

Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Siswa Madrasah Ibtidaiyah Mamba'ul Hisan pada Masa Pandemi Covid-19

(Factors Related To The Nutritional Status Of MI Mamba'ul Hisan Students During The Covid-19 Pandemic)

Fitriyani Fasikha, Rifatul Masrikhiyah*, Yuniarti Dewi Rahmawati

Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhadi Setiabudi, Brebes 52212, Indonesia

ABSTRACT

Nutritional problems in schoolchildren are still a chore in many developing countries. School-age children tend to have nutritional status at a nutritional status of less or more. The purpose of this study was to analyze the relationship between nutritional knowledge, eating intake, and physical activity with the nutritional status of schoolchildren in Madrasah Ibtidaiyah (MI) Mamba'ul Hisan. This research is a type of cross sectional approach research. The population in this study were students of MI Mamba'ul Hisan grades IV, V, and VI. The determination of the number of samples used the Slovin formula and a 10% drop out so that 81 students were obtained. The results of this study showed that there was no relationship between the level of nutritional knowledge, the level of knowledge of Covid-19, fat intake, carbohydrate intake and the level of physical activity with the nutritional status of the subjects. Meanwhile, there is a significant relationship between energy intake and protein intake in the nutritional status of students during the Covid-19 pandemic. The level of energy and protein adequacy of MI Mamba'ul Hisan students needs to be adjusted for food intake based on needs.

Keywords: food intake, nutritional knowledge, nutritional status, physical activity

ABSTRAK

Permasalahan gizi pada anak sekolah masih menjadi pekerjaan rumah di banyak negara berkembang. Anak usia sekolah cenderung memiliki status gizi pada status gizi kurang atau lebih. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan pengetahuan gizi, asupan makan dan aktivitas fisik dengan status gizi anak sekolah di Madrasah Ibtidaiyah (MI) Mamba'ul Hisan. Penelitian ini merupakan jenis penelitian pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa MI Mamba'ul Hisan kelas IV, V dan VI. Penentuan jumlah subjek menggunakan rumus *slovin* dan *drop out* 10% sehingga didapatkan 81 siswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan gizi, tingkat pengetahuan Covid-19, asupan lemak, asupan karbohidrat dan tingkat aktivitas fisik dengan status gizi subjek. Sementara itu, terdapat hubungan signifikan antara asupan energi dan asupan protein terhadap status gizi siswa pada masa pandemi Covid-19. Tingkat kecukupan energi dan protein siswa MI Mamba'ul Hisan perlu adanya kesesuaian asupan makanan berdasarkan kebutuhan.

Kata kunci: aktivitas fisik, asupan makan, pengetahuan gizi, status gizi

PENDAHULUAN

Anak usia sekolah dasar rentan terhadap masalah gizi seperti gizi kurang dan gizi lebih. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 didapatkan status gizi anak 5-12 tahun menurut indeks massa tubuh/umur (IMT/U) di Indonesia, yaitu prevalensi kurus adalah 9,3,

terdiri dari 2,5% sangat kurus dan 6,8% kurus. Masalah gemuk pada anak di Indonesia juga masih tinggi dengan prevalensi 20,6% terdiri dari gemuk 11,1% dan sangat gemuk (obesitas) 9,5%. Sedangkan prevalensi pendek yaitu 23,6% terdiri dari 6,7% sangat pendek dan 16,9% pendek (Risikesdas 2018).

Coronavirus Diseases (Covid-19)

*Korespondensi:

rifatul.masrikhiyah@gmail.com

Rifatul Masrikhiyah

Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhadi Setiabudi, Brebes 52212, Indonesia

terkonfirmasi masuk ke Indonesia pada awal tahun 2020, dan sejak saat itu terjadi peningkatan prevalensi penyebarannya. Kondisi pandemi menimbulkan berbagai perubahan pada anak sekolah dasar. Kegiatan tersebut meliputi pelaksanaan 5M (mencuci tangan, memakai masker, menjaga jarak, menjauhi kerumunan, dan mengurangi mobilitas) dan terjadinya pemberlakuan sistem belajar mengajar dengan persentase 50% setiap kelas. Berdasarkan hal tersebut beberapa pihak sekolah memberlakukan sistem pembelajaran tatap muka secara bergantian dan pembelajaran jarak jauh. Sistem belajar mengajar 50% setiap kelas, anak yang pembelajaran jarak jauh mengalami penurunan aktivitas fisik yang dapat menimbulkan berbagai permasalahan kesehatan, salah satunya adalah permasalahan gizi. Aktivitas fisik merupakan gerakan gerak tubuh yang meningkatkan pengeluaran tenaga atau pembakaran energi. Wabah Covid-19 menimbulkan anak rentan terjangkit virus dengan kondisi apabila jarang melakukan aktivitas fisik dan perubahan cuaca.

