

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS GIZI ANAK
DI SD NEGERI 02 SELOKERTO KECAMATAN SEMPOR
KABUPATEN KEBUMEN**

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Mencapai Derajat Sarjana Keperawatan
Minat Utama Program Studi Ilmu Keperawatan



Diajukan oleh:
EKA YULIA MN
NIM : A11501109

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH
GOMBONG
2019**

HALAMAN PERSETUJUAN

"Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Anak di SD Negeri 02 Selokerto
Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen"

Telah disetujui dan dinyatakan telah Memenuhi Syarat

Untuk diujikan Pada Tanggal 15 Mei 2019

Pembimbing,

Pembimbing I


(Nurlaila, S.Kep.Ns.M.Kep)

Pembimbing II


(Ning Iswati, M.Kep)

Mengetahui,

Ketua Prodi S1 Keperawatan



(Eka Riyanti, M.Kep, Sp.Kep.Mat)

HALAMAN PENGESAHAN

"Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Anak di SD Negeri 02 Selokerto
Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen"

Yang dipersiapkan dan disusun oleh :

EKA YULIA MN

A11501109

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada Tanggal 15 Mei 2019

Susunan Dewan Penguji

Penguji Utama Dan Anggota Dewan Penguji Lain

- | | | |
|------------------------------|---------------|-------|
| 1. Wuri Utami S.Kep.Ns.M.Kep | (Penguji I) | |
| 2. Nurlaila,S.Kep.Ns.M.Kep | (Penguji II) | |
| 3. Ning Iswati,M.Kep | (Penguji III) | |

Mengetahui,

Ketua Program Studi SI Keperawatan



(Eka Riyanti,M.Kep,Sp.Kep.Mat)

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi yang saya ajukan tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu Perguruan Tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis digunakan sebagai rujukan dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Gombong.....2019



(Eka Yulia MN)

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Eka Yulia MN

Tempat/ Tanggal Lahir : Kebumen, 18 Juli 1998

Alamat : Bangun Harjo, RT 10/05 Desa Teluk Nibung, Kec.
Batu Ampar, Kab. Kubu Raya, Prov. Kalimantan
Barat

Nomor Telepon/ Hp : 082350756164

Alamat Email : EkaYuliaMN98@gmail.com

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul :

“Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Anak di SD Negeri 02 Selokerto
Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen”

Bebas dari plagiarisme dan bukan hasil karya orang lain.

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian dari skripsi tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai perundang-undangan yang berlaku.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa unsur paksaan dari siapapun.

Gombong,2019

Penulis

**HALAMAN PERNYATATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS
AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik STIKes Muhammadiyah Gombong, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Eka Yulia MN

Nim : A11501109

Program studi : S1 Keperawatan

Jenis karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada STIKes Muhammadiyah Gombong hak bebas royalti noneksklusif (nonexclusive royalty-free right) atas skripsi saya yang berjudul:

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS GIZI ANAK DI SD
NEGERI 01 SELOKERTO KECAMATAN SEMPOR KABUPATEN
KEBUMEN

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak bebas Royalti Noneksklusif ini STIKes Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data, merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Gombong, Kebumen

Pada tanggal :.....

Yang menyatakan

(Eka Yulia MN)

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum warohmatullohi Wabarokatuh

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan proposal dengan judul “Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Anak di SD Negeri 02 Selokerto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen”. Sholawat serta salam tetap tercurahkan kepada baginda junjungan kita Nabi Muhammad SAW, sehingga penulis mendapat kemudahan dan kelancaran dalam menyelesaikan proposal ini. Dalam menyusun proposal ini, tidak sedikit kesulitan yang penulis alami, namun berkat bimbingan, dukungan, dorongan dan semangat dari pihak lain penulis mampu untuk menyelesaikannya. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Orang tua saya (Samsi dan Sutirah) yang telah memberikan segalanya kepada anak-anaknya, tanpa merasa lelah.
2. Herniyatun, M. Kep, Sp. Mat selaku ketua STIKES Muhammadiyah Gombong
3. Isma Yuniar, M. Kep selaku ketua program studi S1 Keperawatan
4. Nurlaila, S.Kep.Ns.M.Kep selaku pembimbing 1 yang telah berkenan memberikan arahan dan bimbingan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Ning Iswati, M.Kep selaku pembimbing 2 yang telah berkenan memberikan arahan dan bimbingan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Seluruh Dosen STIKES Muhammadiyah Gombong yang telah memberikan banyak ilmu pengetahuan yang dimiliki kepada peneliti.
7. Sahrul Hanafi, Amd.Kep calon suami yang selalu setia mendukung dan memberi semangat setiap saat hingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Teman-teman seperjuangan dari Program Studi S1 Keperawatan A Angkatan 2015 STIKES Muhammadiyah Gombong yang telah saling memberikan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan banyak terdapat kekurangan, mengingat keterbatasan pengetahuan dan kemampuan yang penulis miliki. Oleh karena itu, penulis mengharapkan masukan berupa kritikan dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak untuk kesempurnaan skripsi ini.

Gombong,2019

Penulis



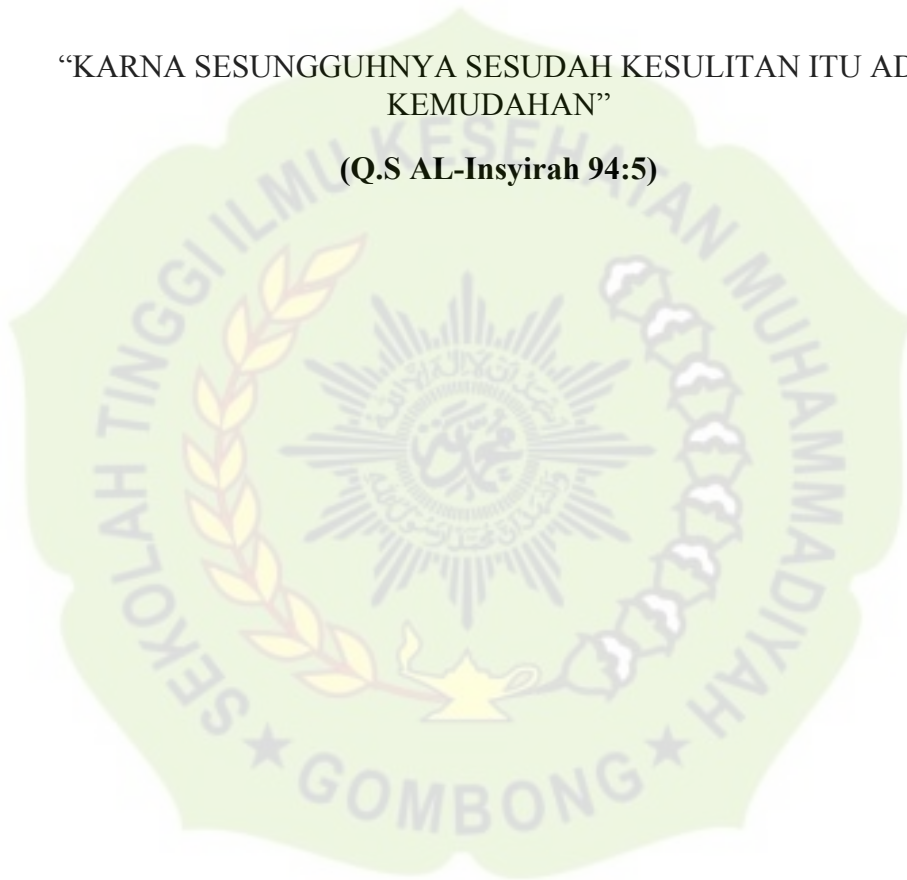
MOTTO

**“ALLAH MENCINTAI PEKERJAAN YANG APABILA BEKERJA IA
MENYELESAIKANNYA DENGAN BAIK”**

(HR. Thabrani)

**“KARNA SESUNGGUHNYA SESUDAH KESULITAN ITU ADA
KEMUDAHAN”**

(Q.S AL-Insyirah 94:5)



HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirobbil'alamin.....

"Sujud syukurku ku persembahkan kepada Alloh SWT dengan 99 nama-nama baikNya yang berada di Asmaul Husnah dan solawat serta salam saya haturkan kepada Nabi Agung Muhammad SAW yang diantikan syafangatnya di yaumul akhir. Alhamdulillah, Kau telah membantuku dalam menyusun karya tulis ini. Kau telah jadikanku orang yang sabar, berilmu pengetahuan, berfikir, beriman dalam menjalankan hidup ini. Semoga keberhasilan ini menjadi langkah awal kebah agiaan dalam berkarir dan hidup di masa depan"

"Lantunan Al Fatihah dalam syukur tiada terkira, terimakasih untukmu, kupersembahkan karya tulis ini untuk Bapak (Samsi) dan Ibu (Sutirah) yang tiada pernah hentinya memberiku semangat, berdoa memohon kepadaMu Ya Robb, menasehati dan memberi kasih sayang serta pengorbanan yang tiada tara kepadaku, sehingga aku selalu kuat menjalani setiap rintangan yang sedang ku hadapi. Terimakasih, bukti karya tulis ini adalah sebagian dari keseriusanku untuk membalas semua pengorbananmu selama ini"

"Hidupku terlalu berat untuk mengandalkan diri sendiri tanpa melibatkan tuhan dan orang lain"

"Tiada tempat terbaik untuk berkeluh kesah kecuali kepada Alloh, kedua orang tua dan kekasihku , terimakasih atas supportnya, kedewasaan, kesabaran dan waktumu"

"Tak lupa kepada saudara dan keluarga besarku yang selalu memberikan suport, do'a dan bantuannya dalam menyelesaikan karya tulis ini"

"Kepada pembimbingku (Ibu Nurlaila dan Ning Iswati) yang telah memberi suport, ilmu baru, nasehat dan mengajariku cara untuk menyelesaikan karya tulis ini"

