

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN INDEKS MASSA TUBUH PADA
ANAK KELAS 4 DAN 5 SEKOLAH DASAR 6 PEGUYANGAN**

TUGAS AKHIR

**Diajukan Untuk Salah Satu Syarat
Guna Meraih Gelar Sarjana Kedokteran**



Oleh :

I Dewa Nyoman Gede Agung Wisnu Putra

NPM : 17700022

PROGRAM STUDI KEDOKTERAN FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA 2020

HALAMAN PERSETUJUAN TUGAS AKHIR
HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN INDEKS MASSA TUBUH
PADA ANAK KELAS 4 DAN 5 SEKOLAH DASAR 6 PEGUYANGAN

Ditunjukkan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran

Oleh :

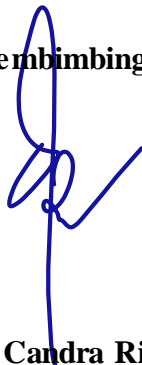
I Dewa Nyoman Gede Agung Wisnu Putra

NPM: 17700022

Menyetujui untuk diuji

Pada tanggal : 29 Juli 2021

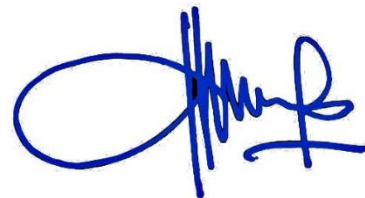
Pembimbing



DR. Dr. Candra Rini HP, M. Kes.

NIP: 197511102002122001

Penguji



Dr. I Made Subhawa Harsa, M.Si.

HALAMAN PENGESAHAN TUGAS AKHIR
HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN INDEKS MASSA TUBUH
PADA ANAK KELAS 4 DAN 5 SEKOLAH DASAR 6 PEGUYANGAN

Oleh :

I Dewa Nyoman Gede Agung Wisnu Putra

NPM: 17700024

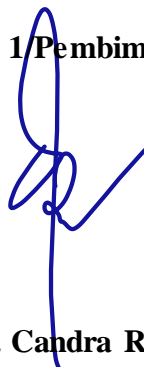
Telah Diuji Pada

Hari : Kamis

Tanggal : 29 Juli 2021

Dan dinyatakan lulus oleh :

Penguji I/Pembimbing

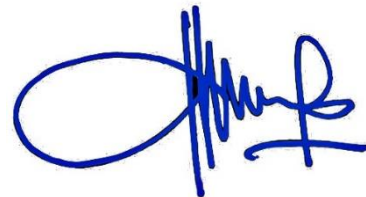


DR. Dr. Candra Rini HP, M. Kes.

M.Si.

NIP: 197511102002122001

Penguji II



Dr. I Made Subhawa Harsa,

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya :

Nama : I Dewa Nyoman Gede Agung Wisnu Putra

NPM : 17700022

Program Studi : Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya
Kusuma Surabaya

Dengan ini menyatakan bahwa Tugas Akhir yang saya tulis dengan judul “Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Indeks Massa Tubuh Pada Anak Kelas 4 dan 5 Sekolah Dasar 6 Peguyangan” benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Tugas Akhir ini adalah hasil plagiasi, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Surabaya,

Yang membuat pernyataan



(I Dewa Nyoman Gede Agung Wisnu Putra)

NPM : 17700024

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : I Dewa Nyoman Gede Agung Wisnu Putra

NPM : 17700022

Program studi : Pendidikan Dokter

Fakultas : Kedokteran

Universitas : Wijaya Kusuma Surabaya

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis dengan judul “Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Indeks Massa Tubuh Pada Anak Kelas 4 dan 5 Sekolah Dasar 6 Peguyangan”, bersedia untuk diunggah dalam *eripository* Universitas Wijaya Kusuma Surabaya dan dimanfaatkan untuk masyarakat luas.

Surat pernyataan persetujuan ini digunakan sebagaimana diperlukan.

Surabaya, 31 Juli 2021

Yang membuat pernyataan,

A photograph showing a handwritten signature in black ink over a 10,000 Indonesian Rupiah banknote. The signature is written in a cursive style. The banknote is partially visible, showing the number '10000' and the word 'MILIKAT'.

(I Dewa Nyoman Gede Agung Wisnu Putra)

NPM: 17700022

KATA PENGANTAR

Dengan rahmat dan petunjuk Allah SWT atas berkat dan karunia-Nya, beserta perjuangan yang maksimal, penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir dengan judul **“HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN INDEKS MASSA TUBUH PADA ANAK KELAS 4 DAN 5 SEKOLAH DASAR 6 PEGUYANGAN”**. Adapun maksud dan tujuan penulis menyusun proposal ini adalah sebagai acuan dalam mengerjakan Proposal Tugas Akhir yang merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana Kedokteran pada Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.