Pembatasan kegiatan dapat memperburuk berat badan dan kebiasaan makan anak sekolah, karena mendorong keinginan untuk mengonsumsi makanan instan dan tinggi kalori. Asupan makan adalah semua jenis makanan dan minuman yang dikonsumsi tubuh setiap hari (Kemenkes 2017).

Pengetahuan gizi penting dimiliki oleh masyarakat umum agar dapat meminimalisir risiko permasalahan gizi. Penjaja makanan yang berada di lingkungan sekolah banyak yang kurang memperhatikan kebersihan, sehingga perlunya memiliki pengetahuan gizi panak anak sekolah, khususnya anak sekolah dasar. Pengetahuan merupakan hasil dari penginderaan yang dimiliki oleh manusia itu sendiri (mata, hidung, telinga, dan sebagainya). Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indera pendengaran dan indra penglihatan. Pengetahuan tersebut dipengaruhi oleh faktor pendidikan formal dan pendidikan non formal (Damayanti 2016). Pendidikan formal adalah jalur pendidikan yang terstruktur dan berjenjang yang terdiri atas pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan pendidikan tinggi seperti SD, SMP, SMA sedangkan pendidikan nonformal adalah jalur pendidikan di luar pendidikan formal yang dapat dilaksanakan secara terstruktur dan berjenjang seperti pendidikan keluarga, lembaga pelatihan khusus, kelompok belajar

dan lainnya. Berdasarkan latar belakang tersebut, maka penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan pengetahuan gizi, konsumsi pangan, dan aktivitas fisik dengan status gizi pada masa pandemi Covid-19 pada siswa, khususnya siswa MI Mamba'ul Hisan.

METODE

Desain, waktu, dan tempat

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan data primer dan sekunder dengan rancangan *cross sectional* serta bersifat deskriptif observasional. Penelitian telah dilaksanakan pada bulan Mei 2022 di MI Mamba'ul Hisan Pesantunan, Wanasari, Brebes.

Jumlah dan cara penarikan subjek

Metode pemilihan sampel yang digunakan adalah *non-probability sampling* dengan jenis *purposive sampling*. Penentuan jumlah sampel dilakukan dengan cara perhitungan statistik yaitu dengan menggunakan rumus *Slovin* dengan $\alpha=0,05$. Jumlah sampel dalam penelitian ini berjumlah 81 siswa MI Mamba'ul Hisan Pesantunan.

Jenis dan Cara Pengumpulan Data

Peneliti menggunakan jenis data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh dari hasil wawancara dan pengukuran status gizi secara langsung. Data sekunder diperoleh peneliti dari berbagai sumber yang telah ada, baik dari sekolah maupun dari pustaka. Data karakteristik individu (nama, tempat dan tanggal lahir, usia, dan jenis kelamin) diperoleh dengan wawancara langsung dengan alat bantu kuesioner. Data antropometri anak meliputi berat badan dan tinggi badan diperoleh melalui pengukuran secara langsung. Data asupan makan yang diperoleh melalui metode *recall* 1×24 jam. Data pengetahuan gizi dan Covid-19 diperoleh menggunakan kuesioner. Data aktivitas fisik diperoleh dengan wawancara melalui formulir *recall* aktivitas fisik 24 jam.

Pengolahan dan analisis data

Penelitian ini menggunakan kuantitatif. Hubungan anatar 2 variabel atau lebih yaitu variabel terikat (status gizi) dan variabel bebas (pengetahuan gizi, asupan makan dan aktivitas fisik). Pengambilan data kedua variabel tersebut dilakukan dalam periode waktu yang sama.

