

**KEHADIRAN KELAS OLAHRAGA DAN AKTIVITAS DUDUK
MENYEBABKAN RISIKO OBESITAS DI INDONESIA**

SKRIPSI



DIAJUKAN OLEH :

KRISNA BAYU CATUR SAPUTRA

17111024130057

**PROGAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

2021

Kehadiran Kelas Olahraga dan Aktivitas Duduk Menyebabkan Risiko

Obesitas di Indonesia

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Persyaratan Untuk

Memperoleh Gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat



DIAJUKAN OLEH :

Krisna Bayu Catur Saputra

17111024130057

PROGAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR

2021

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Krisna Bayu Catur Saputra

NIM : 17111024130057

Program Studi : S1 Kesehatan Masyarakat

Judul Penelitian : Kehadiran Kelas Olahraga Dan Aktivitas Duduk
Menyebabkan Risiko Obesitas Di Indonesia

Menyatakan bahwa penelitian yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa terdapat plagiat dalam penelitian ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan (Permendiknas No. 17, Tahun 2010).



Samarinda, 21 April 2021

Krisna Bayu Catur Saputra
NIM. 17111024130057

LEMBAR PERSETUJUAN

**KEHADIRAN KELAS OLAHRAGA DAN AKTIVITAS DUDUK MENYEBABKAN
RISIKO OBESITAS DI INDONESIA**

SKRIPSI

DISUSUN OLEH :

KRISNA BAYU CATUR SAPUTRA

1711102413057

Disetujui untuk diujikan

Pada tanggal, 18 Juli 2021


Mengetahui,

Koordinator Mata Ajar Skripsi,



Krisna Febriyanto, M.PH
NIDN. 1120029301

Pembimbing


Purwo Setiyo Nugroho, M.Epid
NIDN. 1131109301

LEMBAR PENGESAHAN

**KEHADIRAN KELAS OLAHRAGA DAN AKTIVITAS DUDUK MENYEBABKAN
RISIKO OBESITAS DI INDONESIA**

SKRIPSI

DISUSUN OLEH :

KRISNA BAYU CATUR SAPUTRA

1711102413057

Disetujui untuk diujikan

Pada tanggal, 18 Juli 2021

Penguji I



Yuliani Winarti, M.PH
NIDN. 1131078001

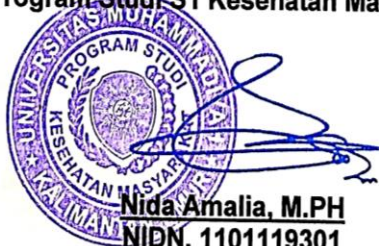
Penguji II



Purwo Setiyo Nugroho, M.Epid
NIDN. 1131109301

**Mengetahui,
Ketua**

Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat



Nida Amalia, M.PH
NIDN. 1101119301

Kehadiran Kelas Olahraga dan Aktivitas Duduk Menyebabkan Risiko Obesitas di Indonesia

Krisna Bayu Catur Saputra¹, Purwo Setiyo Nugroho²

¹Mahasiswa Prodi S1 Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat

²Dosen Prodi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat

Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Email :: catursaputra25101996@gmail.com

INTISARI

Tujuan studi: Tujuan dari penelitian ini untuk menganalisis risiko hubungan kehadiran kelas olahraga dan aktivitas duduk terhadap obesitas pada remaja di Indonesia.

Metodologi: Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif yang bersifat observasional analitik dengan desain *Cross Sectional*. Jumlah populasi dan sampel sebanyak 11,142 responden yang diambil. Penelitian ini menggunakan data sekunder yang diperoleh dari *Global School.-based Students Health Survey (GSHS)* Indonesia tahun 2015.

Hasil: Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara siswa yang tidak menghadiri kelas pendidikan jasmani ($p = 0.597$) dan siswa yang menghabiskan waktu tiga jam atau lebih perhari melakukan aktivitas duduk ($p = 0.0.93$) terhadap obesitas pada remaja Indonesia.

Manfaat: Hasil penelitian ini dapat bermanfaat sebagai referensi dan bahan evaluasi, penelitian selanjutnya terkait kehadiran kelas pendidikan jasmani dan aktivitas duduk terhadap obesitas pada remaja di Indonesia.

Kata Kunci : Obesitas, kelas pendidikan jasmani, aktivitas duduk, remaja

Attendance of Sports Classes and Sitting Activities Cause Obesity Risk in Indonesia

Krisna Bayu Catur Saputra¹, Purwo Setiyo Nugroho²

¹Mahasiswa Prodi S1 Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat

²Dosen Prodi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat

Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Email :: catursaputra25101996@gmail.com

ABSTRACT

Purpose of Study: *The purpose of this research analyzed of significant correlation between sports class attendance and sitting activity of obesity in adolescents in Indonesia.*

Methodology: *This research used a quantitative research method with observational analytic with a Cross-Sectional design. The population and samples in this research were 11,142 respondents taken. Data collection in this research used secondary data obtained from Indonesia School.-based Students Health Survey (GSHS) in 2015.*

Results: *The results showed that there was no correlation between students who did not attend physical education classes ($p = 0.597$) and students who spent three hours or more per day doing sitting activities ($p = 0.0.93$) of obesity in adolescents Indonesia.*

Applications: *The results of this research can be useful as a source of reference and evaluation material, research next related presence class physical and activity sitting of obesity in adolescents in Indonesia.*

Keywords : *Obesity, physical education classes, sitting activity, teenager*

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Warrohmatullahi Wabarokatuh.

