

Perbedaan Kebiasaan Sarapan, Efikasi Diri, Dukungan Keluarga dan Faktor Lainnya pada Aktivitas Fisik Siswa SMAN 39 Jakarta Tahun 2019

Ryanindya, Rizka

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=131491&lokasi=lokal>

Abstrak

Aktivitas fisik yang kurang dapat berdampak pada meningkatnya risiko seseorang terkena berbagai penyakit tidak menular seperti obesitas. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan kebiasaan sarapan, efikasi diri, dukungan keluarga, dukungan teman, keamanan lingkungan, dan status sosioekonomi pada aktivitas fisik berdasarkan jenis kelamin. Penelitian ini menggunakan desain studi cross-sectional dan dilakukan pada bulan April tahun 2019 di SMAN 39 Jakarta. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 230 siswa kelas X dan XI. Data aktivitas fisik diperoleh menggunakan kuesioner PAQ-A, kebiasaan sarapan diperoleh dengan pengisi kuesioner, efikasi diri diperoleh dengan Perceived Physical Activity Self-Efficacy Scale For Adolescents, kuesioner dukungan keluarga dan teman diperoleh dengan kuesioner Sallis Social Support and Exercise Survey, keamanan lingkungan diperoleh dengan kuesioner NEWS-Y, dan status sosioekonomi didapatkan dengan kuesioner FAS II. Analisis yang dilakukan adalah analisis univariat dan analisis bivariat dengan uji chi-square, non-parametric test, dan analisis stratifikasi. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 48,3% siswa memiliki aktivitas fisik kurang. Dukungan keluarga memiliki perbedaan bermakna pada aktivitas fisik siswa perempuan dan dukungan teman memiliki perbedaan bermakna pada aktivitas fisik siswa perempuan maupun laki-laki. Diperlukan intervensi untuk meningkatkan dukungan keluarga pada remaja perempuan serta intervensi dalam bentuk kelompok untuk meningkatkan dukungan teman pada remaja.