Pengambilan data menggunakan kuesioner lalu dientri dan dianalisis univariat dan bivariat dengan uji *chi-square*. Analisis data dilakukan dengan *software computer* SPSS 17.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden Penelitian.

Siswa MI Mamba'ul Hisan yang menjadi subjek dalam penelitian ini sebagian besar memiliki rentang umur 10-12 tahun dengan persentasi 64,2%, sedangkan untuk jenis kelamin subjek memiliki persentase yang hampir sama antara jenis kelamin laki-laki dan perempuan yaitu 50,6% dan 49,4%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa laki-laki lebih banyak dibandingkan dengan siswa perempuan. Pengetahuan subjek dibedakan berdasarkan pengetahuan gizi dan pengetahuan Covid-19. Rata rata nilai pengetahuan gizi subjek adalah $64,3 \pm 24,1$ sedangkan untuk pengetahuan mengenai Covid-19 adalah $59,3 \pm 20,4$. Rata-rata asupan energi subjek adalah 2.317 ± 3.067 kkal, protein $64,4 \pm 19,5$ g, lemak $74,5 \pm 29,6$ g, karbohidrat $270,2 \pm 56,1$ g dengan kategori cukup. Subjek memiliki aktivitas fisik ringan ($1,54 \pm 0,14$ kkal/jam) dan status gizi tergolong normal dengan nilai *z-score* $0,9 \pm 1,7$.

Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi. Pengetahuan gizi dibagi menjadi dua kategori yaitu kurang dan cukup. Kurang apabila jumlah nilai wawancara <60 , cukup apabila jumlah nilai wawancara ≥ 60 (Cipta 2017). Sebanyak 22 subjek memiliki pengetahuan gizi kurang terdiri dari 9 (40,9%) subjek dengan status gizi tidak normal dan 13 (59,1%) subjek dengan status gizi normal. Sedangkan 59 subjek memiliki pengetahuan gizi cukup yang terdiri dari 26 (44,1%) subjek dengan status gizi tidak normal dan 33 (55,9%) subjek dengan status gizi normal, dan nilai $p = 0,799$ sehingga dinyatakan tidak ada hubungan pengetahuan gizi dengan status gizi.

Pengetahuan yang dimiliki subjek tidak sepenuhnya mendukung status gizinya, karena

subjek masih sekolah dasar dan tinggal bersama orang tua, sehingga mereka makan yang telah disediakan di rumah dan menyukai jajanan padat kalori seperti mie instan, cilor (aci telur), maklor (macaroni telur) dan lain-lain. Hal tersebut dapat mengakibatkan asupan makan tidak sesuai kebutuhan dan gizi seimbang, akibatnya gizi tidak normal. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Nawangsari (2021) yang menyatakan tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi mahasiswa.

Hubungan Antara Pengetahuan Covid-19 dengan Status Gizi.

Pengetahuan Covid-19 dikategorikan menjadi dua, yaitu kurang dan cukup. Kurang apabila jumlah nilai wawancara <60 dan cukup jika nilai ≥ 60 (Cipta 2017). Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa subjek yang memiliki pengetahuan Covid-19 kurang sebanyak 18 subjek yang terdiri dari 10 (55,6%) subjek dengan status gizi tidak normal dan 8 (44,4%) subjek dengan status gizi normal. Sedangkan subjek yang memiliki pengetahuan Covid-19 cukup sebanyak 63 subjek yang terdiri dari 25 (39,7%) subjek dengan status gizi tidak normal dan 38 (60,3) subjek dengan status gizi normal. Berdasarkan uji *chi-square* nilai $p=0,231$ ($>0,05$), sehingga H_0 diterima dan H_a ditolak, maka tidak ada hubungan pengetahuan Covid-19 dengan status gizi. Sehingga dapat disimpulkan pengetahuan yang dimiliki subjek tidak sepenuhnya mendukung status gizinya, diduga karena rendahnya kesadaran subjek akan pentingnya menjaga kebersihan, melakukan aktivitas fisik dan melakukan pola makan yang baik. Subjek juga kurang pengawasan orang tua, karena rata-rata pekerja orang tua adalah buruh tani dan nelayan yang tidak setiap waktu berada di rumah. Status gizi anak ditentukan berdasarkan konsumsi gizi, kemampuan tubuh dalam penggunaan zat-zat gizi tersebut dan kebersihan tubuh (mencuci tangan sebelum makan).

