

Bidang Fokus Penelitian*: Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

**LAPORAN AKHIR PENELITIAN
SKEMA PENELITIAN DASAR***



**JUDUL PENELITIAN:
PENGARUH TINGKAT PENDIDIKAN ORANG TUA, DUKUNGAN
SOSIAL DAN FAKTOR LINGKUNGAN TERHADAP TINGKAT
AKTIVITAS FISIK DAN STATUS GIZI SISWA USIA REMAJA**

TIM PENGUSUL:

**Dr. Himawan Wismanadi M.Pd
Dra. Meirinawati, M. Ap
Dr. Bachtiar Sjaiful Bachri, M.Pd.**

**NIDN 0012066703
NIDN 0021056804
NIDN 0026046703**

**UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA
DESEMBER 2022**

**HALAMAN PENGESAHAN
PENELITIAN DASAR***

Judul Penelitian	: Pengaruh Tingkat Pendidikan Orang Tua, Dukungan Sosial dan Faktor Lingkungan Terhadap Tingkat Aktivitas Fisik dan Status Gizi Siswa Usia Remaja
Kode>Nama Rumpun Ilmu	: 765 / Ilmu Keolahragaan
Bidang Fokus Penelitian	: Ilmu Keolahragaan dan kesehatan
Ketua Peneliti	
a. Nama Lengkap	: Dr. Himawan Wismanadi, M.Pd.
b. NIDN	: 0012066703
c. Jabatan Fungsional	: Lektor Kepala
d. Program Studi	: Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi
e. Nomor HP	: 085258407971
f. Alamat surel (e-mail)	: himawanwismanadi@unesa.ac.id
Anggota Peneliti (1)	
a. Nama Lengkap	: Dra. Meirinawati, M. Ap
b. NIDN	: 0021056804
c. Perguruan Tinggi	: Universitas Negeri Surabaya
Anggota Peneliti (2)	
a. Nama Lengkap	: Dr. Bachtiar Sjaiful Bachri, M.Pd.
b. NIDN	: 0026046703
c. Perguruan Tinggi	: Universitas Negeri Surabaya
Anggota Peneliti (ke n)	
• Nama Lengkap	: -
• NIDN	: -
• Perguruan Tinggi	: -
• Institusi Mitra	
a. Nama Institusi Mitra	: -
b. Alamat	: -
c. Penanggung Jawab	: -
Lama Penelitian Keseluruhan	: 1 tahun
Usulan Penelitian Tahun ke-	: 1
Biaya Penelitian Keseluruhan	: Rp 50.000.000.-
Biaya Penelitian	:
- diusulkan ke LPPM UNESA	: Rp 50.000.000.-
- dana institusi mitra ada)	: Rp / <i>in kind</i> tuliskan:(jika

Surabaya, 09-12- 2022

Ketua Peneliti,

Mengetahui,
Ketua LPPM



Prof. Dr. Darni, M.Hum.
NIP 196509261990022001



Dr. Himawan Wismanadi, M.Pd
NIP 196706121992021001

RINGKASAN

Aktifitas fisik merupakan kegiatan yang berkontribusi positif terhadap kesehatan dan kesejahteraan hidup. Aktifitas fisik yang dilakukan secara teratur berhubungan dengan gaya hidup sehat yang dapat mencegah berbagai penyakit serta memiliki manfaat lain baik secara fisiologis maupun psikologis. Penurunan tingkat aktivitas fisik yang ditandai dengan peningkatan aktivitas sedentary berdampak pada penurunan kebugaran fisik dan peningkatan komposisi lemak tubuh. Banyak factor yang mempengaruhi tingkat aktifitas fisik anak, salah satunya adalah pola asuh orang tua. Orang tua mempunyai kendali dalam memberikan dukungan dan batasan terhadap aktivitas yang dilakukan anak maupun fasilitas yang dapat digunakan anak untuk mendukung gerak aktifitas fisiknya. Oleh sebab itu level pendidikan orang tua penting dan sangat berpengaruh pada partisipasi aktifitas fisik seorang anak.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh tingkat pendidikan orang tua, dukungan social dan factor lingkungan terhadap tingkat aktivitas fisik dan status gizi anak sekolah. Sampel penelitian dipilih dengan teknik cluster random sampling dengan membagi siswa SMA di Kabupaten Jombang.

Pengumpulan data menggunakan instrument kuesioner *International Physical Activity Question (IPAQ)* untuk mengetahui tingkat aktivitas fisik, dan indeks massa tubuh untuk status gizi. Kedua instrument tersebut telah dimodifikasi dan disesuaikan dengan keadaan di Indonesia. Kuesioner juga digunakan untuk mengumpulkan data tingkat pendidikan orang tua yang dibagi menjadi 3 tingkatan yaitu rendah (lulusan SMP ke bawah), sedang (lulusan SMA-sarjana), tinggi (lulusan S2 ke atas) serta dukungan social dan factor lingkungan. Analisis data yang dilakukan adalah analisis bivariat, dan multivariate.

Tingkat Kesiapan Teknologi (TKT) pada tahun 2022 berada pada tingkat 3. Adapun luaran yang ditargetkan pada tahun 2022 adalah artikel ilmiah yang dimuat dalam jurnal internasional dan prosiding internasional.

Kata Kunci: Aktivitas fisik, Orang tua, dukungan social, status gizi, factor lingkungan

PRAKATA

Segala Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan segala rahmatNya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan kemajuan penelitian dengan judul “Pengaruh Tingkat Pendidikan Orang Tua, Dukungan Sosial dan Faktor Lingkungan Terhadap Tingkat Aktivitas Fisik dan Status Gizi Siswa Usia Remaja”.

Penyusunan laporan akhir ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya bantuan serta kemurahan hati dari berbagai pihak. Oleh karena itu, disamping rasa syukur yang tak terhingga atas nikmat yang telah diberikan oleh Allah SWT penulis juga menyampaikan rasa terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada pihak yang telah membantu dan mengizinkan untuk melakukan penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa laporan akhir ini masih kurang sempurna sehingga kepada pembaca, kiranya dapat memberikan saran yang sifatnya membangun agar kekurangan-kekurangan yang ada dapat dapat diperbaiki. Semoga laporan kemajuan ini dapat bermanfaat tidak hanya bagi penulis juga bagi para pembaca.

Tim Penyusun

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PENGESAHAN	ii
RINGKASAN	iii
PRAKATA	iv
DAFTAR ISI	v
BAB 1 PENDAHULUAN	
A. LatarBelakang	1
B. Rumusan Masalah	3
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
A. Lingkungan	4
B. Status Gizi	6
C. Aktivitas Fisik	7
D. Penelitian yang relevan.....	8
E. Roadmap Penelitian.....	13
BAB 3 TUJUAN DAN MANFAAT PENELITIAN	
A. Tujuan Penelitian	14
B. Manfaat Penelitian	14
BAB 4 METODE PELAKSANAAN	
A. Jenis Penelitian dan desain penelitian	15
B. Populasi dan sampel penelitian	15
C. Tempat dan waktu penelitian	15
D. Variabel penelitian	15
E. Metode Pengumpulan Data	16
F. Teknik Analisis Data	18
BAB 5 HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI	
A Hasil Penelitian	19
B Luaran yang dicapai.....	34

	27
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	36
B. Saran	36
DAFTAR PUSTAKA	37
LAMPIRAN	41

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Aktifitas jasmani atau aktifitas fisik merupakan kegiatan yang berkontribusi positif terhadap kesehatan dan kesejahteraan hidup (Malm et al., 2019; WHO, 2010). Aktifitas fisik yang dilakukan secara teratur berhubungan dengan gaya hidup sehat yang dapat mencegah berbagai penyakit serta memiliki manfaat lain baik secara fisiologis maupun psikologis (Ohuruogu, 2016). Orang yang rutin melakukan aktifitas fisik dapat meningkatkan taraf hidupnya hingga 2 tahun daripada orang yang tidak melakukan aktifitas fisik. Selain itu, orang yang mempunyai gaya hidup sedentary tinggi mengalami peningkatan 20% terhadap resiko kematian dini (Ohuruogu, 2016). Aktivitas fisik pada siswa sekolah secara signifikan dapat meningkatkan kemampuan kognitif dan prestasi akademik (Endozo et al., 2019).

Aktifitas fisik dapat diartikan sebagai gerakan tubuh yang dihasilkan oleh kontraksi otot rangka dan secara substansial meningkatkan jumlah pengeluaran energy (Syed Ali, 2018). Menurut Caspersen et al., (1985), ada 4 elemen dasar aktifitas fisik yaitu 1) Gerakan tubuh melalui otot rangka 2) menghasilkan pengeluaran energy 3) Pengeluaran energi (kilokalori) bervariasi terus menerus dari rendah ke tinggi; dan 4) berkorelasi positif dengan kebugaran jasmani.

Mayoritas saat ini anak-anak mempunyai aktivitas fisik yang menurun setiap tahunnya. Perubahan waktu bermain anak yang semula banyak bermain diluar rumah menjadi bermain di dalam rumah. Sebagaimana contoh saat ini, banyak anak yang bermain *game* di *smartphone*, menonton televisi, menggunakan computer daripada berjalan, bersepeda maupun berolahraga (Adityawarman, 2007). Kurangnya aktivitas fisik yang dilakukan anak-anak dan remaja akan mengarah pada meningkatnya gaya hidup sedentary seperti remaja saat ini yang banyak terlibat dalam kegiatan di depan layar, membaca, duduk dan bersantai (W. N. Putra, 2017). Gaya hidup sedentari merupakan gaya hidup seseorang yang tidak memenuhi standar aktivitas fisik yang

dilakukan dalam sehari. Seseorang dengan gaya hidup sedentari sering mengabaikan aktivitas fisik dan lebih banyak melakukan kegiatan yang tidak membutuhkan banyak energi. Hal ini dapat terlihat bahwa saat ini kecenderungan pengalihan waktu yang biasa dilakukan anak-anak untuk bermain aktif di luar rumah menjadi duduk pasif di depan layar komputer maupun televisi (Gentile, 2011). Hidup dengan gaya hidup *sedentary* ini tidak selalu identik dengan kemalasan, karena seseorang bisa sangat sibuk dengan pekerjaan dan keluarganya tetapi tanpa mempunyai kesempatan untuk berolahraga. Terdapat sebuah studi yang menunjukkan bahwa orang dengan *sedentary lifestyle* mempunyai resiko tinggi terjadinya obesitas (W. N. Putra, 2017).

Aktivitas fisik berhubungan negative dengan berat badan. Aktivitas fisik dapat meningkatkan metabolisme sehingga menurunkan berat badan dan mencegah terjadinya obesitas (Kim et al., 2017). Medina et al., (2021) juga menyatakan bahwa aktivitas fisik yang kurang akan menyebabkan meningkatnya nilai indeks massa tubuh (IMT) yang berakibat pada tubuh yang obesitas. Penurunan aktivitas fisik akan meningkatkan adipose dan indeks massa tubuh (IMT) sehingga beresiko terhadap obesitas (Pietiläinen et al., 2008).

Banyak factor yang mempengaruhi tingkat aktifitas fisik dan sedentary anak, salah satunya adalah pola asuh orang tua dan factor lingkungan (Sleddens et al., 2012; Maddison et al., 2009). Orang tua mempunyai kendali dalam memberikan dukungan dan batasan terhadap aktivitas yang dilakukan anak maupun fasilitas yang dapat digunakan anak untuk mendukung gerak aktifitas fisiknya (Sleddens et al., 2012). Oleh sebab itu level pendidikan orang tua penting dan sangat berpengaruh pada partisipasi aktifitas fisik seorang anak (Muñoz-Galiano et al., 2020).

Lingkungan mempengaruhi tingkat aktivitas fisik. Hasil penelitian Omelan et al., (2017) yang membandingkan tingkat aktivitas fisik masyarakat pedesaan dan perkotaan di Polandia didapatkan hasil bahwa masyarakat pedesaan lebih aktif melakukan aktivitas fisik dibandingkan masyarakat perkotaan dan mereka lebih banyak menghabiskan waktu di depan layar

televise dan computer. Sedangkan Parks et al., (2003) menyatakan bahwa perempuan pedesaan dengan status social lebih rendah lebih cenderung memiliki tingkat aktivitas fisik yang lebih rendah. Wattlez et al., (2021) juga menyatakan hal berbeda bahwa tinggal di daerah pedesaan memungkinkan remaja untuk mempertahankan gaya hidup yang lebih aktif dengan lebih banyak aktivitas fisik dan lebih sedikit waktu duduk.

Dari latar belakang di atas perlu dilakukan kajian lebih lanjut terkait pengaruh tingkat pendidikan orang tua, dukungan sosial dan factor lingkungan terhadap tingkat aktivitas fisik dan status gizi siswa.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian ini adalah:

1. Apakah perbedaan factor lingkungan berpengaruh terhadap aktivitas fisik dan status gizi siswa usia Remaja?
2. Apakah dukungan social berolahraga aktivitas fisik dan status gizi siswa usia Remaja?
3. Apakah tingkat pendidikan orang tua berpengaruh terhadap aktivitas fisik dan status gizi siswa usia Remaja?

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Lingkungan

Pada zaman modern, terdapat istilah yang membedakan antara masyarakat yang hidup di lingkungan pedesaan (*rural community*) dan masyarakat yang hidup di lingkungan perkotaan (*urban community*) (K. P. Putra et al., 2018). Dalam kehidupan sehari-hari, masyarakat yang hidup di lingkungan pedesaan dan di lingkungan perkotaan memiliki aktivitas yang berbeda baik dalam pekerjaan, transportasi hingga aktivitas pada waktu luang.

Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa lingkungan atau kawasan mempengaruhi tingkat aktivitas fisik seseorang. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Omelan et al., (2017) yang membandingkan tingkat aktivitas fisik masyarakat pedesaan dan perkotaan di Polandia telah menunjukkan bahwa masyarakat yang tinggal di lingkungan pedesaan lebih aktif melakukan aktivitas fisik dibandingkan masyarakat perkotaan dan mereka lebih banyak menghabiskan waktu untuk menonton televisi atau berada di depan layar komputer.

1. Lingkungan Pedesaan

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, pengertian dari kata desa adalah kesatuan wilayah yang dihuni oleh sejumlah keluarga yang mempunyai sistem pemerintahan sendiri (dikepalai oleh seorang kepala desa); kelompok rumah di luar kota yang merupakan kesatuan. Pedesaan merupakan daerah pemukiman penduduk yang sangat dipengaruhi oleh kondisi tanah, iklim, dan air sebagai syara penting bagi terwujudnya pola kehidupan agraris penduduk atau masyarakat di tempat itu (Kamus Besar Bahasa Indonesia).



Gambar 2.1 Lingkungan pedesaan (Sumber: <https://www.prodesae.com/2021/09/definisi-rt-rw-dusun-lingkungan-desadan-kelurahan.html>)

2. Lingkungan Perkotaan

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, pengertian dari kata kota yaitu daerah permukiman yang terdiri atas bangunan rumah yang merupakan kesatuan tempat tinggal dari berbagai lapisan masyarakat, atau daerah pemusatan penduduk dengan kepadatan yang tinggi serta fasilitas modern dan sebagian besar penduduknya bekerja di luar pertanian. Perkotaan merupakan daerah (kawasan) kota, atau kelompok permukiman yang terdiri atas tempat tinggal dan tempat kerja pertanian (Kamus Besar Bahasa Indonesia).



Gambar 2.2 Lingkungan perkotaan (Sumber: <https://ekonomi.bisnis.com/read/20141022/9/267154/ekonomi-indonesia-pemerintah-harus-amankan-kesenjangan-pendapatan>)

B. Status Gizi

Status gizi merupakan ukuran keberhasilan dalam pemenuhan nutrisi untuk anak yang diindikasikan oleh berat badan dan tinggi badan anak. Status gizi adalah status kesehatan yang dihasilkan oleh keseimbangan antara kebutuhan zat gizi dan masukan zat gizi (Beck, 2000). Status gizi merupakan keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk metabolisme tubuh dengan asupan zat gizi dari makanan, dan di setiap individu membutuhkan asupan gizi berbeda-beda antar individu, hal ini tergantung pada usia, jenis kelamin, aktivitas tubuh dalam sehari, dan berat badan pada masing-masing individu (Par'i, 2016). Status gizi tiap individu tergantung dari asupan zat gizi yang masuk dalam tubuhnya dan kebutuhannya, apabila antara asupan zat gizi dengan kebutuhan dari tubuhnya seimbang, maka akan dapat menghasilkan status gizi yang baik (Harjatmo et al., 2017).

