

HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU DAN AKTIVITAS FISIK ANAK TERHADAP STATUS GIZI ANAK USIA 6-12 TAHUN DI SD NEGERI 1 SRENGSEM

Cindi Cantika Viyani¹, Yesi Nurmalasari^{2*}, Festy Ladyani Mustofa³,
Dessy Hermawan⁴

¹Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati

^{2,3}Departemen Ilmu Gizimedik Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati

⁴Prodi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati

[*Email korespondensi: yesi.muhammad@gmail.com]

Abstract: Correlation between Mother's Knowledge and Children's Physical Activity on the Nutritional Status of Children Aged 6-12 Years at SD Negeri 1 Srengsem. Nutritional status is the condition of the body that occurs as a result of food consumption or a measure of success in fulfilling nutrition. Deficiency and excess nutrition can affect the growth and development of children. Several factors can affect nutritional status, namely mother's knowledge and child's physical activity. The research aims to determine the relationship between mother's knowledge and children's physical activity on the nutritional status of children aged 6-12 years. This research is a quantitative research and the research design used is analytic observational with a cross-sectional approach. The population in this study were all students at SDN 1 Srengsem aged 6-12 years. The sample used was 225 students selected by statistical random sampling method. Data collection was carried out by measuring the child's weight and height and filling out questionnaires. Statistical test using Spearman test. The statistical test results showed that there was a relationship between mother's knowledge and the nutritional status of children aged 6-12 years at SD Negeri 1 Srengsem with a p value of 0.000 with a correlation coefficient of 0.475, meaning that the level of relationship strength was sufficient. The statistical test results also showed that there was a relationship between children's physical activity and the nutritional status of children aged 6-12 years at SD Negeri 1 Srengsem with a p value of 0.000 with a correlation coefficient of 0.267 meaning that the level of relationship strength was sufficient. Children's nutritional status is influenced by mother's knowledge and child's physical activity. So it is necessary to increase mother's knowledge about nutrition and explain to children to do more physical activity instead of playing gadgets.

Keywords: Nutrition, Knowledge, Activity

Abstrak: Hubungan Pengetahuan Ibu dan Aktivitas Fisik Anak Terhadap Status Gizi Anak Usia 6-12 Tahun di SD Negeri 1 Srengsem. Status gizi adalah keadaan tubuh yang terjadi akibat konsumsi makanan atau ukuran keberhasilan dalam pemenuhan nutrisi. Kekurangan dan kelebihan gizi dapat mempengaruhi tumbuh kembang anak. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi status gizi yaitu pengetahuan ibu dan aktivitas fisik anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu dan aktivitas fisik anak terhadap status gizi anak usia 6-12 tahun. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dan rancangan penelitian yang digunakan yaitu observasional analitik dengan pendekatan crosssectional. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa di SD Negeri 1 Srengsem yang berusia 6-12 tahun. Sampel yang digunakan berjumlah 225 siswa yang dipilih dengan metode stratified random sampling. Pengambilan data dilakukan dengan pengukuran berat dan tinggi badan anak serta pengisian kuisioner. Uji statistik dengan menggunakan uji spearman. Hasil uji statistik menunjukkan terdapat hubungan antara pengetahuan ibu dan status gizi anak usia 6-12 tahun di SD Negeri 1 Srengsem dengan nilai p value 0,000 dengan koefisien

korelasi sebesar 0,475, artinya tingkat kekuatan hubungan cukup. Hasil uji statistik juga menunjukkan terdapat hubungan antara aktivitas fisik anak dan status gizi anak usia 6-12 tahun di SD Negeri 1 Srengsem dengan nilai p value 0,000 dengan koefisien korelasi sebesar 0,267 artinya tingkat kekuatan hubungan cukup. Status gizi anak dipengaruhi oleh pengetahuan Ibu dan aktivitas fisik anak. Sehingga diperlukan peningkatan pengetahuan Ibu tentang gizi serta penjelasan ke anak untuk lebih banyak melakukan aktivitas fisik daripada bermain gadget.

Kata Kunci: Gizi, Pengetahuan, Aktivitas

PENDAHULUAN

Status gizi adalah keadaan tubuh yang terjadi akibat konsumsi makanan atau ukuran keberhasilan dalam pemenuhan nutrisi, adanya keseimbangan antara jumlah asupan zat gizi dan jumlah yang dibutuhkan oleh tubuh untuk berbagai fungsi biologis seperti pertumbuhan fisik, perkembangan, aktivitas atau produktivitas, pemeliharaan kesehatan, dan lain-lain (Andini et al., 2020). Kebutuhan zat gizi oleh tubuh dapat dilihat melalui pertumbuhan fisik, ukuran tubuh dan antropometri (Angkat, 2018). Pendek, berat badan kurang, berat badan lebih dan kurus merupakan kategori hasil pengukuran dari indeks antropometri konvensional untuk mengukur status kekurangan gizi (Andini et al., 2020).