Berdasarkan hasil penelitian, status gizi normal banyak dimiliki oleh subjek dengan pengetahuan gizi dan pengetahuan Covid-19

Tabel 1. Hasil analisis hubungan pengetahuan gizi dengan status gizi [n(%)]

Pengetahuan Gizi	Status Gizi			<i>p-value</i>
	Tidak Normal	Normal	Total	
Kurang	9 (40,9)	13 (59,1)	22 (100,0)	0,799
Cukup	26 (44,1)	33 (55,9)	59 (100,0)	
Total	35 (43,2)	46 (56,8)	81 (100,0)	

Tabel 2. Hasil analisis hubungan pengetahuan *Covid-19* dengan status gizi [n(%)]

Pengetahuan <i>Covid-19</i>	Status Gizi			<i>p</i> -value
	Tidak Normal	Normal	Total	
Kurang	10 (55,6)	8 (44,4)	18 (100,0)	0,231
Cukup	25 (39,7)	38 (60,3)	63 (100,0)	
Total	35 (43,2)	46 (56,8)	81 (100,0)	

yang cukup. Status gizi tidak normal merupakan faktor resiko *underweight* dan *overweight*. Status gizi *underweight* dapat diakibatkan karena asupan makan yang tidak sesuai, makanan yang tidak higienis, kebersihan tubuh kurang dan aktivitas fisik yang kurang. Status gizi merupakan bagian penting dari kesehatan seseorang. Status gizi yang tidak sesuai akan mempengaruhi pertumbuhan, fungsi organ tubuh yang akan menyebabkan terganggunya fungsi reproduksi, lemahnya imun tubuh sehingga mudah terinfeksi *Covid-19*.

Hubungan Asupan Makan dengan Status Gizi. Hubungan asupan makan dengan status gizi di uji statistik menggunakan uji *chi-square*. Asupan makan terdiri dari total energi, protein, lemak, dan karbohidrat. Asupan makan dikategorikan menjadi dua yaitu tidak sesuai dan sesuai. Tidak sesuai apabila asupan <80% dan >110%, sesuai apabila asupan >80% dan ≤110% (Hardinsyah 2004).

Asupan Energi. Tabel 3 menunjukkan bahwa subjek yang memiliki tingkat kecukupan asupan energi tidak sesuai sebanyak 38 subjek yang terdiri dari 25 (65,8%) subjek dengan status gizi tidak normal dan 13 (34,2%) subjek dengan status gizi normal. Subjek yang memiliki tingkat kecukupan asupan energi sesuai sebanyak 43

subjek yang terdiri dari 10 (23,3%) subjek dengan status gizi tidak normal dan 33 (76,7%) subjek dengan status gizi normal. Dan nilai $p=0,000$ ($<0,05$) dilihat dari nilai uji *chi-square*, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima, maka ada hubungan asupan energi dengan status gizi.

Berdasarkan Tabel 3, tingkat kecukupan asupan energi yang sesuai pada siswa MI mamba'ul Hisan memiliki status gizi normal sebanyak 46 subjek. Hal tersebut menunjukkan bahwa siswa yang memiliki status gizi normal memiliki tingkat kecukupan asupan energi yang sesuai. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Nawangsari (2021) dengan hasil H_0 diterima dan H_a ditolak maka tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi mahasiswa. Berdasarkan Tabel 3, status gizi normal banyak dimiliki oleh responden dengan asupan energi yang sesuai. Status gizi tidak normal merupakan faktor resiko *underweight* dan *overweight*. Status gizi *underweight* dapat diakibatkan karena asupan makan yang tidak sesuai terutama pada asupan energinya.

