

Determinan Aktivitas Fisik Pada Siswa SMA Negeri di Kota Depok Jawa Barat Tahun 2018

Hanani, Atidira Dwi

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=131033&lokasi=lokal>

Abstrak

Aktivitas fisik memiliki banyak manfaat bagi kesehatan, termasuk pencegahan berbagai penyakit. Namun, masih banyak pelajar di Indonesia tidak melakukan aktivitas fisik secara rutin. Hasil Riskesdas 2013 menunjukkan 33,4% remaja usia 15-19 tahun di Jawa Barat kurang aktif dalam melakukan aktivitas fisik, dan Kota Depok merupakan kota dengan proporsi penduduk kurang aktif tertinggi di Provinsi Jawa Barat (40,5%). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui determinan aktivitas fisik pada siswa SMA Negeri di Kota Depok Jawa Barat tahun 2018. Penelitian ini menggunakan desain cross-sectional, data dikumpulkan melalui pengisian kuesioner secara mandiri oleh 358 siswa yang dipilih secara acak dari lima SMA Negeri di Depok, dan dianalisis menggunakan uji chi-square dan regresi logistik ganda. Hasil penelitian menunjukkan 54,2% siswa aktif dalam aktivitas fisik. Penelitian ini membuktikan pengetahuan ($p=0,002$ OR=2,379, 95% CI 1,383-4,091), sikap ($p=0,005$ OR=1,888, 95% CI 1,209-2,949), dan fasilitas ($p=0,036$ OR=1,673, 95% CI 1,035-2,704) berhubungan dengan aktivitas fisik siswa, sedangkan dukungan keluarga sebagai variabel konfounding. Pengetahuan merupakan faktor dominan yang berhubungan dengan aktivitas fisik, siswa yang memiliki pengetahuan tinggi berpeluang 2 kali untuk aktif secara fisik dibandingkan dengan siswa yang berpengetahuan rendah setelah dikontrol oleh sikap, fasilitas, dan dukungan keluarga. Untuk itu, penyampaian informasi kesehatan mengenai aktivitas fisik, sosialisasi gerakan masyarakat hidup sehat di masyarakat, dan anjuran untuk beraktivitas fisik di sekolah perlu dilakukan sebagai upaya untuk mendorong siswa menjadi lebih aktif. Kata kunci : aktivitas fisik, siswa, SMA

Physical activity has many health benefits, including the prevention of various diseases. However, many students in Indonesia were not physically active. The result of Basic Health Research 2013 showed that 33.4% of adolescents aged 15-19 years in West Java were not active in physical activity, and Depok was the city with the highest proportion of the least active population in West Java which was 40.5%. This study aimed to determine the determinants of physical activity on senior high school students in Depok, West Java 2018. This study used cross sectional design, data was collected using self-administered questionnaire on 358 randomly selected students from five senior high schools in Depok, and analyzed using chi-square and multiple logistic regression tests. The result showed 54.2% students were sufficiently active. These findings revealed that knowledge ($p=0,002$ OR=2,379, 95% CI 1,383-4,091), attitudes ($p=0,005$ OR=1,888, 95% CI 1,209-2,949), and facilities ($p=0,036$ OR=1,673, 95% CI 1,035-2,704) related to physical activity while family support as confounding. Highly knowledgeable students had two-fold chance of being active in physical activity than low-knowledge students after being controlled by attitudes, facilities, and family support. Therefore, it is necessary to deliver health information about physical activity, socialization of healthy lifestyle in the community, and the encouragement for physical activity in schools as an effort to encourage students to be more active. Key words : physical activity, student, senior high school.