Instrumen penelitian yang populer untuk mengukur status gizi adalah Indeks Massa Tubuh (IMT) atau biasa disebut dengan *Body Mass Index* (BMI). Rumus yang biasa digunakan dalam mencari Indeks Massa Tubuh seseorang adalah sebagai berikut:

$$IMT = \frac{\text{Berat Badan}(kg)}{\text{Tinggi Badan}(m)^2}$$

Setelah menghitung Indeks Massa Tubuh, maka langkah selanjutnya yaitu mengkategorisasikan klasifikasinya, hasil hitung Indeks Massa Tubuh dapat dicocokkan pada tabel klasifikasi BMI:



KATEGORI	IMT
Kurus	< 17,0
Kekurangan berat badan tingkat BERAT	17,0 – 18,4
Kekurangan berat badan tingkat RINGAN	18,5 – 25,0
Normal	25,1 – 27,0
Kelebihan berat badan tingkat RINGAN	> 27,0
Kelebihan berat badan tingkat BERAT	

OBESITAS

www.p2ptm.kemkes.go.id | @p2ptmkemkesRI

Gambar 2.3 Batas ambang Indeks Massa Tubuh (IMT) (Sumber: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019)

C. Aktivitas Fisik

Menurut World Health Organization (2020) aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang membutuhkan pengeluaran energi. Menurut Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular (2019) aktivitas fisik merupakan setiap gerakan tubuh yang diakibatkan kerja otot rangka dan meningkatkan pengeluaran tenaga serta energi. Aktivitas ini mencakup segala aktivitas yang dilakukan di berbagai tempat seperti aktivitas yang dilakukan di sekolah, di tempat kerja, aktivitas dalam rumah tangga atau keluarga, aktivitas selama dalam perjalanan dan aktivitas lain yang dilakukan untuk mengisi waktu senggang sehari-hari (Direktorat P2PTM, 2019). Cara populer untuk aktif dalam melakukan aktivitas fisik termasuk melakukan jalan kaki, bersepeda, berolahraga, rekreasi dan bermain secara aktif, dan bisa dilakukan pada tingkat keterampilan apapun dan untuk kesenangan semua orang. Aktivitas fisik yang teratur terbukti dapat membantu dalam pencegahan dan mengontrol penyakit tidak menular seperti penyakit jantung, stroke, diabetes, beberapa jenis kanker, dan juga dapat membantu mencegah hipertensi, menjaga berat badan yang ideal, serta meningkatkan kesehatan mental, kualitas hidup dan well-being (WHO, 2020).

Salah satu instrumen penelitian yang dapat digunakan untuk mengukur tingkat aktivitas fisik seseorang adalah *International Physical Activity Questionnaire (IPAQ)*. Ada dua versi kuesioner yaitu kuesioner versi pendek dan versi panjang. Kuesioner jenis *IPAQ-SF (Short Form)* ini digunakan untuk menilai jenis intensitas aktivitas fisik dan waktu duduk yang dilakukan orang sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari di anggap memperkirakan total aktivitas fisik dalam MET – menit/minggu dan waktu yang dihabiskan untuk duduk (C L Craig, 2019).



Gambar 2.4. Contoh aktivitas fisik rutin selain olahraga (sumber: <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/aktivitas-fisik-rutin-selain-olahraga>)

D. Penelitian yang relevan

1. Penelitian yang dilakukan oleh Koçak dkk (2002) dengan judul *Physical Activity Level, Sport Participation, and Parental Education Level in Turkish Junior High School Students*. Tujuan penelitian ini untuk mengkaji tingkat aktivitas fisik, partisipasi olahraga, dan tingkat pendidikan orang tua pada siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) dengan rincian 333 siswa perempuan dan 359 siswa laki-laki. Tingkat aktivitas fisik siswa, partisipasi olahraga, dan tingkat pendidikan orang tua ditentukan oleh angket dengan tiga bagian. Hasil uji-t sampel independent menyatakan tingkat aktivitas fisik yang lebih tinggi dan hasil chi-square menunjukkan partisipasi olahraga yang lebih tinggi untuk anak laki-laki jika dibandingkan dengan anak perempuan. Selain itu korelasi negatif yang signifikan telah ditemukan antara nilai MET dan pendidikan ayah dan ibu untuk total sampel dan untuk siswa perempuan. Tetapi, korelasi negative antara nilai MET dan pendidikan orang tua tidak signifikan untuk anak laki-laki.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Muñoz-Galiano dkk (2020) dengan judul *Influence of the Parental Educational Level on Physical Activity in Schoolchildren* yang penelitiannya memiliki tujuan untuk menganalisis pengaruh pendidikan orang tua terhadap tingkat aktivitas fisik dan perilaku sedentary anak-anaknya. Dalam penelitian tersebut terdapat orang tua dari

727 siswa dan dipisah berdasarkan kelompok sekolah (prasekolah: n = 179; sekolah dasar: n = 284; sekolah menengah: n = 230; tinggi: n = 34), diundang untuk mengisi angket yang menilai tingkat pendidikan mereka (rendah, sedang, dan tinggi) dan tingkat aktivitas fisik dan kebiasaan sedentary pada anak mereka. Siswa sekolah dasar dengan orang tua berpendidikan tinggi dan menengah ditemukan terlibat dalam aktivitas fisik secara signifikan lebih banyak per minggu dan menghabiskan lebih banyak waktu untuk melakukan pekerjaan rumah daripada anak-anak dengan orang tua yang memiliki pendidikan rendah. Siswa sekolah menengah dengan orang tua yang pendidikannya tinggi ditemukan menghabiskan lebih sedikit waktu untuk terlibat dalam kebiasaan sedentary dibandingkan dengan anak-anak yang pendidikan orang tuanya rendah atau menengah, dan siswa sekolah menengah dengan orang tua yang pendidikannya tinggi terlibat dalam waktu tablet yang lebih sedikit daripada anak-anak dengan orang tua yang pendidikannya rendah. Dalam penelitian ini dapat mengungkapkan bahwa orang tua yang pendidikannya tinggi dapat menerapkan waktu terstruktur bagi anak mereka untuk terlibat dalam keseimbangan aktivitas fisik dan kebiasaan sedentary.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Ruedl dkk (2021) yang berjudul *Impact of Parental Education and Physical Activity on the Long-Term Development of the Physical Fitness of Primary School Children: An Observational Study*. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui dampak pendidikan orang tua dan aktivitas fisik orang tua yang dilakukan dengan cara self-reported terhadap perkembangan physical fitness (PF) anak-anak mereka selama 4 tahun pendidikan dasar. Penelitian ini menggunakan German Motor Test 6-18, komponen utama PF (kecepatan lari, koordinasi, fleksibilitas, daya tahan kekuatan, kekuatan, dan daya tahan) diukur pada subyek penelitian dengan total 371 anak (49,6% perempuan, 30,6% latar belakang migrasi, 19,6% kelebihan berat badan/obesitas pada eaktu tes keempat, kepatuhan 70,1%) yang berasal dari 20 sekolah dasar di Tyrol, Australia. Hasil menunjukkan bahwa anak-anak dengan setidaknya satu orang tua yang pendidikannya menengah atas atau lebih tinggi memperoleh skor PF secara

signifikan lebih tinggi di semua titik waktu dibandingkan dengan anak-anak yang kedua orang tuanya memiliki pendidikan menengah pertama dan di bawah. Namun PF di kedua kelompok berkembang dari waktu ke waktu dibandingkan dengan teman sebayanya dengan orang tua yang melaporkan PA tidak teratur atau tidak ada. Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa anak-anak yang pendidikan orang tuanya rendah dapat dianggap sebagai kelompok sasaran khusus untuk intervensi yang bertujuan meningkatkan PF.

4. Penelitian yang dilaksanakan oleh Ružbarská dkk (2021) dengan judul *The Gender and Education of Parents as Factors That Influence Their View on Physical Education*. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengeksplorasi pandangan orang tua anak sekolah dasar dan menengah tentang *Physical Education* (PE) atau pendidikan jasmani dan menganalisis perbedaan pandangan mereka. Jenis kelamin orang tua dan anak dipertimbangkan serta tingkat pendidikan orang tua. Sampel penelitian berjumlah 821 partisipan, yang terdiri dari 668 partisipan perempuan (81,4%) dan 153 partisipan laki-laki (18,6%). Pandangan orang tua anak-anak dikumpulkan melalui angket yang tidak standar. Angket dibagi menjadi empat bidang (1 – sikap terhadap proses pengajaran pendidikan jasmani, 2 – aktivitas fisik sebagai bagian dari gaya hidup, 3 – pendidikan jasmani selama pandemic covid-19, 4 – modal sosial), dengan total 18 item dalam angket tersebut. Reliabilitas angket dianalisis menggunakan koefisien cornbach mencapai 0,835. Analisis faktor konfirmatori juga digunakan untuk menguji struktur faktor yang diprediksi. Secara umum penelitian mengungkapkan bahwa orang tua lebih mungkin untuk mengungkapkan ketidakpuasan jika anak mereka hanya diberikan 2 kelas pendidikan jasmani per minggu dan akan menerima peningkatan jumlah ini. Orang tua yang anaknya tidak berpartisipasi dalam kegiatan fisik terorganisir terbukti tidak puas dengan kebugaran fisik anak-anak mereka. Keterbatasan yang lebih signifikan dari aktivitas fisik anak-anak diamati di antara orang tua dengan pendidikan menengah. Orang tua dengan pendidikan menengah juga merasa bahwa anak mereka mengikuti aktivitas fisik ketika mereka memiliki waktu luang tidak begitu penting, sedangkan

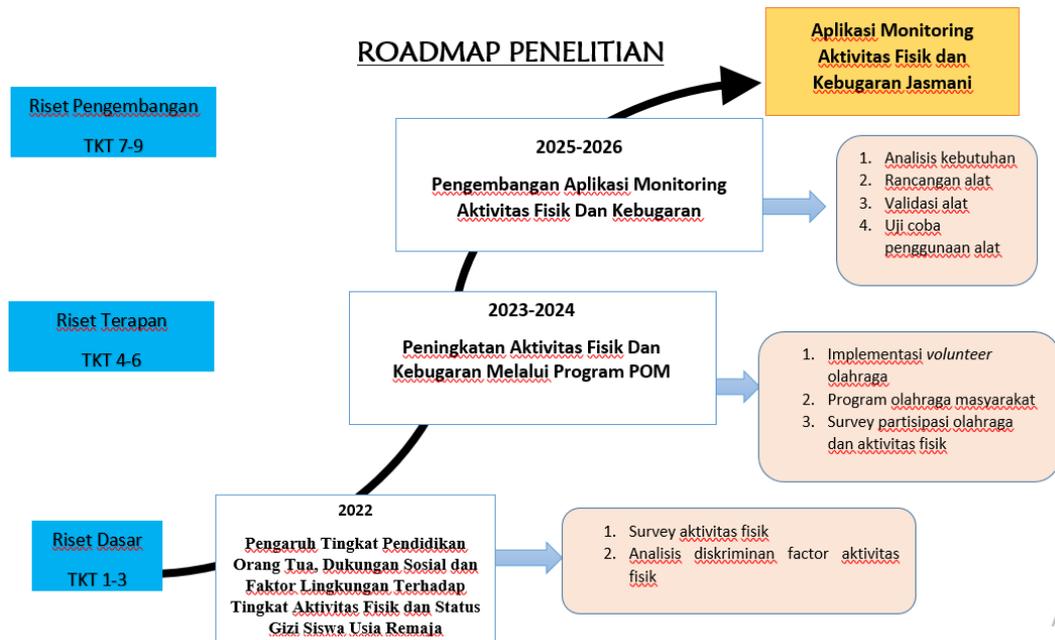
orang tua dengan tingkat pendidikan lebih tinggi merasa bahwa itu penting. Orang tua menyatakan evaluasi positif pendidikan jasmani dan mengakui pentingnya pendidikan anak mereka. Dan di dalam angket, pertanyaan terkait dengan kebugaran jasmani dan aktivitas fisik khususnya selama pandemi covid-19 dan penelitian ini mengamati perbedaan pendapat orang tua tergantung tingkat pendidikan yang mereka capai dan jenis kelamin anak mereka.

5. Penelitian yang dilakukan oleh (Vale et al., 2014) dengan judul *Parental education and physical activity in pre-school children*. Tujuan penelitian ini yaitu untuk menilai secara obyektif pola dari *total physical activity* (TPA) atau aktivitas fisik total pada anak-anak pra-sekolah dan kepatuhan terhadap pedoman dan untuk menguji perbedaan relatif terhadap pendidikan orang tua. Sampel penelitian terdiri dari 509 anak pra-sekolah yang sehat, berusia 3 – 6 tahun yang dipilih dari taman kanak-kanak yang terletak di wilayah metropolitan Port, Portugal. Aktivitas fisik dinilai selama 7 hari berturut-turut dengan akselerometri. Untuk aktivitas fisik total, peneliti mengikuti pedoman *National Association for Sport and Physical Education* (NASPE) (anak-anak yang melakukan setidaknya > 120 menit per hari dalam permainan aktif). Untuk aktivitas fisik total, peneliti menghitung proporsi anak-anak yang setidaknya melakukan > 120 menit per hari dalam permainan aktif dan aktivitas fisik yang sedang hingga kuat atau *moderate to vigorous physical activity* (MVPA), peneliti menghitung proporsi anak-anak yang setidaknya melakukan > 60 menit per hari dalam aktivitas bermain aktif (*active play*). Pendidikan orang tua dianalisa menurut sistem pendidikan Portugis. Hasil menunjukkan anak dengan orang tua yang pendidikannya tinggi kurang aktif dibandingkan anak yang pendidikan orang tuanya rendah atau menengah ($P \leq 0.001$) pada semua pola aktivitas fisik (*week and weekend*). Perihal Aktivitas fisik total selama seminggu ditemukan bahwa mayoritas anak yang pendidikan orang tuanya rendah dan menengah memenuhi pedoman NASPE. Di sisi lain, lebih dari separuh anak yang pendidikan orang tuanya tinggi, tidak memenuhi rekomendasi NASPE ($P \leq 0.001$) dan rekomendasi MVPA ($P \leq 0.05$). Dalam kedua rekomendasi

tersebut, anak-anak dari pendidikan orang tua yang rendah dua kali lebih mungkin untuk memenuhi rekomendasi dibandingkan dengan anak-anak dari pendidikan orang tua yang tinggi. Dan kesimpulan dari penelitian ini, pendidikan orang tua berhubungan negative dengan pola aktivitas fisik harian anak dan kepatuhan terhadap pedoman.

6. Penelitian yang dilakukan oleh McCrorie dkk (2020) dengan judul *The relationship between living in urban and rural areas of Scotland and children's physical activity and sedentary levels: a country-wide cross-sectional analysis*. Metode yang digunakan adalah studi cross-sectional di seluruh negara di Skotlandia dengan partisipan 774 anak (427 perempuan, 357 laki-laki), berusia 10/11 tahun, memakai akselerometer pada satu kesempatan untuk setidaknya empat hari dalam *weekdays* dan satu hari pada *weekend*. Rata-rata aktivitas total, waktu yang dihabiskan dalam aktivitas sedentary, aktivitas fisik ringan, dan sedang hingga kuat atau *moderate to vigorous physical activity* (MVPA), per hari diekstraksi untuk *weekdays*, *weekend days*, dan semua hari digabungkan. Analisis regresi mengeksplorasi hubungan antara hasil aktivitas fisik, tempat tinggal perkotaan/pedesaan, dan indeks walkability yang dimodifikasi (kepadatan tempat tinggal dan kepadatan persimpangan); dengan interaksi yang cocok untuk pendapatan rumah tangga yang setara dan musim pengumpulan data. Analisis sensitivitas menilai variasi temuan berdasarkan faktor sosial ekonomi dan urbanitas. Hasil dari penelitian menemukan bahwa Anak-anak pedesaan menghabiskan rata-rata 14 menit lebih sedikit melakukan sedentary (perbedaan 95% CI: 2,23, 26,32) dan 13 menit lebih banyak dalam aktivitas intensitas ringan (perbedaan 95% CI, 2,81, 24,09) per hari dibandingkan mereka yang berasal dari pemukiman perkotaan. Kesimpulan dari penelitian tersebut, jika diekstrapolasi selama satu tahun, anak-anak pedesaan akan mengumpulkan sekitar 79 jam (atau lebih dari 3 hari) lebih sedikit waktu untuk kebiasaan *sedentary* (menetap) daripada anak perkotaan.