Asupan Protein. Tabel 4 menunjukkan bahwa responden yang memiliki asupan protein yang tidak sesuai sebanyak 62 subjek yang terdiri

Tabel 3. Hasil analisis hubungan asupan energi dengan status gizi [n(%)]

Asupan Energi	Status Gizi			<i>p</i> -value
	Tidak Normal	Normal	Total	
Tidak Sesuai	25 (65,8)	13 (34,2)	38 (100,0)	0,000*
Sesuai	10 (23,3)	33 (76,7)	43 (100,0)	
Total	35 (43,2)	46 (56,8)	81 (100,0)	

Keterangan: *bermakna ($p<0,05$) dengan uji *Chi-square*

Tabel 4. Hasil analisis hubungan asupan protein dengan status gizi [n(%)]

Asupan Protein	Status Gizi			<i>p</i> -value
	Tidak Normal	Normal	Total	
Tidak Sesuai	32 (51,6)	30 (48,4)	62 (100,0)	0,006*
Sesuai	3 (15,8)	16 (84,2)	19 (100,0)	
Total	35 (43,2)	46 (56,8)	81 (100,0)	

Keterangan: *bermakna ($p<0,05$) dengan uji *Chi-square*

32 (51,6%) subjek memiliki status gizi tidak normal dan 30 (48,4%) subjek dengan status gizi normal. Subjek yang memiliki asupan protein sesuai sebanyak 19 subjek yang terdiri dari 3 (15,8%) subjek dengan status gizi tidak normal dan 16 (84,2%) subjek dengan status gizi normal, dan nilai $p=0,006$ dilihat dari nilai uji *chi-square*, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima, maka ada hubungan asupan protein dengan status gizi.

Berdasarkan Tabel 4, status gizi tidak normal banyak dimiliki oleh subjek dengan asupan protein yang tidak sesuai yaitu sebanyak 32 subjek. Asupan protein dapat menggantikan karbohidrat dan lemak sebagai energi. Status gizi merupakan bagian penting dari kesehatan seseorang. Gizi tidak sesuai akan mempengaruhi pertumbuhan dan fungsi organ tubuh yang akan menyebabkan terganggunya fungsi reproduksi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Dewi *et al.* (2017) dengan hasil H_0 ditolak dan H_a diterima maka ada hubungan asupan protein dengan status gizi narapidana.

Asupan Lemak. Tabel 5 menunjukkan bahwa subjek yang memiliki asupan lemak yang tidak sesuai sebanyak 58 subjek yang terdiri 26 (44,8%) subjek memiliki status gizi tidak normal dan 32 (55,2%) subjek dengan status gizi normal, sedangkan yang memiliki asupan protein sesuai sebanyak 23 subjek yang terdiri dari 9 (39,1%) subjek dengan status gizi tidak normal dan 14 (60,9%) subjek dengan status gizi normal, dan nilai $p=0,641$ ($>0,05$) dilihat dari nilai uji *chi-square*, sehingga H_0 diterima dan H_a ditolak, maka tidak ada hubungan asupan lemak dengan status gizi.

Asupan lemak berfungsi memberikan tenaga tubuh. Satu gram lemak dapat di bakar untuk menghasilkan sembilan kalori yang di perlukan tubuh (Dewi *et al.* 2017). Berdasarkan Tabel 5, dari total subjek yang berstatus gizi normal sebanyak 46 subjek. Hal ini disebabkan karena subjek masih tinggal bersama orang tua sehingga responden makan-makanan yang telah

disediakan orang tua. Orang tua responden banyak yang belum mengetahui gizi yang baik untuk keluarga, sehingga orang tua masak yang mereka inginkan bukan berdasarkan kebutuhan gizi. Orang tua biasanya hanya menyediakan satu jenis lauk dalam seharinya seperti telur rendang, ayam, tempeh dan lain-lain yang dimasak dengan minyak yang banyak. Subjek juga menyukai makanan yang berlemak seperti makanan yang digoreng, bakso dengan lemak daging, ayam dengan lemak tinggi dan lain-lain. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Siwi dan Paskarini (2018) dengan hasil H_0 diterima dan H_a ditolak maka tidak ada hubungan asupan lemak dengan status gizi pekerja wanita.

