

BAB V

HASIL PENELITIAN DAN ANALISA DATA

5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SD Muhammadiyah Manyar Gresik di 3 jenjang kelas dengan total 9 kelas, yaitu kelas 4,5 dan 6. Masing-masing jenjang kelas memiliki 3 kelas. Pengambilan data pada penelitian ini *total sampling*, maka penelitian ini diambil data secara keseluruhan dari siswa/siswi SD Muhammadiyah Manyar Gresik yang ada di 3 kelas di kelas 4, 3 kelas di kelas 5 dan 3 kelas di kelas 6 yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Populasi siswa/siswi usia 10-12 tahun di SD Muhammadiyah Manyar Gresik hingga April 2022 adalah 230 siswa/siswi. Besar sampel yang dapat mewakili populasi ini adalah minimal 30 sampel dan pada penelitian ini digunakan sebanyak 70 sampel. Sampel sudah melalui skrining yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang ada serta kelengkapan responden dalam mengisi kuesioner. Penelitian ini dilakukan dengan metode analitik observasional dan menggunakan desain penelitian *cross sectional* serta kuesioner.

5.2 Gambaran Karakteristik Responden

Berikut adalah gambaran karakteristik orang tua (IMT) responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi:

Tabel 5.1 Karakteristik Orang Tua Berdasarkan Status Gizi

Status Gizi	Ayah		Ibu	
	n	%	n	%
Normal	70	70%	70	100%
<i>Overweight</i>	0	0%	0	0%
Obesitas	0	0%	0	0%
Total	70	100%	70	100%

(Sumber : Data Primer 2023)

Berdasarkan tabel 5.1 didapatkan hasil bahwa karakteristik orang tua berdasarkan status gizi sudah dilakukan inklusi dan eksklusi yaitu semua orang tua memiliki status gizi normal. Data yang didapatkan saat pengisian *informed consent* didapatkan beberapa orang tua memiliki status gizi lebih (*overweight* dan obesitas) dan beberapa tidak mengisi bagian berat badan dan tinggi badan orang tua, sehingga dapat dilakukan eksklusi dan didapatkan 70 responden dengan orangtua yang memiliki status gizi lebih.

Pengambilan sampel dilakukan menggunakan metode *total sampling* dan berdasarkan hasil kriteria inklusi dan eksklusi maka didapatkan besar sampel yang memenuhi sebesar 70 sampel. Berikut karakteristik dari besar sampel dapat dilihat pada tabel 5.2 berikut :

Tabel 5.2, Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Status Gizi						Total	
	Normal		Overweight		Obesitas		n	%
	n	%	n	%	n	%		
Kelas								
4	13	37,1%	3	18,8%	6	31,6%	22	31,4%
5	15	42,9%	11	68,8%	8	42,1%	34	43,6%
6	7	20,0%	2	12,5%	5	26,3%	14	20,0%
Usia								
10	15	42,9%	4	25,0%	5	26,3%	24	34,3%
11	11	31,4%	10	62,5%	10	52,6%	31	44,3%
12	9	25,7%	2	12,5%	4	21,1%	15	21,4%
Jenis Kelamin								
Laki-Laki	11	31,4%	10	62,5%	13	68,4%	34	48,6%
Perempuan	24	68,6%	6	37,5%	6	31,6%	36	51,4%

(Sumber : Data Primer 2023)

Pada Tabel 5.2 dapat diketahui bahwa persebaran untuk masing-masing strata paling banyak adalah kelas 5 sebanyak 34 (43,6%) responden dan paling sedikit adalah kelas 6 dengan 14 (20,0%) responden. Usia responden berkisar antara 10-12 tahun yang mayoritas responden adalah berusia 11 tahun sebanyak 31 (44,3%) responden. Selain itu, jumlah responden perempuan dan laki-laki memiliki total responden yang setara yaitu 34 (48,6%) laki-laki dan 36 (51,4%) perempuan.

Responden dengan status gizi normal terbanyak adalah responden kelas 5 yaitu 15 (42,9%) responden dengan total responden anak kelas 5 sebanyak 34 responden, sisanya berstatus gizi *overweight* sebanyak 11 (68,8%) responden dan obesitas sebanyak 8 (42,1%) responden. Berdasarkan usia, anak dengan status gizi lebih terbanyak adalah anak usia 10 tahun dengan 15 (42,9%) responden dengan total obesitas terbanyak adalah pada anak usia 11 tahun, dengan 10 (62,5%) responden *overweight* dan 10 (52,6%) responden. Total responden pada anak usia 11 tahun adalah sebanyak 31 (44,3%) responden. Anak dengan status gizi normal lebih banyak pada anak perempuan dibandingkan dengan anak laki-laki. Status gizi normal pada anak perempuan berjumlah 24 (68,6%) responden dan pada anak laki-laki 11 (31,4%) responden. Sedangkan, status gizi lebih pada anak laki-laki lebih banyak daripada anak perempuan, yaitu 10 (62,5%) *overweight* dan 13 (68,4%) obesitas. Total responden pada anak laki-laki adalah 34 (48,6%) responden.