E. Roadmap Penelitian



Gambar 5. Roadmap Penelitian

BAB 3

TUJUAN DAN MANFAAT PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui pengaruh perbedaan factor lingkungan terhadap aktivitas fisik dan status gizi siswa usia Remaja.
2. Mengetahui pengaruh dukungan social berolahraga terhadap aktivitas fisik dan status gizi siswa usia Remaja.
3. Mengetahui pengaruh tingkat pendidikan orang tua terhadap aktivitas fisik dan status gizi siswa usia Remaja.

B. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis

Dapat digunakan sebagai pedoman dalam meningkatkan aktivitas fisik dan perbaikan status gizi anak remaja.

2. Manfaat Teoritis

Dapat menambah wawasan terkait factor-faktor yang mempengaruhi tingkat aktivitas fisik dan status gizi anak usia remaja.

BAB 4

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain *cross sectional*. Alasan menggunakan desain *cross sectional* karena pengambilan data dilakukan sekali waktu. Sekali waktu bukan berarti pengambilan data dilakukan pada waktu yang sama, tetapi sampel dilakukan pengambilan data hanya sekali saja (Setia, 2016).

B. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa dari 22 SMA Negeri di Kabupaten Jombang (Kemdikbud, 2022). Sampel penelitian menggunakan teknik *purposive sampling* yang artinya sampel diambil berdasarkan kriteria-kriteria tertentu (Mukhsin et al., 2017). Kriteria sampel yang ditentukan dalam penelitian ini adalah siswa kelas 11, berusia 15-16 tahun yang berada pada SMA Negeri di daerah perkotaan dan daerah pedesaan.

C. Tempat dan waktu penelitian

1. Tempat

Penelitian ini dilaksanakan di SMK Negeri 1 Jombang, SMK Negeri 3 Jombang dan SMA Negeri 3 Jombang untuk kawasan perkotaan. Sedangkan untuk kawasan pedesaan dilaksanakan di sekolah di SMK Negeri Wonosalam, SMA Negeri Bareng dan SMA Negeri Kesamben.

2. Waktu penelitian

Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Juni 2022 sampai Juli 2022.

D. Variabel penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Variabel bebas

- a. Tingkat pendidikan orang tua (rendah, sedang, tinggi)
- b. Faktor lingkungan (pedesaan dan perkotaan)

- c. Dukungan sosial
- 2. Variabel terikat
 - a. Tingkat aktivitas fisik
 - b. Status gizi

E. Metode Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini data dikumpulkan dengan instrument kuesioner yang diberikan secara *online*, mengingat sekarang masih dalam masa pandemik. Kuesioner yang diberikan adalah kuesioner *International Physical Activity Questionnaire (IPAQ)* untuk mengukur tingkat aktivitas fisik siswa. Keunggulan dari instrumen ini adalah data dapat diperoleh dengan cepat, dapat dilakukan secara masal, dan telah di validasi di berbagai negara termasuk di Indonesia (Sudibjo et al., 2015). Alasan lain dari penggunaan kuesioner ini adalah usia yang telah ditetapkan sesuai dengan kuesioner *IPAQ* yaitu usia 15-16 tahun (Dharmansyah & Budiana, 2021). Pada penelitian ini kuesioner *IPAQ* yang digunakan adalah kuesioner *IPAQ Short Form* dengan mengukur aktivitas fisik selama 7 hari yang lalu yang meliputi durasi dan frekuensi aktivitas fisik berat, aktivitas fisik sedang, aktivitas fisik berjalan dan aktivitas duduk (Sember et al., 2020). Instrumen kuesioner *IPAQ* ini mempunyai nilai reabilitas antara 0,67 sampai 0,73 dan nilai validitas antara 0,45 to 0,65 (Bull et al., 2009). Hasil akhir dari pengukuran menggunakan kuesioner *IPAQ* adalah *METs (metabolic equivalents of task)* yaitu ukuran fisiologis yang menyatakan energy yang dikeluarkan untuk aktivitas fisik atau didefinisikan sebagai rasio laju metabolisme selama aktivitas fisik (Ashok et al., 2017). Untuk menghitung *METs* digunakan rumus :

$$METs = (8 \times \text{durasi (menit)} \times \text{frekuensi aktivitas berat (hari)}) + (4 \times \text{durasi (menit)} \times \text{frekuensi aktivitas sedang (hari)}) + (3,3 \times \text{durasi aktivitas berjalan (menit)})$$

Selanjutnya, hasil analisis tingkat aktivitas fisik dengan kuesioner *IPAQ* dapat diklasifikasikan sebagai berikut:

1. Tingkat aktivitas fisik tinggi, bila memenuhi salah satu kriteria:
 - a. aktivitas intensitas berat 3 hari atau lebih yang mencapai minimal 1500 *METs*-menit/minggu, atau
 - b. Kombinasi berjalan, aktivitas intensitas berat, dan sedang yang mencapai minimal 3000 *METs*-menit/minggu.

2. Tingkat aktivitas fisik sedang, bila memenuhi salah satu kriteria,
 - a. Aktivitas intensitas berat 3 hari atau lebih selama 20 menit/hari,
 - b. Aktivitas intensitas sedang atau berjalan minimal 30 menit/hari selama 5 hari atau lebih, atau
 - c. Aktivitas intensitas berat, kombinasi berjalan yang mencapai 600 *METS*-menit/minggu selama 5 hari atau lebih.
3. Tingkat aktivitas fisik rendah, apabila tidak memenuhi semua kriteria di atas (Craig et al., 2003; Bayraktar et al., 2021)

Kemudian untuk status gizi menggunakan instrumen kuesioner tentang tinggi badan dan berat badan siswa. Data tinggi badan dan berat badan siswa akan dihitung dengan rumus indeks massa tubuh (IMT) yaitu :

$$IMT = \frac{\text{Berat badan (kg)}}{\text{Tinggi badan (m)} \times \text{Tinggi badan (m)}}$$

Pada penelitian ini Indeks massa tubuh (IMT) mengacu pada norma kemenkes dengan kategori kurus berat jika nilai IMT <17, kurus ringan jika nilai IMT antara 17.0 - 18.4, Normal jika nilai IMT antara 18.5 - 25.0, gemuk ringan jika nilai IMT antara 25.1 – 27.0 dan gemuk berat jika nilai IMT > 27.0.

Untuk faktor lingkungan dalam penelitian ini terdapat 2 yaitu lingkungan perkotaan dan lingkungan pedesaan dimana sekolah tersebut berada. Sedangkan untuk tingkat pendidikan orang tua diambil dari pendidikan tertinggi dari ayah, ibu atau wali yang lain yang telah merawat siswa. Riwayat pendidikan orang tua dibagi menjadi 3 kategori yaitu rendah untuk tingkat pendidikan sampai SD atau dibawahnya, sedang untuk tingkat pendidikan sampai SMP atau SMA, tinggi untuk tingkat pendidikan sampai Sarjana atau diatasnya (Muñoz-Galiano et al., 2020). Untuk pengambilan data dukungan social menggunakan kuesioner yang diadopsi dari penelitian Farradika et al., (2019). Berikut kuesionernya:

Tabel 4.1 Kuesioner dukungan sosial

Pernyataan	Jawaban	Nilai
Ketersediaan Fasilitas Olahraga di Rumah	<ul style="list-style-type: none"> • Ya • Tidak 	Ya = 1 Tidak = 0

Penggunaan Kendaraan Bermotor	<ul style="list-style-type: none"> • Ya • Tidak 	
Ajakan Teman untuk Berolahraga	<ul style="list-style-type: none"> • Ya • Tidak 	
Ajakan Keluarga untuk Berolahraga	<ul style="list-style-type: none"> • Ya • Tidak 	
Ajakan Dosen untuk Berolahraga	<ul style="list-style-type: none"> • Ya • Tidak 	

F. Teknik Analisis Data

1. Uji deskriptif

Uji ini dilakukan untuk mengetahui karakteristik sampel penelitian yang terdiri dari data rerata dan simpangan baku serta persentase munculnya data.

2. Uji normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui distribusi data apakah normal atau tidak. Dengan melakukan uji normalitas, maka nanti akan dapat menentukan uji selanjutnya apakah menggunakan uji parametric atau non parametric. Uji normalitas pada penelitian ini dilakukan menggunakan uji *kolmogorov smirnov* dengan bantuan *software SPSS 23*.

3. Uji beda

Uji beda pada penelitian ini digunakan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan tingkat pendidikan orang tua dan factor lingkungan terhadap tingkat aktivitas fisik dan status gizi siswa. Uji yang digunakan adalah uji Manova yang dilakukan dengan bantuan *software SPSS 23*.

BAB 5

HASIL PENELITIAN DAN LUARAN YANG DICAPAI

A. Hasil Penelitian

Sebelum menjelaskan hasil penelitian ini, perlu diketahui karakteristik dari responden yang berpartisipasi dalam pengisian kuesioner ini. Tujuannya adalah untuk mengetahui keragaman dari responden berdasarkan jenis kelamin, usia, kelas, tingkat pendidikan orang tua dan penghasilan orang tua per bulan. Hal tersebut diharapkan dapat memberikan gambaran yang cukup jelas mengenai kondisi dari responden dan kaitannya dengan masalah dan tujuan penelitian ini. Karakteristik responden penelitian ini adalah sebagai berikut :

Tabel 5.1. Karakteristik responden penelitian

Demographic factor		N (%)
Age	15	7 (8.43)
	16	39 (46.99)
	17	34 (40.96)
	18	3 (3.61)
Gender	Boys	22 (26.51)
	Girl	61 (73.49)
Grade	10	9 (10.84)
	11	57 (68.67)
	12	17 (20.48)
Parents' education level	No School	1 (1.20)
	Elementary School	12 (14.46)
	Junior High School	13 (15.66)
	Senior High School	46 (55.42)
	Bachelor	10 (12.05)
	Postgraduate	1 (1.20)
Parent's income	<Rp 1.500.000,-	38 (45.78)
	Rp 1.500.000 – Rp.2.500.000	17 (20.48)
	Rp 2.500.000 – Rp 3.500.000	13 (15.66)
	Rp 3.500.000 – RP 4.500.000	9 (10.84)
	>Rp 4.500.000,-	6 (7.23)

Karakteristik responden penelitian berdasarkan table 5.1 di atas menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah perempuan dengan usia 16 tahun dan pada kelas 11 SMA. Tingkat pendidikan orang tua juga didominasi

lulusan SMA dengan persentase pendapatan paling banyak adalah di bawah Rp 1.500.000,-.

Selanjutnya akan disajikan hasil uji deskriptif yang berupa mean±standart deviasi (Mean±SD) tiap indicator. Kemudian tiap indicator dilakukan analisis statistic menggunakan uji mann whitney untuk mengetahui perbedaannya. Hasilnya disajikan pada table 5.2 di bawah.

Tabel 5.2. Descriptive Results of Sedentary Lifestyle Indicator and The Difference Between Each Indicator on Weekdays and Weekends

Sedentary Lifestyle Indicator	Mean±SD (minutes/day)		P (sig)
	Weekday	Weekend	
Watching times	26.47±28.81	60.54±74.34	0.000
Playing games	31.21±45.80	59.59±106.56	0.024
Reading times	13.23±18.94	30.01±36.50	0.000
Study or do homework	32.40±105.39	39.82±34.73	0.000
Additional study or tutoring	12.44±16.12	23.51±26.59	0.044
Use a motorized vehicle	12.14±13.47	42.63±163.47	0.000
Social media time	51.60±216.39	104.85±124.01	0.000
play or listen to music	19.41±43.28	45.43±99.42	0.000

$p < 0.05$ indicates there is a significant difference using the Mann Whitney test

Hasil table 5.2 di atas menunjukkan bahwa kesemua indicator dari sedentary lifestyle menunjukkan perbedaan yang bermakna ketika weekday dan weekend. Untuk mengetahui kategori Sedentary lifestyle ketika weekday dan weekend berdasarkan gender, maka hasilnya disajikan pada table 5.3 di bawah.

Tabel 5.3. Sedentary lifestyle level category berdasarkan gender

Sedentary Lifestyle	Sedentary Lifestyle Level Category	Boys		Girl		P (sig)
		Percent age (%)	Mean±SD	Percent age (%)	Mean±SD	
Weekday	Low	54.55	149.12±98	36.07	230.64±24	0.000
	Moderate	22.73	.69	39.34	4.68	
	High	22.73		24.59		
Weekend	Low	4.55	349.27±23	3.28	459.13±49	0.000
	Moderate	50.00	7.46	26.23	4.90	
	High	45.45		70.49		

$p < 0.05$ indicates there is a significant difference using the Mann Whitney test

Table 5.3 di atas menunjukkan bahwa ketika weekday, Remaja dengan gender laki-laki cenderung melakukan aktivitas sedentary kategori low dengan persentase 54.55%. Sedangkan untuk gender perempuan cenderung melakukan aktivitas sedentary kategori moderate dengan persentase 39.34%. Untuk weekend, responden dengan gender laki-laki dominan melakukan aktivitas sedentary kategori moderate dengan persentase 50%, sedangkan responden dengan gender perempuan dominan melakukan aktivitas sedentary kategori high dengan persentase 70.49%. Hasil dari uji mann whitney terhadap perbedaan Sedentary lifestyle pada gender boys dan girl menunjukkan hasil yang berbeda bermakna ($p < 0.05$). Dari hasil mean diketahui bahwa gender perempuan mempunyai Sedentary lifestyle yang lebih tinggi daripada gender laki-laki. Untuk mengetahui perbedaan Sedentary lifestyle pada semua gender disajikan pada table 5.4 di bawah.

Tabel 5.4. Sedentary lifestyle level category pada semua gender

Sedentary Lifestyle	Sedentary Lifestyle Level Category	All Gender		P (sig)
		Percentage (%)	Mean±SD	
Weekday	Low	40.96	230.64±244.68	0.000
	Moderate	34.94		
	High	24.10		
Weekend	Low	3.61	430.01± 442.75	
	Moderate	32.53		
	High	63.86		

$p < 0.05$ indicates there is a significant difference using the Mann Whitney test

Hasil table 5.4 menunjukkan bahwa ketika weekday, responden dominan melakukan aktivitas sedentary dengan category low (40.96%), sedangkan ketika weekday dominan melakukan aktivitas sedentary kategori high (63.86%). Hasil uji mann whitney juga menunjukkan hasil yang signifikan Sedentary lifestyle ketika weekday dan weekend ($p < 0.05$) dengan nilai mean Sedentary lifestyle yang lebih besar ketika weekend.

B. Pembahasan

Penelitian ini melakukan analisis terhadap sedentary lifestyle dari 83 responden yang berasal dari siswa Remaja yang tinggal dilingkungan pedesaan. Sedentary lifestyle dalam penelitian ini terdiri dari 8 indikator yaitu Watching times, Playing games, Reading times, Study or do homework, Additional study or tutoring, Use a motorized vehicle, Social media time, play or listen to music. Hasilnya adalah bersosial media merupakan kegiatan sedentary yang paling banyak dilakukan oleh responden yang merupakan siswa usia Remaja di kawasan pedesaan. Rerata waktu bermedia social responden ketika weekday adalah 51.60 menit per minggu dan ketika weekend meningkat menjadi 104.85 menit per minggunya. Hal ini perlu dikontrol karena bermedia social melebihi 3 jam akan mengganggu kesehatan mental seseorang (Sampasa-kanyinga & Lewis, 2015). Selain itu gaya hidup sedentary berlebihan seperti bermedia social akan menyebabkan penurunan aktivitas fisik yang berakibat terhadap obesitas (Arundhana et al., 2013)

Di dunia, lebih dari 73% pengguna internet merupakan pengguna aktif social media (Aslan, 2020). Banyak remaja sekarang memiliki perangkat yang terhubung ke Internet (iPad, smartphone, konsol video game, dll.) yang memungkinkan mereka untuk online kapan saja, di mana saja. 76% dari semua remaja menggunakan media sosial. 64% Remaja bermedia social setiap hari. serta 41% memiliki akun di berbagai situs (Reid & Weigle, 2015). Media sosial telah menjadi salah satu sarana komunikasi terpenting di kalangan remaja dan kini menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan mereka. Media sosial mengacu pada situs web apa pun yang memungkinkan interaksi sosial dan berbagi ide (Reid & Weigle, 2015). waktu yang dihabiskan untuk bermedia social bervariasi. Beberapa data melaporkan sebagian besar siswa menghabiskan waktu bermedia social 30-40 menit per harinya pada jam 9 malam sampai 12 pagi (Larson, 2015). Di Eropa, masyarakatnya lebih dari 2 jam dalam menggunakan media social (Aslan, 2020). Di Universitas Bingol Turki, 41.6% mahasiswanya menggunakan social media lebih dari 4 jam dan merupakan kecanduan tingkat sedang (Aslan, 2020). Pada tahun 2015 di Turkey, rata-rata masyarakatnya menghabiskan waktu 4.5 jam per harinya dan

bermedia social selama 3 jam serta menghabiskan waktu menonton televisi selama 2 jam per hari (Gorkemli, 2017). Pew Research Center's study menunjukkan bahwa 92% penggunaan internet oleh siswa remaja usia 13-17 tahun adalah sangat tinggi dengan 24% nya online secara terus-menerus. Penelitian UNICEF Indonesia pada tahun 2011 - 2012 terhadap 43,5 juta Remaja menyatakan bahwa 80% remaja menggunakan internet untuk mencari data dan informasi, seperti tugas sekolah atau bertemu dengan teman online (70%) melalui media social (Desmawati, 2019). Di kalangan Remaja, Situs Facebook dan Instagram merupakan media sosial paling populer, dan siswa remaja yang berasal dari keluarga kurang mampu cenderung lebih menggunakan Facebook dengan persentase 49% jika dibandingkan dengan remaja dari keluarga kaya yang hanya sebesar 37% (Gorkemli, 2017).