Penulis berterimakasih berkat dukungan dari berbagai pihak, oleh karena itu peneliti sampaikan terima kasih yang tak terhingga kepada :

1. Prof. Dr. Suhartati, dr, MS. dekan Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang telah memberi kesempatan kepada penulis menuntut ilmu di Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya
2. DR. Dr. Candra Rini HP, M.Kes. sebagai pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan serta dorongan dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini serta selalu sabar dan menuntun penulis dari awal pembuatan Proposal Tugas Akhir sampai selesai.
3. Dr. I Made Subhawa Harsa, M.Si. selaku dosen penguji yang telah meluangkan waktunya untuk menguji penulis demi perkembangan penulisan dan perbaikan Proposal Tugas Akhir ini.

4. Seluruh Tim Pelaksana Tugas Akhir dan sekretariat Tugas Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang telah memfasilitasi proses penyelesaian Proposal Tugas Akhir.
5. Kedua orang tua, kakak dan adik yang selalu mengingatkan, memberikan doa, dukungan dan semangat tiada henti kepada penulis.
6. Segenap Tim Pelaksana Proposal Tugas Akhir Fakultas Kedokteran yang telah memfasilitasi proses penyelesaian Proposal Tugas Akhir.
7. Keluarga BEM kabinet BERGERAK FK UWKS, atas dukungan doa dan semangat dalam menyelesaikan Proposal Tugas Akhir ini.
8. Semua pihak yang tidak mungkin penulis sebut satu persatu yang telah membantu penyelesaian Proposal Tugas Akhir ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan Proposaal Tugas Akhir ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis mengharapkan segala masukan demi sempurnanya tulisan ini.

Akhir kata, penulis berharap semoga proposal ini bermanfaat bagi pembaca, pengembangan ilmu kedokteran, dan berbagai pihak yang terkait.

Surabaya,

A handwritten signature in black ink, consisting of a large, stylized initial 'S' followed by a series of loops and a vertical stroke ending in a horizontal line.

Penulis

DAFTAR ISI

| | |
|---|-------------------------------------|
| HALAMAN PERSETUJUAN TUGAS AKHIR..... | 65 |
| HALAMAN PENGESAHAN TUGAS AKHIR..... | 66 |
| KATA PENGANTAR..... | 69 |
| ABSTRAK..... | 77 |
| HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN INDEKS MASSA TUBUH | 77 |
| ABSTRACT..... | 78 |
| DAFTAR ISI..... | 71 |
| DAFTAR GAMBAR..... | 73 |
| DAFTAR TABEL..... | 75 |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | 76 |
| BAB I PENDAHULUAN..... | Error! Bookmark not defined. |
| A. Latar Belakang | Error! Bookmark not defined. |
| B. Rumusan Masalah | Error! Bookmark not defined. |
| C. Tujuan Penelitian..... | Error! Bookmark not defined. |
| 1. Tujuan Umum..... | Error! Bookmark not defined. |
| 2. Tujuan Khusus | Error! Bookmark not defined. |
| D. Manfaat Penelitian | Error! Bookmark not defined. |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | Error! Bookmark not defined. |
| A. Aktivitas Fisik | Error! Bookmark not defined. |
| 1. Aktivitas Fisik..... | Error! Bookmark not defined. |
| 2. Beberapa Aktivitas Fisik Yang Mempengaruhi Tinggi Badan dan Berat Badan Anak. | Error! Bookmark not defined. |
| 3. Manfaat Melakukan Aktivitas Fisik..... | Error! Bookmark not defined. |
| B. IMT (Indeks Massa Tubuh)..... | Error! Bookmark not defined. |
| C. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) | Error! Bookmark not defined. |
| defined. | |
| BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN..... | Error! |
| Bookmark not defined. | |
| A. Kerangka Konsep..... | Error! Bookmark not defined. |