5.3 Gambaran Variabel Penelitian

1. Aktivitas Fisik Pasif (*Sedentari*)

Pada penelitian ini aktivitas fisik pasif (*sedentari*) diukur berdasarkan satuan jam perhari. Anak dengan aktivitas fisik pasif (*sedentari*) tinggi adalah anak yang melakukan aktivitas fisik pasif (*sedentari*) diatas 5 jam perhari. Berikut adalah rata-rata waktu aktivitas fisik pasif (*sedentari*) yang dilakukan anak selama *weekday* dan *weekened* :

Tabel 5.3, Nilai Rata-Rata (Mean) dan Standar Deviasi (SD) Aktivitas Fisik Pasif (*Sedentari*)

	<i>Weekday</i>		<i>Weekend</i>	
	Rata-Rata (Mean) (Jam/Hari)	Standar Deviasi (SD) (Jam/Hari)	Rata-Rata (Mean) (Jam/Hari)	Standar Deviasi (SD) (Jam/Hari)
Aktivitas Duduk				
Membaca Buku	0,70	0,55	0,64	0,92
Mengerjakan Pekerjaan Rumah	0,81	0,61	0,97	2,13
Mengendarai Kendaraan Bermotor	0,26	0,25	0,44	0,88

Belajar di Sekolah	6	0	-	-
Belajar di Tempat Les	0,61	0,89	0,60	0,83
Aktivitas Screen Time				
Menonton TV	1,49	1,04	1,73	2,15
Menonton DVD	0,12	0,48	0,14	0,56
Penggunaan Handphone	2,62	7,06	4,03	7,03
Penggunaan Komputer/Laptop	0,46	0,67	0,76	1,00
Bermain Video Game	1,01	3,59	1,13	1,60

(Sumber : Data Primer 2023)

Berdasarkan tabel 5.3, dapat dilihat bahwa selama *weekday* aktivitas belajar di sekolah merupakan aktivitas fisik pasif (*sedentari*) paling tinggi yaitu selama rata-rata 6 jam/hari dikarenakan responden bersekolah di sekolah fullday school. Responden masuk sekolah pukul 07.00, namun mulai pembelajaran dari pukul 08.00 hingga pukul 15.00 dengan frekuensi jam istirahat sebanyak 2 kali perhari, yaitu pagi pukul 09.30-10.00 dan siang 12.00-13.00. Selain itu, aktivitas *sedentari* saat *weekday* diluar jam sekolah yang tinggi adalah menonton televisi dengan rata-rata 1,49 jam perhari. Menonton DVD menjadi aktivitas *sedentari* paling sedikit dilakukan, dengan rata-rata waktu 0,12 jam perhari selama *weekday*. Sedangkan, aktivitas *screen time* menjadi aktivitas *sedentari* yang banyak dilakukan saat *weekend*, terutama penggunaan handphone yaitu selama 4,03 jam perhari dan menonton televisi yaitu selama 1,73 jam perhari.

2. Aktivitas Fisik Aktif (Olahraga)

Tabel 5.4, Aktivitas Fisik Aktif (Olahraga) Berdasarkan Usia Responden

Aktivitas Fisik Aktif (Olahraga)	Usia						Total	
	10		11		12		Ya	Tidak
	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Tidak		
<i>Weekday</i>								
Bersepeda	15	9	21	10	7	8	43	27
Sepak Bola	9	15	10	21	6	9	25	45
Bola Voli	5	19	5	26	1	14	11	59
Bola Basket	2	22	4	27	3	9	9	61

Badminton	6	18	8	23	7	8	21	49
Tenis	4	20	5	26	2	13	11	59
Berenang	3	21	5	26	4	11	12	58
Senam	8	16	11	20	6	9	25	45
Lari	9	15	10	21	7	8	26	44
Pencak Silat	9	15	4	27	3	12	16	54
Olahraga Lain	4	20	3	28	1	14	8	62
<i>Weekend</i>								
Bersepeda	14	10	13	18	6	9	33	37
Sepak Bola	5	19	6	25	6	9	17	53
Bola Voli	1	23	4	27	0	15	5	65
Bola Basket	2	22	3	28	2	13	7	63
Badminton	8	16	4	27	4	11	16	54
Tenis	3	21	6	25	2	13	11	59
Berenang	4	20	6	25	5	10	15	55
Senam	4	20	5	26	2	13	11	59
Lari	2	22	4	27	4	11	10	60
Pencak Silat	5	19	2	29	1	14	8	62
Olahraga Lain	4	20	2	29	2	13	8	62