Menurut data *World Health Organization* (WHO 2014), sebanyak 51 juta anak diseluruh dunia berada pada kondisi kurus, sebanyak 161 juta mengalami pendek, dan 42 juta mengalami kasus kegemukan dan obesitas. Berdasarkan Laporan Nasional Riskesdas tahun 2018 prevalensi status gizi anak usia 5-12 tahun berdasarkan pada IMT/U di Indonesia yaitu 9,25% berada di kategori kurus yang terdiri dari 6,8% kategori kurus dan 2,4% kategori sangat kurus. Selain kategori kurus yang dipermasalahkan, kategori kegemukan di Indonesia juga demikian, prevalensi kegemukan di Indonesia menginjak angka 20% yang terdiri dari gemuk sebesar 10,8% dan 9,2% masuk kategori obesitas.

Menurut Riset Kesehatan Dasar (2018), prevalensi status gizi (TB/U) pada anak umur 5-12 tahun di Provinsi Lampung, kota Bandar Lampung menunjukkan sebanyak 5,13% sangat pendek, 14,03% pendek, 80,84%

normal. Sedangkan prevalensi status gizi (IMT/U) pada anak umur 5-12 tahun di Provinsi Lampung, kota Bandar Lampung menunjukkan sebanyak 8,06% gizi kurang, 65,85% normal, 12,20% gizi lebih, dan 12,16 anak obesitas (Kemenkes RI, 2018).

Rendahnya status gizi pada anak dapat disebabkan oleh berbagai faktor. Menurut UNICEF (2012) terdapat dua penyebab yang mempengaruhi status gizi seseorang yaitu penyebab langsung dan penyebab tidak langsung (Tinneke, 2015). Faktor langsung antara lain asupan makanan, aktivitas fisik anak dan penyakit infeksi. Faktor tidak langsung terdiri dari pendidikan orang tua, jenis pekerjaan, pendapatan orang tua, ketersediaan pangan, pola makan, dan pengetahuan Ibu tentang gizi itu sendiri. Faktor yang sangat umum adalah kurangnya tingkat pengetahuan Ibu tentang gizi anak (Apriyanti et al., 2020).

Pengetahuan gizi adalah sesuatu yang diketahui tentang makanan dalam hubungannya dengan kesehatan optimal dapat meliputi pengetahuan tentang pemilihan dan konsumsi sehari-hari dengan baik. Pengetahuan Ibu tentang status gizi sangat diperlukan untuk membentuk perilaku positif dalam hal memenuhi kebutuhan gizi sebagai salah satu unsur penting yang mendukung status kesehatan seseorang, untuk menghasilkan perilaku yang dibutuhkan untuk memelihara, mempertahankan ataupun meningkatkan keadaan gizi yang baik (Puspitasari & Kartikasari, 2019). Oleh karena itu jika seorang ibu memiliki pengetahuan gizi yang kurang maka asupan makanan yang akan diberikan kepada anak kurang tepat dan bisa mempengaruhi status gizi anak (Suriani et al., 2021). Hal ini sesuai

dengan penelitian yang dilakukan di wilayah Desa Gogik, Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang (Sundari & Khayati, 2020).

Faktor lain yang dapat mempengaruhi usaha perbaikan gizi anak yaitu aktivitas fisik anak. Aktivitas fisik adalah semua kegiatan atau gerakan tubuh yang terdiri dari edukasi fisik, kegiatan masyarakat dan aktivitas diwaktu luang yang dapat menimbulkan aktivitas otot sehingga menghasilkan peningkatan pengeluaran energy (Damayanti et al., 2019). Aktivitas fisik pada anak-anak baik di sekolah maupun di rumah berperan penting dalam penentuan status gizi anak (Anggraini, 2014). Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Saparua, kabupaten Maluku tengah (2021) dengan hasil nilai $p = 0,024$. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara aktivitas fisik dengan status gizi lebih. Anak yang kurang melakukan aktivitas fisik akan berdampak pada berat badan dan status gizi yang berlebih (Tomasoa et al., 2021) Aktivitas fisik semasa anak-anak dan remaja dapat menurunkan risiko terhadap faktor yang berhubungan dengan risiko terjadinya penyakit kronis.

