

ABSTRAK

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) PADA ANAK SD “X” KOTA BANDUNG TAHUN AJARAN 2014/2015

Steven Juanda, 2015

Pembimbing I : Grace Puspasari, dr., M.Gizi

Pembimbing II : Cindra Paskaria, dr., M.K.M.

Latar belakang Status gizi merupakan keadaan kesehatan akibat interaksi antara makanan, tubuh manusia, dan lingkungan hidup manusia. Prevalensi anak usia sekolah dasar di Jawa Barat dengan status gizi lebih mencapai 18,6%. Salah satu faktor yang berperan untuk tercapainya status gizi yang baik pada anak adalah aktivitas fisik yang cukup.

Tujuan Mengetahui gambaran aktivitas fisik dan status gizi anak SD “X” Kota Bandung tahun ajaran 2014/2015 serta hubungannya.

Metode Jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan metode *cross-sectional* menggunakan *Physical Activity Questionnaire for Children (PAQ-C)* yang dimodifikasi dan diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia yang kemudian diberikan kepada 182 anak sekolah dasar yang telah diukur IMT-nya. Analisis data menggunakan uji *Pearson correlation* dengan $\alpha = 0,05$.

Hasil Status gizi 182 anak SD “X” Kota Bandung tahun ajaran 2014/2015 terdiri dari sangat kurus (1,1%), kurus (6,6%), normal (84,1%), gemuk (7,7%), dan obesitas (0,5%). Anak SD “X” Kota Bandung tahun ajaran 2014/2015 melakukan aktivitas fisik kurang (37,92%), aktivitas fisik cukup atau normal (59,89%), dan aktivitas fisik berlebih (2,19%). Hasil uji korelasi menunjukkan aktivitas fisik memiliki hubungan yang bermakna dengan IMT anak (*Pearson correlation* = -0,121; *p value* = 0,047*; $\alpha < 0,05$).

Simpulan Sebagian besar anak SD “X” Kota Bandung tahun ajaran 2014/2015 memiliki status gizi yang normal dan melakukan aktivitas fisik dengan cukup. Jumlah aktivitas fisik yang dilakukan berbanding terbalik dengan IMT anak.

Kata kunci: aktivitas fisik, IMT, *Physical Activity Questionnaire for Children (PAQ-C)*

ABSTRACT

THE CORRELATION BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY AND BODY MASS INDEX (BMI) OF “X” ELEMENTARY SCHOOL CHILDREN TERM 2014/2015 IN BANDUNG

Steven Juanda, 2015

1st Tutor : Grace Puspasari, dr., M.Gizi

2nd Tutor : Cindra Paskaria, dr., M.K.M.

Background Nutritional status refers to health condition due to the interaction of food intake, human body, and environment. The percentage of children in West Java with excessive nutritional status was 18.6%. Doing adequate physical activity is a way to promote good nutritional status.

Aim The aim of this study was to attain nutritional status and physical activity level of “X” elementary school children term 2014/2015 in Bandung, and to see its correlation.

Methods The method was cross-sectional non-experimental analysis using modified Physical Activity Questionnaire for Children (PAQ-C) that had been translated to Bahasa Indonesia and given to 182 elementary school children after obtaining their BMI. Data collected was analyzed by Pearson correlation test by $\alpha = 0.05$.

Result Nutritional status statistics obtained from the children in “X” elementary school Bandung term 2014/2015 was consisted of severely underweight (1.1%), underweight (6.6%), normal (84.1%), overweight (7.7%), and obesity (0.5%). Children in “X” elementary school Bandung term 2014/2015 had done lack amount of physical activity (37.92%), adequate amount of physical activity (59.89%), and excessive amount of physical activity (2.19%). Correlation test showed that children’s BMI was associated to physical activity (Pearson correlation = -0.121; p value = 0.047*; $\alpha = 0.05$).

Conclusion The majority of children in “X” elementary school Bandung term 2014/2015 had normal nutritional status and had done adequate physical activity. The amount of physical activity done by the children was correlated to their BMI inversely.

Keywords: physical activity, BMI, Physical Activity Questionnaire for Children (PAQ-C)

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN.....	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	2
1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian	2
1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah	3
1.4.1 Manfaat Akademis.....	3
1.4.2 Manfaat Praktis.....	3
1.5 Kerangka Pemikiran dan Hipotesis	3
1.5.1 Kerangka Pemikiran	3
1.5.2 Hipotesis Penelitian	4
BAB II.....	5
TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1 Aktivitas Fisik	5
2.1.1 Pengertian Aktivitas Fisik.....	5
2.1.2 Manfaat Aktivitas Fisik terhadap Kesehatan	5
2.1.3 Jenis-Jenis Aktivitas Fisik	6
2.1.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Aktivitas Fisik	7