| | | |
|--------------------------------------|--|-------------------------------------|
| B. | Hipotesis Penelitian | Error! Bookmark not defined. |
| BAB IV METODE PENELITIAN..... | | Error! Bookmark not defined. |
| A. | Jenis dan Rancangan Penelitian | Error! Bookmark not defined. |
| 1. | Jenis Penelitian | Error! Bookmark not defined. |
| 2. | Rancangan Penelitian | Error! Bookmark not defined. |
| B. | Lokasi dan Waktu Penelitian | Error! Bookmark not defined. |
| C. | Populasi dan Sample | Error! Bookmark not defined. |
| 1) | Populasi..... | Error! Bookmark not defined. |
| 2) | Sample | Error! Bookmark not defined. |
| D. | Variabel Penelitian..... | Error! Bookmark not defined. |
| 1. | Variabel Independen | Error! Bookmark not defined. |
| 2. | Variabel Dependen..... | Error! Bookmark not defined. |
| E. | Definisi Operasional | Error! Bookmark not defined. |
| G. | Prosedur Penelitian | Error! Bookmark not defined. |
| 1. | Penjelasan diagram prosedur penelitian..... | Error! Bookmark not defined. |
| 2. | Jadwal pengumpulan data..... | Error! Bookmark not defined. |
| 3. | Alat dan bahan | Error! Bookmark not defined. |
| a) | Alat..... | Error! Bookmark not defined. |
| b) | Bahan..... | Error! Bookmark not defined. |
| 4. | Teknik pengolahan data | Error! Bookmark not defined. |
| H. | Analisis Data | Error! Bookmark not defined. |
| BAB V HASIL PENELITIAN..... | | Error! Bookmark not defined. |
| A. | Gambaran Umum Tempat Penelitian..... | Error! Bookmark not defined. |
| B. | Deskripsi Hasil Penelitian | Error! Bookmark not defined. |
| 2. | Tinggi Badan, Berat Badan dan Indeks Massa Tubuh (IMT) | Error! Bookmark not defined. |
| 3. | Aktivitas fisik | Error! Bookmark not defined. |
| C. | Uji Statistik | Error! Bookmark not defined. |
| BAB VI PEMBAHASAN..... | | Error! Bookmark not defined. |
| A. | Analisis Univariat..... | Error! Bookmark not defined. |
| 1. | Aktivitas fisik responden | Error! Bookmark not defined. |
| 2. | Indeks Masa Tubuh responden | Error! Bookmark not defined. |

| | |
|------------------------------------|-------------------------------------|
| B. Analisis Bivariat | Error! Bookmark not defined. |
| BAB VII KESIMPULAN..... | Error! Bookmark not defined. |
| A. Kesimpulan..... | Error! Bookmark not defined. |
| B. Saran..... | Error! Bookmark not defined. |
| 1. Bagi Masyarakat | Error! Bookmark not defined. |
| 2. Bagi Instansi terkait..... | Error! Bookmark not defined. |
| 3. Bagi Peneliti selanjutnya | Error! Bookmark not defined. |
| DAFTAR PUSTAKA..... | Error! Bookmark not defined. |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|--|-------------------------------------|
| Gambar III.1 : Kerangka Konsep..... | Error! Bookmark not defined. |
| Gambar IV. 1 : Prosedur Penelitian | Error! Bookmark not defined. |

Gambar V. 1: Rumah Siswa Sekolah Dasar No 6 Peguyangan Kelas 4 dan 5**Error! Bookmark not defined.**

Gambar V. 2 : Karakteristik Menurut Kategori IMT Responden Kelas 4 dan 5 di Sekolah Dasar No 6 Peguyangan Utara**Error! Bookmark not defined.**

Gambar V. 3 : Grafik Menurut Rata - Rata Tinggi Badan, Berat Badan dan Indeks Massa Tubuh (IMT) Responden Kelas 4 dan 5 di Sekolah Dasar No 6 Peguyangan Utara.....**Error! Bookmark not defined.**

Gambar V. 4 : Grafik Menurut Kategori Aktivitas Fisik Responden Kelas 4 dan 5 di Sekolah Dasar No 6 Peguyangan Utara.....**Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR TABEL

- Tabel IV. 1: Definisi Operational**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel IV. 2 : Kategori Kuisisioner**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel IV. 3 : Jadwal Pengumpulan Data**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel V. 1 : Rata-Rata Tinggi Badan, Berat Badan dan Indeks Massa Tubuh (IMT) Responden Kelas 4 dan 5 di Sekolah Dasar No 6 Peguyangan Utara..... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel V. 2 : Karakteristik Menurut Kategori Aktivitas Fisik Responden Kelas 4 dan 5 di Sekolah Dasar No 6 Peguyangan Utara.....**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel V. 3 : Pengelompokan Berdasarkan Aktivitas Fisik dan IMT Responden Kelas 4 dan 5 di Sekolah Dasar No 6 Peguyangan Utara**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel V. 4 : Hubungan Antara Aktivitas fisik Dengan Kategori IMT siswa Kelas 4 dan 5 di Sekolah Dasar No 6 Peguyangan Utara**Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|--|----|
| Lampiran 1 Pernyataan Keaslian Tulisan | 41 |
| Lampiran 2 Surat Permohonan Menjadi Responden | 42 |
| Lampiran 3 Surat Persetujuan Menjadi Responden | 43 |
| Lampiran 4 <i>Information Informed Consent</i> | 44 |
| Lampiran 5 Pernyataan Telah Melaksanakan <i>Informed Consent</i> | 46 |
| Lampiran 6 Kuisisioner Aktivitas Fisik Pada Anak Kelas 4 dan 5 Sekolah Dasar 6 Peguyangan | 77 |
| Lampiran 7 Sertifikat Etik | 52 |
| Lampiran 8 Jurnal | 53 |
| Lampiran 9 Pernyataan Bersedia Diunggah | 65 |