Saat ini masing-masing penduduk perkotaan ataupun pedesaan telah menggunakan media social. Namun penduduk perkotaan menggunakan lebih banyak waktu bermedia social yaitu sekitar 67-70% dan penduduk pedesaan sekitar 61% (Brenner, 2013; Gorkemli, 2017). Penggunaan media social yang lama secara signifikan berpengaruh terhadap risiko kardiometabolik yang lebih tinggi, harga diri seseorang, kebugaran yang lebih rendah, dan obesitas pada anak-anak sekolah dengan nilai yang berbeda pada anak laki-laki dan perempuan (Carson et al., 2016; Cardon et al., 2016; Poitras et al., 2017; LeBlanc et al., 2012; Pratama & Widodo, 2020; L. Tremblay & Rinaldi, 2010). Gorkemli (2017) juga menyatakan bahwa perempuan lebih sering bermedia social daripada laki-laki. Bagi mereka internet menjadi penting karena terbatasnya sarana perpustakaan dan banyak jalan yang rusak sehingga mereka mencari informasi melalui internet dan media social (Hoorik et al., 2008). Hal ini sesuai dengan hasil penelitian ini bahwa perempuan lebih banyak melakukan aktivitas sedentary dibandingkan laki-laki dengan rerata waktu sedentary saat weekday sebesar 230.64 menit per minggunya dan saat weekend sebesar 459.13 menit per minggunya (Tabel 3). Waktu sedentary akan meningkat seiring dengan bertambahnya usia, dan jenis kelamin perempuan memiliki waktu sedentary yang lebih banyak daripada laki-laki (Barnett et al., 2018; Colley et al., 2011; Matthews et al., 2008).

Beralih dari factor media social, kebiasaan *sedentary* atau *Sedentary behaviour* menimbulkan efek negatif terhadap kesehatan, saat ini *sedentary behaviour* menjadi isu penting dalam kesehatan masyarakat (Amir & Adi, 2018). Table 5.4 menyatakan bahwa siswa di kawasan pedesaan memiliki nilai *sedentary* yang lebih tinggi ketika weekend daripada weekday. Hasil ini sesuai dengan penelitian Sigmundová & Sigmund (2021) yang menyatakan bahwa ketika weekend anak-anak dan orang tuanya memiliki waktu *sedentary* yang lebih banyak sehingga diperlukan program untuk mengurangi hal tersebut. Pada saat weekend juga dilaporkan bahwa anak-anak mempunyai tingkat aktivitas fisik yang rendah serta control asupan makanan yang tidak baik sehingga banyak kalori yang masuk dan kurang nutrisi (Cole et al., 1995; Fairclough et al., 2015; Jago et al., 2010). Seperti yang diungkapkan oleh Ding et al., (2011) dalam penelitiannya yang menyatakan bahwa penduduk pedesaan sekarang telah mengalami pergeseran dari pertanian ke bisnis dan beberapa tingkat modernisasi ekonomi yang menyebabkan penurunan aktivitas fisik.

C. Luaran yang dicapai

Penelitian monotahun yang kami lakukan berdasar pada kebijakan Universitas Negeri Surabaya dalam mendukung Pusat Unggulan IPTEK Universitas Negeri Surabaya dalam bidang olahraga dan kesehatan.

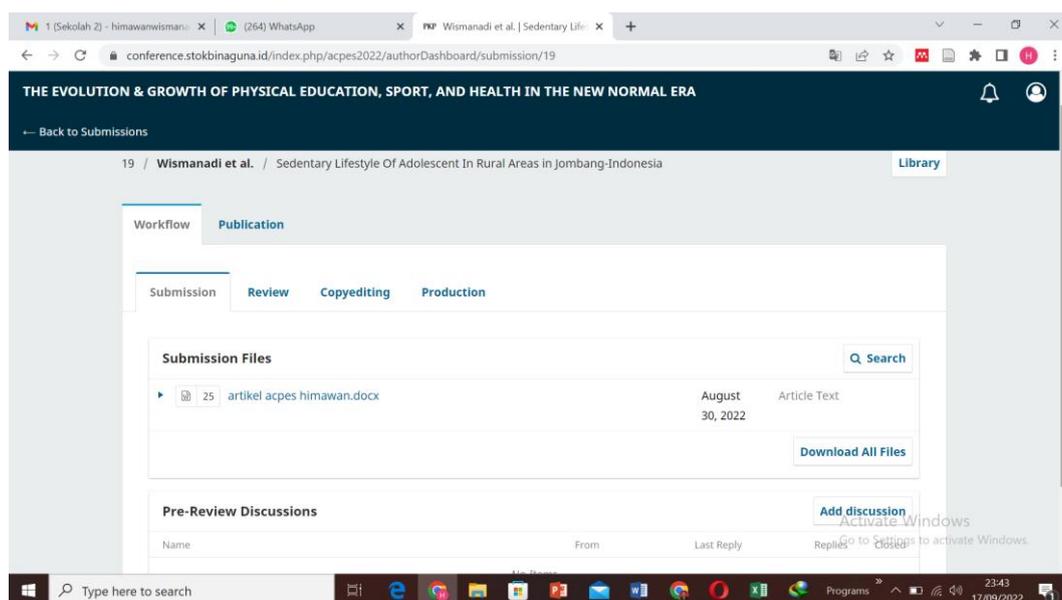
Adapun rencana capaian tahunan sesuai luaran yang ditargetkan dan lama penelitian yang dilakukan secara lengkap disajikan pada Tabel 5.5 berikut.

Tabel 5.5. Rencana target tahunan

No	Jenis Luaran				Indikator Capaian		
	Kategori	Sub Kategori	Wajib	Tambahan	2022	2023	2024
1	Artikel ilmiah dimuat di jurnal	Internasional			tidak ada	tidak ada	tidak ada
		Nasional terakreditasi	√		ada	tidak ada	tidak ada
		Nasional tidak terakreditasi			tidak ada	tidak ada	tidak ada
2	Artikel ilmiah dimuat di	Internasional		√	ada	tidak ada	tidak ada
		Nasional			tidak ada	tidak ada	tidak ada

No	Jenis Luaran				Indikator Capaian		
	Kategori	Sub Kategori	Wajib	Tambahan	2022	2023	2024
	prosiding	Lokal			tidak ada	tidak ada	tidak ada
3	<i>Keynote Speaker/Invited</i> dalam temu ilmiah	Internasional			tidak ada	tidak ada	tidak ada
		Nasional			tidak ada	tidak ada	tidak ada
		Lokal			tidak ada	tidak ada	tidak ada
4	Pembicara kunci/tamu (<i>Visiting Lecturer</i>)	Internasional			tidak ada	tidak ada	tidak ada
5	Kekayaan Intelektual (KI)	Paten			tidak ada	tidak ada	tidak ada
		Paten sederhana			tidak ada	tidak ada	tidak ada
		Hak cipta			tidak ada	tidak ada	tidak ada
		Merek dagang			tidak ada	tidak ada	tidak ada
		Rahasia dagang			tidak ada	tidak ada	tidak ada
		Desain produk industri			tidak ada	tidak ada	tidak ada
		Indikasi geografis			tidak ada	tidak ada	tidak ada
		Perlindungan varietas tanaman			tidak ada	tidak ada	tidak ada
		Perlindungan topografi sirkuit terpadu			tidak ada	tidak ada	tidak ada
6	Teknologi Tepat Guna				tidak ada	tidak ada	tidak ada
7	Model/Purwarupa/Desain/ Karya Seni/Rekayasa Sosial				tidak ada	tidak ada	tidak ada
8	Buku (ISBN)				tidak ada	tidak ada	tidak ada
9	<i>Book Chapter</i> (ISSN)				tidak ada	tidak ada	tidak ada
10	Tingkat Kesiapan Teknologi				tidak ada	tidak ada	tidak ada

Sedangkan luaran yang telah dicapai adalah artikel yang telah disubmit di prosiding *internasional Asean Council of Physical Education and Sport 2022*



Sedentary Lifestyle Of Adolescent In Rural Areas in Jombang-Indonesia

1st Himawan Wismanadi¹, 2nd Meirinawati², 3rd Bachtiar Sjaiful Bachri³, 4rd Afif Rusdiawan⁴
{himawanwismanadi@unesa.ac.id¹, meirinawati@unesa.ac.id², bachtiarbachri@unesa.ac.id³, afifrusdiawan@unesa.ac.id⁴}

Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Indonesia^{1,2,3,4}

Abstract. Rural areas are areas that are more technologically backward than urban areas, thus allowing work to be carried out manually which still involves physical movement. The purpose of this study was to determine the sedentary habits of adolescents in rural areas. This research is descriptive with cross sectional design. 83 teenage children living in rural Jombang Indonesia were the respondents of this study. Data collection using the Adolescent Sedentary Activity Questionnaire (ASAQ) instrument which is given online. The result is that the Sedentary Activity level of 40.96% is in the low category on weekdays, while on weekends the Sedentary Activity level of 63.86% is in the high category. The results of the Mann Whitney test also obtained a value of sig p = 0.000, which means that there is a significant difference between Sedentary Activity on weekdays and weekends. In conclusion, the sedentary lifestyle of adolescents in rural areas tends to be low on weekdays, but becomes high on weekends.

Keywords: *Rural Areas; Sedentary Lifestyle; Adolescent*

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Siswa perempuan di kawasan pedesaan mempunyai nilai *sedentary lifestyle* yang lebih tinggi daripada laki-laki baik saat weekday maupun weekend ($p < 0.05$). Kegiatan sedentary yang banyak dilakukan adalah social media time dengan rerata 51.60 ± 216.39 menit per minggunya pada saat weekday dan 104.85 ± 124.01 menit per minggunya pada saat weekend. *Sedentary lifestyle* ketika weekend juga lebih tinggi daripada weekday dengan rerata *sedentary lifestyle* 230.64 ± 244.68 menit per minggunya pada saat weekday dan 430.01 ± 442.75 menit per minggunya pada saat weekend. Hasil ini membuktikan bahwa siswa di kawasan pedesaan mempunyai sedentary yang tinggi pada saat weekend. Rekomendasi penelitian ini yaitu memberikan aktivitas fisik atau olahraga ketika weekend terutama untuk perempuan.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka perlu kajian secara social factor yang mempengaruhi gaya hidup sedentary remaja di kawasan pedesaan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adityawarman. (2007). *Hubungan aktivitas fisik dengan komposisi tubuh pada remaja*. 1–24.
- Amir, R. A., & Adi, A. C. (2018). Gambaran Aktivitas Sedentari Dan Tingkat Kecukupan Gizi Pada Remaja Gizi Lebih Dan Gizi Normal. *Media Gizi Indonesia*, 12(1), 80. <https://doi.org/10.20473/mgi.v12i1.80-87>
- Arundhana, A. I., Hadi, H., & Julia, M. (2013). Perilaku sedentari sebagai faktor risiko kejadian obesitas pada anak sekolah dasar di Kota Yogyakarta dan Kabupaten Bantul. *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia*, 1(2), 71–80.
- Ashok, P., Kharche, J. S., Raju, R., & Godbole, G. (2017). Metabolic equivalent task assessment for physical activity in medical students. *National Journal of Physiology, Pharmacy and Pharmacology*, 7(3), 236–239. <https://doi.org/10.5455/njppp.2017.7.0825604092016>
- Aslan, I. (2020). *Social Media Addiction and Controlling Social Media Use : An Extensive Study* (Dr. Öğr. Üyesi Hasan Selim Kiroğlu (ed.); Issue July). Yaşar Hız. https://www.researchgate.net/profile/Imran-Aslan/publication/342625453_Social_Media_Addiction_and_Controlling_Social_Media_Use_An_Extensive_Study/links/5efdab64458515505084a12e/Social-Media-Addiction-and-Controlling-Social-Media-Use-An-Extensive-Study.pdf
- Barnett, T. A., Kelly, C. A. S., Young, D. R., Perry, C. K., Pratt, C. A., Edwards, N. M., Rao, G., & Vos, M. B. (2018). Sedentary behaviors in today's youth: Approaches to the prevention and management of childhood obesity a scientific statement from the American Heart Association. *Circulation*, 138(11), E142–E159. <https://doi.org/10.1161/CIR.0000000000000591>
- Bayraktar, D., Yuksel Karsli, T., Ozer Kaya, D., Sarac, D. C., Gucenmez, S., Gercik, O., Kabadayi, G., Kurut, I., Solmaz, D., & Akar, S. (2021). Is the international physical activity questionnaire (IPAQ) a valid assessment tool for measuring physical activity of patients with axial spondyloarthritis? *Musculoskeletal Science and Practice*, 55, 102418. <https://doi.org/10.1016/J.MSKSP.2021.102418>
- Beck, M. E. (2000). *Ilmu gizi dan diet*. Yayasan Essentia Medica.
- Brenner, J. (2013). The Demographics of Social Media Users — 2012. *Pew Research Center's Internet & American Life Project*.
- Bull, F. C., Maslin, T. S., & Armstrong, T. (2009). Global physical activity questionnaire (GPAQ): Nine country reliability and validity study. *Journal of Physical Activity and Health*, 6(6), 790–804. <https://doi.org/10.1123/jpah.6.6.790>

- Cardon, G., De Bourdeaudhuij, I., Iotova, V., Latomme, J., Socha, P., Koletzko, B., Moreno, L., Manios, Y., Androutsos, O., & De Craemer, M. (2016). Health related behaviours in normal weight and overweight preschoolers of a large pan-european sample: The toybox-study. *PLoS ONE*, *11*(3), 1–17. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0150580>
- Carson, V., Hunter, S., Kuzik, N., Gray, C. E., Poitras, V. J., Chaput, J. P., Saunders, T. J., Katzmarzyk, P. T., Okely, A. D., Connor Gorber, S., Kho, M. E., Sampson, M., Lee, H., & Tremblay, M. S. (2016). Systematic review of sedentary behaviour and health indicators in school-aged children and youth: An update. *Applied Physiology, Nutrition and Metabolism*, *41*(6), S240–S265. <https://doi.org/10.1139/apnm-2015-0630>
- Caspersen, C., Powel, K., & Christenson, G. (1985). Physical Activity, Exercise, and Physical Fitness: Definitions and Distinctions for Health-Related Research Synopsis. In *Public Health Rep* (Vol. 100).
- Cole, T. J., Freeman, J. V., & Preece, M. A. (1995). Body mass index reference curves for the UK, 1990. *Archives of Disease in Childhood*, *73*(1), 25–29. <https://doi.org/10.1136/adc.73.1.25>
- Colley, R. C., Garrigué, D., Janssen, I., Craig, C. L., Clarke, J., & Tremblay, M. S. (2011). Physical activity of canadian children and youth: Accelerometer results from the 2007 to 2009 canadian health measures survey. *Health Reports*, *22*(1).
- Craig, C. L. (2019). *Evaluation Measures International Physical Activity Questionnaire-Short Form*. <https://doi.org/10.2165/11531930-000000000>
- Craig, Cora L., Marshall, A. L., Sjöström, M., Bauman, A. E., Booth, M. L., Ainsworth, B. E., Pratt, M., Ekelund, U., Yngve, A., Sallis, J. F., & Oja, P. (2003). International physical activity questionnaire: 12-Country reliability and validity. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, *35*(8), 1381–1395. <https://doi.org/10.1249/01.MSS.0000078924.61453.FB>
- Desmawati. (2019). Description of Adolescents Sedentary Lifestyle, Obesity in. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, *11*, 296–301.
- Dharmansyah, D., & Budiana, D. (2021). Indonesian Adaptation of The International Physical Activity Questionnaire (IPAQ): Psychometric Properties. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, *7*(2), 159–163. <https://doi.org/10.17509/jpki.v7i2.39351>
- Ding, D., Sallis, J. F., Hovell, M. F., Du, J., Zheng, M., He, H., & Owen, N. (2011). Physical activity and sedentary behaviours among rural adults in suixi, china: A cross-sectional study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, *8*, 1–8. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-8-37>
- Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular. (2019). *Apa*

Definisi Aktivitas Fisik? - Direktorat P2PTM.

