

# Perilaku Sedentari Siswa Sekolah Lanjutan Tingkat Atas (SLTA) di Kecamatan Tajurhalang Kabupaten Bogor Tahun 2023 dan Determinannya

Nafi'ah, Niswatun

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=136166&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Perilaku sedentari merupakan faktor risiko gangguan metabolisme tubuh seperti: obesitas, kolesterol tinggi, hipertensi, diabetes melitus, serta berkaitan dengan gejala depresi dan kecemasan pada remaja. Tujuan penelitian untuk mengetahui gambaran perilaku sedentari siswa SLTA di Kecamatan Tajurhalang Kabupaten Bogor tahun 2023 dan determinannya. Penelitian dengan desain cross sectional. Sampel sebesar 240 siswa diambil secara proportional random sampling pada 16 sekolah. Pengumpulan data dengan cara responden mengisi sendiri kuesioner yang diadaptasi dari The Adolescent Sedentary Activity Questionnaire. Analisis univariat, bivariat (Chi Square), dan multivariat (regresi logistik ganda) dilakukan pada penelitian ini. Hasil penelitian mendapatkan sebanyak 58,8% siswa berperilaku sedentari kategori tinggi ( $\geq 6$  jam/hari). Faktor individu yang berhubungan dengan perilaku sedentari siswa adalah jenis kelamin dan status ekonomi keluarga. Faktor interpersonal yang berhubungan dengan perilaku sedentari adalah pola asuh orang tua dan dukungan teman sebaya, sedangkan peraturan sekolah merupakan variabel confounding. Jenis kelamin adalah faktor yang dominan berhubungan dengan perilaku sedentari siswa, siswa perempuan berpeluang hampir 12 kali untuk berperilaku sedentari tinggi dibanding siswa laki-laki (OR=11,8; 95% CI=5,829–23,934) setelah dikontrol oleh status ekonomi keluarga, pola asuh orang tua, dukungan teman sebaya dan peraturan sekolah. Untuk itu, Dinas kesehatan dan Puskesmas perlu mengoptimalkan peran dan fungsi edukasi pencegahan perilaku sedentari siswa serta menjalin kerjasama dengan Dinas Pendidikan dan Kementerian Agama agar upaya pencegahan perilaku sedentari dapat maksimal.

Sedentary behavior is a risk factor for metabolic disorders such as obesity, high cholesterol, hypertension, diabetes mellitus, and is associated with symptoms of depression and anxiety in adolescents. The research objective was to describe the sedentary behavior of high school students in Tajurhalang District, Bogor Regency in 2023 and its determinants. Research with cross sectional design. A sample of 240 students was taken by proportional random sampling in 16 schools. Data collection by means of respondents filling out a questionnaire adapted from The Adolescent Sedentary Activity Questionnaire. Univariate, bivariate (Chi Square), and multivariate (multiple logistic regression) analyzes were performed in this study. The results of the study found that 58.8% of students behaved sedentarily in the high category ( $\geq 6$  hours/day). Individual factors related to students' sedentary behavior are gender and family economic status. Interpersonal factors related to sedentary behavior are parenting and peer support, while school regulations are confounding variables. Gender is the dominant factor related to students' sedentary behavior, female students are almost 12 times more likely to have high sedentary behavior than male students (OR=11.8; 95% CI=5.829–23.934) after being controlled by family economic status, pattern parenting, peer support and school rules. For this reason, the Health Service and Community Health Centers need to optimize the role and function of education to prevent sedentary behavior in students and collaborate with the Education Office and the Ministry of Religion so that efforts to prevent sedentary behavior can be maximized.