Asupan Karbohidrat. Data Tabel 6 menunjukkan bahwa subjek yang memiliki asupan karbohidrat yang tidak sesuai sebanyak 38 subjek yang terdiri 14 (36,8%) subjek memiliki status gizi tidak normal dan 24 (63,2%) subjek dengan status gizi normal. Sedangkan yang memiliki asupan karbohidrat sesuai sebanyak 43 subjek yang terdiri dari 21 (48,8%) subjek dengan status gizi tidak normal dan 22 (51,2%) subjek dengan status gizi normal. Dan nilai $p=0,277$ ($>0,05$) dilihat dari nilai uji *chi-square*, sehingga H_0 diterima dan H_a ditolak, maka tidak ada hubungan asupan karbohidrat dengan status gizi. Hal ini disebabkan karena subjek masih tinggal bersama orang tua sehingga subjek makan-makanan yang telah disediakan orang tua. Orang tua responden banyak yang belum mengetahui gizi yang baik untuk keluarga, sehingga orang tua masak yang mereka inginkan bukan berdasarkan kebutuhan gizi. Orang tua biasanya hanya menyediakan satu jenis lauk dalam seharinya seperti telur rendang, ayam, tempeh, mie yang dimasak dan biasanya responden lebih banyak nasi dari pada lauknya. Berdasarkan Tabel 6, status gizi normal banyak dimiliki oleh subjek dengan asupan karbohidrat yang tidak sesuai yaitu sebanyak 24 subjek. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Rahmawati (2017) bahwa tidak ada

Tabel 5. Hasil analisis hubungan asupan lemak dengan status gizi [n(%)]

Asupan Lemak	Status Gizi			p-value
	Tidak Normal	Normal	Total	
Tidak Sesuai	26 (44,8)	32 (55,2)	58 (100,0)	0,641
Sesuai	9 (39,1)	14 (60,9)	23 (100,0)	
Total	35 (43,2)	46 (56,8)	81 (100,0)	

Keterangan: tidak bermakna ($p<0,05$) dengan uji *Chi-square*

Tabel 6. Hasil analisis hubungan asupan karbohidrat dengan status gizi [n(%)]

Asupan Karbohidrat	Status Gizi			p-value
	Tidak Normal	Normal	Total	
Tidak Sesuai	14 (36,8)	24 (63,2)	38 (100,0)	0,277
Sesuai	21 (48,8)	22 (51,2)	43 (100,0)	
Total	35 (43,2)	46 (56,8)	81(100,0)	

Keterangan: tidak bermakna ($p < 0,05$) dengan uji *Chi-square*

Tabel 7. Hasil analisis hubungan antara aktivitas fisik dengan status gizi [n(%)]

Aktivitas Fisik	Status Gizi			p-value
	Tidak Normal	Normal	Total	
Ringan	29 (43,3)	38 (56,7)	67 (100,0)	0,977
Sedang	6 (42,9)	8 (57,1)	14(100,0)	
Total	35 (43,2)	46 (56,8)	81(100,0)	

hubungan asupan karbohidrat dengan status gizi.

Hubungan Antara Aktivitas Fisik dengan Status Gizi. Hubungan aktivitas fisik dengan status gizi di uji statistik menggunakan uji *chi-square*, aktivitas fisik dikategorikan menjadi dua yaitu ringan dan sedang. Ringan apabila aktivitas fisik 1,4-1,69, sedang apabila aktivitas fisik 1,70-1,99 (Anggraini 2014).

Tabel 7 menunjukkan bahwa subjek yang memiliki aktivitas fisik ringan sebanyak 67 subjek yang terdiri 29 (43,3%) subjek memiliki status gizi tidak normal dan 38 (56,7%) subjek dengan status gizi normal. Sedangkan yang memiliki aktivitas fisik sedang sebanyak 14 subjek yang terdiri dari 6 (42,9%) responden dengan status gizi tidak normal dan 8 (57,1%) subjek dengan status gizi normal.

Berdasarkan Tabel 7, status gizi normal banyak dimiliki oleh subjek dengan aktivitas fisik yang ringan yaitu sebanyak 38 subjek. Faktor banyaknya subjek yang memiliki aktivitas ringan yaitu karena seringnya bermain gadget hingga berjam-jam dan menonton TV sambil tiduran. Status gizi merupakan bagian penting dari kesehatan seseorang. Gizi tidak sesuai akan mempengaruhi pertumbuhan dan fungsi organ tubuh yang akan menyebabkan terganggunya fungsi reproduksi. Hasil penelitian ini sejalan