Berdasarkan survey awal yang peneliti lakukan dimana melibatkan 30 peserta didik di SD Negeri 1 Srengsem Panjang Kota Bandar Lampung pada pengukuran status gizi menunjukkan hasil Gizi kurang: 16,66%, Gizi normal: 13,33%, Gizi lebih: 40%, dan Obesitas :30%. Penyebab tingginya nilai status gizi kurang, gizi lebih dan obesitas serta rendahnya nilai status gizi normal ini dapat disebabkan oleh berbagai macam faktor risiko baik langsung ataupun tidak langsung. Oleh karena itu untuk mengetahui faktor apa saja yang dapat mempengaruhi nilai status gizi anak di SD Negeri 1 Srengsem, maka peneliti tertarik melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan Ibu Dan Aktivitas Fisik Anak Terhadap Status Gizi Anak Usia 6-12 Tahun di SD Negeri 1 Srengsem.

METODE

Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik dengan nomor 3066/EC/KEP-UNMAL/I/2023.

Rancangan penelitian yang digunakan yaitu observasional analitik, adalah penelitian yang tidak melakukan perlakuan/intervensi apapun terhadap variabel penelitian. Teknik pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan *cross sectional* yaitu mempelajari antara korelasi antara faktor-faktor resiko dengan efek berupa penyakit atau status kesehatan.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua anak yang bersekolah di SD Negeri 1 Srengsem Kecamatan Panjang Kota Bandar Lampung yang berusia 6-12 tahun. Total populasi di SD Negeri 1 Srengsem sebanyak 514 orang, maka besar sampel minimal dihitung dengan menggunakan rumus Slovin yaitu 225 siswa. Untuk pengambilan sampelnya menggunakan metode stratified random sampling.

Variabel dependen pada penelitian ini adalah status gizi anak usia 6-12 tahun di SD Negeri 1 Srengsem dengan rumus IMT/U, sehingga pengumpulan data status gizi anak dilakukan dengan pengukurun tinggi badan dan berat badan. Variabel independen pada penelitian ini adalah pengetahuan ibu tentang gizi dan aktivitas fisik anak. Pengukuran tingkat aktivitas fisik anak melalui pengisian kuesioner PAQ-C, sedangkan pengukuran tingkat pengetahuan ibu melalui pengisian kuesioner dari penelitian sebelumnya yang telah diuji validitas dan reabilitas oleh penelitian (Wahyuni, 2013) dengan judul penelitian "Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan Status Gizi Anak Balita Di Desa Ngemplak Kecamatan Karangpandan Kabupaten Karanganyar" yang dilakukan pada 30 responden. Teknik pengolahan data dalam penelitian ini menggunakan analisis uji spearman. Alasan digunakannya uji spearman.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden

Variable Demografis	Frekuensi	Persentase (%)
Status Gizi		
• Kurang	7	3,1%
• Normal	151	67,1%
• Lebih	36	16,0%
• Obesitas	31	13,8%
Pengetahuan Ibu		
• Kurang	88	39,1%
• Cukup	102	45,3%
• Baik	35	15,6%
Aktivitas Fisik		
• Kurang	43	19,1%
• Baik	182	80,9%

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa di SD Negeri 1 Srengsem, sebagian besar anak usia 6 - 12 tahun dengan status gizi normal yang berjumlah 151 (67,1%) responden serta terdapat 7 (3,1%) anak dengan status gizi kurang, 36 (16,0%) dengan status gizi lebih dan 31 (13,6%) anak dengan status gizi obesitas. Diketahui bahwa di SD Negeri 1 Srengsem, sebagian besar ibu dari anak usia 6 - 12 tahun dengan tingkat pengetahuan cukup yang

berjumlah 102 responden (45,3%) serta terdapat 35 (15,6%) responden dengan tingkat pengetahuan ibu baik. Sedangkan untuk ibu dengan tingkat pengetahuan kurang yaitu 88 (39,1%) responden. Di SD Negeri 1 Srengsem, sebagian besar anak usia 6 - 12 tahun dengan aktivitas fisik baik yang berjumlah 182 (82,2%) responden serta terdapat 43 (19,1%) anak dengan tingkat aktivitas fisik kurang.

Tabel 2. Hubungan Pengetahuan Ibu Dengan Status Gizi Anak

Spearman's Rho	N	Sig.	Cor.
Pengetahuan Ibu	225	0,000	0,475-1,000
Status Gizi			

Berdasarkan uji statistik diketahui nilai signifikansi sebesar 0,000 atau $p < 0,05$ yang artinya ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu dengan status gizi anak usia 6-12 tahun di SD Negeri 1 Srengsem. Berdasarkan hasil analisis data didapatkan angka koefisien korelasi sebesar 0,475 yang artinya tingkat kekuatan hubungan (korelasi) antara variabel tingkat pendidikan dengan

status gizi anak usia 6-12 tahun sebesar 0,475 atau hubungan cukup.

