

**KEHADIRAN PELAJAR PADA JAM OLAHRAGA DAN AKTIVITAS
FISIK MENUJU SEKOLAH DENGAN KEJADIAN OBESITAS DI
FILIPINA**

SKRIPSI



OLEH :

MEGA ROSALINDA

17111024130064

**PROGAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR
2021**

**Kehadiran Pelajar pada Jam Olahraga dan Aktivitas Fisik Menuju
Sekolah dengan Kejadian Obesitas di Filipina**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat



OLEH

Mega Rosalinda

17111024130064

**PROGAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR
2021**



UMKT
Program Studi
Kesehatan Masyarakat
Fakultas Kesehatan Masyarakat

Telp 0541-748511 Fax 0541-766832

Website <http://kesmas.umkt.ac.id>

email kesmas@umkt.ac.id



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Mega Rosalinda

NIM : 17111024130064

Program Studi : S1 Kesehatan Masyarakat

Judul Penelitian : "Kehadiran Pelajar pada Jam Olahraga dan Aktivitas Fisik Menuju Sekolah Dengan Kejadian Obesitas di Filipina"

Menyatakan bahwa penelitian yang saya tulis benar-benar hasil dari karya dan pemikiran saya sendiri dan bukan merupakan pengambil alihan tulisan orang lain yang saya akui sebagai tulisan dan karya saya sendiri.

Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa terdapat plagiarisme dalam penelitian ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan undang-undang (Permendiknas No.17, tahun 2010).

Samarinda, 25 April 2021



Mega Rosalinda

NIM. 17111024130064

**LEMBAR PERSETUJUAN
KEHADIRAN PELAJAR PADA JAM OLAHRAGA DAN AKTIVITAS FISIK
MENUJU SEKOLAH DENGAN KEJADIAN OBESITAS DI FILIPINA**

SKRIPSI

DISUSUN OLEH :

**MEGA ROSALINDA
17111024130064**

Disetujui untuk diajukan pada

Tanggal, 30 Agustus 2021

Mengetahui

Koordinator Mata Ajar Skripsi


**Kresna Febriyanto, M.PH
NIDN. 1120029301**

Pembimbing


**Purwo Setyo Nugroho, M.Epid
NIDN. 1131109301**

LEMBAR PENGESAHAN
KEHADIRAN PELAJAR PADA JAM OLAHRAGA DAN AKTIVITAS FISIK
MENUJU SEKOLAH DENGAN KEJADIAN OBESITAS DI FILIPINA

SKRIPSI

DISUSUN OLEH :

MEGA ROSALINDA
17111024130064

Disetujui untuk diajukan pada

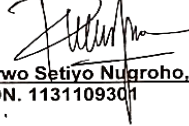
Tanggal, 30 Agustus 2021

Penguji I



Ghozali MH, Ph.D
NIDN. 1114077101

Penguji II



Purwo Setiyo Nugroho, M.Epid
NIDN. 1131109301

Mengetahui
Ketua Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat



Nida Amalia, M.PH
NIDN. 1101119301



iv

Kehadiran Pelajar pada Jam Olahraga dan Aktivitas Fisik menuju Sekolah dengan Kejadian Obesitas di Filipina

Mega Rosalinda¹, Purwo Setiyo Nugroho²

¹Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia

*Kontak Email: megarslnd@gmail.com

Intisari

Tujuan studi : Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis kehadiran pelajar pada jam olahraga dan aktivitas fisik ke sekolah dengan kejadian obesitas di Filipina.

Metodologi : Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif yaitu observasional analitik dengan pendekatan Cross Sectional. Jumlah populasi dan sampel yang diambil sebanyak 8.761 responden. Penelitian ini menggunakan data sekunder dari Survei Kesehatan Siswa Berbasis Sekolah Global (GSHS) Filipina pada tahun 2015.

