

**PENGARUH AKTIVITAS MENARI BALI TERHADAP  
INDEX MASA TUBUH PADA ANAK USIA  
SEKOLAH DI SANGGAR TARI  
DENPASAR**



**SKRIPSI**

**NI NYOMAN NANCY SULISTYAWATI**

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI  
2023**

**PENGARUH AKTIVITAS MENARI BALI TERHADAP INDEX  
MASA TUBUH PADA ANAK USIA SEKOLAH  
DI SANGGAR TARI DENPASAR**

**SKRIPSI**

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan  
pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

**Oleh:**

**NI NYOMAN NANCY SULISTYAWATI  
C1119010**

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI  
2023**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**PENGARUH AKTIVITAS MENARI BALI TERHADAP INDEX  
MASA TUBUH PADA ANAK USIA SEKOLAH  
DI SANGGAR TARI DENPASAR**

**Diajukan Oleh:**

**NI NYOMAN NANCY SULISTYAWATI  
C1119010**

**Mangupura, 13 Juni 2023**

**Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing**

**Pembimbing I**

**Ns. Komang Yogi Triana, M.Kep., Sp.Kep.An.**

**NIDN 0825118901**

**Pembimbing II**

**Ns. Ni Made Ari Sukmandari, S.Kep.,M.Kes.**

**NIDN 0812108702**

**Mengetahui,  
Prodi Studi Sarjana Ilmu Keperawatan  
Kema**

**Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep.**

**NIDN: 0821058603**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**PROPOSAL INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI DEPAN  
DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN**

**BINA USADA BALI**

**Tanggal : 27 Juni 2023**

Yang terdiri dari :

Ketua Penguji



**Ns. Ni Made Dwi Ayu Martini, S. Kep., M.Kes**

**NIDN 0801038802**

Sekretaris Penguji



**Ns. Komang Yogi Triana, M.Kep., Sp.Kep.An.**

**NIDN 0825118901**

Anggota Penguji



**Ns. Ni Made Ari Sukmandari, S.Kep., M.Kes.**

**NIDN 0812108702**

Mengetahui,  
Prodi Studi Sarjana Ilmu Keperawatan  
Ketua



**Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep.**

**NIDN: 0821058603**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Nyoman Nancy Sulistyawati

NIM : C1119010

Jurusan : Sarjana Ilmu Keperawatan

Judul Skripsi : Pengaruh Aktivitas Menari Bali Terhadap Index Masa Tubuh Pada Anak Usia Sekolah Di Sanggar Tari Denpasar

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis benar – benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pemikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Tugas Akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Mangupura, 12 Juni 2023



( Ni Nyoman Nancy Sulistyawati )

**SEKOLAH TINGGI ILMU KEPERAWATAN  
BINA USADA BALI PROGRAM STUDI SARJANA ILMU  
KEPERAWATAN**

Skripsi, Juni 2023

Ni Nyoman Nancy Sulistyawati

Pengaruh Aktivitas Menari Bali Terhadap Index Masa Tubuh Pada Anak Usia Sekolah Di Sanggar Tari Denpasar

X + 74 + 6 tabel + 3 gambar + 12 lampiran

**ABSTRAK**

Aktivitas menari merupakan perwujudan suatu tekanan emosi dalam bentuk gerak tubuh. Menari dapat dikategorikan sebagai aktivitas fisik karena menari melibatkan otot skelet dalam bergerak dan juga mengeluarkan energi. Aktifitas fisik yang baik dan teratur akan memengaruhi pada status gizi yang baik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Aktivitas Menari Bali Terhadap Index Masa Tubuh Pada Anak Usia Sekolah di Sanggar Tari Denpasar.

Penelitian ini menggunakan desain pre eksperimental dengan rancangan *one group pretest posttest design*. Sampel penelitian sebanyak 38 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan Teknik *Purposive sampling*. Instrument yang digunakan yaitu standar operasional prosedur yang akan digunakan sebagai acuan dalam pelaksanaan latihan tari condong dan lembar observasi yang digunakan peneliti untuk mengukur IMT responden sebelum dan sesudah diberikan latihan tari.

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata IMT sebelum diberikan intervensi adalah 19,67 dan rata-rata setelah diberikan intervensi adalah 19,35. Hasil uji bivariat menunjukkan ada Pengaruh Aktivitas Menari Bali Terhadap Index Masa Tubuh Pada Anak Usia Sekolah di Sanggar Tari Denpasar sebelum dan setelah diberikan intervensi menggunakan uji *Paired Simple T-Test* diperoleh nilai p-value =0,002 (<0,05). Penelitian ini dapat diaplikasikan sebagai salah satu alternatif dalam melakukan aktivitas fisik untuk menjaga index masa tubuh pada anak yang ideal.

