

**HUBUNGAN POLA MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS
GIZI PADA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DI SEKOLAH LUAR
BIASA NEGERI AEK KANOPAN**

SKRIPSI



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN**

Oleh :

DINDA AFRIANI PUTRI

NIM: 0801203331

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN**

PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

SUMATERA UTARA

MEDAN

2024

**HUBUNGAN POLA MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS
GIZI PADA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DI SEKOLAH LUAR
BIASA NEGERI AEK KANOPAN**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.K.M)**

Oleh: DINDA AFRIANI PUTRI

NIM: 0801203331

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN**

PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

SUMATERA UTARA

MEDAN

2024

HUBUNGAN POLA MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DI SEKOLAH LUAR BIASA NEGERI AEK KANOPAN

DINDA AFRIANI PUTRI
NIM: 0801203331

ABSTRAK

Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang secara signifikan berbeda dalam berbagai dimensi penting dari fungsi kemanusiaannya. Mereka mengalami hambatan fisik, psikologis, kognitif, atau sosial dalam mencapai tujuan dan potensinya, meliputi mereka yang tuli, buta, memiliki gangguan bicara, cacat tubuh, retardasi mental, dan gangguan emosional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dan aktivitas fisik terhadap status gizi pada anak berkebutuhan khusus di Sekolah Luar Biasa Negeri Aek Kanopan. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional, melibatkan 40 ibu dari anak berkebutuhan khusus sebagai sampel, yang dipilih menggunakan teknik Total Sampling. Instrumen yang digunakan meliputi timbangan, microtoice, kuesioner, dan alat tulis, dengan analisis data dilakukan menggunakan SPSS. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pola makan ($p=0,042$) dan aktivitas fisik ($p=0,041$) dengan status gizi di SLB Aek Kanopan. Disarankan agar sekolah meningkatkan penyuluhan tentang gizi dan aktivitas fisik, serta menambah kegiatan ekstrakurikuler. Orang tua diharapkan lebih memperhatikan aktivitas fisik anak di rumah. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan sampel yang lebih besar dan metode yang berbeda.

Kata Kunci : Anak Berkebutuhan Khusus, Pola Makan, Aktifitas Fisik, Status Gizi

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

**THE RELATIONSHIP OF DIET AND PHYSICAL ACTIVITY WITH
NUTRITIONAL STATUS OF CHILDREN WITH SPECIAL NEEDS AT
AEK KANOPAN STATE EXTRAORDINARY SCHOOL**

DINDA AFRIANI PUTRI

NIM: 0801203331

ABSTRACT

Children with special needs are children who are significantly different in various important dimensions of their human functioning. They experience physical, psychological, cognitive, or social barriers in achieving their goals and potential, including those who are deaf, blind, have speech disorders, physical disabilities, mental retardation, and emotional disorders. This study aims to determine the relationship between diet and physical activity with nutritional status in children with special needs at Aek Kanopan State Special School. This study used a quantitative method with a cross-sectional approach, involving 40 mothers of children with special needs as samples, who were selected using the Total Sampling technique. The instruments used included scales, microtoice, questionnaires, and stationery, with data analysis using SPSS. The results showed a significant relationship between diet ($p = 0.042$) and physical activity ($p = 0.041$) with nutritional status at Aek Kanopan Special School. It is recommended that schools increase counseling on nutrition and physical activity, and increase extracurricular activities. Parents are expected to pay more attention to their children's physical activity at home. Further researchers are expected to conduct research with larger samples and different methods.

Keywords: *Children with Special Needs, Dietary Patterns, Physical Activity, Nutritional Status*

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Nama : Dinda Afriani Putri
NIM : 0801203331
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat Peminatan : Gizi
Tempat/Tanggal Lahir : Pulo Dogom, 23 juni 2001
Judul Skripsi : Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik
Dengan Status Gizi Pada Anak Berkebutuhan Khusus Di Sekolah Luar Biasa
Negeri Aek Kanopan

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini merupakan hasil karya saya yang diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Strata I di Program Studi Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.
2. Semua sumber yang saya gunakan dalam penelitian ini telah saya cantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di di Program Studi Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.
3. Jika dikemudian hari jiplakan dari karya ini bukan hasil karya saya atau merupakan hasil jiplakan dari karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi yang berlaku di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.

Medan, Juli 2024

Dinda Afriani Putri

0801203331

HALAMAN PERSETUJUAN

Nama : Dinda Afriani Putri

NIM : 0801203331

HUBUNGAN POLA MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DI SEKOLAH LUAR BIASA NEGERI AEK KANOPAN

Dinyatakan bahwa skripsi dari mahasiswa ini telah disetujui, diperiksa dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan (UINSU Medan)

Medan, 1 Agustus 2024

Di setujui,

Dosen Pembimbing Skripsi

Dosen Pembimbing Integrasi



Rani Suraya, SKM, MKM.
NIP. 198811102022032004



Muhammad Zali, Lc, M.H.I.
NIP. 198601112020121008

Mengetahui,
**Ketua Prodi Ilmu Kesehatan
Masyarakat FKM UINSU**



Rapotan Hasibuan, S.K.M, M.Kes
NIP. 199006062019031016

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan Judul:

HUBUNGAN POLA MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DI SEKOLAH LUAR BIASA NEGERI AEK KANOPAN

Yang Disiapkan dan Dipertahankan Oleh:

Dinda Afriani Putri

0801203331

Telah Diuji dan Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji Skripsi

Pada Tanggal 16 Agustus 2024

Dan Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima

TIM PENGUJI

Ketua Penguji

Nurhayati, S.Si. T., M.Si

NIP. 197205161993032004

Ketua Penguji

Wasiyem, S.Pd, M.Si

NIP. 196807271997032001

Penguji II

Rani Suraya, SKM, MKM.

NIP. 198811102022032004

Penguji Integrasi,

Muhammad Zali, Lc, M.H.I.

NIP. 198601112020121008

Medan, 16 Agustus 2024

Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat

Fakultas Kesehatan Masyarakat

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara



Prof. Dr. Mesison, S.Ag, M.Pd

NIP. 197107272007011031

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

IDENTITAS DIRI

Nama : Dinda Afriani Putri
NIM : 0801203331
Tempat/tanggal lahir : Pulo Dogom, 23 Juni 2001
Fakultas : Kesehatan Masyarakat
Program studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat
Jenis kelamin : Perempuan
Pekerjaan : Mahasiswi
Alamat : Dusun VII Desa Londut
No.hp : 082181240965 (wa)
Email : dindaafrianiputri@gmail.com

RIWAYAT PENDIDIKAN

Tamatan SD : MIS Islamiyah Londut
Tamatan SMP : MTS Islamiyah Londut
Tamatan SMA: SMAN 1 Kualuh Hulu

KATA PENGANTAR

Assalamu 'alaikum Wr. Wb

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah SWT, yang telah memberikan nikmat dan karunia-Nya berupa ilmu pengetahuan, kemampuan, dan sarana sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini tepat waktu. Kepada junjungan kita, Nabi Muhammad SAW, yang telah memberikan hikmah, salam, dan berkah dalam kehidupan kita. Semoga kita semua menjadi umat yang mendapatkan syafaat-Nya di akhirat kelak. Penulis telah menyusun Skripsi ini dengan judul: “**Hubungan Pola Makan serta Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Pada Anak Berkebutuhan khusus Di Sekolah Luar Biasa Negeri Aek Kanopan**”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu prasyarat yang ditempuh oleh mahasiswa untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.KM) pada program studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan.

Baik secara langsung maupun tidak langsung, penulis memperoleh bantuan dan arahan dari banyak pihak. Untuk itu penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Nurhayati, M.Ag selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
2. Bapak Prof. Dr. Mesiono M.Pd selaku Dekan I Bidang Akademik Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
3. Bapak Dr. Hasrat Effendi, M.A selaku Wakil Dekan I Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.

4. Ibu Asnil Aidah Ritonga, M.A selaku Wakil Dekan II Bidang Administrasi Umum, Perencanaan dan Keuangan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
5. Bapak Dr. Irwansyah, M.H. selaku Wakil Dekan III Bidang Kemahasiswa/Siswian Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
6. Bapak Rapotan Hasibuan, S.K.M., M.Kes selaku Ketua Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
7. Ibu Fitriani Paramita Gurning, S.K.M., M.K.M selaku Sekretaris Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
8. Ibu Dr. Novi Susanti, M.Kes selaku dosen pembimbing akademik yang sudah memberikan ilmu serta arahan dalam masa perkuliahan.
9. Ibu Rani Suraya S.K.M., M.K.M selaku pembimbing I yang telah memberikan waktu, arahan, serta masukan dalam menyelesaikan Skripsi ini.
10. Bapak M. Zali, Lc., Selaku Pembimbing II yang sudah memberikan waktu, arahan juga masukan dalam menyelesaikan Skripsi ini.
11. Ibu Wasiyem, S. Pd., M. Si selaku penguji seminar proposal Skripsi yang telah meberikan masukan serta arahan pada Skripsi ini.
12. Kepada Seluruh Dosen Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Yang Telah Memberikan Ilmu Pelajaran Selama Saya Duduk Di Bangku Perkuliahan.

13. Kepada Sekolah Luar Biasa Negeri Aek Knopan Yang Telah Memberikan Ijin Kepada Penulis Untuk Melakukan Penelitian.
14. Kepada Ayah Ali Sudin Silalahi tersayang terimakasih selalu berjuang untuk kehidupan penulis, terimakasih atas pemberian, kemewahan yang engkau berikan, terimakasih telah berjuang serta mendidik penulis hingga saat ini.
15. Kepada Mamaku tercinta Nur Hayani Simangunsong terimakasih yang sebesar besarnya karna sudah melahirkan, merawat serta membesarkan penulis dengan penuh cinta, terimakasih untuk semua kasih sayang, doa, dukungan serta sujud tiada henti yang mama berikan sehingga selalu memudahkan langkah penulis.
16. Kakak Tersayang Ayu Andina Putri Silalahi serta adik saya Rifki Maulana Silalahi serta Anggi Putra Silalahi. terimakasih senantiasa sudah memberikan semangat serta motivasi dalam menulis skripsi ini.
17. Kepada Wafi Ardiansyah terimakasih atas waktu, proses perjalanan, pembelajaran, kesempatan, cerita, dukungan, materi, serta motivasi yang membuat saya semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
18. Kepada teman Seperjuangan Tercinta Cindy Audina Paramita serta Rindy Tri Wani Terimakasih Telah Memberikan Banyak Waktu Untuk Menolong, Memotivasi, Memberikan Semangat, Mendengar, serta Telah Banyak Berjasa Dalam Menulis skripsi Ini, Terimakasih Juga Sudah Ingin Mendengarkan Keluh Kesah Penulis Dalam Menjalani Proses Proposal Ini.

19. Kepada Sahabat Penulis Syarah Asda Pratiwi Sagala S.Akun Terimakasih Sudah Memberikan Banyak Saran, Motivasi serta Mendengarkan Keluh Kesah Penulis Dalam Proses skripsi Ini.
20. Kepada teman kos c2 alam jaya viona afiqa, reni septiani, serta sunila terimakasih sudah selalu mendengarkan keluh kesah penulis, serta selalu memberi dukungan serta semangat agar dapat menyelesaikan skripsi ini.
21. Kepada Rekan Seperjuangan Ilmu Kesehatan Masyarakat Stambuk 2020 Terimakasih Selama Empat Tahun Selalu Memberikan Kenangan Yang Tidak Dapat Dilupakan.
22. Terakhir, Penulis ucapkan ribuan terimakasih untuk diri saya sendiri,yaitu Dinda Afriani Putri,karna telah mampu berusaha keras, berjuang serta bertahan sampai sejauh ini. Terimakasih juga atas segala air mata,keluh kesahnya, serta rasa tidak ingin menyerahnya yang selalu di tanamkan ke diri sendiri sehingga mampu bertahan sampai sejauh ini. tetap semangat serta jangan menyerah ya.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN Penulis