Hasil : Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara kehadiran pelajar pada jam olahraga ($p = 0.427$) dan aktivitas fisik menuju sekolah ($p = 0.098$) terhadap kejadian obesitas pada remaja di Filipina.

Manfaat : Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai sumber informasi dan bahan evaluasi bagi remaja maupun peneliti selanjutnya.

Kata Kunci : Kehadiran Jam Olahraga, Aktivitas Fisik, Obesitas, Remaja

Student Attendance in Sports and Physical Activity Hours to School with Obesity in The Philippines

Mega Rosalinda¹, Purwo Setiyo Nugroho²

¹Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia

*Email Contact: megarslnd@gmail.com

Abstract

Purpose of study: *The purpose of the study was to analyzed student attendance at sports hours and physical activity to school with the incidence of obesity in the Philippines.*

Methodology: *This study used a quantitative research method that was analytical observational with a Cross Sectional approach. The number of population and samples that have been taken are 8,761 respondents. This study used secondary data from the Global School-based Students Health Survey (GSHS) Philippines in 2015.*

Results: *The results of this study indicated that there was no relationship between student attendance during sports hours ($p = 0.427$) and physical activity to school ($p = 0.098$) on the incidence of obesity in adolescents in the Philippines.*

Applications: *The results of this study can be used as a source of information and evaluation material for adolescents and future researchers.*

Keywords: *Sports Hours Attendance, Physical Activity, Obesity, Adolescents*

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Assalammu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Dengan mengucapkan Alhamdulillah segala puji syukur dipanjatkan atas kehadiran Allah Subahana Wata'ala karena berkat rahmat dan hidayah-Nya penulis mampu menyelesaikan proposal penelitian ini dengan judul "Kehadiran Pelajar Pada Jam Olahraga Dan Aktivitas Fisik Menuju Sekolah Dengan Kejadian Obesitas Di Filipina" Shalawat serta salam tak lupa dipanjatkan kepada baginda Nabi besar Muhammad Sallallahu Alaihi Wassalam yang telah memberikan tauladan kepada umat manusia.

Dalam penyusunan proposal ini penulis banyak menghadapi hambatan, namun Syukur Alhamdulillah penulis mampu menyelesaikan proposal penelitian ini dengan bantuan dari berbagai pihak dengan cara memberikan dorongan dan semangat secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, dengan kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih banyak kepada :

1. Prof. Dr. Bambang Setiaji, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
2. Ghozali MH, Ph.D, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
3. Nida Amalia, M.PH, selaku Ketua Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
4. Purwo Setiyo Nugroho, M.Epid, selaku Dosen Pembimbing Kolaborasi

Dosen Mahasiswa yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam menyusun proposal penelitian.

5. Seluruh Bapak/Ibu Dosen Program S1 Kesehatan Masyarakat yang telah memberikan banyak ilmu kepada penulis.
6. World Health Organization (WHO) yang telah menyediakan dataset.
7. Kepada Kedua orang tua tercinta, Ayahanda Syarifuddin dan Ibunda Ranifah, kakak tertua penulis Nor Fitri dan adik-adik kecil penulis Heri Aulia Akbar dan Muhammad Sauqi Anugerah yang selalu memberi semangat, dukungan, serta kasih sayang tiada henti.
8. Kepada Sahabat-sahabat penulis yaitu Dini Nur Fadillah, Wikita Putri dan Mawizatil Hasanah yang selalu memberikan support tanpa henti.
9. *Last but not least*, ingin berterima kasih kepada diri sendiri karna sudah berhasil mengerjakan tugas akhir ini dengan baik.

Meski telah berusaha menyelesaikan skripsi ini 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.

Wassalammualaikum Wr.Wb.