Puji syukur kehadiran Allah Subhana Wata'ala atas segala rahmat dan karunia-Nya. Shalawat serta salam tak lupa penulis panjatkan kepada baginda nabi besar Muhammad Sallallahu Alaihi Wassalam yang telah memberikan tauladan kepada umat manusia.

Dengan mengucapkan Alhamdulillah segala puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah Subhana Wata'ala karena berkat rahmat dan hidayah-Nya penulis mampu menyusun proposal penelitian dengan judul "Kehadiran Kelas Olahraga Dan Aktivitas Duduk Menyebabkan Risiko Obesitas Di Indonesia" dapat diselesaikan guna memenuhi persyaratan kelulusan untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

Dalam penyusunan proposal ini penulis banyak menghadapi hambatan, namun terkait kehendak-Nyalah penulis mampu menyelesaikan proposal penelitian ini. Oleh karena itu, dengan kerendahan hati pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Bambang Setiaji selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
2. Bapak Ghozali, M.H, Ph.D selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

3. Ibu Nida Amalia, M.PH selaku Ketua Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
4. Seluruh Bapak/Ibu Dosen Program S1 Kesehatan Masyarakat yang telah mendidik, membantu serta memberikan ilmu kepada penulis.
5. Purwo Setiyo Nugroho, M.Epid, selaku Dosen Pembimbing Kolaborasi Dosen Mahasiswa yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam menyusun proposal penelitian.
6. *World Health Organization* (WHO) yang telah menyediakan *dataset*.
7. Kedua orang tua saya yang saya cintai dimana telah memberikan Doa, bimbingan, motivasi serta dukungan moral dan material kepada penulis.

Meski telah berusaha menyelesaikan proposal penelitian dengan sebaik mungkin, penulis menyadari bahwa masih ada kekurangan baik dari segi isi maupun tata bahasa, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan proposal penelitian ini.

Wassalamu'alaikum Warrohmatullahi Wabarokatuh

Samarinda, 21 April 2021



Krisna Bayu Catur Saputra
17111024130057

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN JUDUL	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN.....	v
INTISARI	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian	5
E. Keaslian Penelitian.....	6

BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Tinjauan Pustaka Penelitian	8
1. Obesitats	8
2. Aktifitas Fisik	12
3. Aktifitas Duduk	14
4. Remaja.....	15
B. Tinjauan Sudut Pandang Islami	16
C. Kerangka Teori Penelitian	17
D. Kerangka Konsep Penelitian	17
E. Hipotesis	18
BAB III METODE PENELITIAN	19
A. Rancangan Penelitian	19
B. Populasi dan Sempel	20
C. Waktu dan Tempat Penelitian.....	25
D. Definisi Operasional.....	25
E. Instrumen Penelitian	26
F. Teknik Pengumpulan Data	27
G. Teknik Analisis Data	27
H. Alur Penelitian	30
I. Etika Penelitian	30

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	32
A. Hasil Penelitian	32
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	32
2. Karakteristik Responden.....	33
3. Analisis Univariat.....	35
4. Analisis Bivariat	37
B. Pembahasan.....	40
1. Hubungan Siswa Yang Tidak Menghadiri Kelas Pendidikan Jasmani Terhadap Obesitas.....	40
2. Hubungan Siswa Yang Menghabiskan Waktu Tiga Jam Atau Lebih Perhari Melakukan Aktivitas duduk Terhadap Obesitas.....	42
C. Keterbatasan Penelitian.....	44
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	46
A. Kesimpulan.....	46
B. Saran.....	47
DAFTAR PUSTAKA.....	49
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	6
Tabel 2.1 Standar Penelitian Status Gizi Umur 8-18 ‘tahun Berdasarkan IMT Menurut Umur.....	9
Tabel 3.2 Jumlah Sampel.....	23
Tabel 3.4 Definisi Operasional.....	25
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Remaja Indonesia.....	32
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin Remaja Indonesia.....	33
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkatan Atau Kelas Remaja Indonesia.....	33
Tabel 4.4 Distribusi Siswa Yang Menghadiri Kelas Pendidikan Jasmani Pada Remaja Indonesia.....	34
Tabel 4.5 Distribusi Siswa Yang Menghabiskan Waktu Melakukan Aktivitas Duduk Pada Remaja Indonesia.....	35
Tabel 4.6 Distribusi Penderita Obesitas pada Remaja Indonesia.....	36
Tabel 4.7 Hubungan Siswa Yang Tidak Menghadiri Kelas Pendidikan Jasmani Terhadap Obesitas.....	37
Tabel 4.8 Hubungan Siswa Yang Menghabiskan Waktu Duduk Tiga Jam Atau Lebih Perhari Melakukan Aktivitas Duduk Terhadap Obesitas.....	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.2 Kerangka Teori Penelitian.....	17
Gambar 2.3 Kerangka Konsep Penelitian.....	18
Gambar 3.1 Rumus Lemeshow.....	21
Gambar 3.2 Tahap Pengambilan Sampel.....	24

DAFTAR SINGKATAN

WHO	: World Health Organization
Covid-19	: Coronavirus Disease-19
UMKT	: Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
GSBS	: Global School Based Student Health Surver

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Biodata Peneliti

Lampiran 2 Surat Izin Uji Validitas

Lampiran 3 Lembar Konsultasi

Lampiran 4 Data GSHS

Lampiran 5 Hasil Output

Lampiran 6 Lampiran Hasil Uji Turnitin Naskah Skripsi