(Sumber : Data Primer 2023)

Berdasarkan tabel 5.4, dapat dilihat bahwa aktivitas fisik aktif (olahraga) yang paling sering dilakukan oleh responden usia 10-12 tahun selama *weekday* dan *weekend* adalah bersepeda dengan total 43 responden saat *weekday* dan 33 responden saat *weekend*. Olahraga yang paling jarang dilakukan saat *weekday* adalah bermain basket dengan total 9 responden yang melakukan. Sedangkan, saat *weekend* olahraga yang paling jarang dilakukan adalah bola voli dengan 5 responden yang melakukan. Beberapa anak melakukan olahraga lain, olahraga lain yang dilakukan adalah *skipping*.

Tabel 5.5, Aktivitas Fisik Aktif (Olahraga) Berdasarkan Jenis Kelamin Responden

Aktivitas Fisik Aktif (Olahraga)	Jenis Kelamin				Total	
	Laki-Laki		Perempuan		Ya	Tidak
	Ya	Tidak	Ya	Tidak		
<i>Weekday</i>						
Bersepeda	18	16	25	11	43	27
Sepak Bola	19	15	6	30	25	45
Bola Voli	8	26	3	33	11	59
Bola Basket	5	29	4	32	9	61

Badminton	9	25	12	24	21	49
Tenis	5	29	6	30	11	59
Berenang	4	30	8	28	12	58
Senam	12	22	13	23	25	45
Lari	12	22	14	22	26	44
Pencak Silat	6	28	10	26	16	54
Olahraga Lain	5	29	3	33	8	62
<hr/>						
<i>Weekend</i>						
Bersepeda	11	23	22	14	33	37
Sepak Bola	12	22	5	31	17	53
Bola Voli	3	31	2	34	5	65
Bola Basket	5	29	2	34	7	63
Badminton	5	29	11	25	16	54
Tenis	7	27	4	32	11	59
Berenang	7	27	8	28	15	55
Senam	6	28	5	31	11	59
Lari	5	29	5	31	10	60
Pencak Silat	5	29	3	33	8	62
Olahraga Lain	2	32	6	30	8	62

(Sumber : Data Primer 2023)

Berdasarkan tabel 5.5 aktivitas fisik aktif (olahraga) berdasarkan jenis kelamin, olahraga yang banyak dilakukan oleh responden perempuan adalah bersepeda dengan total 25 responden yang melakukan saat *weekday* dan 22 responden yang melakukan saat *weekend*. Sedangkan olahraga yang banyak dilakukan pada responden laki-laki adalah bersepeda dengan total responden yang melakukan adalah 18 saat *weekday* dan 11 saat *weekend*. Kemudian, pada responden laki-laki, sepak bola juga menjadi olahraga yang banyak dilakukan oleh responden laki-laki dengan total responden 19 responden yang melakukan saat *weekday* dan 11 responden yang melakukan saat *weekend*.

Responden yang melakukan jenis aktivitas olahraga lebih banyak pada saat *weekday* dibandingkan *weekend* adalah sebanyak 37 responden. Sedangkan, responden yang melakukan jenis aktivitas olahraga lebih banyak saat *weekend* dibandingkan saat *weekday* adalah 11 responden. Sisanya adalah responden yang melakukan jenis aktivitas olahraga yang sama selama *weekend* dan *weekday*.

Berdasarkan tabel 5.5 diatas didapatkan hasil bahwa aktivitas fisik aktif (olahraga) yang paling banyak dilakukan responden laki-laki dan perempuan

selama *weekend* dan *weekday* adalah bersepeda. Tidak ada perbedaan secara signifikan antara aktivitas fisik aktif (olahraga) bersepeda yang dilakukan oleh responden laki-laki dan perempuan selama *weekday*. Hal ini dibuktikan dengan dilakukan uji *Mann-Whitney* dengan nilai sebesar 0,743 ($p>0,005$). Begitupula selama *weekend*, tidak ada perbedaan secara signifikan antara aktivitas fisik aktif (olahraga) bersepeda yang dilakukan oleh responden laki-laki dan perempuan selama *weekend*. Hal ini dibuktikan dengan dilakukan uji *Mann-Whitney* dengan nilai sebesar 0,289 ($p>0,005$).

3. Status Gizi

Tabel 5.6, Status Gizi Responden

Status Gizi	n	%
Normal	35	50,0%
<i>Overweight</i>	16	22,9%
Obesitas	19	27,1%
Total	70	100,0%

(Sumber : Data Primer 2023)

Berdasarkan tabel 5.6, dapat disimpulkan bahwa status gizi responden gizi lebih (*overweight* dan obesitas) berjumlah 35 (50,0%) responden dan status gizi normal 35 (50,0%) responden. Status gizi lebih pada responden obesitas berjumlah 19 (27,1%) responden dan responden dengan status gizi *overweight* berjumlah 16 (22,9%) responden. Berdasarkan hasil uji beda menggunakan uji *Kruskal-Wallis*, didapatkan nilai sebesar 0,002, yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan pada responden yang memiliki status gizi normal, *overweight* dan obesitas.