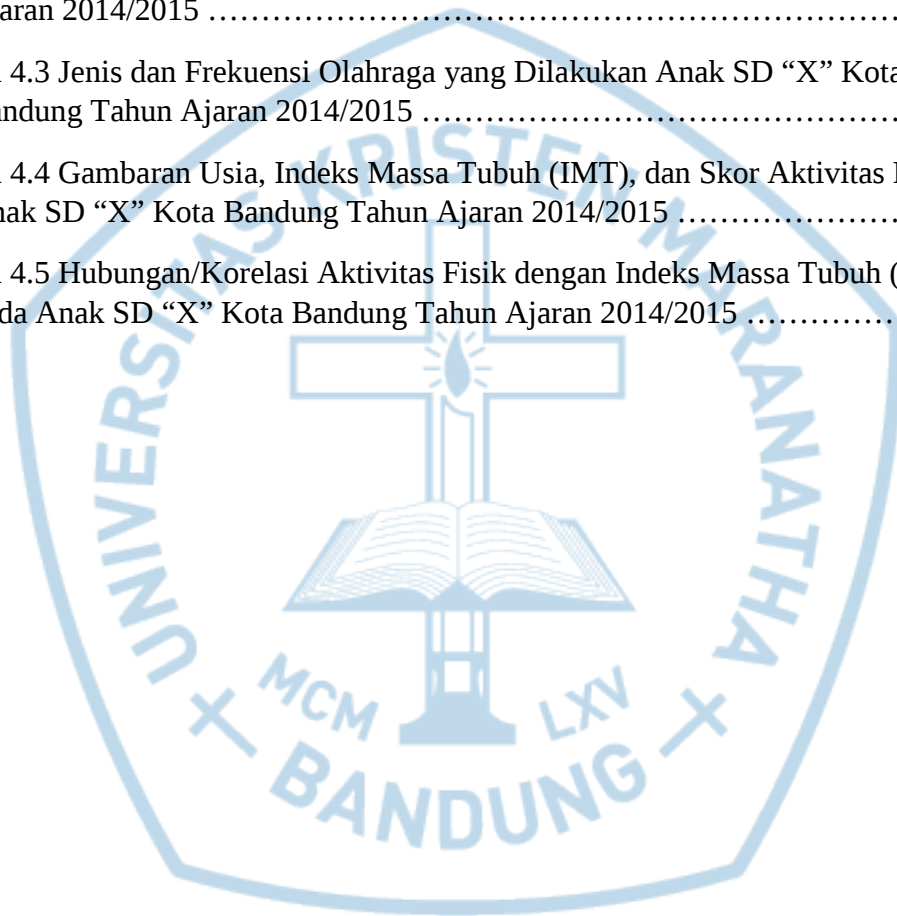
2.1.5 Jumlah Aktivitas Fisik yang Dianjurkan	8
2.1.6 <i>Sedentary Lifestyle</i>	8
2.1.7 Pengukuran Aktivitas Fisik.....	8
2.2 Status Gizi	9
2.2.1 Pengertian Status Gizi.....	9
2.2.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi	15
BAB III	17
BAHAN DAN METODE PENELITIAN.....	17
3.1 Alat dan Subjek Penelitian	17
3.1.1 Alat Penelitian.....	17
3.1.2 Subjek Penelitian	17
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	17
3.3 Prosedur Penelitian.....	18
3.3.1 Prosedur Pengukuran Berat Badan	18
3.3.2 Prosedur Pengukuran Tinggi Badan	19
3.4 Metode Penelitian.....	20
3.4.1 Desain Penelitian	20
3.4.2 Definisi Operasional	20
3.5 Prosedur Pemilihan Sampel dan Penentuan Unit Analisis.....	21
3.5.1 Populasi Penelitian.....	21
3.5.2 Sampel Penelitian	21
3.6 Sumber dan Teknik Pengumpulan Data Penelitian.....	21
3.7 Pengolahan dan Analisis Data Penelitian.....	22
3.8 Perizinan Penelitian.....	22
BAB IV	23
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	23
4.1 Hasil Penelitian.....	23
4.2 Pembahasan Penelitian	25
BAB V.....	28
SIMPULAN DAN SARAN	28
5.1 Simpulan.....	28

5.2 Saran.....	28
DAFTAR PUSTAKA	29
RIWAYAT HIDUP	40



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Gejala dan Tanda Defisiensi Nutrisi	12
Tabel 4.1 Gambaran Status Gizi Anak SD “X” Kota Bandung Tahun Ajaran 2014/2015	22
Tabel 4.2 Gambaran Jumlah Aktivitas Fisik Anak SD “X” Kota Bandung Tahun Ajaran 2014/2015	23
Tabel 4.3 Jenis dan Frekuensi Olahraga yang Dilakukan Anak SD “X” Kota Bandung Tahun Ajaran 2014/2015	23
Tabel 4.4 Gambaran Usia, Indeks Massa Tubuh (IMT), dan Skor Aktivitas Fisik Anak SD “X” Kota Bandung Tahun Ajaran 2014/2015	24
Tabel 4.5 Hubungan/Korelasi Aktivitas Fisik dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada Anak SD “X” Kota Bandung Tahun Ajaran 2014/2015	24



DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Grafik Z-score IMT/U untuk menilai status gizi anak laki-laki berusia 5 – 19 tahun	10
Gambar 2.2 Grafik Z-score IMT/U untuk menilai status gizi anak perempuan berusia 5 – 19 tahun	11



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Surat Pernyataan Persetujuan untuk Ikut Serta dalam Penelitian (<i>Informed Consent</i>)	31
Lampiran 2 Surat Keputusan Komisi Etik Penelitian	32
Lampiran 3 Data Hasil Pengolahan SPSS	33
Lampiran 4 Foto Penelitian	34
Lampiran 5 Kuesioner Penelitian	35