- Endozo, A., Oluyinka, S., Highway, M. A., & City, A. (2019). Factors Affecting Physical Activity Participation Among University Students. *Journal of Social Science Research, 14*, 3161–3170.
- Fairclough, S. J., Boddy, L. M., Mackintosh, K. A., Valencia-Peris, A., & Ramirez-Rico, E. (2015). Weekday and weekend sedentary time and physical activity in differentially active children. *Journal of Science and Medicine in Sport, 18*(4), 444–449. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2014.06.005>
- Farradika, Y., Umniyatun, Y., Nurmansyah, M. I., & Jannah, M. (2019). Perilaku Aktivitas Fisik dan Determinannya pada Mahasiswa Fakultas Ilmu - Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka. *ARKESMAS (Arsip Kesehatan Masyarakat), 4*(1), 134–142. <https://doi.org/10.22236/arkesmas.v4i1.3548>
- Gentile, D. A. (2011). The Multiple Dimensions of Video Game Effects. *Child Development Perspectives, 5*(2), 75–81. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2011.00159.x>
- Gorkemli, N. (2017). Internet and Social Media Usage of Secondary School Students in Rural Areas. *Journal of Social Studies Research, January 2017*.
- Harjatmo, T. P., Par'i, H. M., & Wiyono, S. (2017). *Penilaian status gizi*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Hoorik, P. Van, Mweetwa, F., & Mweetwa, F. (2008). *Use of internet in rural areas of Zambia*. 1–14.
- IPAQ. (n.d.). *International Physical Activity Questionnaire*.
- Jago, R., Fox, K. R., Page, A. S., Brockman, R., & Thompson, J. L. (2010). Physical activity and sedentary behaviour typologies of 10-11 year olds. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 7*, 1–10. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-7-59>
- Kamus Besar Bahasa Indonesia. (n.d.-a). *Arti kata desa* .
- Kamus Besar Bahasa Indonesia. (n.d.-b). *Arti kata kota*.
- Kemdikbud. (2022). *Data Referensi Pendidikan*. <https://referensi.data.kemdikbud.go.id/index11.php?kode=050400&level=2>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Tabel Batas Ambang indeks Massa tubuh (IMT)* .
- Kim, B.-Y., Choi, D.-H., Jung, C.-H., Kang, S.-K., Mok, J.-O., & Kim, C.-H. (2017). Obesity and physical activity. *Journal of Obesity & Metabolic Syndrome, 26*(1), 15–22. <https://doi.org/10.26659/pm3.2021.22.1.48>

- Koçak, S., Harris, M. B., İşler, A. K., & Çiçek, Ş. (2002). Physical Activity Level, Sport Participation, and Parental Education Level in Turkish Junior High School Students. *Pediatric Exercise Science, 14*(2), 147–154. <https://doi.org/10.1123/PES.14.2.147>
- Larson, A. G. (2015). Use of Social Media and its Impact on Academic Performance of Tertiary Institution Students: A Study of Students of Koforidua Polytechnic , Ghana. *Journal of Education and Practice, 6*(6), 94–102.
- LeBlanc, A. G., Spence, J. C., Carson, V., Gorber, S. C., Dillman, C., Janssen, I., Kho, M. E., Stearns, J. A., Timmons, B. W., & Tremblay, M. S. (2012). Systematic review of sedentary behaviour and health indicators in the early years (aged 0-4 years). *Applied Physiology, Nutrition and Metabolism, 37*(4), 753–772. <https://doi.org/10.1139/H2012-063>
- Maddison, R., Hoorn, S. Vander, Jiang, Y., Mhurchu, C. N., Exeter, D., Dorey, E., Bullen, C., Utter, J., Schaaf, D., & Turley, M. (2009). The environment and physical activity: The influence of psychosocial, perceived and built environmental factors. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 6*(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-6-19/TABLES/2>
- Malm, C., Jakobsson, J., & Isaksson, A. (2019). Physical Activity and Sports—Real Health Benefits: A Review with Insight into the Public Health of Sweden. *Sports, 7*(5), 127. <https://doi.org/10.3390/sports7050127>
- Matthews, C. E., Chen, K. Y., Freedson, P. S., Buchowski, M. S., Beech, B. M., Pate, R. R., & Troiano, R. P. (2008). Amount of time spent in sedentary behaviors in the United States, 2003-2004. *American Journal of Epidemiology, 167*(7), 875–881. <https://doi.org/10.1093/aje/kwm390>
- McCrorie, P., Mitchell, R., Macdonald, L., Jones, A., Coombes, E., Schipperijn, J., & Ellaway, A. (2020). The relationship between living in urban and rural areas of Scotland and children’s physical activity and sedentary levels: A country-wide cross-sectional analysis. *BMC Public Health, 20*(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/S12889-020-8311-Y/FIGURES/1>
- Medina, C., Jáuregui, A., Hernández, C., Shamah, T., & Barquera, S. (2021). Physical inactivity and sitting time prevalence and trends in Mexican adults. Results from three national surveys. *PLoS ONE, 16*(7 July), 1–12. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0253137>
- Mukhsin, R., Mappigau, P., & Tenriawaru, A. N. (2017). Pengaruh Orientasi Kewirausahaan Terhadap Daya Tahan Hidup Usaha Mikro Kecil dan Menengah Pengolahan Hasil Perikanan di Kota Makassar. *Jurnal Analisis, 6*(2), 188–193. <http://pasca.unhas.ac.id/jurnal/files/ef79bd330d16ba9fda32510e0a581953.pdf>

- Muñoz-Galiano, I. M., Connor, J. D., Gómez-Ruano, M. A., & Torres-Luque, G. (2020). Influence of the parental educational level on physical activity in schoolchildren. *Sustainability (Switzerland)*, *12*(9), 1–11. <https://doi.org/10.3390/su12093920>
- Ohuruogu, B. (2016). The Contributions of Physical Activity and Fitness to Optimal Health and Wellness. *Journal of Education and Practice*, *7*(20), 1–7. <https://doi.org/10.36150/2499-6564-351>
- Omelan, A., Podstawski, R., Wziatek, B., Merino-Marbán, R., & Romero-Ramos, O. (2017). Physical activity levels of rural and urban seniors in the region of Warmia and Mazury in Poland. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*, *2017*(4), 74–88. <https://doi.org/10.29359/bjhpa.09.4.07>
- Par'i, H. M. (2016). *Penilaian Status Gizi: Dilengkapi Proses Asuhan Gizi Terstandar*. Buku Kedokteran EGC.
- Parks, S. E., Housemann, R. A., & Brownson, R. C. (2003). Differential correlates of physical activity in urban and rural adults of various socioeconomic backgrounds in the United States. *Journal of Epidemiology & Community Health*, *57*(1), 29–35. <https://doi.org/10.1136/JECH.57.1.29>
- Pietiläinen, K. H., Kaprio, J., Borg, P., Plasqui, G., Yki-Järvinen, H., Kujala, U. M., Rose, R. J., Westerterp, K. R., & Rissanen, A. (2008). Physical inactivity and obesity: A vicious circle. *Obesity*, *16*(2), 409–414. <https://doi.org/10.1038/oby.2007.72>
- Poitras, V. J., Gray, C. E., Janssen, X., Aubert, S., Carson, V., Faulkner, G., Goldfield, G. S., Reilly, J. J., Sampson, M., & Tremblay, M. S. (2017). Systematic review of the relationships between sedentary behaviour and health indicators in the early years (0-4 years). *BMC Public Health*, *17*(Suppl 5). <https://doi.org/10.1186/s12889-017-4849-8>
- Pratama, C. K., & Widodo, A. (2020). Uji Validitas Dan Reliabilitas Instrumen Long Passing Pada Pemain SSB Polda Jatim. *Jurnal Kesehatan Olahraga, Vol 08 No 04, Edisi Desember 2020, Hal 35 - 42, 08*, 35–42.
- Putra, K. P., Kurniasari, M. D., & Purnamasiwi, A. (2018). ANALISA HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP KONDISI FISIK LANSIA DI DESA DAN KOTA. *Seminar Nasional Pendidikan Jasmani UMMI Ke-1*.
- Putra, W. N. (2017). Hubungan pola makan, aktivitas fisik, dan aktivitas sedentari dengan overweight di SMA Negeri 5 Surabaya. *Jurnal FKM*, *5*(3), 298–310. <https://doi.org/10.20473/jbe.v5i3.2017>
- Reid, D., & Weigle, P. (2015). Social Media Use among Adolescents : Benefits and Risks Social Media Use among Adolescents : Benefits and Risks. *Adolescent Psychiatry*, *4*(August), 73–80. <https://doi.org/10.2174/221067660402140709115810>

- Ruedl, G., Niedermeier, M., Wimmer, L., Ploner, V., Pocecco, E., Cocca, A., & Greier, K. (2021). Impact of Parental Education and Physical Activity on the Long-Term Development of the Physical Fitness of Primary School Children: An Observational Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *18*(16). <https://doi.org/10.3390/IJERPH18168736>
- Ružbarská, B., Antala, B., Gombár, M., & Tlučáková, L. (2021). The gender and education of parents as factors that influence their views on physical education. *Sustainability (Switzerland)*, *13*(24). <https://doi.org/10.3390/SU132413708>
- Sampasa-kanyinga, H., & Lewis, R. F. (2015). Frequent Use of Social Networking Sites Is Associated with Poor Psychological Functioning Among Children and Adolescents. *Cyberpsychology, Behavior, And Social Networking*, *18*(7), 380–385. <https://doi.org/10.1089/cyber.2015.0055>
- Sember, V., Meh, K., Sorić, M., Jurak, G., Starc, G., & Rocha, P. (2020). Validity and reliability of international physical activity questionnaires for adults across eu countries: Systematic review and meta analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *17*(19), 1–23. <https://doi.org/10.3390/ijerph17197161>
- Setia, M. S. (2016). Methodology series module 3: Cross-sectional studies. *Indian Journal of Dermatology*, *61*(3), 261–264. <https://doi.org/10.4103/0019-5154.182410>
- Sigmundová, D., & Sigmund, E. (2021). Weekday-weekend sedentary behavior and recreational screen time patterns in families with preschoolers, schoolchildren, and adolescents: Cross-sectional three cohort study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *18*(9). <https://doi.org/10.3390/ijerph18094532>
- Sleddens, E. F. C., Kremers, S. P. J., Hughes, S. O., Cross, M. B., Thijs, C., De Vries, N. K., & O'Connor, T. M. (2012). Physical activity parenting: A systematic review of questionnaires and their associations with child activity levels. *Obesity Reviews*, *13*(11), 1015–1033. <https://doi.org/10.1111/j.1467-789X.2012.01018.x>
- Sudibjo, P., Intan Arovah, N., & Laksmi Ambardini, R. (2015). Tingkat Pemahaman Dan Survei Level Aktivitas Fisik, Status Kecukupan Energi Dan Status Antropometrik Mahasiswa Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fik Uny. *Medikora*, *11*(2), 183–203. <https://doi.org/10.21831/medikora.v11i2.2816>
- Syed Ali, S. K. (2018). The important of physical activities in our life. *International Physical Medicine & Rehabilitation Journal*, *3*(4), 308–310. <https://doi.org/10.15406/ipmrj.2018.03.00121>
- Tremblay, L., & Rinaldi, C. M. (2010). The prediction of preschool children's weight from family environment factors: Gender-linked differences. *Eating*

Behaviors, 11(4), 266–275. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2010.07.005>

Vale, S., Ricardo, N., Soares-Miranda, L., Santos, R., Moreira, C., & Mota, J. (2014). Parental education and physical activity in pre-school children. *Child: Care, Health and Development*, 40(3), 446–452. <https://doi.org/10.1111/CCH.12041>

Wattelez, G., Frayon, S., Caillaud, C., & Galy, O. (2021). Physical Activity in Adolescents Living in Rural and Urban New Caledonia: The Role of Socioenvironmental Factors and the Association With Weight Status. *Frontiers in Public Health*, 9(August), 1–16. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.623685>

WHO. (2010). *Global recommendations on physical activity for health*. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44399/9789245599975_chi.pdf

WHO. (2020, November). *Physical activity*.

Lampiran

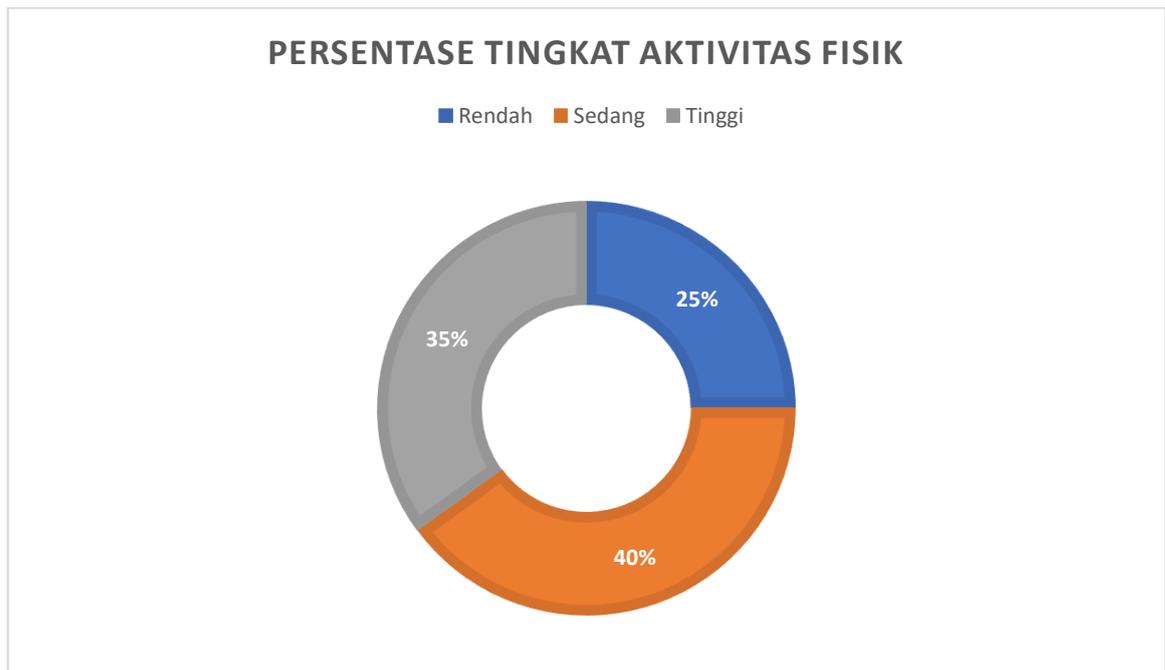
Lampiran 1. Data Penelitian

Hasil analisis Indeks Massa Tubuh, tingkat aktivitas fisik dan dukungan sosial berolahraga pada siswa SMA Negeri Ngoro Tahun 2022