Berdasarkan hasil analisis data juga didapatkan angka koefisien korelasi bernilai positif, yaitu 0,475 sehingga hubungan kedua variabel bersifat searah (jenis hubungan searah), dengan demikian dapat diartikan semakin tinggi tingkat pengetahuan ibu maka semakin baik status gizi anak usia 6-12 tahun di SDN 1 Srengsem.

Tabel 3. Hubungan Aktivitas Fisik Anak Dengan Status Gizi Anak

Spearman's Rho	N	Sig.	Cor.
Aktivitas Fisik Anak	225	0,000	0,267-1,000
Status Gizi			

Berdasarkan uji statistik diketahui nilai signifikansi sebesar 0,000 atau $p < 0,05$ yang artinya ada hubungan yang signifikan antara pola asuh dengan status gizi anak usia 6-12 tahun di SD Negeri 1 Srengsem. Berdasarkan hasil analisis data didapatkan angka koefisien korelasi sebesar 0,267, artinya tingkat kekuatan hubungan (korelasi) antara variabel aktifitas fisik dengan status gizi anak usia 6-12 tahun sebesar 0,267 atau hubungan cukup. Berdasarkan hasil analisis data juga didapatkan angka koefisien korelasi bernilai positif, yaitu 0,267 sehingga hubungan kedua variabel bersifat searah (jenis hubungan searah), dengan demikian dapat diartikan semakin baik aktivitas fisik maka semakin baik status gizi anak usia 6-12 tahun di SDN 1 Srengsem.

PEMBAHASAN

Status gizi adalah keadaan tubuh yang terjadi akibat konsumsi makanan atau ukuran keberhasilan dalam pemenuhan nutrisi, adanya keseimbangan antara jumlah asupan zat gizi dan jumlah yang dibutuhkan oleh tubuh untuk berbagai fungsi biologis seperti pertumbuhan fisik, perkembangan, aktivitas atau produktivitas, pemeliharaan kesehatan, dan lain-lain (Andini et al., 2020). Pengukuran status gizi dalam penelitian ini dilakukan dengan melakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan anak dan kemudian dihitung indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U) anak yang kemudian akan dinyatakan dalam bentuk Zscore. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada anak-anak usia 6-12 tahun di SD Negeri 1 Srengsem diketahui bahwa terdapat 151 (67,1%) anak dengan status gizi baik, 7 (3,1%) anak dengan status gizi kurang, 36 (16,0%) dengan status gizi lebih dan 31 (13,6%) anak dengan status gizi obesitas.

Status gizi memiliki dampak yang besar terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Selain itu status gizi juga berhubungan langsung dengan lamanya waktu yang diperlukan untuk penyembuhan setelah menderita infeksi,

luka, dan operasi yang berat. Kurangnya gizi pada anak berpengaruh negatif terhadap perkembangan mental, perkembangan fisik, produktivitas, dan kesanggupan kerja manusia (Anisa et al., 2017). Selain gizi kurang, masalah gizi lain yang harus diperhatikan adalah masalah gizi lebih dan obesitas. Masalah gizi lebih pada anak sekolah merupakan suatu hal yang dapat memperburuk kualitas sumber daya manusia, mengingat status gizi lebih dalam bentuk gemuk dan obesitas ketika mencapai dewasa beresiko lebih besar terhadap penyakit, seperti hipertensi, diabetes dan kanker yang selanjutnya dapat berdampak pada semakin meningkatnya angka kematian akibat penyakit-penyakit tersebut. Disamping itu, gizi lebih pada anak dapat menimbulkan gangguan terhadap psikologis anak, seperti keterbatasan dalam pergaulan (Suharsa & Sahnaz, 2016).

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa di SD Negeri 1 Srengsem, sebagian besar ibu dari anak usia 6 - 12 tahun dengan tingkat pengetahuancukup yang berjumlah 102 responden (45,3%). Pengukuran pengetahuan gizi dalam penelitian ini dilakukan dengan kuesioner yang menanyakan tentang isi materi terkait gizi yang ingin diukur. Pengetahuan gizi adalah sesuatu yang diketahui tentang makanan dalam hubungannya dengan kesehatan optimal. Pengetahuan gizi meliputi pengetahuan tentang pemilihan dan konsumsi sehari-hari dengan baik dan memberikan semua zat gizi yang dibutuhkan untuk fungsi normal tubuh. Pemilihan dan konsumsi bahan makanan berpengaruh terhadap status gizi seseorang. Status gizi baik atau status gizi optimal terjadi apabila tubuh memperoleh cukup zat gizi yang dibutuhkan tubuh. Status gizi kurang terjadi apabila tubuh mengalami kekurangan satu atau lebih zat gizi esensial. Sedangkan status gizi lebih terjadi apabila tubuh memperoleh zat gizi dalam jumlah yang berlebihan, sehingga menimbulkan efek yang membahayakan (Afriani, 2020).