Samarinda, 25 April 2021

Penulis

DAFTAR ISI

COVER	
Cover	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
Intisari.....	vi
<i>Abstract</i>	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR SINGKATAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A.Latar Belakang	1
B.Rumusan Masalah	3
C.Tujuan Penelitian	3
1. Tujuan Umum	3
2. Tujuan Khusus	4
D.Manfaat Penelitian	4
1. Bagi Remaja.....	4
2. Bagi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur	4
3. Bagi Peneliti.....	5
E. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A.Obesitas.....	8
1. Definisi Obesitas	8

2. Faktor Penyebab Obesitas.....	8
3. Jenis Obesitas.....	10
4. Faktor Risiko Obesitas.....	11
5. Cara Menentukan Obesitas.....	11
B. Aktivitas Fisik.....	12
1. Definisi Aktivitas Fisik.....	12
2. Aktivitas Fisik Pada Remaja.....	13
3. Faktor – Faktor Pengaruh Aktivitas Fisik.....	16
C. Aktivitas Olahraga.....	17
1. Definisi Olahraga.....	17
2. Manfaat Olahraga.....	17
D. Remaja.....	18
1. Definisi Remaja.....	18
2. Fase – Fase Remaja.....	19
3. Aspek Perkembangan Remaja.....	20
E. Tinjauan Sudut Pandang Islami.....	22
F. Kerangka Teori.....	22
G. Kerangka Konsep.....	23
H. Hipotesis.....	23
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	25
A. Rancangan Penelitian.....	25
B. Populasi dan Sampel.....	25
C. Waktu dan Tempat Penelitian.....	29
D. Definisi Operasional.....	30
E. Instrumen Penelitian.....	30
F. Teknik Pengumpulan Data.....	31
G. Teknik Analisis Data.....	31

H. Alur Penelitian	33
I. Etika Penelitian	34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	36
A. Hasil Penelitian	36
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	36
2. Karakteristik Responden	37
3. Analisis Univariat	38
4. Analisis Bivariat	40
B. Pembahasan	43
1. Hubungan Kehadiran Pada Jam Olahraga Terhadap Obesitas	43
2. Hubungan Aktivitas Fisik Menuju Sekolah Terhadap Obesitas	45
C. Keterbatasan Penelitian	48
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	50
A. Kesimpulan	50
B. Saran	50
DAFTAR PUSTAKA	52
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Tabel 2.1 Kategori dan PAR Aktivitas Fisik

Tabel 3.1 Jumlah Sampel

Tabel 3.2 Keterangan Sampel

Tabel 3.3 Definisi Operasional

Tabel 4.1 Karakteristik Usia Responden

Tabel 4.2 Karakteristik Jenis Kelamin Responden

Tabel 4.3 Karakteristik Kelas Responden

Tabel 4.4 Distribusi Kehadiran Responden Pada Jam Olahraga

Tabel 4.5 Distribusi Aktivitas Fisik Responden Saat Menuju Sekolah

Tabel 4.6 Distribusi Responden Yang Menderita Obesitas

Tabel 4.7 Hubungan Kehadiran Pada Jam Olahraga Terhadap
Obesitas

Tabel 4.8 Hubungan Aktivitas Fisik Menuju Sekolah Terhadap
Obesitas

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Klasifikasi Obesitas Berdasarkan Umur dan Jenis Kelamin

Gambar 2.2 Kerangka Teori

Gambar 2.3 Kerangka Konsep

Gambar 3.1 Rumus Lemeshow

Gambar 3.2 Tahap Pengambilan Sampel

DAFTAR SINGKATAN

WHO	: <i>World Health Organization</i>
FNRI	: <i>Food and Nutrition Research Institute</i>
NCD	: <i>Non-Communicable Disease</i>
GSHS	: <i>Global School-Based Student Health Survey</i>
NAFLD	: <i>Non-Alcoholic Fatty Liver Disease</i>
IMT	: Indeks Massa Tubuh
BMI	: Body Mass Indeks
PAL	: <i>Physical Activity Level</i>
PAR	: <i>Physical Activity Ratio</i>
CDC	: <i>Centers Disease Control</i>
SD	: Standar Deviasi