Kata Kunci : Aktivitas Menari ; IMT ; Anak ; Bali

Daftar Pustaka : 36 (2011-2022)

***BINA USADA BALI HEALTH INSTITUTION  
BACHELOR DEGREE OF NURSING PROGRAM***

*Undergraduate Thesis, June 2023*

**Ni Nyoman Nancy Sulistyawati**

***The Effect of Balinese Dancing Activities on Body Mass Index in School-Aged Children at Denpasar Dance Studio***

***X + 74 + 6 tables + 3 pictures + 12 appendixes***

**ABSTRACT**

Dancing is an expression of emotional strain in the form of body motions. Dancing is classified as a physical exercise since it requires the skeletal muscles to move and burn energy. Good nutritional status will be influenced by regular physical activity. The purpose of this study was to determine the effect of Balinese dancing activities on body mass index in school-aged children at the Denpasar dance studio.

A pre-experimental design with a one-group pretest-posttest design was used in this investigation. The research sample consisted of 38 respondents. Purposive sampling was used in the sample technique. The equipment employed was the standard operating procedure, which would be used as a reference in carrying out the learning dance practice, as well as the observation sheet, which the researcher used to measure the respondent's BMI before and after dance practice.

The average BMI before the intervention was 19.67, while the average after the intervention was 19.35. The bivariate test results showed that there was an effect of Balinese dancing activities on body mass index in school-age children at the Denpasar Dance Studio before and after intervention, with a p-value = 0.002 (0.05). Balinese dancing can be used as an activity of choice for school-age children which not only has an impact on nutritional status but also as a form of cultural preservation.

Keywords: Dancing Activity; BMI ; Children ; Bali

Bibliography : 36 (2011-2022)

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur saya panjatkan ke hadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa atau Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat asung kertha wara nugraha nyalah peneliti dapat menyelesaikan proposal skripsi dengan judul “Pengaruh Aktivitas Menari Bali Terhadap Index Masa Tubuh Pada Anak Usia Sekolah Di Sanggar Tari Denpasar”.

Terselesaikannya proposal penelitian ini tentunya tidak lepas dari bantuan baik moril maupun materiil, motivasi, dorongan dan bimbingan dari berbagai pihak untuk itu dengan penuh penghargaan peneliti mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Dr. Ir. I putu Santika, MM., selaku ketua Sekolah tinggi ilmu kesehatan bina usaha Bali yang telah memberikan ijin dan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan proposal penelitian ini.
2. Ibu Ns. Komang Yogi Triana, M.Kep., Sp.Kep.An., selaku pembimbing I yang telah sangat banyak memberikan bimbingan serta motivasi dalam peneliti menyelesaikan proposal penelitian ini.
3. Ibu Ns. Ni Made Ari Sukmandari, S.Kep.,M.Kes selaku pembimbing II yang telah sangat banyak memberikan bimbingan serta motivasi peneliti dalam menyelesaikan proposal penelitian ini.
4. Kedua orang tua dan keluarga yang telah memeberikan banyak dukungan selama proses penyusunan proposal penelitian ini.
5. Seluruh pihak yang telah berperan penting dalam penyusunan proposal penelitian ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa proposal ini kurang sempurna, oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang sifatnya membangun dalam rangka memperbaiki dan menyempurnakan proposal penelitian ini. Semoga proposal penelitian ini bermanfaat bagi semua pihak. Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih.

Badung, 11 April 2023

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakng .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	4
E. Keaslian Penelitian.....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Konsep Anak Usia Sekolah.....	8
B. Konsep Status Gizi.....	12
C. Konsep Aktivitas Menari .....	17
D. Pengaruh Aktivitas Menari Terhadap Imt.....	21
E. Kerangka Teori.....	23
<b>BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI</b>	
<b>OPERASIONAL</b>	
A. Kerangka Konsep .....	24
B. Hipotesis.....	25
C. Definisi Operasional.....	25
<b>BAB IV METODE PENELITIAN</b>	
A. Rancangan Penelitian .....	26
B. Populasi Dan Sampel .....	27