Dinda Afriani Putri

NIM. 0801203331

DAFTAR ISI

ABSTRACT	iii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xxvii
DAFTAR LAMPIRAN	xxviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Peneliti.....	5
1.4.1 Bagi Guru	5
1.4.2 Bagi Siswa.....	5
1.4.3 Bagi Peneliti	5
1.4.4 Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat UINSU	6
1.4.5 Bagi Peneliti Lain.....	6
BAB II PEMBAHASAN.....	7
2.1 Anak Berkebutuhan Khusus (ABK).....	7
2.1.1 Definisi Anak Berkebutuhan Khusus	7
2.1.2 Kategori Anak Berkebutuhan Khusus.....	8
2.2 Konsep Pola Makan	11
2.2.1 Pengertian Pola Makan.....	11
2.2.2 Komponen Pola Makan	11
2.2.3 Isi Piringku	13
2.2.4 Faktor Yang Mempengaruhi Pola Makan	14
2.2.5 Pola Makan Pada Anak Berkebutuhan Khusus.....	16
2.3 Konsep Aktifitas Fisik.....	17

2.3.1	Pengertian anak berkebutuhan khusus	17
2.3.2	Aktifitas fisik Pada Anak Berkebutuhan Khusus	20
2.4	Status Gizi	21
2.4.1	Pengertian Status Gizi	21
2.4.2	Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi.....	21
2.4.3	Status Gizi Pada Anak Berkebutuhan Khusus	23
2.4.4	Klasifikasi Status gizi.....	23
2.5	Hubungan Pola Makan, Aktivitas Fisik dengan Status Gizi pada Anak ABK	25
2.5.1	Pola makan dan status gizi	25
2.5.2	Aktivitas fisik dan status gizi	26
2.5.3	Integrasi pola makan dan aktivitas fisik	27
2.6	Pola makan, Aktifitas Fisik dan Status Gizi dalam Perspektif Islam .	28
2.6.1	Pola makan dalam kaidah islam	28
2.6.2	Aktivitas Fisik Dalam Islam.....	30
2.6.3	Status Gizi Menurut Persepektif Islam	31
2.7	Kerangka Teori.....	34
2.8	Kerangka Konsep	34
2.9	Hipotesis Penelitian.....	34
BAB III	METODOLOGI PENELITIAN	36
3.1	Jenis Penelitian.....	36
3.2	Waktu Penelitian	36
3.3	Sampel dan Populasi	36
3.3.1	Populasi	36
3.3.2	Sampel.....	36
3.4	Variabel Penelitian.....	37
3.5	Defenisi Operasional	38
3.6	Instrumen Penelitian.....	39
3.7	Prosedur Pengumpulan Data	39
3.7.1	Prosedur Pengumpulan Data	39
3.7.2	Tahap Pelaksanaan	39
3.7.3	Pengukuran antropometri.	40
3.7.4	Pengambilan data pola makan, aktivitas fisik	40
3.7.5	Penilaian status gizi.....	41
3.8	Pengolahan Data.....	41
3.9	Analisis Data	42

3.9.1 Analisa Univariat.....	42
3.9.2 Analisa Bivariat.....	42
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	43
4.1 Gambaran Wilayah Penelitian.....	43
4.2 Pembahasan.....	49
4.3 Kajian Integrasi Keislaman	52
BAB V KESIMPULAN DAN PENUTUP	61
3.1 Kesimpulan.....	61
3.1 Saran.....	61
DAFTAR PUSTAKA	63
LAMPIRAN.....	66



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi IMT	24
Tabel 3.1 Definisi Operasional	38
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Usia	43
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin	44
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Tinggi Badan	44
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Berat Badan	45
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Kebutuhan Khusus	45
Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Status Gizi	46
Tabel 4.8 Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik	46
Tabel 4.9 Distribusi Frekuensi Pola Makan	46
Tabel 4.10 Hasil Analisis Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi	47
Tabel 4.11 Hasil Analisis Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori 1.....	34
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep 1	34



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Riset	66
Lampiran 2 Kuesioner	67
Lampiran 3 Rekapitulasi Hasil Penelitian	72
Lampiran 4 Tabel Hasil Olah Data	74
Lampiran 5 Dokumentasi.....	82

