

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DAN WAKTU DI DEPAN LAYAR ELEKTRONIK DENGAN INDEKS MASSA
TUBUH SISWA SD ISLAM HIDAYATULLAH SEMARANG

ANDIKA RIKARNO PUTRA – 2501010120153

(2016 - Skripsi)

Kasus kelebihan berat badan anak di Indonesia masih tinggi yaitu 18,8%. *Overweight* pada anak akan berlanjut hingga dewasa jika tidak dilakukan perubahan pola hidup. Salah satu penyebabnya yaitu perilaku sedentary berupa aktifitas fisik dengan intensitas sedang atau berat kurang dari 1 jam sehari dan waktu di depan layar elektronik lebih dari 2 jam sehari. Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis hubungan aktivitas fisik dan waktu di depan layar elektronik dengan Indeks Masa tubuh (IMT) pada siswa SD. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif analitik dengan desain studi cross sectional. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 136 orang. Penghitungan sampel menggunakan rumus Slovin dan hasilnya adalah sampel penelitian berjumlah 101 siswa. Siswa lainnya berjumlah 35 anak digunakan dalam uji validitas. Analisis bivariat dilakukan menggunakan *Korelasi Pearson – Product Moment* dan *Rank Spearman*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 52% siswa memiliki gizi lebih, 54% siswa melakukan aktifitas fisik kurang dari 1 jam sehari, dan 79% siswa memiliki waktu di depan layar elektronik lebih dari 2 jam sehari. Aktivitas fisik ($p < 0.001$, $r = 0.741$) dan waktu di depan layar elektronik berhubungan ($p = 0.045$, $r = 0.209$). Asupan energi ($p = 0.128$, $r = -0.174$), karbohidrat ($p = 0.064$, $r = -0.211$), lemak ($p = 0.452$, $r = -0.086$), IMT ayah ($p = 0.218$, $r = 0.187$) dan IMT ibu ($p = 0.248$, $r = 0.176$) tidak berhubungan dengan IMT. Waktu di depan layar elektronik dan aktivitas fisik berhubungan dengan IMT Siswa.

Kata Kunci: Index Massa Tubuh, Aktivitas Fisik, Waktu di Depan Layar elektronik, Anak