Pengetahuan dan pemahaman ibu yang terbatas akan mempengaruhi pola pemenuhan gizi anak. Ibu yang tidak paham pentingnya gizi bagi pertumbuhan dan perkembangan anak dapat menyebabkan penerapan pola konsumsi makan belum sehat dan seimbang (Apriyanti et al., 2020). Berdasarkan hasil penelitian ini masih terdapat sebanyak 39,1% ibu dengan tingkat pengetahuan kurang. Pengetahuan dan pemahaman ibu yang terbatas akan mempengaruhi pola pemenuhan gizi pada anak. Ibu yang tidak paham pentingnya gizi bagi pertumbuhan dan perkembangan anak dapat menyebabkan penerapan pola konsumsi makan tidak sehat dan seimbang pada anak. Masih tingginya jumlah ibu dengan tingkat pengetahuan kurang dalam penelitian ini juga didukung oleh masih tingginya ibu dengan tingkat pendidikan rendah dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa di SD Negeri 1 Srengsem, sebagian besar anak usia 6 - 12 tahun dengan aktivitas fisik baik yang berjumlah 182 responden (80,9%) serta terdapat 43 (19,1%) anak dengan tingkat aktivitas fisik kurang. Definisi aktivitas fisik dalam penelitian ini adalah tingkat aktivitas fisik yang diperoleh dari anak sekolah dasar saat mengisi 9 pertanyaan kuesioner aktivitas fisik PAQ-C berisi 1-5 poin yang kemudian diambil rata-rata dari 9 item pertanyaan dimasukkan kedalam parameter aktivitas fisik oleh Kent C. Kowalski, et al. pada tahun 2004. Aktivitas fisik adalah semua kegiatan atau gerakan tubuh yang terdiri dari edukasi fisik, kegiatan masyarakat dan aktivitas diwaktu luang yang dapat menimbulkan aktivitas otot sehingga menghasilkan peningkatan pengeluaran energi. Aktivitas fisik penting untuk kesehatan fisik, emosional, dan mencapai berat badan yang normal (Damayanti et al., 2019). Setiap aktivitas fisik memerlukan energi untuk bergerak. Pengeluaran energi untuk aktivitas fisik harian ditentukan oleh jenis, intensitas dan lama aktivitas fisik (Hanum & Khomsan, 2016).

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan bahwa sebanyak 182 anak (80,9%) memiliki aktivitas fisik yang baik. Sekolah memiliki kebijakan melarang siswa menggunakan handphone pada saat jam pelajaran di jam sekolah hingga jam pelajaran sekolah usai. Sehingga dengan adanya kebijakan ini maka pada saat jam anak-anak cenderung melakukan aktivitas fisik melalui gerakan tubuh yang memerlukan pengeluaran energi seperti melakukan olahraga dan bermain kejar-kejaran dengan teman-temannya.

Berdasarkan hasil analisis data didapatkan angka koefisien korelasi sebesar 0,475, artinya tingkat kekuatan hubungan (korelasi) antara variabel tingkat pendidikan dengan status gizi anak usia 6-12 tahun sebesar 0,475 atau hubungan cukup. Berdasarkan hasil analisis data juga didapatkan angka koefisien korelasi bernilai positif, yaitu 0,475 sehingga hubungan kedua variabel bersifat searah (jenis hubungan searah), dengan demikian dapat diartikan semakin tinggi tingkat pengetahuan ibu maka semakin baik status gizi anak usia 6-12 tahun di SD Negeri 1 Srengsem,

Pengetahuan gizi adalah sesuatu yang diketahui tentang makanan dalam hubungannya dengan kesehatan optimal. Pengetahuan gizi meliputi pengetahuan tentang pemilihan dan konsumsi sehari-hari dengan baik dan memberikan semua zat gizi yang dibutuhkan untuk fungsi normal tubuh. Pemilihan dan konsumsi bahan makanan berpengaruh terhadap status gizi seseorang. Status gizi baik atau status gizi optimal terjadi apabila tubuh memperoleh cukup zat gizi yang dibutuhkan tubuh. Status gizi kurang terjadi apabila tubuh mengalami kekurangan satu atau lebih zat gizi esensial. Sedangkan status gizi lebih terjadi apabila tubuh memperoleh zat gizi dalam jumlah yang berlebihan, sehingga menimbulkan efek yang membahayakan (Afriani, 2020).