ABSTRAK

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN INDEKS MASSA TUBUH PADA ANAK KELAS 4 DAN 5 SEKOLAH DASAR 6 PEGUYANGAN

I Dewa Nyoman Gede Agung Wisnu Putra

Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.

Pembimbing: **DR. Dr. Candra Rini HP, M. Kes.**

email : idewanyomanwisnu9@gmail.com

ABSTRAK

Aktivitas fisik merupakan kegiatan yang memerlukan energi. Sedangkan olahraga ialah aktivitas fisik yang telah memiliki aturan dan rencana sendiri. Aktivitas fisik sangat berpengaruh terhadap tingkat kebugaran jasmani seseorang. Salah satu aktivitas fisik yang baik untuk meningkatkan kebugaran jasmani adalah berolahraga. Ukuran aktivitas fisik dapat dinilai berdasarkan jenis kegiatan yang dilakukan, frekuensi, intensitas, dan lamanya berolahraga. Indeks Massa Tubuh (IMT) adalah indikator sederhana dari hasil pembagian berat badan dengan kuadrat tinggi badan (kg/m^2) yang dapat menentukan seberapa besar risiko seseorang dapat terkena penyakit kardiovaskular. Dari penelitian yang dilakukan oleh peneliti didapatkan terdapat adanya hubungan yang sangat kuat antara aktivitas fisik dengan indeks massa tubuh pada anak Sekolah Dasar No 6 Peguyangan. Karena dalam penelitian ini ditandai dengan nilai IMT koefisien korelasi sebesar $-0,798$ yang menunjukkan bahwa adanya hubungan yang sangat kuat dengan PAQC memiliki koefisien korelasi positif $1,000$ yang menunjukkan hubungan antara aktivitas fisik anak dengan IMT. Hal ini dibuktikan dari hasil penelitian yaitu 100% responden dengan kategori aktivitas fisik tinggi dan sedang, diketahui 77% memiliki IMT normal. Sedangkan dari 100% responden dengan kategori aktivitas fisik rendah dan sangat rendah, diketahui 75% memiliki IMT gemuk.

Kata kunci : IMT (Indeks Massa Tubuh), Aktivitas fisik, Kardiovaskular

ABSTRACT

RELATIONSHIP OF PHYSICAL ACTIVITY WITH BODY MASS INDEX IN CLASS 4 AND 5 ELEMENTARY SCHOOL 6 PEGUYANGAN

I Dewa Nyoman Gede Agung Wisnu Putra

Faculty of Medicine, University of Wijaya Kusuma Surabaya.

Supervisor: DR. Dr. Candra Rini HP, M. Kes.

email : idedwanyomanwisnu9@gmail.com

ABSTRACT

Physical activity is an activity that requires energy. While sport is a physical activity that has its own rules and plans. Physical activity is very influential on the level of physical fitness of a person. One of the good physical activities to improve physical fitness is ad. Measures of physical activity can be assessed based on the type of activity performed, the frequency, intensity, and duration of exercise. Body Mass Index (BMI) is a simple indicator of dividing weight by the square of height (kg/m²) that can determine how much a person's risk of developing cardiovascular disease is. From the research conducted by researchers, it was found that there is a very strong relationship between physical activity and body mass index in elementary school children No. 6 Peguyangan. Because in this study, it is marked by the BMI value of the correlation coefficient of -0.798 which shows that there is a very strong relationship with PAQC having a positive correlation coefficient of 1,000 which shows the relationship between children's physical activity and BMI. This is evidenced by the results of the study, namely 100% of respondents with high and moderate physical activity categories, it is known that 77% have a normal BMI. Meanwhile, out of 100% of respondents with low and very low physical activity categories, it is known that 75% have a fat BMI.

Keywords: BMI (Body Mass Index), Physical activity, Cardiovascular