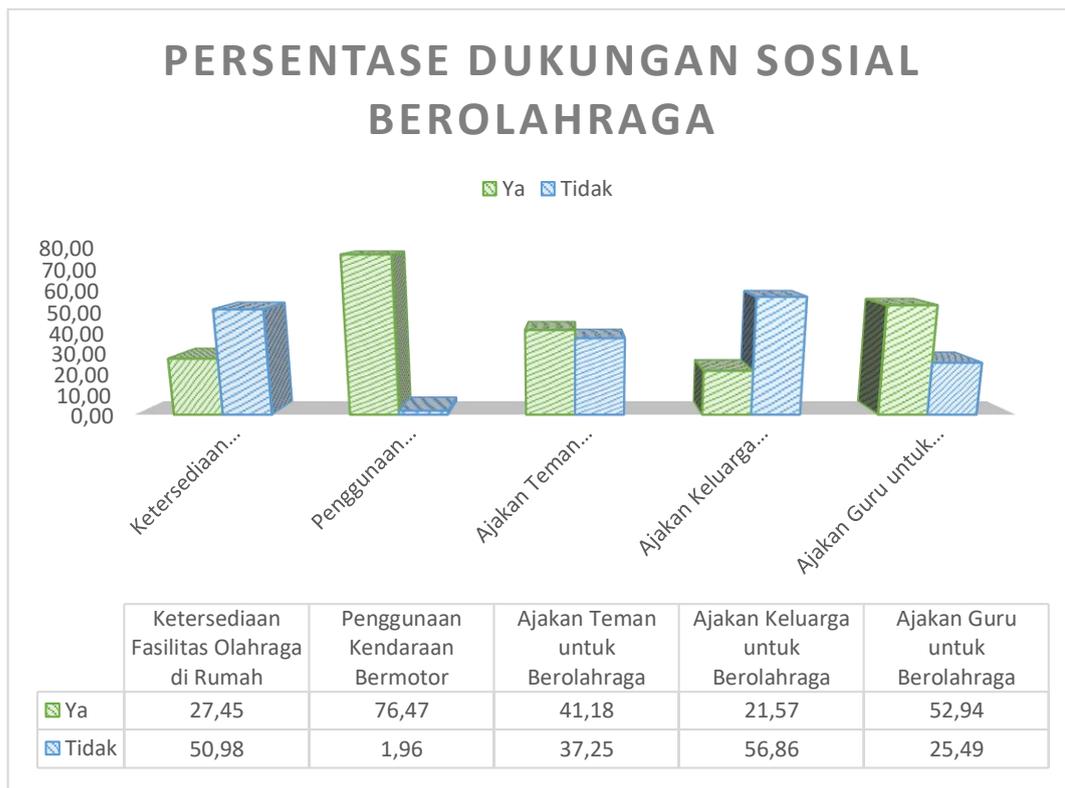
No	Nama	Kelas	IMT		Aktivitas Fisik (Menit/minggu)				
			Nilai	Kategori	Berat	Sedang	Jalan	Total	Kategori
1	Bilqis Khusnia Rohmatin	11	17.22	Kurus Ringan	0	60	49.5	110	Low
2	Auliya Rahmawati	11	15.63	Kurus Berat	240	120	198	558	Low
3	Yanuar Iktafa Luchiansah	11	23.37	Normal	1440	360	594	2394	High
4	Dhiano Ivan Kristiadi	11	18.29	Kurus Ringan	960	1440	1980	4380	High
5	Alya Mukhlishotul Fikriyah	11	21.64	Normal	360	540	148.5	1049	Moderate
6	Gabriella Natalia	11	17.44	Kurus Ringan	0	80	198	278	Low
7	Vridha Wigati	11	20.78	Normal	320	480	1039.5	1840	Moderate
8	Vera Lailatul Mabruroh	11	19.04	Normal	240	160	346.5	747	Moderate
9	Nalini Azzahra Ludianty	11	16.20	Kurus Berat	0	480	0	480	Low
10	Nur Amelia	11	19.63	Normal	480	1680	1386	3546	High
11	Rahmalia Alexa Putri	11	18.03	Kurus Ringan	6720	1680	330	8730	High
12	Fery Setiawan	11	20.20	Normal	720	300	330	1350	Moderate
13	M. Rayyan Hendrick	11	16.73	Kurus Berat	2880	240	396	3516	High
14	Ringga Budi Utama	11	16.94	Kurus Berat	960	720	1188	2868	Moderate
15	Maulana Denny Saputra	11	19.84	Normal	2880	1440	1386	5706	High
16	Intan Fitrianti	11	18.66	Normal	960	480	693	2133	Moderate
17	Reggy Chyntiara	11	19.71	Normal	1440	480	396	2316	Low
18	Selvia Meilina Wulansari	11	28.89	Gemuk Berat	480	0	33	513	Low
19	Risyda Adani Fahmida	11	19.10	Normal	560	280	231	1071	Moderate
20	Vida Royni Amala	11	20.89	Normal	1680	700	0	2380	High
21	Thoriq Al Fakhruddin	12	17.21	Kurus Ringan	960	240	297	1497	Moderate
22	Salsa Nabila Kusuma Wardani	12	17.58	Kurus Ringan	160	120	231	511	Low

23	Andre Setiawan	12	19.29	Normal	1440	80	231	1751	High
24	Yudhistira Dimas Sasongko	12	19.59	Normal	1280	1440	1155	3875	High
25	Miftakhul Farkhan Awalurrodli	12	19.59	Normal	720	1400	264	2384	High
26	Najwa Shafa Felisyia	12	19.81	Normal	2880	0	33	2913	High
27	Faustina Ardelia Putri Yuardini	12	18.43	Kurus Ringan	400	240	231	871	Moderate
28	Alvita Debby Marcella	12	23.11	Normal	4320	540	297	5157	High
29	Rina Amalia Dzakiroh	12	22.64	Normal	960	180	247.5	1388	Moderate
30	Hany Nurlaili Kusumaning Ayu	12	18.73	Normal	0	280	330	610	Moderate
31	Rosyana Estining Pratiwi	12	20.92	Normal	80	240	346.5	667	Moderate
32	Rona Angelina Febrian	12	17.78	Kurus Ringan	200	80	0	280	Low
33	Putri Lestari	12	24.44	Normal	2160	720	33	2913	High
34	Diana Puspita Rini	12	20.81	Normal	960	180	0	1140	Moderate
35	Nazwa Citra Shabrina	12	20.89	Normal	240	1800	495	2535	Moderate
36	Amilia Febrianti	12	18.73	Normal	80	60	165	305	Low
37	Iqbal Eko Andrianoko	12	19.03	Normal	360	80	462	902	Moderate
38	Irma Giantin Andelira	12	25.15	Gemuk Ringan	80	40	33	153	Low
39	Juventi	12	14.79	Kurus Berat	960	840	330	2130	High
40	Lirva Ninda Rosyidah	12	20.00	Normal	0	700	132	832	Moderate

Data diatas menunjukkan bahwa siswa SMA Negeri Ngoro cenderung memiliki indeks massa tubuh yang normal dengan persentase 62%, kemudian kurus ringan 20%, kurus berat 12%, gemuk berat 3% dan gemuk ringan 3%. Hasil ini cukup baik namun perlu ditingkatkan lagi, karena indeks massa tubuh siswa SMA Ngoro dengan kategori normal masih kurang dari 70%. Peran orang tua sangat penting disini untuk memenuhi gizi siswa SMA Negeri Ngoro karena kategori kedua terbanyak setelah normal adalah kurus. Guru terutama Guru PJOK disarankan memberikan anjuran kepada siswa atau wali siswa untuk memenuhi kebutuhan gizinya agar tercapai dalam kategori “Normal”.



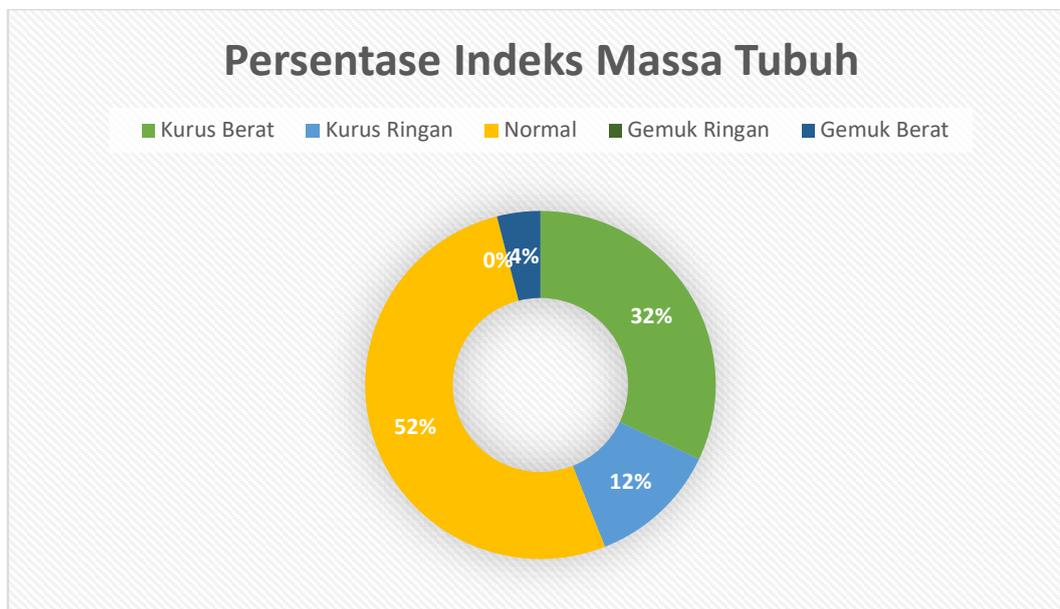
Aktivitas fisik diukur menggunakan instrument *International Physical Activity Questionnaire (IPAQ)* dan didapatkan hasil bahwa 40% responden dari SMA Negeri Ngoro memiliki tingkat aktivitas fisik yang berada pada kategori sedang, sedangkan 35% memiliki tingkat aktivitas fisik kategori tinggi dan 25% memiliki tingkat aktivitas fisik yang rendah. Hasil ini baik karena aktivitas fisik kategori rendah mempunyai persentase paling sedikit. Hal ini dimungkinkan karena letak geografis daerah Ngoro yang merupakan daerah perbatasan Kab.Jombang dengan Kab. Kediri yang jauh dari pusat kota yang memungkinkan masyarakatnya melakukan aktivitas fisik lebih banyak dibandingkan daerah perkotaan. Dari hasil ini perlu dipertahankan bahkan lebih ditingkatkan lagi agar aktivitas fisiknya banyak yang berada pada kategori tinggi sehingga siswa akan lebih sehat dan bugar serta terhindar dari berbagai macam penyakit kardiovaskular.



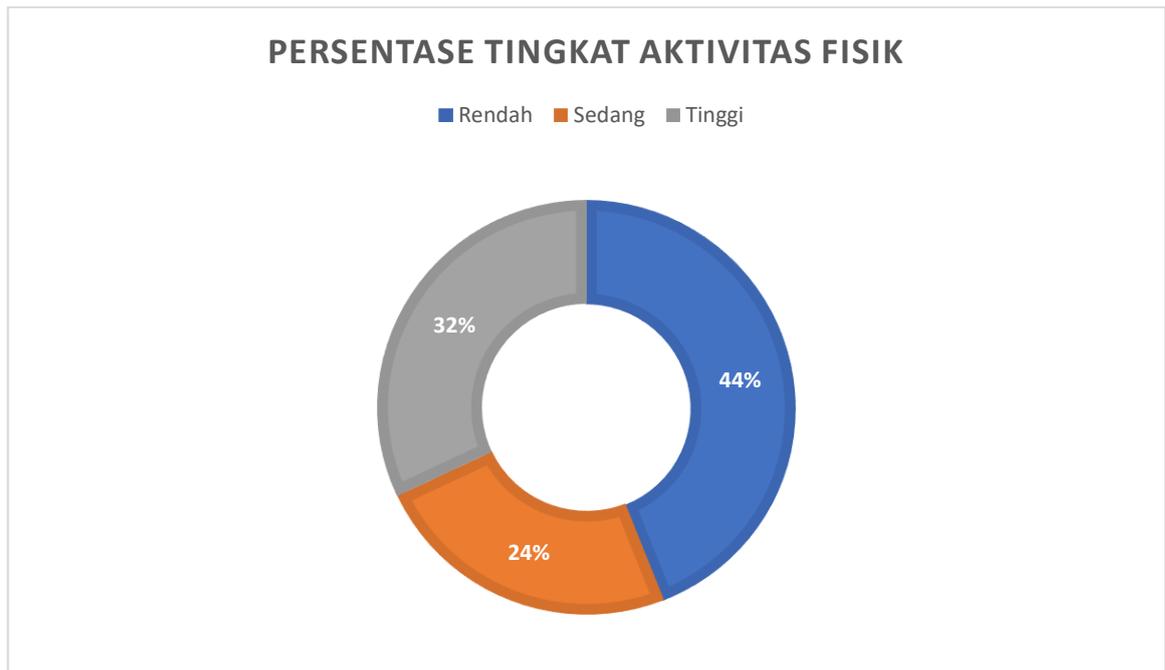
Dari data dukungan social di atas dapat diketahui bahwa siswa SMA Negeri Ngoro kurang mendapatkan dukungan social untuk berolahraga. Salah satu dukungan yang paling menonjol hanya pada guru yang mengajak untuk berolahraga dengan persentase siswa yang mendapat dukungan dari guru adalah 52.94%. Hal ini merupakan salah satu penyebab rendahnya siswa untuk beraktivitas fisik dan indeks massa tubuh yang tidak normal, karena kurang adanya dukungan berolahraga dan beraktivitas fisik. Sosialisasi pentingnya berolahraga dan beraktivitas fisik perlu digalakkan lagi oleh guru dan pihak lainnya kepada siswa maupun wali siswa agar siswa lebih termotivasi untuk berolahraga sehingga mencapai kebugaran.

Hasil analisis Indeks Massa Tubuh, tingkat aktivitas fisik dan dukungan sosial berolahraga pada siswa SMA Negeri Bareng Tahun 2022

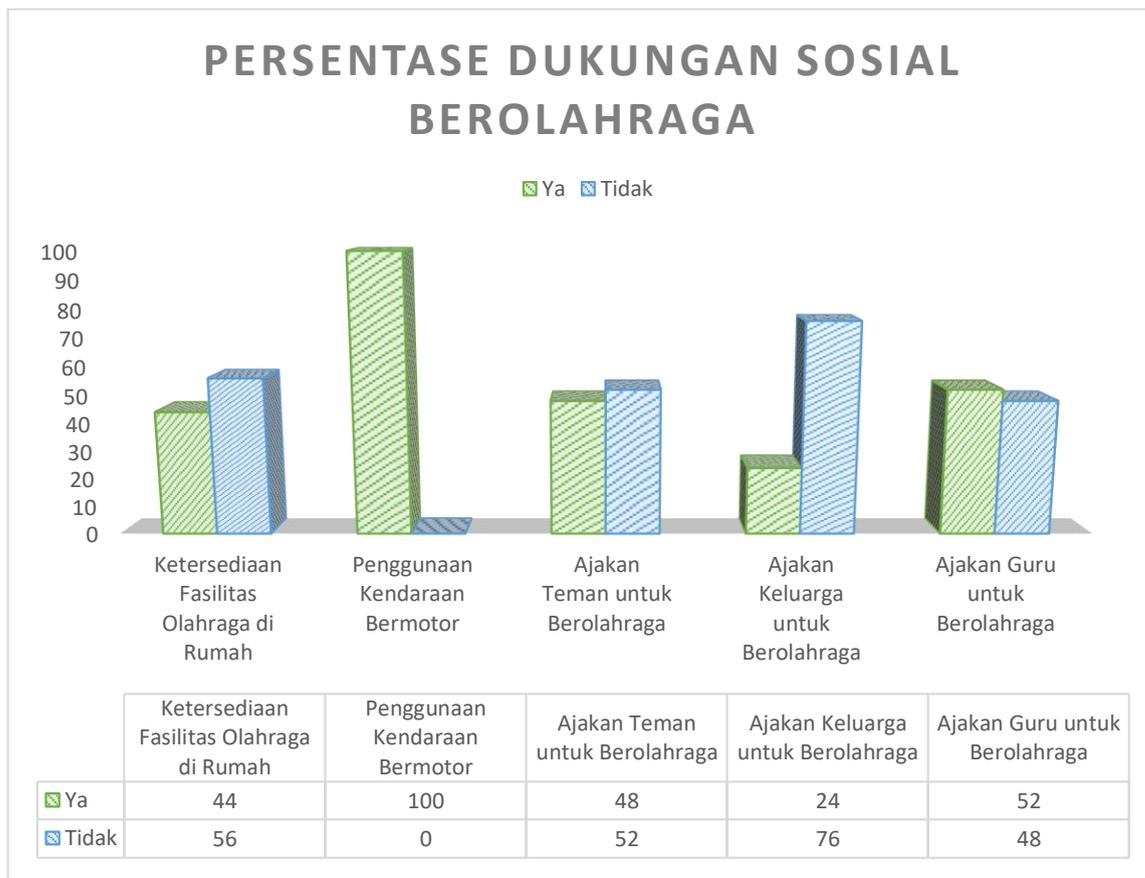
No	Nama	Kelas	IMT		Aktivitas Fisik (Menit/minggu)				
			Nilai	Kategori	Berat	Sedang	Jalan	Total	Kategori
1	Bilqis Khusnia Rohmatin	11	20.58	Normal	960	480	231	1671	High
2	Auliya Rahmawati	11	21.64	Normal	320	400	495	1215	Moderate
3	Yanuar Iktafa Luchiansah	11	22.22	Normal	5040	480	0	5520	High
4	Dhiano Ivan Kristiadi	11	20.55	Normal	480	60	445.5	986	Moderate
5	Alya Mukhlisotul Fikriyah	11	15.24	Kurus Berat	480	600	1386	2466	Moderate
6	Gabriella Natalia	11	21.10	Normal	240	120	66	426	Low
7	Vridha Wigati	11	20.06	Normal	1080	540	1386	3006	High
8	Vera Lailatul Mabruroh	11	16.66	Kurus Berat	160	80	231	471	Low
9	Nalini Azzahra Ludianty	11	16.01	Kurus Berat	80	80	231	391	Low
10	Nur Amelia	11	15.59	Kurus Berat	480	100	198	778	Low
11	Rahmalia Alexa Putri	11	16.23	Kurus Berat	240	360	66	666	Low
12	Fery Setiawan	11	19.56	Normal	80	120	198	398	Low
13	M. Rayyan Hendrick	11	18.13	Kurus Ringan	80	360	231	671	Moderate
14	Ringga Budi Utama	11	21.76	Normal	2880	360	1386	4626	High
15	Maulana Denny Saputra	11	19.56	Normal	960	360	231	1551	Moderate
16	Intan Fitrianti	11	18.49	Kurus Ringan	0	0	0	0	Low
17	Reggy Chyntiara	11	16.44	Kurus Berat	960	240	132	1332	Moderate
18	Selvia Meilina Wulansari	11	23.88	Normal	1280	480	4158	5918	High
19	Risyda Adani Fahmida	11	22.06	Normal	3840	960	264	5064	High
20	Vida Royni Amala	11	32.21	Gemuk Berat	160	240	132	532	Low
21	Thoriq Al Fakhruddin	11	19.63	Normal	480	80	99	659	Low
22	Salsa Nabila Kusuma Wardani	11	15.05	Kurus Berat	0	600	396	996	Low
23	Andre Setiawan	11	17.69	Kurus Ringan	720	480	742.5	1943	High
24	Yudhistira Dimas Sasongko	11	15.15	Kurus Berat	0	0	33	33	Low
25	Miftakhul Farkhan Awalurroddli	11	22.22	Normal	1920	1440	297	3657	High