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Oktaningrum (2018) dengan judul hubungan pengetahuan dan sikap ibu dalam pemberian

makanan sehat dengan status gizi anak di SD Negeri 1 Beteng Kabupaten Magelang Jawa Tengah yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu dalam pemberian makanan sehat dengan status gizi anak di SD Negeri 1 Beteng Kabupaten Magelang Jawa Tengah. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil Apriyanti et al., (2020) dengan judul penelitian "Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Balita Di Desa Jelat Kecamatan Baregbeg Tahun 2020", yang menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi balita dengan status gizi pada balita di Desa Jelat Kecamatan Baregbeg Kabupaten Ciamis Tahun 2020.

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan bahwa terdapat 88 (39,1%) ibu yang memiliki tingkat pengetahuan kurang dengan 5 anak dengan status gizi kurang, 76 anak dengan status gizi normal, 2 anak dengan status gizi lebih dan 5 anak dengan status gizi obesitas. Tingkat pengetahuan ibu yang kurang dalam penelitian ini dikarenakan sebagian besar responden dalam penelitian ini adalah ibu dengan tingkat pendidikan rendah. Ibu yang tidak paham pentingnya gizi bagi pertumbuhan dan perkembangan anak dapat menyebabkan penerapan pola konsumsi makan tidak sehat dan seimbang.

Selain itu, berdasarkan penelitian ini juga diketahui bahwa terdapat 102 (45,3%) ibu yang memiliki tingkat pengetahuan cukup, diketahui bahwa terdapat 2 anak dengan status gizi kurang, 66 anak dengan status gizi normal, 25 anak dengan status gizi lebih dan 9 anak dengan status gizi obesitas. Sedangkan pada 35 (15,6) ibu yang memiliki tingkat pengetahuan baik dengan 9 anak dengan status gizi normal, 9 anak dengan status gizi lebih dan 17 anak dengan status gizi obesitas. Tingkat pengetahuan ibu dapat mempengaruhi nilai status gizi anak, hal ini dapat diketahui melalui hasil penelitian yang membuktikan bahwa jumlah anak yang mengalami gizi kurang lebih banyak terjadi pada

ibu dengan tingkat pengetahuan gizi yang rendah yaitu sebanyak 5 anak. Jumlah anak yang mengalami gizi kurang tersebut lebih banyak jika dibandingkan pada ibu dengan tingkat pengetahuan cukup dengan 2 anak yang mengalami status gizi kurang dan 0 anak dengan status gizi kurang pada ibu dengan tingkat pengetahuan gizi baik. Namun, berdasarkan penelitian ini juga diketahui, bahwa terdapat banyak anak dengan status gizi lebih dan obesitas terjadi pada ibu dengan tingkat pengetahuan cukup dan baik yang berarti membuktikan bahwa terdapat faktor lain yang dapat mempengaruhi status gizi anak. Faktor lain yang mempengaruhi status gizi anak di SD Negeri 1 Srengsem ini diantaranya yaitu pola asuh, pola makan dan sosial ekonomi.

Berdasarkan uji statistik diketahui nilai signifikansi atau sig.(2-tailed) sebesar 0,000 atau $< 0,05$ yang artinya ada hubungan yang signifikan antara pola asuh dengan status gizi anak usia 6-12 tahun di SD Negeri 1 Srengsem. Berdasarkan hasil analisis data didapatkan angka koefisien korelasi sebesar 0,267, artinya tingkat kekuatan hubungan (korelasi) antara variabel aktifitas fisik dengan status gizi anak usia 6-12 tahun sebesar 0,267 atau hubungan cukup. Berdasarkan hasil analisis data juga didapatkan angka koefisien korelasi bernilai positif, yaitu 0,267 sehingga hubungan kedua variabel bersifat searah (jenis hubungan searah), dengan demikian dapat diartikan semakin baik aktivitas fisik maka semakin baik status gizi anak usia 6-12 tahun di SD Negeri 1 Srengsem.

