

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi yang berjudul Hubungan Perilaku Makan, Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Dengan Status Gizi Siswa Di Pondok Pesantren Madrasah Aliyah Sabrun Jamil Kecamatan Botupingge Kabupaten Bone Bolango

Oleh Nurlila Puspita Aswin

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes
NIP. 196609181992031002

Nur Ayini S. Lalu, S.KM, M.Kes
NIP. 199003072015042004

Gorontalo, 23 Juli 2020

Mengetahui,

Ketua Jurusan Kesehatan Masyarakat



Dr. Sylva Flora Ninta Tarigan, SH, M.Kes
NIP. 198203232008122001

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

Hubungan Perilaku Makan, Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Dengan Status Gizi Siswa Di Pondok Pesantren Madrasah Aliyah Sabrun Jamil Kecamatan Botupingge Kabupaten Bone Bolango

Oleh

**Nurlila Puspita Aswin
811 416 058**

Telah dipertahankan didepan dewan penguji

Hari/Tanggal : Sabtu, 25 Juli 2020

Waktu : 10.30 – 11.30 WITA

Penguji :

1. **Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes** 1.....
NIP. 19660918199203 1 002
2. **Nur Avini S. Lalu, S.KM., M.Kes** 2.....
NIP. 19900307201504 2 004
3. **Dr. Irwan, S.KM., M.Kes** 3.....
NIP. 19720807200003 1 006
4. **Ekawaty Prasetya, S.Si., M.Kes** 4.....
NIP. 19810227200812 2 001

Gorontalo, 25 Juli 2020

Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan



Dr. Hj. Herlina Jusuf, Dra., M.Kes
NIP. 19631001198803 2 002

ABSTRAK

Nurlila Puspita Aswin, 811416058. 2020. Hubungan Perilaku Makan, Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Dengan Status Gizi Siswa Di Pondok Pesantren Madrasah Aliyah Sabrun Jamil Kecamatan Botupingge Kabupaten Bone Bolango. Skripsi. Pembimbing I Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes, dan Pembimbing II Nur Ayini S. Lalu, S.KM., M.Kes. Jurusan Kesehatan Masyarakat, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo.

Banyak faktor yang mempengaruhi status gizi pada remaja diantaranya perilaku makan dan aktivitas fisik seseorang khususnya dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Undang-undang No. 23 Tahun 2014 pasal 24 ayat (1) salah satu pelayanan gizi yaitu di Pondok Pesantren. Rumusan masalah apakah ada hubungan perilaku makan, kegiatan ekstrakurikuler olahraga dengan status gizi siswa di Pondok Pesantren Madrasah Aliyah Sabrun Jamil. Tujuan Penelitian untuk mengetahui hubungan perilaku makan, kegiatan ekstrakurikuler olahraga dengan status gizi siswa Pondok Pesantren Madrasah Aliyah Sabrun Jamil.

Rancangan penelitian adalah survey analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi adalah siswa yang tinggal di Pondok Pesantren Madrasah Aliyah Sabrun Jamil tahun pelajaran 2019/2020 dan jumlah populasi sebanyak 70 siswa. Teknik pengambilan sampel adalah total sampel dimana jumlah populasi sama dengan jumlah sampel. Analisis data menggunakan uji *chi-square*.

Hasil uji *chi-square* variabel perilaku makan tidak baik sebanyak 41 responden (58,6%), status gizi normal sebanyak 39 responden (55,7%) dan yang aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga 36 responden (51,4%). Variabel perilaku makan dengan status gizi diperoleh nilai *p value* = 0,000 < α 0,05 dan variabel kegiatan ekstrakurikuler olahraga dengan status gizi diperoleh nilai *p value* 0,331 > α 0,05.

Simpulan terdapat hubungan perilaku makan dengan status gizi akan tetapi tidak terdapat hubungan kegiatan ekstrakurikuler olahraga dengan status gizi. Di sarankan untuk institusi pendidikan dapat menjadi acuan untuk lebih memperhatikan perilaku makan sehat siswa yang tinggal di lingkungan pondok pesantren.

Kata Kunci: Perilaku Makan, Kegiatan Ekstrakurikuler, Olahraga, Status Gizi

ABSTRACT

Nurlila Puspita Aswin, 811416058. 2020. The Relationship between Eating Behavior, Extracurricular Activity for Sport and Student's Nutritional Status at Senior High School of Islamic Boarding School Sabrun Jamil, Sub-district of Botupingge, District of Bone Bolango. Skripsi. The principal supervisor is Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes, and co-supervisor is Nur Ayini S. Lalu, S.Km., M.Kes. Department of Public Health, Faculty of Sports and Health, State University of Gorontalo.

Factors influencing nutritional status of adolescents are eating behavior and physical activities particularly in extracurricular activities for sport. Law number 23 of 2014 article 24 verse (1) is revealed that one of the nutritional services takes place in Islamic boarding schools. The research problem is stated that there is a relationship between eating behavior, extracurricular activity for sport, and student's nutritional status at senior high school of Islamic boarding school Sabrun Jamil. The research is aimed at understanding the relationship among the previous research variables.

The research uses analytical survey design with cross sectional approach. The population are students at senior high school of Islamic boarding school Sabrun Jamil in the academic year of 2019/2020 and there are 70 students. Sampling is completed by total sampling with the same number of population as the samples. Data analysis uses chi-square test.

The result of chi-square test revealed that bad eating behavior was 41 respondents (58,6); normal nutritional status was 39 respondents (55,75); and active extracurricular activity for sport was 36 respondents (51,4%). Variables of eating behavior and nutritional status obtained $p\text{-value} = 0,000 < \alpha 0,05$. Meanwhile variables of extracurricular activity for sport and nutritional status obtained $p\text{-value} = 0,331 > \alpha 0,05$.

The research conclusion revealed that there is a relationship between eating behavior and nutritional status. However, there is no relationship between extracurricular activity for sport and nutritional status. It is recommended to educational institutions to pay more attention to healthy eating behavior among students who stay in the Islamic boarding schools.

Keywords: eating behavior, extracurricular activity, sport, nutritional status