dengan penelitian yang dilakukan Setyandari dan Margawati (2017) dengan hasil H_0 diterima dan H_a ditolak maka tidak ada hubungan aktivitas fisik dengan status gizi pekerja perempuan. Penelitian yang dilakukan oleh Tresnanda dan Rimbawan (2022) dengan menggunakan Uji Spearman menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan antara tingkat aktivitas fisik dengan status gizi pada subjek di kedua prodi.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat hubungan antara pengetahuan gizi, pengetahuan Covid-19, lemak, karbohidrat dan aktivitas fisik dengan status gizi pada siswa MI Mamba'ul Hisan akan tetapi terdapat hubungan signifikan antara asupan kalori dan asupan protein dengan status gizi pada siswa MI Mamba'ul Hisan. Tingkat kecukupan energi dan protein siswa MI Mamba'ul Hisan perlu ditingkatkan agar sesuai dengan kebutuhan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Kepala Sekolah, guru dan siswa Madrasah Ibtidaiyah Mamba'ul yang telah memfasilitasi

dan membantu penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini L. 2014. Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik dengan Status Gizi pada Anak Usia Prasekolah [skripsi]. Program Pendidikan Sarjana Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro.
- Cipta RAW. 2017. Hubungan Pengetahuan Gizi, Konsumsi Pangan, Aktivitas Fisik dengan Status Gizi pada Siswa/I di SMP Negeri 2 Tanjung Balai Tahun 2016 [skripsi]. Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sumatera Utara.
- Damayanti AE. 2016. Hubungan Citra Tubuh, Aktivitas Fisik, dan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Status Gizi Remaja Putri [skripsi]. Universitas Airlangga.
- Dewi AM, Pradigdo SF, Rahfiluddin Z. 2017. Hubungan Asupan Energi dan Protein dengan Status Gizi Narapidana Umum (Studi di Lembaga Pemasyarakatan Klas I Semarang Tahun 2016). *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*. 5(1):266-271.
- Hardinsyah. 2004. Angka Kecukupan Energi, Protein, Lemak dan Serat Makanan. Prosiding Widyakarya Pangan dan Gizi VIII; 2004 Mei 17-19; Jakarta; 2004 p. 323-27.
- Kementrian Kesehatan RI. 2017. *Pengertian Asupan Makan dan Faktor*.online <http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wpcontent/uploads/2017/11/PENILAIAN-STATUS-GIZI-FINAL-SC.pdf>
- Kemenkes RI. 2018. Hasil utama RISKESDAS 2018. (Online) Http://Www. Depkes. Go.Id/Resources/Download/Info-Terkini/Materi_rakorpop_2018/Hasil%20Riskasdas. Retrieved from <http://p2ptm.kemkes.go.id/kegiatan-p2ptm/pusat/hari-hipertensi-dunia-2019-know-your-number-kendalikan-tekanan-darahmu-dengan-cerdik>
- Nawangari BK. 2021. Hubungan Pengetahuan Gizi dan Asupan Energi Terhadap Status Gizi Mahasiswa Universitas Muhadi Setiabudi. [skripsi]. Brebes: Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Gizi, Universitas Muhadi Setiabudi.
- Rahmawati T. 2017. Hubungan Asupan Zat Gizi Dengan Status Gizi Mahasiswa Gizi Semester 3 Stikes PKU Muhammadiyah Surakarta. *Profesi (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*. 14(2):49-57. <https://doi.org/10.26576/profesi.148>
- Setyandari R, Margawati A. 2017. Hubungan asupan zat gizi dan aktivitas fisik dengan status gizi dan kadar hemoglobin pada pekerja perempuan. *Journal of Nutrition College*. 6(1):61-68. <https://doi.org/10.14710/jnc.v6i1.16894>
- Siwi NP, Paskarini I. 2018. Hubungan Asupan Karbohidrat, Lemak, dan Protein dengan Status Gizi (Studi Kasus pada Pekerja Wanita Penyadap Getah Karet di Perkebunan Kalijompo Jember). *The Indonesian Journal of Public Health*. 12(1):1-12. <https://doi.org/10.20473/ijph.v13i1.2018.1-12>
- Tresnanda N, Rimbawan. 2022. Hubungan Perilaku Makan dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Mahasiswa IPB Masa Pembelajaran Jarak Jauh. *Jurnal Ilmu Gizi dan Dietetik*. 1(1):1-7.