Aktivitas fisik adalah semua kegiatan atau gerakan tubuh yang terdiri dari edukasi fisik, kegiatan masyarakat dan aktivitas diwaktu luang yang dapat menimbulkan aktivitas otot sehingga menghasilkan peningkatan pengeluaran energi. Aktivitas fisik penting untuk kesehatan fisik, emosional, dan mencapai berat badan yang normal (Damayanti et al., 2019). Setiap aktivitas fisik memerlukan energi untuk bergerak. Pengeluaran energi untuk aktivitas fisik harian ditentukan

oleh jenis, intensitas dan lama aktivitas fisik. (Hanum & Khomsan, 2016). Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Octaviani (2018) dengan judul hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan status gizi pada anak Sekolah Dasar di SD Negeri 47/IV Kota Jambi yang menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan status gizi anak SD Negeri 47/IV Kota Jambi. Selain itu hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Basit et al., (2022) dengan judul "Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Pada Anak Sekolah Selama Masa Pandemi Covid-19 Di SDN Karang Mekar 9 Kota Banjarmasin" yang menunjukkan adanya hubungan antara aktivitas fisik dengan status gizi anak sekolah selama masa pandemi Covid-19 di SDN Karang Mekar 9 Kota Banjarmasin. Sejalan dengan hasil penelitian Octaviani et al., (2018) dengan judul "Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Pada Anak Sekolah Dasar Di SD Negeri 47/IV Kota Jambi", yang juga menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan status gizi pada anak sekolah dasar di SD Negeri 47/IV Kota Jambi.

Berdasarkan hasil penelitian ini juga dapat diketahui bahwa terdapat 182 anak (80,9%) yang memiliki tingkat aktivitas fisik baik. Hal ini dikarenakan sekolah memiliki kebijakan melarang siswa membawa dan menggunakan handphone pada saat jam pelajaran di jam sekolah hingga jam pelajaran sekolah usai. Sehingga dengan adanya kebijakan ini maka pada saat jam anak-anak cenderung melakukan aktivitas fisik melalui gerakan tubuh yang memerlukan pengeluaran energi seperti melakukan olahraga dan bermain kejar-kejaran dengan teman-temannya. Berdasarkan penelitian ini juga diketahui bahwa terdapat 120 anak dengan status gizi normal, 34 anak dengan status gizi lebih dan 28 anak dengan status gizi obesitas. Hal ini membuktikan bahwa tingkat aktivitas fisik anak dapat mempengaruhi nilai status gizi anak, hal ini dapat diketahui

melalui hasil penelitian yang membuktikan bahwa jumlah anak yang mengalami gizi kurang lebih banyak terjadi pada anak dengan tingkat aktivitas fisik kurang yaitu sebanyak 7 anak. Jumlah anak yang mengalami gizi kurang tersebut lebih banyak jika dibandingkan pada anak dengan tingkat aktivitas fisik baik yaitu 0 atau tidak ada anak yang mengalami status gizi kurang pada anak dengan tingkat aktivitas fisik baik.

Namun berdasarkan penelitian ini juga diketahui bahwa terdapat banyak anak dengan status gizi lebih dan obesitas terjadi pada anak dengan tingkat aktivitas fisik yang baik namun memiliki status gizi lebih dan obesitas. Hal ini membuktikan bahwa terdapat faktor lain yang dapat mempengaruhi status gizi anak. Faktor lain yang dapat mempengaruhi status gizi anak yaitu konsumsi atau asupan makanan anak. Secara umum Asupan makanan adalah informasi tentang jumlah dan jenis makanan yang dimakan atau dikonsumsi oleh seseorang atau kelompok orang pada waktu tertentu. Dari asupan makanan diperoleh zat gizi esensial yang dibutuhkan tubuh untuk memelihara pertumbuhan dan kesehatan yang baik (Uce, 2018).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian diatas, maka kesimpulan dalam penelitian ini yaitu anak usia 6 - 12 tahun dengan status gizi normal yang berjumlah 151 responden (67,1%). Ibu dari anak usia 6 - 12 tahun dengan tingkat pengetahuan cukup yang berjumlah 102 responden (45,3%). Anak usia 6 - 12 tahun dengan aktivitas fisik baik berjumlah 185 responden (82,2%). Ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu dengan status gizi anak usia 6-12 tahun di SD Negeri 1 Srengsem. Ada hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan status gizi anak usia 6-12 tahun di SD Negeri 1 Srengsem. Berdasarkan penelitian ini diharapkan agar ibu dapat menambah wawasan dan pengetahuan terkait gizi baik melalui media cetak, elektronik maupun dengan mengikuti