C. Tempat Penelitian.....	28
D. Waktu Penelitian .....	28
E. Etika Penelitian .....	29
F. Alat Pengumpulan Data .....	30
1. Instrumen Penelitian.....	30
2. Validitas Dan Reliabilitas .....	31
G. Prosedur Pengumpulan Data.....	31
1. Prosedur Administrasi.....	31
2. Prosedur Teknis.....	32
H. Pengolahan Data.....	33
I. Rencana Analisis Data .....	34
<b>BAB V HASIL PENELITIAN</b>	
A. Tempat dan Waktu Penelitian .....	36
B. Analisis Univariat .....	36
C. Analisis Bivariat.....	37
<b>BAB VI PEMBAHASAN</b>	
A. Interpretasi Penelitian.....	39
B. Keterbatasan Penelitian.....	44
C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan, dan Penelitian .....	44
<b>BAB VII PENUTUP</b>	
A. Simpulan .....	46
B. Saran.....	46
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 2.1 Kategori Status Gizi Anak Usia 5-18 Tahun .....	16
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	25
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Subjek Penelitian .....	36
Tabel 5.2 Rata-Rata Index Masa Tubuh Sebelum dan Setelah Latihan Menari.....	37
Tabel 5.3 Uji Normalitas Data .....	38
Tabel 5.4 Pengaruh Aktivitas Menari Bali Terhadap Index Masa Tubuh.....	38

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	23
Gambar 3.1 Kerangka Konsep .....	24
Gambar 4.1 Rancangan Penelitian .....	26

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 Surat Studi Pendahuluan

Lampiran 2 Surat Balasan

Lampiran 3 Lembar Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 4 Lembar Persetujuan Responden

Lampiran 5 Lembar Persetujuan Orang Tua / Wali Responden

Lampiran 6 SOP Gerakan Tari Condong

Lampiran 7 Surat Permohonan Izin Penelitian

Lampiran 8 Surat Balasan Izin Penelitian

Lampiran 9 Uji Etik

Lampiran 10 Jadwal Penelitian

Lampiran 11 Dokumentasi

Lampiran 12 Lembar Bimbingan

## DAFTAR PUSTAKA

- Alatas, S. S. S. (2011). *Status Gizi Anak Usia Sekolah (7-12 Tahun) dan Hubungannya dengan Tingkat Asupan Kalsium Harian di Yayasan Kampungkids Pejaten Jakarta Selatan*. 16–27.
- Anggraini, L. (2014). Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik Terhadap Status Gizi Pada Anak Usia Prasekolah. *KTI Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik Terhadap Status Gizi Pada Anak Usia Pra Sekolah*, 1–103.
- Aprillia, S. D. (2022). *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Anak Usia Sekolah Dasar Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Sd Negeri Maradekayya 2 Kota Makassar*.
- Arif Wicaksana, D., & Hida Nurriszka, R. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi pada Anak Usia Sekolah di SDN Bedahan 02 Cibinong Kabupaten Bogor Tahun 2018. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 11, 35–47.
- Christi, C., Primayanti, I., & Adiatmika, I. (2021). Hubungan Frekuensi Menari Bali dengan Tingkat Stres pada Penari Bali di Denpasar. *E-Jurnal Medika Udayana*, 10(11), 56–60.
- Ermona, N. D. N., & Wirjatmadi, B. (2018). Hubungan Aktivitas Fisik Dan Asupan Gizi Dengan Status Gizi Lebih Pada Anak Usia Sekolah Dasar Di Sdn Ketabang 1 Kota Surabaya Tahun 2017. *Amerta Nutrition*, 2(1), 97. <https://doi.org/10.20473/amnt.v2i1.2018.97-105>
- Fitria, H. A. (2017). Pengaruh Pelatihan Seni Tari Terhadap Peningkatan Rasa Percaya Diri Siswa Sdn Kauman 1 Malang. *FITK Universitas Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*, 1–190.
- Hamrik, Z., Sigmundová, D., Kalman, M., Pavelka, J., & Sigmund, E. (2014). Physical activity and sedentary behaviour in Czech adults : Results from the GPAQ study. *European Journal of Sport Science*, 14(2), 193–198. <https://doi.org/10.1080/17461391.2013.822565>
- Heryana, A. (2020). *Analisis data penelitian kuantitatif*. 1–11.
- Istiqomah, H., & Suyadi, S. (2019). Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Sekolah Dasar Dalam Proses Pembelajaran (Studi Kasus Di Sd Muhammadiyah Karangbendo Yogyakarta). *El Midad : Jurnal PGMI*, 11(2), 155–168. <https://doi.org/10.20414/elmidad.v11i2.1900>

- Jannah, M., & Utami, T. N. (2018). Faktor Yang Memengaruhi Terjadinya Obesitas Pada Anak Sekolah Di Sd N 1 Sigli Kabupaten Pidie Tahun. *Jurnal Kesehatan Global*, 1(3), 110–118.
- Kurnia, A. E., Soetarji, & Said, J. (2014). Hubungan Kualitas Tari Dengan Kebugaran Jasmani, Porsen Lemak Dan Indeks Masa Tubuh. *Journal of Sport Sciences and Fitness*, 3(3), 41–44.
- LOKA, B. J. K. (2016). *Artikel Karya Seni Pengembangan Video Pembelajaran Tari Condong Legong Kraton Bagi Siswa Smp Negeri 3 Selemadeg Timur Tabanan Oleh : Bagus Jimmy Kresna Loka Program Studi S-1 Sendratasik*.
- Mouw, M. S., Dary, & Dese, D. C. (2022). Gambaran Status Gizi dan Aktivitas Fisik Anak Usia 6-12 Tahun Di SD Kristen Saumlaki Maluku Tenggara Barat. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 7(2), 1–5.
- Notoadmodjo, S., Ulpa, Z. R., Kulsum, & Salawati, L. (2018). Mengukur Status Gizi Dengan Indeks Massa Tubuh (Imt). *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kedokteran Biomedis*, 2(1), 12–26. <http://digilib.unimus.ac.id/files/disk1/134/jtptunimus-gdl-dewikhofiy-6655-3babii.pdf%0Ahttp://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/31092%0Ahttp://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0167273817305726%0Ahttp://dx.doi.org/10.1038/s41467-017-01772-1%0Aht>
- Nursalam. (2015). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis. In *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*.
- Permenkes. (2020). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020*. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/en/mdl-20203177951%0Ahttp://dx.doi.org/10.1038/s41562-020-08879%0Ahttp://dx.doi.org/10.1038/s41562-020-0884-z%0Ahttps://doi.org/10.1080/13669877.2020.1758193%0Ahttp://serisc.org/journals/index.php/IJAST/article>
- Pujiwidodo, D. (2016). *Hubungan Latihan Menari Kelana Gaya Surakarta Dengan Indeks Massa Tubuh Pada Remaja Putri Usia 15 – 17 Tahun Di Smk Negeri 8 Surakarta*. III(2), 2016.
- Rahmawati, T., & Marfuah, D. (2016). Gambaran Status Gizi Pada Anak Sekolah Dasar. *Profesi (Profesional Islam) : Media Publikasi Penelitian*, 14(1), 72. <https://doi.org/10.26576/profesi.140>
- Ramadona, E. T. (2018). *Hubungan Indeks Massa Tubuh dan Tingkat Aktivitas Fisik pada Siswa Sekolah Dasar Kelas V di SD Negeri Samirono Kecamatan Depok Kabupaten Sleman*. 1–11. <http://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/pgsd->

penjaskes/article/view/10848

- RISKESDAS. (2018). Laporan Provinsi Bali RISKESDAS 2018. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*.
- Riskesdas, T. (2018). Laporan Nasional Riskesdas. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan* (Vol. 10, p. 126). Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan. <https://doi.org/10.12688/f1000research.46544.1>
- Sabani, F. (2019). Perkembangan Anak - Anak Selama Masa Sekolah Dasar (6 - 7 Tahun). *Didakta: Jurnal Kependidikan*, 8(2), 89–100. <https://jurnaldidaktika.org/contents/article/view/71>
- Surya, F. R. (2019). *Hubungan Antara Aktivitas Menari dengan Kemampuan Motorik Kasar Anak*.
- Tim GTK Dikdas. (2021). *Modul Belajar Mandiri Calon Guru Bidang Studi Seni Budaya - Tari*.
- Tomasoa, V. A., Dary, & Dese, D. C. (2021). Hubungan Asupan Makan dan Aktifitas Fisik Terhadap Status Gizi Anak Usia Sekolah. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 6(2). <https://doi.org/10.30651/jkm.v6i2.7819>
- Triana, K. Y., Lestari, M. P. L., & Sukmandari, N. M. A. (2022). Nutrition status, activity patterns and stress level of school age children during the covid-19 pandemic. *Media Keperawatan Indonesia*, 5(2), 84. <https://doi.org/10.26714/mki.5.2.2022.84-92>
- Utama, L. J., & Demu, Y. D. B. (2021). *Dasar-Dasar Penanganan Gizi Anak Sekolah*. Media Sains Indonesia. <https://books.google.co.id/books?id=tFosEAAAQBAJ>
- Utami, D., & Setyarini, G. A. (2017). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Indeks Massa Tubuh pada Remaja Usia 15-18 Tahun di SMAN 14 Tangerang. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 4(3), 207–2015.