



UNIVERSITAS ANDALAS

**HUBUNGAN STATUS GIZI, AKTIVITAS FISIK, DAN JENIS
KELAMIN DENGAN DAYA TAHAN KARDIOVASKULAR
MENGUNAKAN METODE *BLEEP TEST* PADA SISWA SD
PERTIWI 2 KOTA PADANG TAHUN 2025**

Oleh :

AFRIDAYANTI ELEGI

No. BP. 2111221008

Diajukan Sebagai Pemenuhan Syarat untuk Mendapatkan

Gelar Sarjana Gizi

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2025

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

Skripsi, Juni 2025

Afridayanti Elegi, No. Bp 2111221008

**HUBUNGAN STATUS GIZI, AKTIVITAS FISIK, DAN JENIS KELAMIN
DENGAN DAYA TAHAN KARDIOVASKULAR MENGGUNAKAN METODE
BLEEP TEST PADA SISWA SD PERTIWI 2 KOTA PADANG TAHUN 2025.**

xi + 80 halaman, 13 tabel, 3 gambar, 10 lampiran

ABSTRAK

Tujuan

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara status gizi, aktivitas fisik, dan jenis kelamin dengan daya tahan kardiovaskular menggunakan metode *bleep test* pada siswa SD Pertiwi 2 Kota Padang tahun 2025.

Metode

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu desain *cross sectional*. Sampel penelitian ini adalah 70 siswa kelas IV dan V SD Pertiwi 2 Kota Padang yang diambil menggunakan teknik *propotional random sampling*. Data dikumpulkan dengan pengukuran antropometri dan pengisian kuisioner. Data dianalisis secara univariat dan bivariat. Analisis bivariat menggunakan uji *Chi-Square* dan uji *Mann Whitney U*, jika tidak memenuhi syarat menggunakan uji *Fisher Exact*.

Hasil

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 58,6 % siswa memiliki daya tahan kardiovaskular yang baik, 60 % siswa memiliki status gizi baik, 52,9 % siswa memiliki aktivitas fisik buruk, dan 60 % siswa berjenis kelamin perempuan. Terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi ($p\text{-value} = 0,0001$), aktivitas fisik ($p\text{-value} = 0,0001$) dengan daya tahan kardiovaskular. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kelamin ($p\text{-value} = 0,125$) dengan daya tahan kardiovaskular. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara jenis kelamin dengan daya tahan kardiovaskular ($p\text{-value} = 0,077$).

Kesimpulan

Status gizi dan aktivitas fisik memiliki hubungan yang signifikan dengan daya tahan kardiovaskular. Jenis kelamin tidak memiliki hubungan dan perbedaan yang signifikan dengan daya tahan kardiovaskular.

Daftar Pustaka : 88 (2006 -2025)

Kata Kunci : Daya tahan kardiovaskular, status gizi, aktivitas fisik, jenis kelamin

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH
ANDALAS UNIVERSITY**

**Undergraduate Thesis, June 2025
Afridayanti Elegi, No. Bp 2111221008**

**THE RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITIONAL STATUS, PHYSICAL
ACTIVITY, AND GENDER WITH CARDIOVASCULAR ENDURANCE USING
THE BLEEP TEST METHOD IN ELEMENTARY SCHOOL PERTIWI 2
PADANG CITY IN 2025.**

xi + 80 pages, 13 tables, 3 figures, 13 appendices

ABSTRACT

Objective

This study aims to analyze the relationship between nutritional status, physical activity, and gender with cardiovascular endurance using bleep test method in elementary school Pertiwi 2 Padang City in 2025.

Method

This study used a cross sectional research design. The sample of this study were 70 students grades 4 and 5 at SD Pertiwi 2 Padang who taken using a propotional random sampling technique. The data were collected by anthropometry measurement and filling out questionnaires. The data were analyzed univariately and bivariately. Bivariate analysis in this study used the Chi- Square test and Mann Whitney U test, if it did not meet the requirements it would be continued with the Fisher Exact test.

Results

The results of this study showed that 58,6% students had good cardiovascular endurance, 60 % students had good nutritional status, 52,9 % students had bad physical activity, and 60 % students were female. There was a significant relationship between nutritional status ($p\text{-value}=0,0001$) and physical activity ($p\text{-value}=0,0001$) with cardiovascular endurance. Theres was no significant relationship between gender ($p\text{-value}=0,125$) and cardiovascular endurance. There was no significant difference between gender in cardiovascular endurance ($p\text{-value} = 0,077$).

Conclusion

Nutritonal status and physical activity had a significant relationship with cardiovascular endurance. Gender had no significant relationship and difference with cardiovascular endurance.

Bibliography : 88 (2006-2025)

Keywords : Cardiovascular endurance, nutritional status, physical activity, gender