4. Kebiasaan *Sedentari*

Pada penelitian ini kebiasaan *sedentari* diambil dari 2 aktivitas, yaitu aktivitas fisik pasif (*sedentari*) dan aktivitas fisik aktif (olahraga). Berdasarkan dari 2 aktivitas tersebut disimpulkan bahwa, responden yang memiliki kebiasaan *sedentari* adalah responden yang melakukan aktivitas *sedentari* lebih dari 5 jam perhari dan tidak diimbangi dengan aktivitas olahraga minimal 3 kali seminggu.

Sedangkan, responden yang tidak memiliki kebiasaan *sedentari* adalah responden yang melakukan aktivitas *sedentari* kurang dari 5 jam perhari, atau melakukan aktivitas *sedentari* lebih dari 5 jam perhari tapi diimbangi dengan aktivitas olahraga minimal 3 kali seminggu.

Berikut adalah tabel karakteristik responden berdasarkan variabel kebiasaan *sedentari* :

Tabel 5.7, Kebiasaan *Sedentari*

Kebiasaan <i>Sedentari</i>	n	%
Memiliki Kebiasaan <i>Sedentari</i>*	19	27,1%
Tidak Memiliki Kebiasaan <i>Sedentari</i>*	51	72,9%
Total	70	100%

(Sumber : Data Primer 2023)

*) Memiliki Kebiasaan *Sedentari* = Melakukan aktivitas *sedentari* ≥ 5 jam dan tidak diimbangi olahraga minimal 3 kali seminggu.

*) Tidak Memiliki Kebiasaan *Sedentari* = Melakukan aktivitas *sedentari* < 5 jam/hari atau ≥ 5 jam tetapi diimbangi olahraga minimal 3 kali seminggu.

Berdasarkan tabel 5.7 dapat disimpulkan karakteristik dari variabel kebiasaan *sedentari* bahwa responden yang memiliki kebiasaan *sedentari* karena tidak mengimbangi aktivitas *sedentari* dengan aktivitas olahraga minimal 5 kali seminggu adalah sebanyak 19 (27,1%) responden. Sebaliknya, responden yang tidak memiliki kebiasaan *sedentari*, karena mengimbangi aktivitas *sedentari* dengan olahraga minimal 5 kali seminggu adalah sebanyak 51 (72,9%) responden. Berdasarkan hasil uji beda dengan metode *Mann-Whitney* didapatkan nilai sebesar 0,001 yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara responden yang memiliki kebiasaan *sedentari* dengan responden yang tidak memiliki kebiasaan *sedentari*

5.4 Analisis Bivariat

Tabel 5.8, Tabel Hasil Uji Analisis *Chi-Square* Antara Kebiasaan *Sedentari* dengan Kejadian Status Gizi Lebih

Variabel	Status Gizi						Jumlah (% Total)	Nilai p
	Normal		<i>Overweight</i>		Obesitas			
	n	%	n	%	n	%		
Memiliki Kebiasaan <i>Sedentari</i> *	3	15,8%	7	36,8%	9	47,4%	19 (27,1%)	0,002
Tidak Memiliki Kebiasaan <i>Sedentari</i> *	32	62,7%	9	17,6%	10	19,6%	51 (72,9%)	
Total	35	50,0%	16	22,9%	19	27,1%	70 (100%)	

(Sumber : Data Primer 2023)

*) Memiliki Kebiasaan *Sedentari* = Melakukan aktivitas *sedentari* ≥ 5 jam dan tidak diimbangi olahraga minimal 3 kali seminggu.

*) Tidak Memiliki Kebiasaan *Sedentari* = Melakukan aktivitas *sedentari* < 5 jam/hari atau ≥ 5 jam tetapi diimbangi olahraga minimal 3 kali seminggu.

Berdasarkan tabel 5.10 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.

Berdasarkan hasil analisis bivariat yang mencari hubungan antara 2 variabel mendapatkan hasil uji korelasi *Chi-Square* dengan nilai probabilitas (p)=0,002 (p>0,05) sehingga H0 ditolak dan H1 diterima yang artinya terdapat hubungan antara kebiasaan *sedentari* yang mencakup aktivitas fisik pasif atau aktivitas *sedentari* dan aktivitas fisik aktif atau olahraga dengan kejadian status gizi lebih pada anak usia 10-12 tahun di SD Muhammadiyah Manyar Gresik.