Data diatas menunjukkan bahwa siswa SMA Negeri Bareng cenderung memiliki indeks massa tubuh yang normal dengan persentase 52%, kemudian kurus berat 32%, kurus ringan 12%, gemuk berat 4% dan gemuk ringan 0%. Hasil ini cukup baik namun perlu ditingkatkan lagi, karena indeks massa tubuh siswa SMA Negeri Bareng dengan kategori normal masih kurang dari 70%. Peran orang tua sangat penting disini untuk memenuhi gizi siswa SMA Negeri Bareng karena kategori kedua terbanyak setelah normal adalah kurus berat. Guru terutama Guru PJOK disarankan memberikan anjuran kepada siswa atau wali siswa untuk memenuhi kebutuhan gizinya agar tercapai dalam kategori “Normal”.



Aktivitas fisik diukur menggunakan instrument *International Physical Activity Questionnaire (IPAQ)* dan didapatkan hasil bahwa 44% responden dari SMA Negeri Bareng memiliki tingkat aktivitas fisik yang berada pada kategori rendah, sedangkan 32% memiliki tingkat aktivitas fisik kategori tinggi dan 24% memiliki tingkat aktivitas fisik yang sedang. Hasil ini tidak baik karena aktivitas fisik kategori rendah mempunyai persentase paling besar.

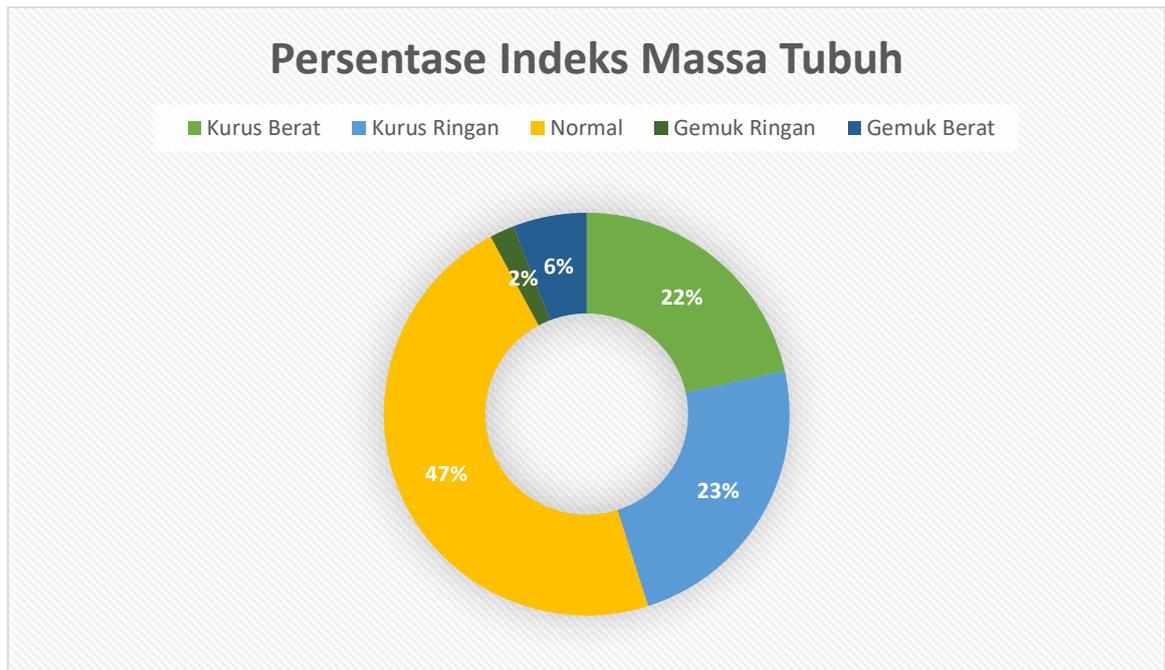


Dari data dukungan social di atas dapat diketahui bahwa siswa SMA Negeri Bareng kurang mendapatkan dukungan social untuk berolahraga. Salah satu dukungan yang paling menonjol hanya pada guru yang mengajak untuk berolahraga dengan persentase siswa yang mendapat dukungan dari guru adalah 52%. Hal ini merupakan salah satu penyebab rendahnya siswa untuk beraktivitas fisik dan indeks massa tubuh yang tidak normal, karena kurang adanya dukungan berolahraga dan beraktivitas fisik. Sosialisasi pentingnya berolahraga dan beraktivitas fisik perlu digalakkan lagi oleh guru dan pihak lainnya kepada siswa maupun wali siswa agar siswa lebih termotivasi untuk berolahraga sehingga mencapai kebugaran.

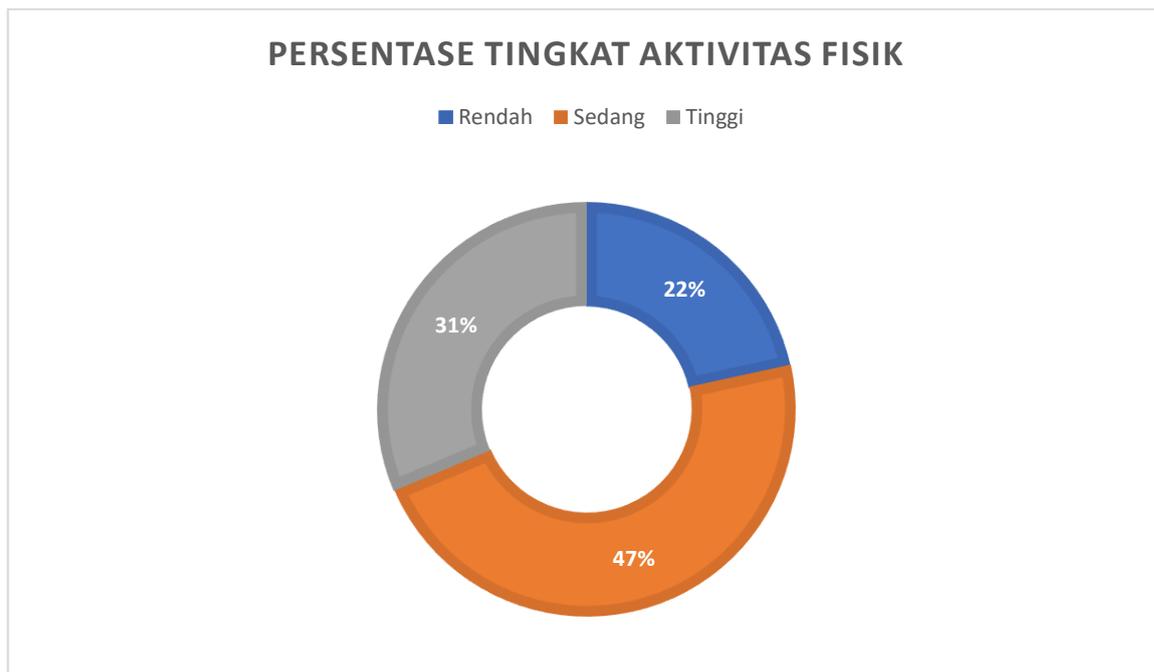
Hasil analisis Indeks Massa Tubuh, tingkat aktivitas fisik dan dukungan sosial berolahraga pada siswa SMK Negeri Wonosalam Tahun 2022

No	Nama	Kelas	IMT		Aktivitas Fisik (Menit/minggu)				
			Nilai	Kategori	Berat	Sedang	Jalan	Total	Kategori
1	Fuad Khoiruddhuis	11	24.57	Normal	80	40	33	153	Rendah
2	Ajeng Prianti Aji	11	16.87	Kurus Berat	480	800	1386	2666	Sedang
3	Setefi Arismatul Hikmah	11	18.97	Normal	240	120	33	393	Rendah
4	Audy Jesika	11	20.08	Normal	1440	360	396	2196	Tinggi
5	Cahyo Agung Saputro	11	17.48	Kurus Ringan	960	400	462	1822	Tinggi
6	Fika Aristiani W.	11	18.90	Normal	240	840	297	1377	Sedang
7	Citra Yona	11	21.64	Normal	240	480	66	786	Sedang
8	Deal Panca Pangesti	11	19.53	Normal	4320	1260	577.5	6158	Tinggi
9	Meydita Patricia	11	17.09	Kurus Ringan	360	360	693	1413	Sedang
10	Titis Kardiya Wati	11	16.65	Kurus Berat	80	80	132	292	Rendah
11	Pradnya Paramitha Adenola	11	14.79	Kurus Berat	480	420	693	1593	Sedang
12	Agma Wilda Atrianda	11	18.22	Kurus Ringan	960	600	346.5	1907	Tinggi
13	Idha Faidatul Umrotin	11	19.03	Normal	600	800	462	1862	Tinggi
14	Sendhi Dwi Cahyono	11	16.73	Kurus Berat	1920	1680	693	4293	Tinggi
15	Azzalea Zahra Al Azira	11	17.53	Kurus Ringan	0	80	148.5	229	Rendah
16	Adynda Nuurny Adisty	11	18.80	Normal	480	360	693	1533	Sedang
17	Aprillia Dwi Rachmawati Ini	11	18.13	Kurus Ringan	320	120	346.5	787	Sedang
18	Adelita Tia Agustina	11	19.15	Normal	120	180	231	531	Rendah
19	Zahwa Zahira	11	27.29	Gemuk Berat	1920	360	99	2379	Tinggi
20	Ninik Khoirunisa	11	15.42	Kurus Berat	480	200	0	680	Sedang
21	Nofa Elvina Putri A	11	24.65	Normal	480	480	396	1356	Sedang
22	Velica Elsa Aulia	11	15.23	Kurus Berat	240	120	231	591	Rendah
23	Risa Tri Mahanani	11	18.73	Normal	480	240	4158	4878	Tinggi
24	Zalfa Salsabila Dian Nirmala	11	19.02	Normal	240	160	346.5	747	Sedang
25	Nadiatul Khasanah	11	23.78	Normal	0	0	792	792	Sedang
26	Tika Widianti	11	17.94	Kurus Ringan	0	360	66	426	Rendah
27	Sandra Aulia	11	21.23	Normal	160	300	165	625	Sedang

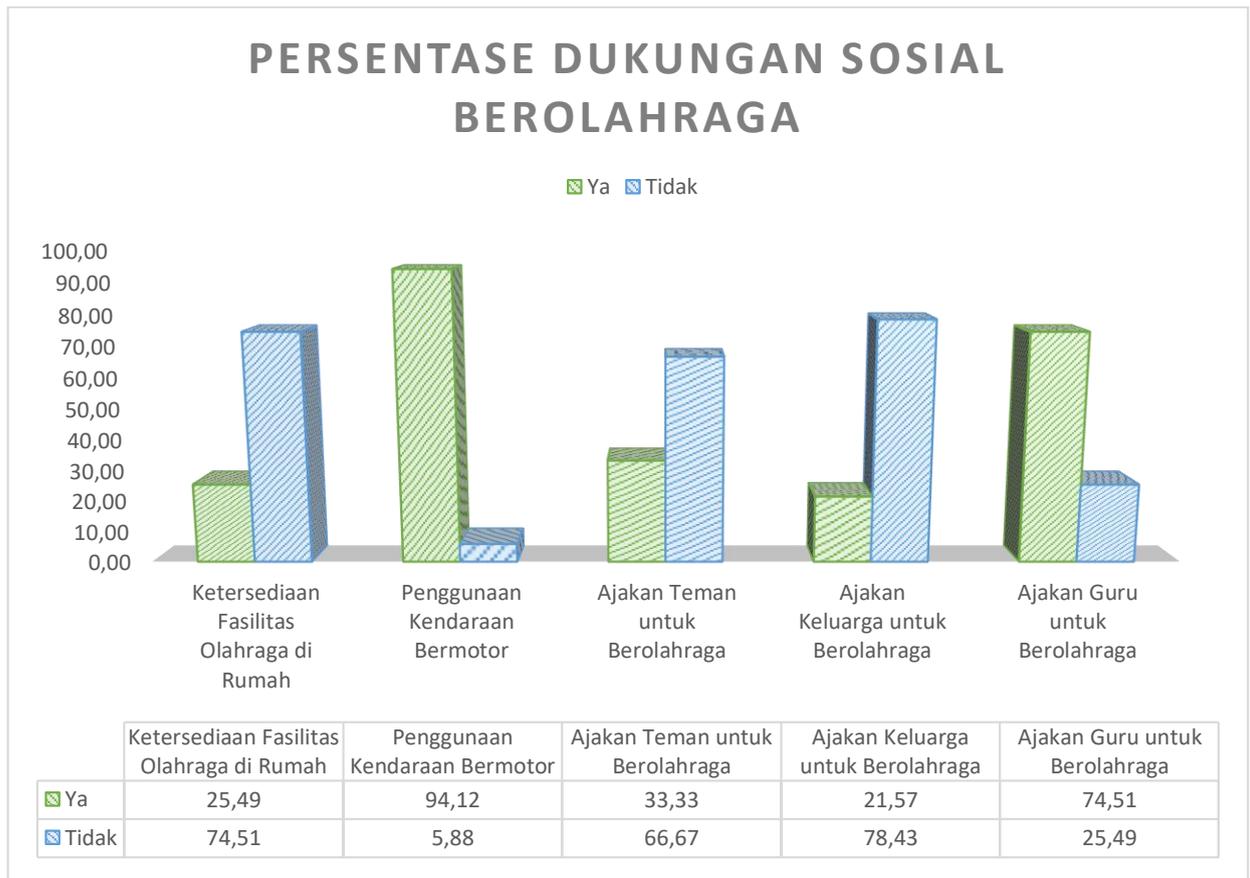
28	Meftaaurelya Putri Dievina	11	18.37	Kurus Ringan	480	560	594	1634	Tinggi
29	Nuruddin Hasan Ibrahim	11	14.86	Kurus Berat	560	960	132	1652	Sedang
30	Devitalia Tri Agustin	11	17.78	Kurus Ringan	960	1440	4158	6558	Tinggi
31	Astri Setyo Rini	11	24.14	Normal	2880	480	1188	4548	Tinggi
32	Maulana Sutan Dhafa	11	29.41	Gemuk Berat	0	240	0	240	Rendah
33	Felicia Nebo Perangin Angin	11	20.78	Normal	1440	1680	1386	4506	Tinggi
34	Dini Wulandari	11	19.98	Normal	320	360	99	779	Sedang
35	Nila Lutfianti	11	16.45	Kurus Berat	120	360	330	810	Sedang
36	Anis Fadilah	11	19.65	Normal	120	120	231	471	Rendah
37	Jurna Putri Komboh	11	19.20	Normal	960	3360	396	4716	Tinggi
38	Ahmad Budi Prasetyo	11	23.31	Normal	1440	240	82.5	1763	Tinggi
39	Heny Aprilia	11	15.81	Kurus Berat	0	360	0	360	Rendah
40	Abda Rokhmania	11	22.22	Normal	560	600	0	1160	Sedang
41	Rohmatun Iis Sya'adah	11	17.94	Kurus Ringan	240	160	462	862	Sedang
42	Annisa'u Roikhatul Jannah	11	15.82	Kurus Berat	240	240	1386	1866	Sedang
43	Sistriano Juan Alfatir	11	15.06	Kurus Berat	480	240	330	1050	Sedang
44	Rensi Nirbita Larasati	11	18.08	Kurus Ringan	0	2520	231	2751	Sedang
45	Shindy Aulia Trisnawati	11	21.05	Normal	120	480	0	600	Sedang
46	Nova Setiyo Budi	11	17.58	Kurus Ringan	480	160	396	1036	Sedang
47	Agil Feronica	11	22.21	Normal	720	240	198	1158	Sedang
48	Sheyghitha Diva Revandhana	11	32.81	Gemuk Berat	160	2520	0	2680	Sedang
49	Titin Agustina	11	22.60	Normal	2160	600	132	2892	Tinggi
50	Khoirina Rizky Alfauziah	11	17.04	Kurus Ringan	960	5040	33	6033	Tinggi
51	Cindy Citra . C	11	25.71	Gemuk Ringan	120	120	99	339	Rendah