"Dan tak lupa kepada sahabat dan teman-teman ku (Anis Noviana, Fatma Fatimah, Atika Rahmawati, Bayu Murti, Apri Wahyuni, Eka Nur Riyanti, Desi Fitria Heni, Anton Aji P, Afton Feriadi, Gayuh Dwi L, Fifi Lailatun N.A, Essy Dahlia, Anita Endah N.R) terimakasih telah membantuku dalam menyelesaikan tugas ini, mendengarkan keluh kesahku dan selalu mensupportku"

"Untuk teman SI Keperawatan A (Paijo Nurse) terimakasih selalu menemaniku selama 4 tahun, kebersamaan, kekompakan dan kenangan yang tak pernah mungkin terlupakan"

"Man Jadda Wa Jadda"

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong
Skripsi, Mei 2019

Eka Yulia MN¹⁾, Nurlaila²⁾, Ning Iswati³⁾
EkaYuliaMN@gmail.com

ABSTRAK

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS GIZI ANAK DI SD NEGERI 02 SELOKERTO KECAMATAN SEMPOR KABUPATEN KEBUMEN

Latar belakang: Masalah gizi merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang belum tuntas diatasi oleh dunia khususnya di Indonesia. Masalah gizi yang sedang berkembang dimasyarakat sangat erat hubungannya dengan perilaku gaya hidup pada masa anak-anak dan remaja. Salah satu faktor gaya hidup yang mempengaruhi status gizi anak yaitu aktivitas fisik. Tersedianya alat transportasi yang canggih mengakibatkan aktivitas fisik jarang dijumpai di masyarakat.

Tujuan: Mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan status gizi anak di SD Negeri 02 Selokerto, Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel penelitian adalah siswa kelas 4 dan 5 SD sebanyak 65 siswa diambil menggunakan total sampling. Instrumen penelitian menggunakan timbangan badan, *microtoise* dan kuesioner aktivitas fisik anak sekolah dasar. Data dianalisa menggunakan uji korelasi kendall's tau.

Hasil Penelitian: Dari 65 responden sebagian besar memiliki aktivitas fisik tinggi (75,4%) dan paling banyak dimiliki oleh responden yang berjenis kelamin laki-laki (40%). Sebagian besar responden memiliki status gizi normal (70,8%). Uji statistik menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan status gizi anak dengan tingkat signifikansi p value = 0,004.

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan status gizi anak di SD Negeri 02 Selokerto, Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen.

Rekomendasi: Peneliti selanjutnya diharapkan meneliti faktor lain yang berhubungan dengan status gizi anak seperti riwayat kelahiran.

Kata Kunci: *aktivitas fisik, status gizi, anak*

¹⁾ Mahasiswa S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Gombong

²⁾ Pembimbing I Dosen STIKES Muhammadiyah Gombong

³⁾ Pembimbing II Dosen STIKES Muhammadiyah Gombong

BACHELOR OF NURSING PROGRAM
School of Health Sciences of Muhammadiyah Gombong
Undergraduate Thesis, May 2019

Eka Yulia MN¹⁾, Nurlaila²⁾, Ning Iswati³⁾
EkaYuliaMN@gmail.com

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP OF PHYSICAL ACTIVITY WITH NUTRITIONAL STATUS OF CHILDREN AT 02 ELEMENTARY SCHOOL IN SELOKERTO, SEMPOR, KEBUMEN

Background: The nutritional problems are one of the public health problems that have not been completely overcome by the world, especially in Indonesia. Nutrition problems that are developing in the community are closely related to lifestyle behavior in children and adolescence. One of the lifestyle factors that influence children's nutritional status of children is physical activity. The availability of sophisticated transportation means that physical activity is rarely found in the community.

Objective: To know the relationship of physical activity with nutritional status of children at 02 Elementary School in Selokerto, Sempor, Kebumen.

Method: This research use correlation method with cross-sectional approach. The study sample was grade 4 and 5 elementary school 65 students were taken using a total sampling. The research instruments used scales, microtoise and physical activity questionnaires for children. The data was analyzed using kendall's tau correlation test.

Result: Most of the 65 respondents had high physical activity (75,4%) and most are owned by respondents who are male (40%). As large respondents have normal nutritional status (70,8%). Statistical tests showed a significant relationship between physical activity and nutritional status of children with a significance level $p = 0,004$.

Conclusion: There is a significant relationship between physical activity and nutritional status of children at 02 Elementary School in Selokerto, Sempor, Kebumen.

Recommendation: Further research is expected to examine other factors related to children's nutritional status such as birth history.

Keywords : Physical activity, nutritional status, Children

¹⁾ Student of Health Sciences of Muhammadiyah Gombong

²⁾ Lecturer of Health Sciences of Muhammadiyah Gombong

³⁾ Lecturer of Health Sciences of Muhammadiyah Gombong

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	v
HALAMAN PUBLIKASI	vi
KATA PENGANTAR	vii
MOTTO	viii
ABSTRAK	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan	4
D. Manfaat	5
E. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Konsep Aktivitas Fisik	7
1. Pengertian Aktivitas Fisik	7
2. Manfaat Aktivitas Fisik	9
3. Tipe Aktivitas Fisik	9
B. Konsep Status Gizi	11
1. Pengertian Status Gizi	11
2. Klasifikasi Status Gizi	12
3. Penilaian Status Gizi	13
4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi	18

C. Kerangka Teori.....	20
D. Kerangka Konsep.....	21
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	22
B. Populasi dan Sampel	22
C. Tempat dan Waktu Penelitian	23
D. Variabel Penelitian	23
E. Devinisi Operasional.....	24
F. Instrumen Penelitian.....	25
G. Validitas dan Reliabilitas Instrumen	27
H. Etika Penelitian	27
I. Teknik Pengumpulan Data.....	29
J. Teknik Analisa Data.....	31
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	34
B. Pembahasan Penelitian.....	39
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	49
B. Saran.....	49
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Status gizi merupakan hasil dari pengukuran keseimbangan zat-zat gizi dari makanan yang dikonsumsi dengan penggunaan zat-zat gizi didalam tubuh. Apabila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi dan digunakan secara efisien akan tercapai status gizi yang optimal yang memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan secara umum pada tingkat setinggi mungkin. Status gizi kurang jika tubuh mengalami kekurangan satu atau lebih zat-zat esensial. Status gizi lebih terjadi apabila tubuh memperoleh zat gizi yang berlebihan sehingga menimbulkan efek toksin atau membahayakan (Almatsier, 2012).

Masalah gizi merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang belum tuntas di tanggulasi di dunia. Masalah gizi yang sedang berkembang dimasyarakat sangat erat hubungannya dengan perilaku gaya hidup pada masa anak-anak dan remaja (Dietz & Gormaker, 2010). Permasalahan gizi yang sering dihadapi oleh anak adalah permasalahan gizi ganda yaitu, gizi kurang dan gizi lebih. Indonesia merupakan negara berkembang yang sedang mengalami masalah gizi ganda. Masalah gizi ganda yang sedang dihadapi oleh indonesia adalah terjadinya gizi kurang yang belum terselesaikan dan bersamaan pula muncul masalah gizi lebih (Ermona & Wirjatmadi, 2018). Pada masa mendatang diperkirakan persoalan gizi lebih pada anak akan lebih meningkat dibandingkan kasus gizi kurang (Kemenkes RI, 2010).

Data hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2013 menunjukkan bahwa prevalensi kependekan, kekurusan, dan kegemukan pada anak usia 5-12 tahun di Indonesia masih tinggi yaitu kependekan 30,7%, prevalensi kurus (menurut IMT/Umur) 11,2%, dan masalah gemuk

pada anak 18,8%. Berdasarkan laporan dari kabupaten/kota, jumlah kasus gizi buruk dengan indikator berat badan menurut tinggi badan di Jawa Tengah tahun 2017 sebanyak 1.352 kasus, terbanyak adalah di Brebes yaitu 140 kasus dan terdapat satu Kabupaten yang tidak ditemukan gizi buruk yaitu Surakarta (Dinkes Jateng, 2017).

Gizi yang kurang pada anak sekolah seperti masalah kependekan dan kekurangan dapat menyebabkan keterlambatan pertumbuhan fisik dan perkembangan motorik, rendahnya IQ, gangguan perilaku, keterampilan sosial yang kurang dan kerentanan terhadap penyakit infeksi (Kandala, dkk, 2011 dalam Jahri, Suyanto, & Ernalia, 2016). Gizi yang lebih atau masalah kegemukan dan obesitas pada anak secara langsung berhubungan dengan penyakit diabetes tipe 2, hipertensi serta gangguan psikologi pada anak (NICE, 2014). Penelitian yang dipublikasikan dalam “American Journal of Clinical Nutrition” terhadap 172 anak menyimpulkan anak 8 tahun yang kegemukan atau obesitas menunjukkan sejumlah tanda atau gejala terkait faktor resiko penyakit jantung saat mereka mencapai usia remaja (15 tahun). Resiko tersebut antara lain tekanan darah tinggi, kadar kolesterol yang buruk peningkatan kadar gula darah dan penurunan insulin atau hormon pengatur gula darah (Yaqin, 2014).

Status gizi dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah aktivitas fisik. Aktivitas fisik (kesegaran jasmani) adalah kemampuan tubuh seseorang untuk melakukan tugas dan pekerjaan sehari-hari tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti, sehingga tubuh masih memiliki simpanan tenaga untuk mengatasi beban kerja tambahan (Kemendiknas, 2010). Aktivitas fisik yang termasuk didalamnya meliputi jenis aktivitas fisik ringan seperti, berjalan kaki, tenis meja, mengetik, berbelanja, dan membersihkan kamar. Sedangkan aktivitas berat meliputi, bermain sepak bola, lari sprint, angkat beban dan berenang. Jenis aktivitas fisik tersebut diukur menggunakan kuesioner *Physical Activity Questionnaire For Older Children* (PAQ-C) dengan kategori aktivitas tinggi dan aktifitas rendah. Aktivitas fisik mempengaruhi status gizi melalui proses penggunaan

energi dari tubuh. Semakin tinggi aktifitas fisik seseorang maka semakin banyak pula energi yang digunakan demikian sebaliknya (Galgani & Ravvusin, 2011).

Menurut U.S Healt and Human Service (2017) hanya 1 dari 3 anak yang aktif melakukan aktivitas fisik setiap hari. Sejalan dengan perkembangan zaman yang semakin modern aktivitas fisik sudah jarang dijumpai karena tersedianya alat transportasi yang canggih seperti eskalator, *lift*, motor dan alat transportasi lainnya. Dengan alat transportasi yang canggih anak-anak untuk pergi kesekolah akan menempuh jarak jauh lebih cepat sampai dan mudah sehingga tidak perlu berjalan kaki ataupun bersepeda sehingga hal tersebut menyebabkan anak kurang melakukan aktivitas fisik (Rumajar, Rompas, & Babakal, 2015). Aktifitas fisik yang kurang dapat menyebabkan lemak yang diperoleh oleh tubuh kita tidak dapat diubah menjadi energi sehingga dalam jangka panjang cadangan lemak semakin banyak didalam tubuh yang akan menyebabkan gizi berlebih atau obesitas. Sebaliknya jika asupan gizi kurang sedangkan aktivitas fisik berlebihan akan menyebabkan nutrisi yang diperoleh oleh tubuh di ubah menjadi energi semua sehingga tubuh mengalami kekurangan gizi.

Terdapat beberapa penelitian tentang aktivitas fisik dan status gizi. Diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Karim (2017), pada 60 siswa VII SMPN 5 Sleman menunjukan bahwa asupan gizi memiliki hubungan positif dan signifikan terhadap status gizi. Begitu juga aktivitas fisik memiliki hubungan positif dan signifikan terhadap status gizi. Penelitian lain dilakukan oleh Khasanah (2016), pada 54 santriwati di Pondok Pesantren Ta'mirul Islam Surakarta bahwa terdapat hubungan aktivitas fisik dengan status gizi remaja. Penelitian lain yang sejalan dengan penelitian tersebut namun lebih mengarah pada kasus obesitas yaitu penelitian oleh Yuniar Syam (2017), pada 96 anak SD dengan hasil yang menunjukan bahwa terdapat hubungan antara aktifitas fisik dengan kejadian obesitas anak.

Peneliti telah melakukan studi pendahuluan pada tanggal 19 Januari 2019 pada 10 siswi kelas VI SD Negeri 1 Selokerto dengan cara mengukur status gizi siswi dan wawancara tentang aktivitas fisik yang telah dilakukan sejak 7 hari terakhir menggunakan kuesioner PAQ-C sebagai pedoman. Dari 10 siswi terdapat 2 orang yang berstatus gizi kurang, 7 siswi berstatus gizi normal saat dilakukan wawancara mereka mengatakan sering melakukan aktivitas berat seperti main lompat tali, bersepeda dan main kejar-kejaran selama 7 hari terakhir, dan 1 siswi berstatus gizi lebih mengatakan jarang melakukan aktivitas berat dan lebih banyak berdiam dirumah menonton televisi. Berdasarkan uraian diatas peneliti berniat untuk melakukan penelitian tentang hubungan aktivitas fisik dengan status gizi anak pada anak sekolah dasar di SDN 02 Selokerto, Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian didalam latar belakang masalah tersebut, maka dapat dirumuskan masalah proposal penelitian sebagai berikut “Apakah ada hubungan aktivitas fisik dengan status gizi anak di SD Negeri 02 Selokerto, Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen ?”

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan status gizi anak di SD Negeri 02 Selokerto, Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen.

2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui aktivitas fisik anak di SD Negeri 02 Selokerto, Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen.
- b. Mengetahui status gizi anak di SD N 02 Selokerto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen.

D. Manfaat

1. Bagi instalasi pendidikan
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam membahas aktivitas fisik dan pola hidup sehat siswa sekolah dasar.
2. Bagi peneliti
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan pengalaman dan pengetahuan dalam melakukan penelitian.
3. Bagi responden
Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk mengetahui tentang pentingnya memperhatikan aktivitas fisik untuk menjaga kesehatan tubuhnya dan memberikan masukan kepada orang tua agar memperhatikan aktivitas fisik siswa setelah pulang sekolah dengan melakukan kontrol terhadap pola hidup anak-anak.
4. Bagi mahasiswa lain
Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pustaka untuk penelitian selanjutnya dan menambah wawasan mengenai aktivitas fisik anak dan pola hidup yang baik untuk menjaga kesehatan anak.

E. Keaslian Penelitian

1. Yulinar Syam (2017), dengan judul *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Usia Sekolah Di SD Negeri Mangkura 1 Makassar*, metode penelitian yang digunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*, dengan jumlah sampel 96 siswa kelas 4, 5 dan 6 SD dengan pengambilan sampel *purposive sampling*, analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dan analisis bivariat dan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara aktifitas fisik dengan kejadian obesitas. Perbedaan dengan penelitian yang akan saya teliti adalah saya akan menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode korelasi, variabel yang berbeda serta tempat dan waktu penelitian yang berbeda.

2. Muhammad Abdul Karim (2017), dengan judul *Hubungan Asupan Makanan, Aktivitas fisik Dengan Status Gizi Peserta Didik Kelas VII SMP Negeri 5 Sleman*, metode penelitian yang digunakan adalah metode *survey*, jumlah sample 60 siswa dengan tehnik pengambilan sampel *purposive sampling*, analisis data yang digunakan adalah *uji person product moment* dan hasil penelitian menunjukkan bahwa asupan gizi memiliki hubungan positif dan signifikan terhadap status gizi begitu juga aktivitas fisik memiliki hubungan positif dan signifikan dengan status gizi. Perbedaan dengan penelitian yang saya teliti saya hanya akan menggunakan dua variabel yaitu aktivitas fisik dan status gizi, menggunakan metode korelasi dengan pendekatan *cross sectional*, sampel yang berbeda, waktu dan tempat penelitian yang berbeda juga.
3. Daimatul Khasanah (2016), dengan judul *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Remaja Putri Di Pondok Pesantren Ta'Mirul Islam Surakarta*, metode penelitian yang digunakan adalah *observasional* dengan pendekatan *cross sectional*, jumlah sampel yang digunakan adalah 54 santriwati, analisis data menggunakan *uji rank spearman* dan *uji kolmogorov*, dan hasil penelitian menyebutkan bahwa ada hubungan aktivitas fisik dengan status gizi remaja putri dipondok pesantren At'Mirul Islam Surakarta. Perbedaan dengan penelitian yang akan saya lakukan adalah metode yang akan saya gunakan yaitu metode korelasi, sampel dan tempat penelitian yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Achadi, E., dkk. (2010). Sekolah Dasar Pintu Masuk Perbaikan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Gizi Seimbang Masyarakat. *Kesmas: National Public Health Journal*, 5(1): 42-48.
- Almatsier, S. (2012). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Anggraini, L. (2014). Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik Terhadap Status Gizi Pada Anak Usia Prasekolah. *Skripsi*. Semarang: Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro
- Anita, W. (2018). Relation Dietary And Gender With Nutrition Status Of Children In SDN 43 Kota Pekanbaru. *Jurnal Eudurance*. Stikes Tengku Maharatu Pekanbaru. 3(2), 253-259
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asrifuddin, A., Bitty, F., & Nelwan, Jeini E. (2018). Stress dengan Status Gizi Remaja di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Manado. *Jurnal KESMAS*; Vol 7 No 5
- Bhuiyan, M.U., Zaman, S., & Ahmad, T. (2013). Risk Factors Associated with Overweight and Obesity Among Urban School Children and Adolescents in Bangladesh : A Case-Control Study. *BMC Pediatr*. 13(1): 72
- CDC. (2015). Physical Activity and Health. Retrieved from *Centers for Disease Control and Prevention*: <https://www.cdc.gov/physicalactivity/basics/pa-health/index.htm> diakses 12 januari 2019
- Chikhungu, Madise, Padmadas. (2014). How Important are Community Characteristics in Influencing Children's Nutritional Status? Evidence from Malawi Population – Based Household and Community Surveys. *Health & Place Journal*: 30 (1): 187-195
- Colley, R. C., Garriguet, D., Adamo, K. B., Carson, V., Janssen, I., Timmons, B. W., & Tremblay, M. S. (2013). Physical activity and sedentary behavior during the early years in Canada: a cross-sectional study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activit*, 10(1). doi: 10.1186/1479-5868-10-54
- Dalilah, U. (2009). Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Pelajar SMA Muhammadiyah 1 Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada.

- Damayanti, S., Yudiernawati, A., & Maemunah, N. (2017). Hubungan Perilaku Jajanan Dengan Status Gizi Pada Anak SDN Tunggulwulung 3 Kota Malang. *Jurnal Keperawatan*. Vol 2 No2
- Danari, AL., Maluyu, N., & Onobala, F. (2013). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pada Anak SD di Kota Manado. *Jurnal Keperawatan*. 1 (1)
- Darta, Hanny Muchtar. (2017). *Positive Charachters With Positive Parenting (Untuk Orang Tua Dengan Anak 0-12 Tahun)*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo
(<https://books.google.co.id/books?id=YC51DwAAQBAJ&pg=PA213=Perbedaan+motorik+anak+laki+dan+perempuan&hl>) diakses 3 Mei 2019
- Dietz, W.H., and Gortmaker, S.L. (2010). Preventing obesity in children and adolescent. *Annual Review of Public Health* 22:337-35. Doi : 10.1146/annurev.publhealth.22.1.337.
- Ermona, N., & Wirjatmadi, B. (2018). Hubungan Aktivitas Fisik dan Asupan Gizi dengan Stastus Gizi Lebih Pada Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. doi : 10.2473/amnt.v2i1. 97-105.
- Fidianto, N., & Tedy, S. (2013). Model Penentuan Status Gizi Balita di Puskesmas. *Jurnal Sarjana Tehnik Informatika*. I(1).e-ISSN: 2338-5197
- Greca, J. P. D. A., Silva, D. A. S., & Loch, M. R. (2016). Physical Activity and Screen Time in Children and Adolescent in a Medium Size Town in The South Brazil. *Revista Paulista de Pediatria*, DOI: 10.1016/J.rppede.2016.01.001.
- Imron, M. (2014). *Metode Penelitian Bidang Kesehatan Edisi Kedua*. Jakarta: Sagung Seto.
- Jahri, I., Suyanto, & Ernalia, Y. (2016). Gambaran Status Gizi Pada Siswa Sekolah Dasar Kecamatan Siak Kabupaten Bengkalis. *Artikel Penelitian* .Vol. 3 No 2
- Karim, Muhammad A. (2017). Hubungan Asupan Makanan, Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Peserta Didik Kelas VII SMP Negri 5 Sleman. *Skripsi*. Yogyakarta (ID) Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Kemenkes RI. (2010). *Status Gizi di Indonesia*. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- KEMENKES. (2013). *Riset Kesehatan Dasar Status Gizi di Indonesia*. Jakarta : Kementrian Kesehatan Republik Indonesia
(<http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%2520Risikedas%25202013.pdf&ved>) diakses 17 Januari 2019.

- KEMENKES. (2017). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2017*. Semarang, Dinas Kesehatan Jawa Tengah.
- Khasanah, Daimatul. (2016). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Remaja Putri di Pondok Pesantren Ta'Mirul Islam Surakarta. *Skripsi*. FIK Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Lestari, I. D., Ernalia, Y., & Restuali, T. (2016). Gambaran Status Gizi Pada Siswa Sekolah Dasar Kecamatan Bangko Kabupaten Rokan Hilir. *JOM FK*, 3(2), 1-4
- Marmi. (2013). *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- National Institute For Health and Care Excellence (NICE). 2014. *Obesity : Identification, Assessment and Management of Overweight and Obesity in Children, Young People and Adults*. Dikutip dari (<http://www.nice.org.uk/guidance/cg189/resources/guidance-obesity-identification-assesment-and-obesity-in-children-young-people-and-adults-pdf>) Di akses 18 Januari 2019
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka.
- Nuryani, & Rahmawati. (2018). Kebiasaan Jajan Berhubungan dengan Status Gizi Siswa Anak Sekolah di Kabupaten Gorontalo. *Jurnal Gizi Indonesia*. Vol 6 No 2
- Pratiwi, R. (2011). Analisis Faktor Presdiposisi Faktor Pendukung dan Faktor Pendorong terhadap Pola Makan pada Siswi SMA Yayasan Shafiiyyatul Amallyyah Medan Tahun 2010. *Skripsi*. FKM USU.
- Proverawati, A. (2010). *BBRL (Berat Badan Lahir Rendah)*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Putri, V. N., Angkasa, D., & Nuzrina, R. (2017). Konsumsi Fast Food, Soft Drink, Aktivitas Fisik, dan Kejadian Overweight Siswa Sekolah Dasar di Jakarta. *Journal of Human Nutrition*: FIK Universitas Esa Unggul. 4(1), 48-58
- Rahmawati, T., & Marfuah. D. (2016). Gambaran Status Gizi Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi*. Surakarta: STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta. Vol 14 No 1
- Ruslie, R. H., Darmadi. (2012). Analisis Regresi Logistik untuk Faktor-Faktor Yang mempengaruhi Status Gizi Remaja. *Artikel Penelitian*. 36(1) Fakultas Kedokteran Andalas.
- Salbe AD, dkk. (2009). *Relation Between Physical Activity and obesity*. Am J Clin Nutr: 193-198
- Sautika, A., Retnaningsih, A., & Alfiasari, A. (2012). Gaya Hidup dan Kebiasaan Makan Mahasiswa. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 5(2): 157-165.

- Seprianty, V., Suryadi, R.M., Thaha, M.A. (2015). Status Gizi Anak Kelas III Sekolah negeri 1 Sungaililin. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*. 129-134. Vol 2 No 1
- Septianto, F. H. (2016). Kemampuan Motorik Kasar Antara Anak Laki-laki Dan Perempuan Kelas IV dan V Di SD Pegunungan 3 Kudus. *Skripsi*. Semarang: FIK Universitas Negeri Semarang.
- Soedibyo, S., & Gunawan, H. (2016). Kebiasaan Sarapan di Kalangan Anak Usia Sekolah Dasar di Poliklinik Umum Departemen Ilmu Kesehatan Anak FKUI-RSCM. *Sari Pediatri*, 11(1): 66-70.
- Sudirjo, E., & Alif, M.,N. (2018). *Pertumbuhan dan Perkembangan Motorik*. Sumedang: UPI Sumedang Press. (<https://books.google.co.id/books?id=9l1jDwAAQBAJ&pg=PA66&dq=perbedaan+motorik+anak+laki+dan+perempuan&hl>) diakses 3 Mei 2019
- Sugiyono. (2010). *Statistik Untuk Penelitian*. Bandung : Alfabeta.
- . (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- . (2016). *Metode Penelitian*. Bandung : Alfabeta
- Suharsa, Hari., Sahnaz. (2016). Status Gizi Lebih dan Faktor-faktor yang berhubungan pada Siswa Sekolah Dasar Islam Tirtayasa Kelas IV dan V di Kota Serang Tahun 2014. *Jurnal Lingkar Widayaiswara*; 3 (1): 53-76
- Swastika, M. I. V. (2012). Hubungan Jenis Kelamin, Karakteristik Ibu dan Faktor Lain dengan Status Gizi Lebih Pada Siswa SD Mardiyuana Depok Tahun 2012. *Skripsi*. Depok: Universitas Indonesia
- Syam, Yuniar. (2017). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Usia Sekolah Di SD Negeri Mangkura 1 Makassar. *Skripsi*. Makassar. Fakultas Keperawatan Universitas Hasanudin Makassar.
- Tienne, A. U, Siagian. A, & Sudaryati, E. (2013). Hubungan Status Stress Psikososial Psikososial dengan Konsumsi Makanan dan Status Gizi Siswa SMU Methodist-8 Medan. *Jurnal Gizi, Kesehatan Reproduksi dan Epidemiologi*.
- U.S Healt and Human Services. (2017). *Facts & Statistics Physical Activity*. United States: U.S Health and Human Services. Retrieved from <http://www.hhs.gov/fitness/resource-center/facts-and-statistics/index.html#footnote-1> di akses 17 Januari 2019.
- Wahyuni, D. (2017). Tingkat Aktivitas Jasmani Harian Siswa Kelas V Sekolah Dasar Se-Kelurahan Triharjo Pandak Bantul. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta

- WHO. (2017). *Malnutrition*. Retrieved Januari 19, 2019, from WHO: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/malnutrition/en/>
- WHO. (2017). *Physical Activity*. Retrieved Januari 19, 2019, from WHO: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs385/en/>
- Widyawati, N. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Obesitas pada Anak Sekolah Dasar Usia 6-14 Tahun di SD Budi Mulia 2. Yogyakarta: *Jurnal Keperawatan*. Vol 2 No 1
- Yaqin, Muhammad Khusnul. (2014). Prevalensi Obesitas Pada Anak Usia SD Menurut IMT/U Di SD Negeri Ploso II No 173 Surabaya. *Jurnal Pendidikan Olahraga & Kesehatan*. 114-118.Vol 2 No 1



The logo is a green shield-shaped emblem. It features a central sunburst with a crescent and star. A yellow torch is positioned at the bottom center. The text "SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH" is written in a circular path around the central elements, and "GOMBONG" is at the bottom, flanked by two stars.

LAMPIRAN

LAMPIRAN 1

Surat-surat Penelitian dan Lembar Bimbingan

SURAT PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth :
Orang tua/Wali Siswa
Di Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini adalah Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Gombong :

Nama : Eka Yulia MN

NIM : A11501109

Saat ini sedang mengadakan penelitian dengan judul “Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Anak di SD Negeri 02 Selokerto, Kec. Sempor, Kab. Kebumen”.

Prosedur penelitian ini tidak akan menimbulkan risiko atau kerugian kepada responden. Kerahasiaan semua tindakan yang telah dilakukan akan dijaga dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Atas kerjasamanya, saya mengucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Peneliti

(Eka Yulia MN)

LEMBAR PENJELASAN PENELITIAN

Kepada Yth :
Orang tua/Wali Siswa
Di Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini adalah Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Gombong :

Nama : Eka Yulia MN

NIM : A11501109

Saya bermaksud mengadakan penelitian tentang “Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Anak di SD Negeri 02 Selokerto” dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk membuktikan apakah ada hubungan antara status aktifitas fisik dengan status gizi pada anak. Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai masukan dalam bidang keperawatan, khususnya keperawatan anak dan sebagai informasi tambahan bagi masyarakat khususnya orang tua tentang pentingnya memperhatikan hal-hal yang dapat mempengaruhi kesehatan status gizi anak. Sehingga dapat mengurangi angka masalah gizi pada anak di Indonesia.

Penelitian akan dilakukan di SD Negeri 02 Selokerto, dengan cara menimbang berat badan dan tinggi badan responden kemudian membagikan kuesioner aktivitas fisik pada responden. Waktu pengukuran berat dan tinggi badan memerlukan waktu kurang lebih 1 jam dan pengisian kuesioner memerlukan waktu 20 menit. Penelitian ini sama sekali tidak akan mempengaruhi nilai sekolah responden. Prosedur penelitian ini tidak akan menimbulkan risiko atau kerugian kepada responden. Kerahasiaan semua tindakan yang telah dilakukan akan dijaga dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Peneliti hanya akan mencantumkan nama inisial responden dalam lembar kuesioner dan dalam hasil penelitian. Responden bersifat suka rela tanpa paksaan dan apabila bapak/ibu/wali siswa menolak untuk menjadikan siswa sebagai objek penelitian tidak dikenakan sanksi apapun. Apabila bapak/ibu/wali siswa masih ada yang perlu ditanyakan dapat menghubungi peneliti di nomor 082350756164.

Atas perhatian dan kerja samanya saya ucapkan terima kasih.

Gombong, 2019

Peneliti

INFORMED CONSENT
(PERNYATAAN KESEDIAAN UNTUK IKUT PENELITIAN)

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Alamat :

Orang Tua/Wali dari:

Nama :

Kelas :

Telah mendapatkan keterangan secara rinci dan jelas mengenai:

1. Penelitian yang berjudul “Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Anak di SD Negeri 02 Selokerto”.
2. Permintaan pengisian kuesioner dan pengukuran antropometri tidak akan mengganggu kegiatan responden penelitian.
3. Waktu pengisian kuesioner sekitar 20 menit dan pengukuran antropometri sekitar 1 jam dengan didampingi oleh peneliti.
4. Manfaat ikut sebagai objek penelitian.
5. Tidak ada perlakuan dan tidak ada bahaya yang akan ditimbulkan jika menjadi responden penelitian.
6. Hak untuk mengundurkan diri sebagai subyek penelitian.
7. Informasi yang diberikan dijaga kerahasiaannya, dan hanya akan digunakan untuk penelitian.

Setelah mendapatkan kesempatan mengajukan pertanyaan mengenai segala sesuatu yang berhubungan dengan penelitian tersebut, maka dengan ini secara sukarela dan penuh kesadaran serta tanpa paksaan siapapun menyatakan

“BERSEDIA / TIDAK BERSEDIA*)”

untuk menjadikan siswa sebagai responden dalam penelitian.

*) Coret yang tidak perlu

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa tekanan dari pihak manapun.

Gombong,2019

Orang Tua/Wali

(.....)



PEMERINTAH KABUPATEN KEBUMEN
DINAS PENDIDIKAN
SD NEGERI 2 SELOKERTO KECAMATAN SEMPOR
Jalan Kemasan RT 02/III, Selokerto, 54471, Telp. (0287) 471430
Web : - Email : sdn2selokerto@yahoo.com

SURAT IJIN PENELITIAN

Nomor : 800 / 39 / 2019

Dasar : Surat No 0232.11/IV.3.LP3M/A/IV/2019 tentang permohonan ijin penelitian yang dikeluarkan oleh Lembaga Penelitian Pengembangan dan Pengabdian Masyarakat STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : ISNAENI SURYANI, S.Pd
NIP : 19620115 198304 2 010
Pangkat/ Gol. : Pembina, IV/a
Jabatan : Kepala SD Negeri 2 Selokerto

memberikan ijin kepada :

Nama : Eka Yuliana M.N.
NIM : A11501109
Judul penelitian : Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Anak di SD Negeri 2 Selokerto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen

Untuk melakukan penelitian di SDN 2 Selokerto Kecamatan Sempor dengan syarat penelitian tersebut tidak disalahgunakan.

Demikian Surat Ijin ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.





LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH GOMBONG
Sekretariat : Jl. Yos Sudarso no. 461 Gombong Kebumen Telp. (0287)472433
Website: www.stikesmuhgombong.com *email : lp3mstikesmugo@gmail.com

No : 066.1/IV.3.LP3M/A/1/2019 Gombong, 18 Januari 2019
Hal : Permohonan Ijin
Lampiran : -

Kepada Yth.
Kepala SD N 1 Selokerto
Di tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Teriring do'a semoga kita dalam melaksanakan tugas sehari-hari senantiasa mendapat
lindungan dari Allah SWT. Aamiin

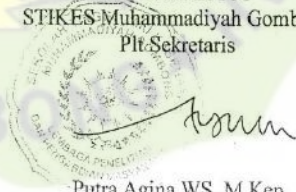
Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penelitian bagi mahasiswa Program Studi S1
Keperawatan STIKES Muhammadiyah Gombong, dengan ini kami kami mohon
kesediaannya untuk memberikan ijin kepada mahasiswa kami:

Nama : Eka Yulia MN
NIM : A11501109
Judul Penelitian : Hubungan aktifitas fisik dengan status gizi anak di SD N 1
Selokerto
Keperluan : Ijin Studi Pendahuluan

Demikian atas perhatian dan ijin yang diberikan kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

An Ketua LPPM
STIKES Muhammadiyah Gombong
Plt Sekretaris


Putra Agina WS, M.Kep



LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH GOMBONG
Sekretariat : Jl. Yos Sudarso no. 461 Gombong Kebumen Telp. (0287)472433
Website: www.stikesmuhgombong.com *email : lp3mstikesmugo@gmail.com

No : 066.1/IV.3.LP3M/A/1/2019
Hal : Permohonan Ijin
Lampiran : -

Gombong, 18 Januari 2019

Kepada Yth.
Kepala SD N 2 Selokerto
Di tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Teriring do'a semoga kita dalam melaksanakan tugas sehari-hari senantiasa mendapat
lindungan dari Allah SWT. Aamiin

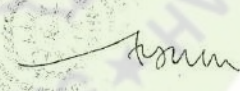
Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penelitian bagi mahasiswa Program Studi S1
Keperawatan STIKES Muhammadiyah Gombong, dengan ini kami kami mohon
kesediaannya untuk memberikan ijin kepada mahasiswa kami:

Nama : Eka Yulia MN
NIM : A11501109
Judul Penelitian : Hubungan aktifitas fisik dengan status gizi anak di SD N 2
Selokerto
Keperluan : Ijin Studi Pendahuluan

Demikian atas perhatian dan ijin yang diberikan kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

An Ketua LPPM
STIKES Muhammadiyah Gombong
Plt. Sekretaris


Putra Agina WS, M.Kep

	SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH GOMBONG	Nomor	FRM- LPM-002
		Revisi ke	00
		Tanggal Berlaku	10 Maret 2019

SURAT PERMOHONAN ETICAL CLEARENCE

Kepada Yth.
Ketua Tim Etik
Stikes Muhammadiyah Gombong

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penelitian dengan ini saya mengajukan permohonan untuk mendapatkan *Ethical Clearance* dari Tim Etik Stikes muhammadiyah Gombong atas nama :

Nama = Eka Yulia MN
NIM = A11501109
Program Studi = S1 Keperawatan
Judul Penelitian = Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Anak di SD Negeri 02
Selokerto, Kecamatan Sempor, Kabupaten Kebumen
Rancangan Penelitian = Desember 2018 – Februari 2019
Subyek Penelitian = Siswa kelas 4 dan 5 SD Negeri 02 Selokerto
Waktu penelitian = Maret 2019 – April 2019
Pembimbing Skripsi =
1. Nurlaila, S.Kep.Ns.M.Kep
2. Ning Iswati, M.Kep

Bersama ini kami lampirkan proposal penelitian
Demikian surat permohonan ini kami ajukan, atas perhatian dan bantuannya kami ucapkan
terimakasih.

Gombong, 10 Maret 2019

Hormat saya

(Eka Yulia MN)



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
MUHAMMADIYAH GOMBONG

Nomor	FRM-LPM-006
Revisi ke	00
Tanggal Berlaku	1 Maret 2017

SURAT KETERANGAN LOLOS UJI ETIK
NO: 332.6/IV.3.AU/F/ETIK/III/2019

Tim Etik Penelitian STIKES Muhammadiyah Gombong dalam upaya melindungi hak azasi dan kesejahteraan subyek penelitian, telah mengkaji dengan teliti proposal berjudul :

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS GIZI ANAK DI SD
NEGERI 02 SELOKERTO KECAMATAN SEMPOR KABUPATEN
KEBUMEN

Nama peneliti utama : Eka Yulia MN
Nama institusi : STIKES Muhammadiyah Gombong
Prodi : S1 Keperawatan

Dan telah menyetujui proposal tersebut.

Gombong, 25 Maret 2019

Ketua Tim Etik Penelitian,

Dyah Puji Astuti, S.SiT., MPH



LEMBAGA PENELITIAN PENGEMBANGAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH GOMBONG

Sekretariat : Jl. Yos Sudarso no. 461 Gombong Kebumen Telp. (0287)472433
email : lp3mstikesmugo@gmail.com

No : 0232.1/IV.3.LP3M/A/IV/2019
Lampiran : -
Hal : Permohonan ijin

Gombong, 23 April 2019

Kepada Yth.
Kepala SDN 02 Selokerto
Kecamatan Sempor
Di tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Teriring doa semoga kita dalam melaksanakan tugas sehari-hari senantiasa mendapat
lindungan dari Alloh SWT. Amiin

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penelitian bagi mahasiswa Prodi S1
Keperawatan STIKES Muhammadiyah Gombong, dengan ini kami mohon kesediannya
untuk memberikan ijin kepada mahasiswa kami :

Nama : Eka Yulia M.N
NIM : A11501109
Judul Penelitian : Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Anak di SD
Negeri 02 Selokerto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen
Keperluan : Ijin Penelitian

Demikian atas perhatian dan ijin yang diberikan kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.



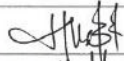
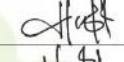
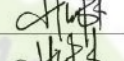
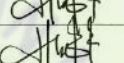
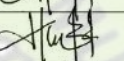
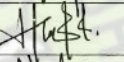
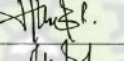
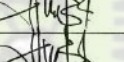
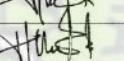
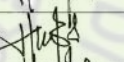
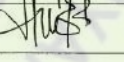
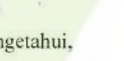
an Ketua LPPM,
Sekretaris

Arnika Dwi Asti, M.Kep
NIK. 06048

Lampiran 1

Kegiatan Bimbingan

Mahasiswa : Eka Yulia MN
 Pembimbing 1 : Nurlaila, S.Kep.Ns.M.Kep
 Judul : Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi di SD Negeri 02
 Selokerto Kec. Sempor Kab. Kebumen

Tanggal Bimbingan	Topik/ Materi Bimbingan	Paraf Pembimbing
16/10/2018	- Konsul tema dan judul	
23/10/2018	- Tambahkan latar blh. masalah	
15/01/2019	- Perbaiki LEM dan BAB II	
18/01/2019	- Tambahkan dampak status gizi anak - Keastrian penelitian → L B M	
21/01/2019	- Perbaiki LEM, k. Teori + konsep - Lanjut BAB III	
26/01/2019	- Perbaiki k. Teori, DO, Kuesioner	
6/02/2019	- Perbaiki teknik sampling, DO - Instrumen penelitian	
11/2/2019	- Perbaiki BAB IV - Acc usian proposal	
12/2/2019	Acc usian proposal	
18/4/2019	- Perbaiki BAB IV, menulis hasil - Hasil & pembahasan	
22/4/2019	- Perbaiki kesimpulan & saran - Buat Abstrak.	
26/4/2019	Perbaiki saran & Abstrak.	
3/5/2019	- Perbaiki saran & penast selanjutnya Acc usian Hasil	

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Keperawatan,

(.....)

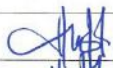
Lampiran 1

Kegiatan Bimbingan

Mahasiswa : Eka Yulia MN

Pembimbing 1 : Nurlaila, S.Kep.Ns.M.Kep

Judul : Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi di SD Negeri 02
Selokerto Kec. Sempor Kab. Kebumen

Tanggal Bimbingan	Topik/ Materi Bimbingan	Paraf Pembimbing
5 Juli 2019	Saran.	
6/7/19	Acc	

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Keperawatan,

(.....)

Lampiran 2

Kegiatan Bimbingan

Mahasiswa : Eka Yulia MN
 Pembimbing II. : Ning Iswati, M.Kep
 Judul : Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi di SD Negeri 02
 Selokerto Kec. Sempor Kab. Kebumen

Tanggal Bimbingan	Topik/ Materi Bimbingan	Paraf Pembimbing
24/01/2018	- Ganti teori anak usia sekolah + penentuan Hg status gizi	<i>[Signature]</i>
10/10/2018	- Lakukan skripsi lagi - Perbaiki BAB II	<i>[Signature]</i>
23/01/2019	- Perbaiki BAB I - lanjut BAB II dan III	<i>[Signature]</i>
26/01/2019	- Perbaiki sampel	<i>[Signature]</i>
11/02/2019	- Ganti teori gizi logika ada untuk proposal	<i>[Signature]</i>
22/04/2019	- Perbaiki tabulasi datanya - Perbaiki pembahasan	<i>[Signature]</i>
2/05/2019	- lengkapi kesimpulan ada juga hasil	<i>[Signature]</i>
8/5/2019	ada juga hasil	<i>[Signature]</i>

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Keperawatan,

(.....)

LEMBAR REVISI

MAHASISWA
NIM
JUDUL

Eka Julia

PENGUJI

1. Wuri Utami

2.

3.

BAB	HAL	SARAN	PARAF
		Tambahan pembahasan terkait fenomena paparan hasil karies - normal → akibatnya yg geruk - berlubang → .. kenapa bs tjd fenomena tlg ?	

LAMPIRAN 2

Lembar Observasi dan Kuesioner

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS GIZI ANAK DI SD NEGERI 02 SELOKERTO KEC. SEMPOR KAB. KEBUMEN

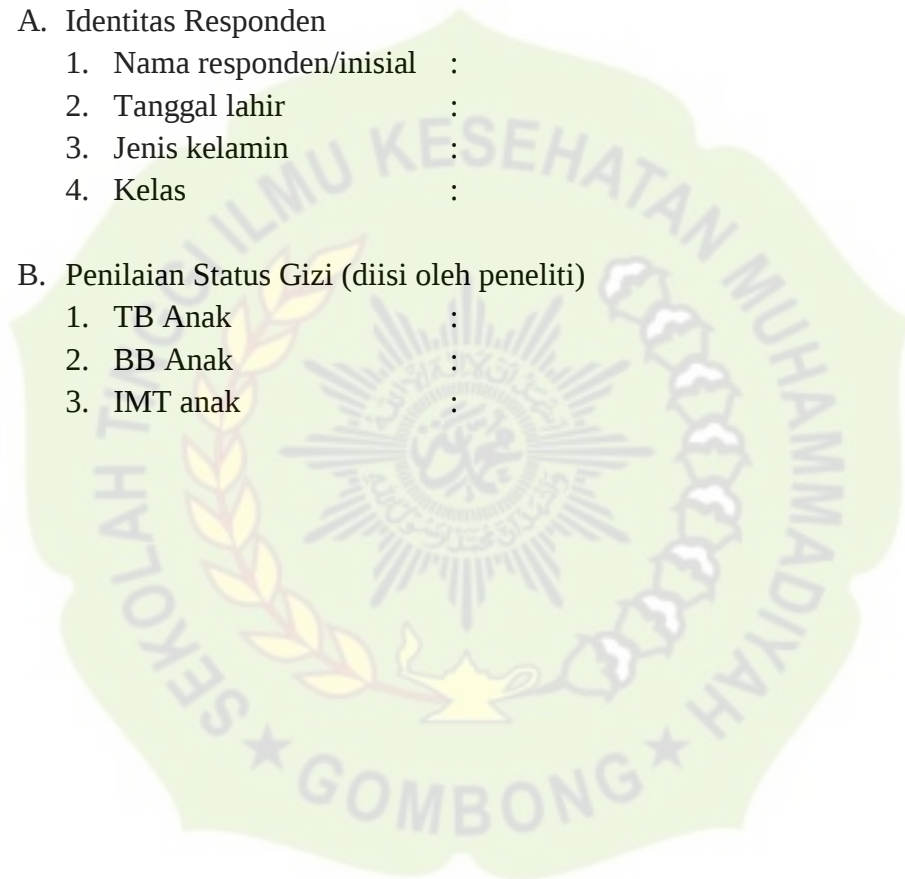
LEMBAR OBSERVASI

A. Identitas Responden

1. Nama responden/inisial :
2. Tanggal lahir :
3. Jenis kelamin :
4. Kelas :

B. Penilaian Status Gizi (diisi oleh peneliti)

1. TB Anak :
2. BB Anak :
3. IMT anak :



Kuesioner Aktivitas Fisik (Sekolah Dasar)

Nama : Tanggal Lahir :
Jenis Kelamin : Kelas :
Guru :

Kami mencoba untuk mencari tahu tentang tingkat aktivitas fisik sejak 7 hari terakhir (pada minggu terakhir). Ini termasuk olahraga atau tari yang membuat adik berkeringat atau membuat kaki adik merasa lelah, atau permainan yang membuat adik bernafas keras, seperti kejar-kejaran, melompat, berlari, memanjat, dan lain-lain.

INGATLAH :

1. Tidak ada jawaban yang benar dan yang salah - ini bukan tes dan tidak mempengaruhi nilaimu di sekolah.
2. Jawablah semua pertanyaan dengan memberi tanda (✓) dengan **jujur** dan **akurat** sesuai yang adik bisa - ini sangat penting.

-
1. Aktivitas fisik diwaktu luang adik : apakah adik melakukan salah satu kegiatan berikut dalam 7 hari terakhir (minggu lalu) ? Jika ya, berapa kali? (berilah tanda (✓) hanya 1 kali pada tiap baris)

No.	Jenis Aktivitas	Tidak pernah	3-4 kali	1-2 kali	5-6 kali	7 kali atau lebih
1.	Lompat tali					
2.	Sepatu roda					
3.	Kejar-kejaran					
4.	Berjalan untuk olahraga					
5.	Bersepeda					
6.	Jogging atau berlari					

7.	Berenang					
8.	Bisbol, softball					
9.	Senam					
10.	Sepakbola					
11.	Badminton					
12.	Tenis					
13.	Skateboard					
14.	Hoki					
15.	Kasti					
16.	Bola voli					
17.	Bola basket					
18.	Memanjat					
19.	Lainya (sebutkan) :					

2. Pada 7 hari terakhir, selama pelajaran pendidikan jasmani, olahraga (POR), seberapa sering adik sangat aktif (bermain keras, berlari, melompat, melempar) ? (tandai salah satunya.)
 - a. Saya tidak melakukan POR
 - b. Hampir tidak pernah
 - c. Terkadang
 - d. Cukup sering
 - e. Selalu
3. Dalam 7 hari terakhir, apa yang adik lakukan sebagian besar waktu saat istirahat ? (tandai salah satunya).
 - a. Duduk (berbicara, membaca, mengerjakan tugas.)
 - b. Berdiri atau berjalan keliling
 - c. Sedikit berlari atau bermain aktif
 - d. Agak sering berlari atau bermain aktif
 - e. Selalu berlari atau bermain aktif

4. Dalam 7 hari terakhir apa yang biasanya adik lakukan saat istirahat sekolah, makan siang (selain makan siang) ? (tanda salah satunya).
 - a. Duduk (berbicara, membaca, mengerjakan tugas.)
 - b. Berdiri atau berjalan keliling
 - c. Sedikit berlari atau bermain aktif
 - d. Agak sering berlari atau bermain aktif
 - e. Selalu berlari atau bermain aktif
5. Dalam 7 hari terakhir, **segera setelah pulang sekolah**, berapa kali adik melakukan olahraga, senam, tari, atau bermain dimana adik sangat aktif ? (tanda salah satu).
 - a. Tidak pernah
 - b. 1 kali
 - c. 2 atau 3 kali
 - d. 4 kali
 - e. 5 kali
6. Dalam 7 hari terakhir **saat sore hari**, berapa kali adik melakukan olahraga, senam, tari, atau bermain dimana adik sangat aktif ? (tanda salah satu).
 - a. Tidak pernah
 - b. 1 kali
 - c. 2 atau 3 kali
 - d. 4 atau 5 kali
 - e. 6 atau 7 kali
7. Pada hari minggu kemarin, berapa kali adik melakukan olahraga, senam, tari, atau bermain dimana adik sangat aktif ? (tanda salah satu).
 - a. Tidak pernah
 - b. 1 kali
 - c. 2 - 3 kali
 - d. 4 - 5 kali
 - e. 6 kali atau lebih

8. Diantara pernyataan-pernyataan berikut, yang mana yang paling sesuai/cocok dengan adik dalam 7 hari terakhir ? bacalah kelima pernyataan sebelum memutuskan 1 jawaban yang paling sesuai dengan adik.
- a. Semua atau sebagian waktu luang saya gunakan untuk melakukan hal-hal yang memerlukan sedikit usaha fisik.
 - b. Saya kadang-kadang (1-2 kali minggu lalu) melakukan aktivitas fisik diwaktu luang (misal, berolahraga, berlari, berenang, bersepeda, senam).
 - c. Saya sering (3-4 kali minggu lalu) melakukan aktivitas fisik diwaktu luang.
 - d. Saya cukup sering (5-6 kali seminggu alu) melakukan hal-hal fisik diwaktu luang saya.
 - e. Saya sangat sering (7 kali atau lebih seminggu lalu) melakukan hal-hal fisik diwaktu luang saya.
9. Tandai beberapa sering adik melakukan aktivitas fisik (seperti olahraga bermain, game, melakukan tarian, atau aktivitas fisik lainnya) untuk setiap hari minggu lalu.

	Tidak pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Sangat sering
Senin.....	☐	☐	☐	☐	☐
Selasa.....	☐	☐	☐	☐	☐
Rabu	☐	☐	☐	☐	☐
Kamis.....	☐	☐	☐	☐	☐
Jumat.....	☐	☐	☐	☐	☐
Sabtu.....	☐	☐	☐	☐	☐
Minggu.....	☐	☐	☐	☐	☐

LAMPIRAN 3

Standar Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) Anak Perempuan Usia 8-12 Tahun

Umur		Indeks Masa Tubuh (IMT)						
Tahun	Bulan	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
8	0	11.9	11.9	14.1	15.7	17.7	20.6	24.8
8	1	11.9	12.9	14.2	15.7	17.8	20.6	24.9
8	2	11.9	12.9	14.2	15.7	17.8	20.7	25.1
8	3	11.9	12.9	14.2	15.8	17.9	20.8	25.2
8	4	11.9	13.0	14.2	15.8	17.9	20.9	25.3
8	5	12.0	13.0	14.2	15.8	18.0	20.9	25.5
8	6	12.0	13.0	14.3	15.9	18.0	21.0	25.6
8	7	12.0	13.0	14.3	15.9	18.1	21.1	25.8
8	8	12.0	13.0	14.3	15.9	18.1	21.2	25.9
8	9	12.0	13.1	14.3	16.0	18.2	21.3	26.1
8	10	12.1	13.1	14.4	16.0	18.2	21.3	26.2
8	11	12.1	13.1	14.4	16.1	18.3	21.4	26.4
9	0	12.1	13.1	14.4	16.1	18.3	21.5	26.5
9	1	12.1	13.2	14.5	16.1	18.4	21.6	26.7
9	2	12.1	13.2	14.5	16.2	18.4	21.7	26.8
9	3	12.2	13.2	15.5	16.2	18.5	21.8	27.0
9	4	12.2	13.2	14.6	16.3	18.6	21.8	27.2
9	5	12.2	13.3	16.6	16.3	18.6	21.9	27.3
9	6	12.2	13.3	14.6	16.3	18.7	22.0	27.5
9	7	12.3	13.3	14.7	16.4	18.7	21.1	27.6
9	8	12.3	13.4	14.7	16.4	18.8	22.2	27.8
9	9	12.3	13.4	14.7	16.5	18.8	22.3	27.9
9	10	12.3	13.4	14.8	16.5	18.9	22.4	28.1
9	11	12.4	13.4	14.8	16.6	19.0	22.5	28.2
10	0	12.4	13.5	14.8	16.6	19.0	22.6	28.4
10	1	12.4	13.5	14.9	16.7	19.1	22.7	28.5
10	2	12.4	13.5	14.9	16.7	19.2	22.8	28.7
10	3	12.5	13.6	15.0	16.8	19.2	22.8	28.8
10	4	12.5	13.6	15.0	16.8	19.3	22.9	29.0
10	5	12.5	13.6	15.0	16.9	19.4	23.0	29.1

10	6	12.5	13,7	15.1	16.9	19.4	24.1	29.3
10	7	12.6	13.7	15.1	17.0	19.5	24.2	29.4
10	8	12.6	13.7	152	17.0	19.6	243	29.6
10	9	12.6	13.8	15.2	17.1	19.6	24.4	29.7
10	10	12.7	13.8	15.3	17.1	19.7	24.5	29.9
10	11	12.7	13.8	15.3	17.2	19.8	24.6	30.0
11	0	12.7	13.9	15.3	17.2	19.9	24.7	30.2
11	1	12.8	13.9	15.4	17.3	19.9	24.8	30.3
11	2	12,8	140	15.4	17.4	20.0	24.9	30.5
11	3	12.8	14.0	15.5	17.4	20.1	25.0	30.6
11	4	12.9	14.0	15.5	17.5	20.2	25.1	30.8
11	5	12.9	14.1	15.6	17.5	20.2	25.2	30.9
11	6	12.9	14.1	15.6	17.6	20.3	25.3	31.1
11	7	13.0	14.2	15.7	17.7	20.4	25.4	31.2
11	8	13.0	14.2	15.7	17.7	20.5	25.5	31.4
11	9	13.0	14.3	15.8	17.8	20.6	25.7	31.5
11	10	13.1	14.3	15.8	17.9	20.6	25.8	31.6
11	11	13.1	14.3	15.9	17.9	20.7	25.9	31.8
12	0	13.2	14.4	16.0	18.0	20.8	26.0	31.9
12	1	13.2	14.4	16.0	18.1	20.9	26.1	32.0
12	2	13.2	14.5	16.1	18.1	21.0	26.2	32.2
12	3	13.3	14.5	16.1	18.2	21.1	26.3	32.3
12	4	13.3	14.6	16.2	18.3	21.1	26.4	32.4
12	5	13.3	14.6	16.2	18.3	21.2	26.5	32.6
12	6	13.4	14.7	16.3	18.4	21.3	26.6	32.7
12	7	13.4	14.7	16.3	18.5	21.4	26.7	32.8
12	8	13.5	14.8	16.4	18.5	21.5	26.8	33.0
12	9	13.5	14.8	16.4	18.6	21.6	26.9	33.1
12	10	13.5	14.8	16.5	18.7	21.6	27.0	33.2

Standar Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U)
Anak Laki-laki Usia 8-12 Tahun

Umur		Indeks Masa Tubuh (IMT)						
Tahun	Bulan	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
8	0	12.4	13.3	14.4	15.7	17.4	19.7	22.8
8	1	12.4	13.3	14.4	15.8	17.5	19.7	22.9
8	2	12.4	13.3	14.4	15.8	17.5	19.8	23.0
8	3	12.4	13.3	14.4	15.8	17.5	19.9	23.1
8	4	12.4	13.4	14.4	15.8	17.5	19.9	23.3
8	5	12.5	13.4	14.5	15.9	17.6	20.0	23.4
8	6	12.5	13.4	14.5	15.9	17.6	20.1	23.5
8	7	12.5	13.4	14.5	15.9	17.7	20.1	23.6
8	8	12.5	13.4	14.5	15.9	17.7	20.2	23.8
8	9	12.5	13.4	14.5	16.0	17.7	20.3	23.9
8	10	12.5	13.5	14.6	16.0	17.8	20.3	24.0
8	11	12.5	13.5	14.6	16.0	17.8	20.4	24.2
9	0	12.6	13.5	14.6	16.0	17.9	20.5	24.3
9	1	12.6	13.5	14.6	16.1	17.9	20.5	24.4
9	2	12.6	13.5	14.6	16.1	18.0	20.6	24.6
9	3	12.6	13.5	14.7	16.1	18.0	20.7	24.7
9	4	12.6	13.6	14.7	16.2	18.0	20.8	24.9
9	5	12.6	13.6	14.7	16.2	18.1	20.8	25.0
9	6	12.7	13.6	14.7	16.2	18.1	20.9	25.1
9	7	12.7	13.6	14.8	16.3	18.2	21.0	25.3
9	8	12.7	13.6	14.8	16.3	18.2	21.1	25.5
9	9	12.7	13.7	14.8	16.3	18.3	21.2	25.6
9	10	12.7	13.7	14.9	16.4	18.3	21.2	25.8
9	11	12.8	13.7	14.9	16.4	18.4	21.3	25.9
10	0	12.8	13.7	14.9	16.4	18.4	21.4	26.1
10	1	12.8	13.8	15.0	16.5	18.5	21.5	26.2
10	2	12.8	13.8	15.0	16.5	18.5	21.6	26.4
10	3	12.8	13.8	15.0	16.6	18.6	21.7	26.6
10	4	12.9	13.8	15.0	16.6	18.6	21.7	26.7
10	5	12.9	13.9	15.1	16.6	18.7	21.8	26.9
10	6	12.9	13.9	15.1	16.7	18.8	21.9	27.0

10	7	12.9	13.9	15.1	16.7	18.8	22.0	27.2
10	8	13.0	13.9	15.2	16.8	18.9	22.1	27.4
10	9	13.0	14.0	15.2	16.8	18.9	22.2	27.5
10	10	13.0	14.0	15.2	16.9	19.0	22.3	27.7
10	11	13.0	14.0	15.3	16.9	19.0	22.4	27.9
11	0	13.1	14.1	15.3	16.9	19.1	22.5	28.0
11	1	13.1	14.1	15.3	17.0	19.2	22.5	28.2
11	2	13.1	14.1	15.4	17.0	19.2	22.6	28.4
11	3	13.1	14.1	15.4	17.1	19.3	22.7	28.5
11	4	13.2	14.2	15.5	17.1	19.3	22.8	28.7
11	5	13.2	14.2	15.5	17.2	19.4	22.9	28.8
11	6	13.2	14.2	15.5	17.2	19.5	23.0	29.0
11	7	13.2	14.3	15.6	17.3	19.5	23.1	29.2
11	8	13.3	14.3	15.6	17.3	19.6	23.2	29.3
11	9	13.3	14.3	15.7	17.4	19.7	23.3	29.5
11	10	13.3	14.4	15.7	17.4	19.7	23.4	29.6
11	11	13.3	14.4	15.7	17.5	19.8	23.5	29.8
12	0	13.4	14.5	15.8	17.5	19.9	23.6	30.0
12	1	13.4	14.5	15.8	17.6	19.9	23.7	30.1
12	2	13.5	14.5	15.9	17.6	20.0	23.8	30.3
12	3	13.5	14.6	15.9	17.7	20.1	23.9	30.4
12	4	13.5	14.6	16.0	17.8	20.2	24.0	30.6
12	5	13.6	14.6	16.0	17.8	20.2	24.1	30.7
12	6	13.6	14.7	16.1	17.9	20.3	24.2	30.9
12	7	13.6	14.7	16.1	17.9	20.4	24.3	31.0
12	8	13.7	14.8	16.2	18.0	20.4	24.4	31.1
12	9	13.7	14.8	16.2	18.0	20.5	24.5	31.3
12	10	13.7	14.8	16.3	18.1	20.6	24.6	31.4

LAMPIRAN 4

Hasil Output Program Statistik

Usia Responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	9	7	10.8	10.8	10.8
	10	19	29.2	29.2	40.0
	11	32	49.2	49.2	89.2
	12	7	10.8	10.8	100.0
	Total	65	100.0	100.0	

Jenis kelaminresponden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	laki-laki	38	58.5	58.5	58.5
	perempuan	27	41.5	41.5	100.0
	Total	65	100.0	100.0	

Aktivitas fisik responden * Usia Responden Crosstabulation

Count		Usia Responden				Total
		9	10	11	12	
Aktivitas fisik responden	tinggi	5	14	25	5	49
	rendah	2	5	7	2	16
Total		7	19	32	7	65

Aktivitas fisik responden * Jenis kelaminresponden Crosstabulation

Count

		Jenis kelaminresponden		Total
		laki-laki	perempuan	
Aktivitas fisik responden	Tinggi	30	19	49
	rendah	8	8	16
Total		38	27	65

Status gizi responden * Usia Responden Crosstabulation

Count

		Usia Responden				Total
		9	10	11	12	
Status gizi responden	Sangat kurus	0	1	1	1	3
	Kurus	1	0	5	1	7
	Normal	5	15	23	3	46
	Gemuk	0	1	3	2	6
	Obesitas	1	2	0	0	3
Total		7	19	32	7	65

Status gizi responden * Jenis kelaminresponden Crosstabulation

Count

		Jenis kelaminresponden		Total
		laki-laki	perempuan	
Status gizi responden	Sangat kurus	2	1	3
	Kurus	3	4	7
	normal	30	16	46
	Gemuk	2	4	6
	obesitas	1	2	3
Total		38	27	65

Status gizi responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat kurus	3	4.6	4.6	4.6
	Kurus	7	10.8	10.8	15.4
	Normal	46	70.8	70.8	86.2
	Gemuk	6	9.2	9.2	95.4
	Obesitas	3	4.6	4.6	100.0
	Total	65	100.0	100.0	

Aktivitas fisik responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tinggi	49	75.4	75.4	75.4
	rendah	16	24.6	24.6	100.0
	Total	65	100.0	100.0	

Correlations

			Aktivitas fisik responden	Status gizi responden
Kendall's tau_b	Aktivitas fisik responden	Correlation Coefficient	1.000	.339**
		Sig. (2-tailed)	.	.004
		N	65	65
	Status gizi responden	Correlation Coefficient	.339**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.004	.
		N	65	65

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

LAMPIRAN 5

Jadwal Tentatif Penelitian

[illegible]

LAMPIRAN 6

Lembar Jawaban Responden

Nama (inisial): E P N
 Jenis Kelamin : laki-laki
 Kelas : 5.A
 Guru : Putut

Kami mencoba untuk mencari tahu tentang tingkat aktivitas fisik sejak 7 hari terakhir (pada minggu terakhir). Ini termasuk olahraga atau tari yang membuat adik berkeringat atau membuat kaki adik merasa lelah, atau permainan yang membuat adik bernafas keras, seperti kejar-kejaran, melompat, berlari, memanjat, dan lain-lain.

INGATLAH :

1. Tidak ada jawaban yang benar dan yang salah - ini bukan tes dan tidak mempengaruhi nilaimu di sekolah.
2. Jawablah semua pertanyaan dengan memberi tanda (✓) dengan **jujur dan akurat** sesuai yang adik bisa - ini sangat penting.

5 1. Aktivitas fisik diwaktu luang adik : apakah adik melakukan salah satu kegiatan berikut dalam 7 hari terakhir (minggu lalu) ? Jika ya, berapa kali? (berilah tanda (✓) hanya 1 kali pada tiap baris)

5

No.	Jenis Aktivitas	Tidak pernah	3-4 kali	1-2 Kali	5-6 kali	5 7 kali atau lebih
1.	Lompat tali	✓ 1				
2.	Sepatu roda	✓ 1				
3.	Kejar-kejaran			✓ 2		
4.	Berjalan untuk olahraga			✓ 2		
5.	Bersepeda					✓ 5
6.	Jogging atau berlari			✓ 2		
7.	Berenang			✓ 2		
8.	Bisbol, softball	✓ 1				
9.	Senam			✓ 2		

14.	Hoki	✓ 1				
15.	Kasti	✓ 1				
16.	Bola voli			✓ 2		
17.	Bola basket	✓ 1				
18.	Memanjat					✓ 5
19.	Lainya (sebutkan) :					

2. Pada 7 hari terakhir, selama pelajaran pendidikan jasmani, olahraga (POR), seberapa sering adik sangat aktif (bermain keras, berlari, melompat, melempar) ? (tanda salah satunya.)

- ☒ a. Saya tidak melakukan POR
- b. Hampir tidak pernah
- c. Terkadang
- d. Cukup sering
- e. Selalu

3. Dalam 7 hari terakhir, apa yang adik lakukan sebagian besar waktu saat istirahat ? (tanda salah satunya).

- a. Duduk (berbicara, membaca, mengerjakan tugas.)
- b. Berdiri atau berjalan keliling
- c. Sedikit berlari atau bermain aktif
- ☒ d. Agak sering berlari atau bermain aktif
- e. Selalu berlari atau bermain aktif

- b. Berdiri atau berjalan keliling
 - c. Sedikit berlari atau bermain aktif
 - d. Agak sering berlari atau bermain aktif
 - ☒ e. Selalu berlari atau bermain aktif
5. Dalam 7 hari terakhir, *segera setelah pulang sekolah*, berapa kali adik melakukan olahraga, senam, tari, atau bermain dimana adik sangat aktif? (tanda salah satu).
- a. Tidak pernah
 - ☒ b. 1 kali
 - c. 2 atau 3 kali
 - d. 4 kali
 - e. 5 kali
6. Dalam 7 hari terakhir *saat sore hari*, berapa kali adik melakukan olahraga, senam, tari, atau bermain dimana adik sangat aktif? (tanda salah satu).
- a. Tidak pernah
 - ☒ b. 1 kali
 - c. 2 atau 3 kali
 - d. 4 atau 5 kali
 - e. 6 atau 7 kali
7. Pada hari minggu kemarin, berapa kali adik melakukan olahraga, senam, tari, atau bermain dimana adik sangat aktif? (tanda salah satu).
- ☒ a. Tidak pernah
 - b. 1 kali
 - c. 2 - 3 kali
 - d. 4 - 5 kali
 - e. 6 kali atau lebih

- a. Semua atau sebagian waktu luang saya gunakan untuk melakukan hal-hal yang memerlukan sedikit usaha fisik.
- ☒ b. Saya kadang-kadang (1-2 kali minggu lalu) melakukan aktivitas fisik diwaktu luang (misal, berolahraga, berlari, berenang, bersepeda, senam).
- c. Saya sering (3-4 kali minggu lalu) melakukan aktivitas fisik diwaktu luang.
- d. Saya cukup sering (5-6 kali seminggu) melakukan hal-hal fisik diwaktu luang saya.
- e. Saya sangat sering (7 kali atau lebih seminggu) melakukan hal-hal fisik diwaktu luang saya.

9. Tandai beberapa sering adik melakukan aktivitas fisik (seperti olahraga bermain, game, melakukan tarian, atau aktivitas fisik lainnya) untuk setiap hari minggu lalu.

	Tidak pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Sangat sering
Senin..Kela..Koli	☐	☐	☒	☐	☐
Selasa..Maji..koba	☒	☐	☐	☐	☐
Rabu..latat..Tali	☒	☐	☐	☐	☐
Kamis..Kata..minten	☐	☒	☐	☐	☐
Jumat..Kata..sada	☐	☒	☐	☐	☐
Sabtu..mancing	☐	☐	☒	☐	☐
Minggu..Gim.	☐	☐	☐	☐	☒

LEMBAR OBSERVASI

A. Identitas Responden

1. Nama responden/inisial : EPR
2. Tanggal lahir : 17 oktober 2006
3. Jenis kelamin : laki-laki
4. Kelas : 5.A

B. Penilaian Status Gizi (diisi oleh peneliti)

1. TB Anak : 137 cm
2. BB Anak : 26 kg
3. IMT anak :

