (2018). Faktor Resiko Obesitas Pada Anak 5-15 Tahun di Indonesia. *Journal Makara Kesehatan*, 15(1), 37–43.
- Septikasari, M. (2018). *Status Gizi Anak dan Faktor yang Mempengaruhi*. UNY Press.
- Soekidjo Notoatmodjo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (ketiga). PT Rineka Cipta.
- Sony Faisal Rinaldi, & Bagya Mujiyanto. (2017). *Metodologi Penelitian dan Statistik*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan* (Apri Nuryanto (ed.)). Alfabeta.
- Susanty, A., Solichan, W. A., & Mukarromah, N. (2019). Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Anak Jalanan Kota Surabaya. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 4(1), 74–8. https://scholar.google.co.id/scholar?start=20&q=cerita+dengan+teman+kontrol+%0Aperilaku+alkohol+2019&hl=id&as_sdt=0,5
- Thamaria, N. (2017). *Penilaian Status Gizi*. EGC.
- World Health Organization. (2020a). *Global Health Observatory Geneva*. <https://www.who.int/data/gho>.
- World Health Organization. (2020b). *Physical Activity*.
- Zaini, M. (2018). Factors Affecting Nutritional Status of Malaysian Primary School Children. *Asia Pac J Public Health*, 17(2), 71–80.