kegiatan posyandu atau penyuluhan yang diadakan oleh lembaga kesehatan. Selain itu bagi ibu yang memiliki anak dengan status gizi kurang, status gizi lebih maupun obesitas disarankan untuk melakukan konsultasi ke puskesmas di bagian UKP gizi.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriani, K. (2020). *Gambaran Pengetahuan Ibu Balita Tentang Gizi Dan Status Gizi Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga Pekanbaru*.
- Andini, E. N., Udiyono, A., Sutiningsih, D., & Wuryanto, M. A. (2020). Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi pada Anak Usia 0-23 Bulan Berdasarkan Composite Index of Anthropometric Failure (CIAF) di Wilayah Kerja Puskesmas Karangayu Kota Semarang. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, 5(2), 104–112. <https://doi.org/10.14710/jekk.v5i2.5898>
- Anggraini, L. (2014). *Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik Terhadap Status Gizi Pada Anak Usia Pra Sekolah*.
- Angkat, A. (2018). *Penyakit Infeksi Dan Praktik Pemberian MP-ASI Terhadap Kejadian Stunting Pada Anak Usia 12-36 Bulan Di Kecamatan Simpang Kiri Kota Subulussalam*. 1(1), 52–58.
- Anisa, A. F., Darozat, A., Aliyudin, A., Maharani, A., Fauzan, A. I., Fahmi, B. A., Budiarti, C., Ratnasari, D., N, D. F., & Hamim, E. A. (2017). Permasalahan gizi masyarakat dan upaya perbaikannya. *Gizi Masyarakat*, 40, 1–22.
- Apriyanti, S. ., Zen, D. ., & Sastraprawira, T. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Balita Di Desa Jelat Kecamatan Baregbeg Tahun 2020. *Molecules*, 2(1), 1–12. <http://clik.dva.gov.au/rehabilitation-library/1-introduction-rehabilitation%0Ahttp://www.scirp.org/journal/doi.aspx?DOI=10.4236/as.2017.81005%0Ahttp://www.scirp.org/journal/PaperDownload.aspx?DOI=10.4236/as.2012.34066%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.bi.201>
- Damayanti, A. Y., Darni, J., & Octavia, R. (2019). Hubungan Aktifitas Fisik dengan Status Gizi Siswa Madrasah Ibtidaiyah Nurussalam. *Nutrire Diaita*, 11(2), 42–46.
- Hanum, N. L., & Khomsan, A. (2016). Pola Asuh Makan, Perkembangan Bahasa, Dan Kognitif Anak Balita Stunted Dan Normal Di Kelurahan Sumur Batu, Bantar Gebang Bekasi. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 7(2), 81. <https://doi.org/10.25182/jgp.2012.7.2.81-88>
- Kemenkes RI. (2018). Riset Kesehatan Dasar Risesdas 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, Id, 1–674.
- Puspitasari, B., & Kartikasari, M. (2019). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Balita Dengan Status Gizi Balita Umur 1-3 Tahun Di Posyandu Jaan Desa Jaan Kecamatan Gondang Kabupaten Nganjuk. *Jurnal Kebidanan Dharma Husada*, 5(2), 53–59. <https://doi.org/10.35890/jkdh.v5i2.68>
- Suharsa, H., & Sahnaz. (2016). Status Gizi Lebih dan Faktor-faktor lain yang Berhubungan pada Siswa Sekolah Dasar Islam Tirtayasa Kelas IV dan V di Kota Serang Tahun 2014. *Jurnal Lingkar Widyaiswara*, 3(1), 53–76. www.juliwi.com
- Sundari, S., & Khayati, Y. N. (2020). Analisis Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi dengan Status Gizi Balita. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 3(1), 17–22. <https://doi.org/10.35473/ijm.v3i1.343>
- Suriani, N., Moleong, M., & Kawuwung, W. (2021). Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Dengan Kejadian Gizi Kurang Pada Balita Di Desa Rambusaratu Kecamatan Mamasa.

Jurnal Kesehatan Masyarakat UNIMA, 02(03), 53–59.
<https://ejurnal-mapalus-unima.ac.id/>

- Tinneke, putri. (2015). *Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Balita di Daerah Miskin Perdesaan dan Perkotaan di Kabupaten Bojonegoro*. 1–21.
<http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/123707-S-5516-Faktor-faktor-Literatur.pdf>
- Tomasoa, V. A., Dary, D., & Dese, D. C. (2021). Hubungan Asupan Makan dan Aktifitas Fisik Terhadap Status Gizi Anak Usia Sekolah. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 6(2).
<https://doi.org/10.30651/jkm.v6i2.7819>
- Uce, L. (2018). Pengaruh Asupan Makanan Terhadap Kualitas Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Dini. *Bunayya Jurnal Pendidikan Anak*, 4(2), 79–92.
- Wahyuni, I. S. (2013). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan Status Gizi Anak Balita Di Desa Ngemplak Kecamatan Karangpandan Kabupaten Karanganyar*. 1–90.