

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA

Skripsi, Desember 2025

KHAIRUNNISA, No. NRP 221021161

PENGARUH AKTIVITAS FISIK, STATUS GIZI, DAN KUANTITAS TIDUR TERHADAP TINGKAT KECERDASAN ANAK PEREMPUAN USIA 9 – 12 TAHUN DI SDN 04 BOJONGSARI, KOTA DEPOK

RINCIAN HALAMAN (xv + 99 halaman, 13 tabel, 2 gambar, 9 lampiran)

ABSTRAK

Tujuan : Penelitian ini dilakukan untuk menguji pengaruh aktivitas fisik, status gizi, dan kuantitas tidur terhadap tingkat kecerdasan anak perempuan usia 9 – 12 tahun di SDN 04 Bojongsari, Depok.

Metode : Desain penelitian yang digunakan adalah *cross-sectional*. Sebanyak 34 anak perempuan usia 9 – 12 tahun di SDN 04 Bojongsari, Depok menjadi responden pada tahun 2025. Data kecerdasan diperoleh melalui tes IQ, data aktivitas fisik, dan kuantitas tidur melalui kuesioner, sedangkan status gizi ditentukan berdasarkan pengukuran berat badan dan tinggi badan.

Hasil : Penelitian menghasilkan tingkat kecerdasan anak sebagian besar berada pada kategori kecerdasan di bawah rata-rata (32,4%), dengan aktivitas fisik baik (50%), status gizi umumnya normal (64,7%), dan kuantitas tidur buruk (88,2%). Namun, penelitian ini tidak menunjukkan hubungan serta pengaruh aktivitas fisik, status gizi, dan kuantitas tidur dengan tingkat kecerdasan anak perempuan usia 9 – 12 tahun di SDN 04 Bojongsari, Depok.

Kesimpulan : Penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan dan pengaruh yang bermakna antara aktivitas fisik, status gizi, dan kuantitas tidur terhadap tingkat kecerdasan anak perempuan usia 9 – 12 tahun di lingkungan SDN 04 Bojongsari, Depok. Kecerdasan dapat dipengaruhi oleh faktor lain di luar variabel yang diteliti seperti, faktor genetik, kondisi sosial ekonomi keluarga, pola asuh, serta lingkungan tempat anak tumbuh.

Daftar Pustaka : 78 (2015 – 2025)

Kata Kunci : Aktivitas fisik, Kecerdasan, Kuantitas Tidur, Status Gizi

FACULTY OF MEDICINE

UNIVERSITY PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA

Undergraduate Thesis, December 2025

KHAIRUNNISA, No. NRP 2210211161

**THE INFLUENCE OF PHYSICAL ACTIVITY, NUTRITIONAL STATUS,
AND SLEEP DURATION ON THE INTELLIGENCE LEVEL OF FEMALE
CHILDREN AGED 9 – 12 YEARS AT SDN 04 BOJONGSARI, DEPOK**

PAGE DETAIL (xv + 99 pages, 13 tables, 2 pictures, 9 appendices)

ABSTRACT

Objective: This study was conducted to examine the effects of physical activity, nutritional status, and sleep quantity on the intelligence levels of girls aged 9 – 12 years at SDN 04 Bojongsari, Depok.

Method: A cross-sectional study design was used. A total of 34 girls aged 9 – 12 years at SDN 04 Bojongsari, Depok participated as respondents in 2025. Intelligence levels were assessed using an IQ test; data on physical activity and sleep quantity were collected through questionnaires, while nutritional status was determined based on weight and height measurements.

Result: The results showed that most of the children’s intelligence levels were classified as below average (32.4%), physical activity levels were predominantly good (50%), nutritional status was generally normal (64.7%), and sleep quantity was largely inadequate (88.2%). However, the present study did not reveal any significant relationship or effect of physical activity, nutritional status, or sleep quantity on the intelligence levels of girls aged 9 – 12 years at SDN 04 Bojongsari, Depok.

Conclusion: The study indicated that there was no significant relationship or effect of physical activity, nutritional status, and sleep quantity on the intelligence levels of girls aged 9 – 12 years at SDN 04 Bojongsari, Depok. Intelligence may be influenced by other factors beyond the variables examined in this study, such as genetic factors, family socioeconomic conditions, parenting patterns, and the broader environment in which children develop.

Reference : 78 (2015 – 2025)

Keywords : Physical activity, Intelligence, Sleep duration, Nutritional status