Data diatas menunjukkan bahwa siswa SMK Wonosalam cenderung memiliki indeks massa tubuh yang normal dengan persentase 47%, kemudian kurus ringan 23%, kurus berat 22%, gemuk berat 6% dan gemuk ringan 2%. Hasil ini cukup baik namun perlu ditingkatkan lagi, karena indeks massa tubuh siswa SMK Wonosalam dengan kategori normal masih kurang dari 50%. Peran orang tua sangat penting disini untuk memenuhi gizi siswa SMK Wonosalam karena kategori kedua terbanyak setelah normal adalah kurus. Guru terutama Guru PJOK disarankan memberikan anjuran kepada siswa atau wali siswa untuk memenuhi kebutuhan gizinya agar tercapai dalam kategori “Normal”.



Aktivitas fisik diukur menggunakan instrument *International Physical Activity Questionnaire (IPAQ)* dan didapatkan hasil bahwa 47% responden dari SMK Wonosalam memiliki tingkat aktivitas fisik yang berada pada kategori sedang, sedangkan 31% memiliki tingkat aktivitas fisik kategori tinggi dan 22% memiliki tingkat aktivitas fisik yang rendah. Hasil ini baik karena aktivitas fisik kategori rendah mempunyai persentase paling sedikit. Hal ini dimungkinkan karena letak geografis daerah Wonosalam yang memungkinkan untuk melakukan aktivitas fisik lebih banyak dibandingkan daerah perkotaan. Dari hasil ini perlu dipertahankan bahkan lebih ditingkatkan lagi agar aktivitas fisiknya banyak yang berada pada kategori tinggi sehingga siswa akan lebih sehat dan bugar serta terhindar dari penyakit kardiovaskular.



Dari data dukungan social di atas dapat diketahui bahwa siswa SMK Negeri Wonosalam kurang mendapatkan dukungan social untuk berolahraga. Salah satu dukungan yang paling menonjol hanya pada guru yang mengajak untuk berolahraga dengan persentase siswa yang mendapat dukungan dari guru adalah 74.51%. Hal ini merupakan salah satu penyebab rendahnya siswa untuk beraktivitas fisik dan indeks massa tubuh yang tidak normal, karena kurang adanya dukungan berolahraga dan beraktivitas fisik. Sosialisasi pentingnya berolahraga dan beraktivitas fisik perlu digalakkan lagi oleh guru dan pihak lainnya kepada siswa maupun wali siswa agar siswa lebih termotivasi untuk berolahraga sehingga mencapai kebugaran.

Lampiran 2. Surat ijin penelitian



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA
**LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN
KEPADA MASYARAKAT**

Kampus Lidah Wetan
Jalan Lidah Wetan, Surabaya
Telepon : (031) 99421834, 99421835
Faksimili : (031) 99424002

Nomor : B/42134/UN38.9/LT.02/2022
Lampiran : 1 (satu) Eksemplar
Hal : **Permohonan Izin Pelaksanaan Penelitian**

11 Juli 2022

**Yth. Kepala Sekolah SMA Negeri 3 Jombang
Di tempat**

Menindaklanjuti Surat Keputusan Rektor Universitas Negeri Surabaya, tentang Pelaksanaan Penelitian Dasar Dana PNBPU Universitas Negeri Surabaya tahun Anggaran 2022, mohon dengan hormat dapat diberikan izin pelaksanaan penelitian tersebut dibawah ini:

Judul Penelitian : Pengaruh Tingkat Pendidikan Orang Tua, Dukungan Sosial, Dan Faktor Lingkungan Terhadap Tingkat Aktivitas Fisik Dan Status Gizi Siswa Usia Remaja
Peneliti Utama : Dr. Himawan Wismanadi, M.Pd. (NIDN 0012066703)
Anggota Peneliti : 1. Dra. Meirinawati, M. Ap. (NIDN 0021056804)
2. Dr. Bachtiar Sjaiful Bachri, M.Pd. (NIDN 0026046703)
3. Afif Rusdiawan, S.Pd., M.Kes.(NIDN 0704099001)
Hari/Tanggal : Rabu, 27 Juli 2022
Subjek Penelitian : Siswa Sekolah SMA Negeri 3 Jombang

Bersama ini kami lampirkan proposal Penelitian yang dimaksud.
Demikian permohonan kami, atas izin yang diberikan kami ucapkan terimakasih.





KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA
**LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN
KEPADA MASYARAKAT**

Kampus Lidah Wetan
Jalan Lidah Wetan, Surabaya
Telepon : (031) 99421834, 99421835
Faksimili : (031) 99424002

Nomor : B/42134/UN38.9/LT.02/2022
Lampiran : 1 (satu) Eksemplar
Hal : **Permohonan Izin Pelaksanaan Penelitian**

11 Juli 2022

**Yth. Kepala Sekolah SMA Negeri Bareng
Di tempat**

Menindaklanjuti Surat Keputusan Rektor Universitas Negeri Surabaya, tentang Pelaksanaan Penelitian Dasar Dana PNBPU Universitas Negeri Surabaya tahun Anggaran 2022, mohon dengan hormat dapat diberikan izin pelaksanaan penelitian tersebut dibawah ini:

Judul Penelitian : Pengaruh Tingkat Pendidikan Orang Tua, Dukungan Sosial, Dan Faktor Lingkungan Terhadap Tingkat Aktivitas Fisik Dan Status Gizi Siswa Usia Remaja
Peneliti Utama : Dr. Himawan Wismanadi, M.Pd. (NIDN 0012066703)
Anggota Peneliti : 1. Dra. Meirinawati, M. Ap. (NIDN 0021056804)
2. Dr. Bachtiar Sjaiful Bachri, M.Pd. (NIDN 0026046703)
3. Afif Rusdiawan, S.Pd., M.Kes.(NIDN 0704099001)
Hari/Tanggal : Kamis, 28 Juli 2022
Subjek Penelitian : Siswa Sekolah SMA Negeri Bareng

Bersama ini kami lampirkan proposal Penelitian yang dimaksud.
Demikian permohonan kami, atas izin yang diberikan kami ucapkan terimakasih.



Ketua LPPM Unesa

Prof. Dr. Darul, M.Hum

NIP. 196509261990022001



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA
**LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN
KEPADA MASYARAKAT**

Kampus Lidah Wetan
Jalan Lidah Wetan, Surabaya
Telepon : (031) 99421834, 99421835
Faksimili : (031) 99424002

Nomor : B/42134/UN38.9/LT.02/2022
Lampiran : 1 (satu) Eksemplar
Hal : **Permohonan Izin Pelaksanaan Penelitian**

11 Juli 2022

**Yth. Kepala Sekolah SMK Negeri 1 Jombang
Di tempat**

Menindaklanjuti Surat Keputusan Rektor Universitas Negeri Surabaya, tentang Pelaksanaan Penelitian Dasar Dana PNPB Universitas Negeri Surabaya tahun Anggaran 2022, mohon dengan hormat dapat diberikan izin pelaksanaan penelitian tersebut dibawah ini:

Judul Penelitian : Pengaruh Tingkat Pendidikan Orang Tua, Dukungan Sosial, Dan Faktor Lingkungan Terhadap Tingkat Aktivitas Fisik Dan Status Gizi Siswa Usia Remaja
Peneliti Utama : Dr. Himawan Wismanadi, M.Pd. (NIDN 0012066703)
Anggota Peneliti : 4. Dra. Meirinawati, M. Ap. (NIDN 0021056804)
5. Dr. Bachtiar Sjaiful Bachri, M.Pd. (NIDN 0026046703)
1. Afif Rusdiawan, S.Pd., M.Kes.(NIDN 0704099001)
Hari/Tanggal : Senin, 25 Juli 2022
Subjek Penelitian : Siswa Sekolah SMK Negeri 1 Jombang

Bersama ini kami lampirkan proposal Penelitian yang dimaksud.
Demikian permohonan kami, atas izin yang diberikan kami ucapkan terimakasih.

Ketua LPPM Unesa

Prof. Dr. D. Hum
NIP. 1965809261990022001



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA
**LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN
KEPADA MASYARAKAT**

Kampus Lidah Wetan
Jalan Lidah Wetan, Surabaya
Telepon : (031) 99421834, 99421835
Faksimil : (031) 99424002

Nomor : B/42134/UN38.9/LT.02/2022
Lampiran : 1 (satu) Eksemplar
Hal : **Permohonan Izin Pelaksanaan Penelitian**

11 Juli 2022

**Yth. Kepala Sekolah SMK Negeri 3 Jombang
Di tempat**

Menindaklanjuti Surat Keputusan Rektor Universitas Negeri Surabaya, tentang Pelaksanaan Penelitian Dasar Dana PNBPU Universitas Negeri Surabaya tahun Anggaran 2022, mohon dengan hormat dapat diberikan izin pelaksanaan penelitian tersebut dibawah ini:

Judul Penelitian : Pengaruh Tingkat Pendidikan Orang Tua, Dukungan Sosial, Dan Faktor Lingkungan Terhadap Tingkat Aktivitas Fisik Dan Status Gizi Siswa Usia Remaja
Peneliti Utama : Dr. Himawan Wismanadi, M.Pd. (NIDN 0012066703)
Anggota Peneliti : 1. Dra. Meirinawati, M. Ap. (NIDN 0021056804)
2. Dr. Bachtiar Sjaiful Bachri, M.Pd. (NIDN 0026046703)
3. Afif Rusdiawan, S.Pd., M.Kes.(NIDN 0704099001)
Hari/Tanggal : Selasa, 26 Juli 2022
Subjek Penelitian : Siswa Sekolah SMK Negeri 3 Jombang

Bersama ini kami lampirkan proposal Penelitian yang dimaksud.
Demikian permohonan kami, atas izin yang diberikan kami ucapkan terimakasih.





KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA
**LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN
KEPADA MASYARAKAT**

Kampus Lidah Wetan
Jalan Lidah Wetan, Surabaya
Telepon : (031) 99421834, 99421835
Faksimili : (031) 99424002

Nomor : B/42134/UN38.9/LT.02/2022
Lampiran : 1 (satu) Eksemplar
Hal : **Permohonan Izin Pelaksanaan Penelitian**

11 Juli 2022

**Yth. Kepala Sekolah SMK Negeri Wonosalam
Di tempat**

Menindaklanjuti Surat Keputusan Rektor Universitas Negeri Surabaya, tentang Pelaksanaan Penelitian Dasar Dana PNBP Universitas Negeri Surabaya tahun Anggaran 2022, mohon dengan hormat dapat diberikan izin pelaksanaan penelitian tersebut dibawah ini:

Judul Penelitian : Pengaruh Tingkat Pendidikan Orang Tua, Dukungan Sosial, Dan Faktor Lingkungan Terhadap Tingkat Aktivitas Fisik Dan Status Gizi Siswa Usia Remaja
Peneliti Utama : Dr. Himawan Wismanadi, M.Pd. (NIDN 0012066703)
Anggota Peneliti : 1. Dra. Meirinawati, M. Ap. (NIDN 0021056804)
2. Dr. Bachtiar Sjaiful Bachri, M.Pd. (NIDN 0026046703)
3. Afif Rusdiawan, S.Pd., M.Kes.(NIDN 0704099001)
Hari/Tanggal : Kamis, 28 Juli 2022
Subjek Penelitian : Siswa Sekolah SMK Negeri Wonosalam

Bersama ini kami lampirkan proposal Penelitian yang dimaksud.
Demikian permohonan kami, atas izin yang diberikan kami ucapkan terimakasih.



Prof. Dr. Darni, M.Hum
NIP. 1965809261990022001

Lampiran 2. Dokumentasi penelitian

1. Pengambilan data di SMK Negeri Wonosalam



2. SMA Negeri Bareng



3. SMA Negeri Ngoro





**ASEAN COUNCIL OF PHYSICAL EDUCATION
& SPORTS (ACPES) INTERNATIONAL CONFERENCE 2022**




THE EVOLUTION & GROWTH OF PHYSICAL EDUCATION, SPORT, AND HEALTH IN THE NEW NORMAL ERA

WELCOMING SPEECH



EDY RAHMAYADI
*Governor of
North Sumatra Province*



DR. SOFYAN TAN
*Member of
Commission X DPR RI
House of Representative of
Indonesia*

KEYNOTE SPEAKERS



**ASSOC. PROF. DR.
KOH KOON TECK**
*Head of Physical Education &
Sport Science NIE / NTU*



**ASSOC. PROF. DR.
RICHARD BAILEY**
*University of Nottingham,
Malaysia*

INVITED SPEAKERS



ASSOC. PROF. DR. GARRY KUAN
*Secretary-General Asian-South Pacific Association of Sport
Psychology (ASPASP), Exercise & Sports Science Programme
Universiti Sains Malaysia*



PROF. DR. TANDIYO RAHAYU, M.PD.
*Vice President of ACPES, Head of Faculty of Sport Science
Universitas Negeri Semarang*



PROF. DR. REBECCA M. ALCUIZAR
*Department of Physical Education
MSU-ITD, Iligan City, Philippines*



DR. CHIAN LIT KHOON
*Department of Physical Education & Sports Science
National Institute of Education, Nanyang Technological University*



DR. ANI MAZLINA DEWI MOHAMED
*Department of Physical & Health Education
Universiti Teknologi MARA Malaysia*



ASSIST. PROF. DR. SUNUNTA SRISIRI
*Faculty of Physical Education
Srinakharinwirot University, Thailand*

CALL FOR PAPERS



TOPICS:
*Physical Education
Sports Science
Health*

IMPORTANT DATES:

JULY 18 - AUGUST 31, 2022
Call for Paper & Deadline of Abstract Submission

SEPTEMBER 14, 2022
Abstract Acceptance Announcement

SEPTEMBER 30, 2022
Deadline of Full Paper Submission

OCTOBER 1, 2022
Payment Closed

OCTOBER 10, 2022
Deadline of Full Paper Revision to Published

OCTOBER 28 - 30, 2022
The Day of ACPES International Conference

**GARUDA PLAZA HOTEL
MEDAN, NORTH SUMATRA
INDONESIA**



MORE INFORMATION

REGISTRATION FEE:

INDIVIDUAL PRESENTER	\$ 200
TEAM PRESENTER (MAX. 2 PERSONS)	\$ 250
PARTICIPANT ONLY	\$ 125

**REGISTRATION FEE INCLUDE:
E-CERTIFICATE, SEMINAR KIT, MEALS, & AIRPORT SHUTTLE.**

INFORMATION:

 **0812 6330 1306**
acpesstokbinaguna@gmail.com

STOKBINAGUNA.AC.ID/ACPES2022

In Collaboration With:














Supported by:

