

BAB VI

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kebiasaan *sedentari* dengan kejadian status gizi lebih pada anak usia 10-12 Tahun di SD Muhammadiyah Manyar Gresik. Penelitian ini termasuk penelitian dengan mode observasional analitik yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara kebiasaan *sedentari* dengan status gizi lebih pada anak usia 10-12 tahun di SD Muhammadiyah Manyar Gresik. Penelitian ini mengambil jumlah sampel sebanyak 70 sampel dengan rumus slovin dan metode simple random sampling.

Hasil penelitian menunjukkan anak dengan status gizi lebih (*overweight* dan obesitas) terbanyak adalah pada responden kelas 5 sebanyak 11 (68,8%) anak *overweight* dan 8 (42,1%) anak obesitas yang mana sebagian besar siswa kelas 5 adalah anak usia 11 tahun. Sesuai pada hasil penelitian ini juga menunjukkan anak dengan status gizi lebih (*overweight* dan obesitas) terbanyak adalah pada anak usia 11 tahun dengan 10 (62,5%) siswa *overweight* dan 10 (52,6%) siswa obesitas. Total siswa pada anak usia 11 tahun adalah sebanyak 31 (44,3%) siswa. Hal ini tidak sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Supriyatini pada tahun 2016 yang meneliti mengenai faktor risiko gizi lebih pada anak usia 9-11 tahun di sekolah dasar marsudirini semarang pada tahun 2016 yang menemukan bahwa lebih banyak anak berstatus gizi lebih adalah anak dengan usia 10 tahun (Supriyatini et al., 2017). Penelitian lain juga yang dilakukan Ermona dan Wirjatmadi pada tahun 2017 mengenai hubungan aktivitas fisik dan asupan gizi lebih pada anak usia sekolah dasar di SDN ketabang 1 Kota Surabaya menghasilkan bahwa anak dengan status gizi lebih paling banyak adalah anak usia 10 tahun sebanyak 37 anak, kemudian diikuti oleh anak usia 11 tahun sebanyak 32 anak (Ermona & Wirjatmadi, 2018).

Hasil penelitian menunjukkan anak dengan status gizi lebih terbanyak adalah anak dengan jenis kelamin laki-laki dengan 10 (62,5%) siswa *overweight* dan 13 (68,4%) obesitas. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahma dan Wirjatmadi pada tahun 2020 mengenai hubungan antara aktivitas fisik

dan aktivitas *sedentari* dengan status gizi bahwa anak laki-laki dengan status gizi lebih memiliki presentase lebih banyak yaitu 18 siswa dibandingkan dengan anak perempuan yang hanya 4 siswa (Rahma & Wirjatmadi, 2020). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ariawan pada tahun 2021 mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi pada anak usia sekolah di SD 4 penebel bahwa lebih banyak anak laki-laki yang berstatus gizi lebih dibandingkan dengan anak perempuan (Ariawan et al., 2021). Penelitian lain mengenai faktor risiko gizi lebih pada anak umur 9-11 tahun di sekolah dasar marsudirini Semarang tahun 2016 yang dilakukan oleh Supriyatini yang mengemukakan hasil bahwa anak laki-laki lebih banyak yang berstatus gizi lebih dibandingkan anak perempuan (Supriyatini et al., 2017). Penelitian lain yang dilakukan oleh rahma dan wirjatmadi tahun 2020 mengenai hubungan antara aktivitas fisik dan aktivitas *sedentari* dengan status gizi lebih pada anak sekolah dasar mengemukakan hasil bahwa anak laki-laki dengan status gizi lebih memiliki presentase lebih banyak daripada anak perempuan dengan status gizi lebih (Rahma & Wirjatmadi, 2020).

Hasil penelitian mengenai aktivitas fisik pasif (*sedentari*) yang dilakukan anak usia 10-12 tahun di SD Muhammadiyah Manyar didapatkan hasil bahwa selama *weekday* aktivitas *sedentari* berbasis duduk tertinggi adalah kegiatan belajar di sekolah. Sedangkan, aktivitas *sedentari* berbasis screen time tertinggi selama *weekday* adalah menonton TV. Sedangkan, selama *weekend* aktivitas *sedentari* berbasis duduk yang paling banyak dilakukan adalah membaca buku dan aktivitas *sedentari* berbasis screen time yang banyak dilakukan adalah penggunaa handphone. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Rahma dan Wirjatmadi pada tahun 2020 mengenai aktivitas *sedentari* yang paling banyak dilakukan anak usia Sekolah Dasar. Penelitian Rahma dan Wirjatmadi mengemukakan hasil bahwa aktivitas *sedentari* yang banyak dilakukan anak usia Sekolah Dasar selama 1 minggu adalah menonton televisi (Rahma & Wirjatmadi, 2020). Pada penelitian lain yang dilakukan tahun 2018 di SD Frater Thamrin Makassar, aktivitas *sedentari* paling banyak dilakukan adalah bermain gadget dan menonton televisi. Penelitian ini mencari hubungan antara aktivitas *sedentari* dengan kejadian obesitas pada anak sekolah dasar (Silwanah et al., 2019). Sebagian besar penelitian sebelumnya mengenai aktivitas *sedentari* yang paling sering dilakukan anak adalah

menonton televisi. Begitu pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Ramadhani dan Bianti pada tahun 2017 mengenai aktivitas fisik dengan perilaku *sedentari* yang dilakukan pada anak usia 9-11 tahun di SDN Kedurus III/430 Kelurahan Kedurus Kecamatan Karang Pilang Surabaya mengemukakan hasil bahwa perilaku *sedentari* yang paling banyak dilakukan adalah menonton televisi dan bermain komputer (Ramadhani & Bianti, 2017).

Hasil penelitian mengenai aktivitas fisik aktif (olahraga) yang dilakukan anak usia 10-12 tahun di SD Muhammadiyah Manyar pada penelitian ini yang paling banyak dilakukan selama *weekday* dan *weekend* adalah bersepeda dengan total 43 responden saat *weekday* dan 33 responden saat *weekend*. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ramadhani dan Bianti pada tahun 2017 di SDN Kedurus III/430 Kelurahan Kedurus Kecamatan Karang Pilang Surabaya mengenai aktivitas fisik dengan perilaku *sedentari* yang paling banyak dilakukan oleh anak usia 9-11 tahun adalah berjalan dan bersepeda, yaitu sebanyak 5-6 kali dalam seminggu (Setiawati et al., 2019).

Hasil penelitian menunjukkan anak yang memiliki kebiasaan *sedentari* (melakukan aktivitas *sedentari* diatas 5 jam dan tidak diimbangi olahraga minimal 3 kali seminggu) dengan status gizi lebih berjumlah 7 (43,8%) anak *overweight* dan 9 (47,4%) anak obesitas. Sedangkan, anak yang tidak memiliki kebiasaan *sedentari* (melakukan aktivitas *sedentari* kurang dari 5 jam perhari atau diatas 5 jam perhari tetapi diimbangi olahraga minimal 3 kali seminggu) rata-rata memiliki status gizi normal, yaitu sebanyak 32 (91,4%) siswa status gizi normal. Hal ini mendapatkan hasil uji korelasi *Chi-Square* dengan nilai probabilitas $(p)=0,002$ ($p>0,05$) yang artinya ada hubungan antara kebiasaan *sedentari* dengan kejadian status gizi lebih pada anak usia 10-12 tahun di SD Muhammadiyah Manyar.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ermona dan Wirjatmadi tahun 2018 yang dilakukan pada anak usia sekolah dasar di SDN Ketabang 1 Kota Surabaya tahun 2017 bahwa Sebagian besar anak dengan status gizi gemuk (*overweight*) dan obesitas memiliki aktivitas fisik yang rendah (Ermona & Wirjatmadi, 2018). Penelitian lain yang dilakukan oleh Setiyowati tahun 2022 mengenai aktivitas fisik dengan status gizi anak usia sekolah pada masa pandemi

di sekolah dasar negeri 2 kalibagor Kabupaten Banyumas mengemukakan hasil bahwa $p=0,000$ dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan status gizi anak usia sekolah. Anak yang melakukan aktivitas fisik kategori ringan dapat menimbulkan status gizi lebih (Setiyowati, 2022). Penelitian lain mengenai aktivitas fisik dan aktivitas *sedentari* dengan status gizi lebih dilakukan oleh Rahma dan Wirjatmadi pada tahun 2020 di anak usia sekolah dasar, terutama anak usia 10 dan 11 tahun mendapatkan hasil $p=0,016$ untuk hubungan aktivitas fisik dan status gizi, sedangkan untuk aktivitas *sedentari* dan status gizi mendapatkan hasil $p=0,026$ yang berarti terdapat hubungan antara kedua variabel. Pada penelitian ini juga dijelaskan bahwa responden dengan status gizi lebih, mayoritas mempunyai tingkat aktivitas *sedentari* yang tinggi dan responden dengan aktivitas fisik yang cukup atau baik mayoritas memiliki status gizi normal (Rahma & Wirjatmadi, 2020). Hasil penelitian lain yang dilakukan pada anak usia sekolah dasar mencari hubungan aktivitas *sedentari* dengan kejadian obesitas pada tahun 2018 di SD Frater Thamrin Makassar bahwa terdapat hubungan antara kedua variabel, menunjukkan hasil bahwa anak dengan aktivitas *sedentari* tinggi mayoritas mengalami obesitas. Sebaliknya, anak yang memiliki status gizi normal, mayoritas memiliki aktivitas *sedentari* yang rendah (Silwanah et al., 2019).

Kekurangan penelitian ini adalah pada pelaksanaan penelitian didapatkan beberapa keterbatasan atau kekurangan penelitian, antara lain yaitu pengisian kuesioner yang diisi langsung oleh anak bersiko untuk bersifat subjektif, dimana siswa mengisi kuesioner tidak aktual sebagaimana kondisi asli yang dilakukan oleh siswa. Sehingga memiliki kemungkinan *underestimate* dan *overestimate*. Selain itu, pada saat pengumpulan *informed consent* dan data orang tua agak lama bahkan ada yang lupa atau tidak mengembalikan pada saat hari pengumpulan, sehingga menyebabkan drop out dan menjadi hambatan pada *total sampling*.