

**HUBUNGAN PENGGUNAAN WAKTU PERILAKU KURANG GERAK
(*SEDENTARY BEHAVIOUR*) DENGAN OBESITAS PADA ANAK USIA 9-11
TAHUN DI SD NEGERI BEJI 02 KABUPATEN TULUNGAGUNG**

TUGAS AKHIR

**Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Ilmu Keperawatan**



Oleh :

Triana Novitasari

NIM. 115070201111027

JURUSAN ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS BRAWIJAYA

MALANG

2015

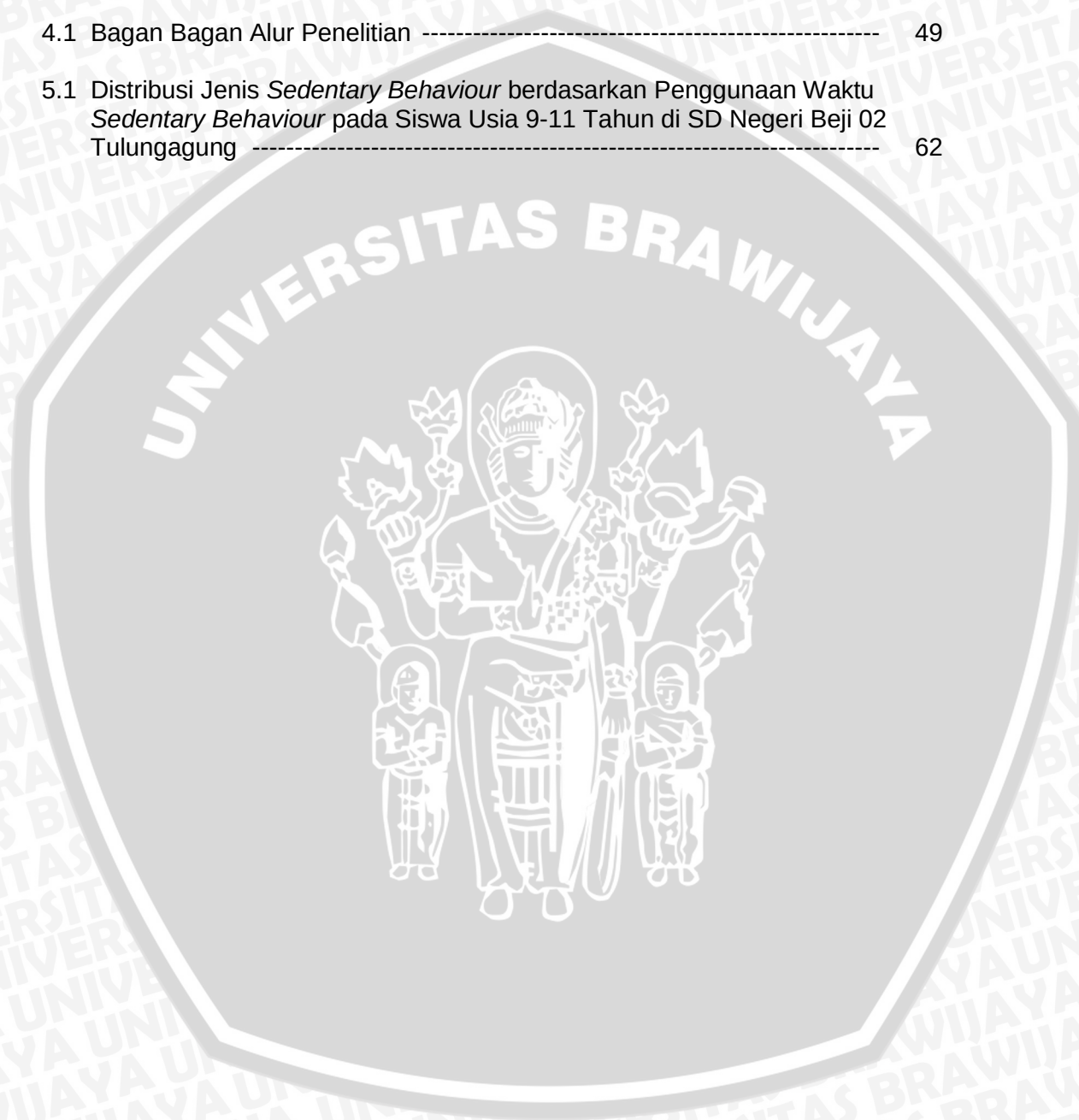
DAFTAR ISI

Judul	i
Lembar Persetujuan.....	ii
Lembar Pengesahan	iii
Kata Pengantar.....	iv
Abstrak	vi
<i>Abstract</i>	vii
Daftar Isi	viii
Daftar Gambar.....	x
Daftar Tabel.....	xi
Daftar Lampiran	xii
 BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat	6
 BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Obesitas	8
2.1.1 Definisi Obesitas.....	8
2.1.2 Faktor Risiko Obesitas	8
2.1.3 Mekanisme Regulasi Energi dan Berat Badan	17
2.1.4 Cara Pengukuran Obesitas	18
2.1.5 Dampak Obesitas pada Anak	24
2.1.6 Pengendalian Obesitas	26
2.2 Konsep Perilaku Kurang Gerak (<i>Sedentary Behavior</i>).....	29
2.2.1 Definisi <i>Sedentary Behavior</i>	29
2.2.2 Jenis <i>Sedentary Behavior</i>	29
2.2.3 Dampak <i>Sedentary Behavior</i>	31
2.2.4 Upaya mengurangi <i>Sedentary Behavior</i>	35
 BAB 3 KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS	
3.1 Kerangka Konsep	38
3.2 Hipotesis.....	39
 BAB 4 METODE PENELITIAN	
4.1 Desain Penelitian	40
4.2 Populasi dan Sampel Penelitian	40
4.2.1 Populasi	40
4.2.2 Sampel.....	40
4.2.3 Sampling.....	42
4.2.4 Kriteria Sampel.....	42
4.3 Variabel Penelitian	43
4.3.1 Variabel Independen	43
4.3.2 Variabel Dependen	43

4.4	Lokasi dan Waktu Penelitian-----	43
4.5	Instrumen penelitian-----	44
4.5.1	Alat Ukur Penelitian-----	44
4.5.2	Uji Validitas dan Reliabilitas-----	46
4.6	Definisi Operasional-----	48
4.7	Prosedur Penelitian -----	49
4.8	Pengolahan Data -----	50
4.9	Analisa Data -----	51
4.9.1	Univariat-----	51
4.9.2	Bivariat-----	51
4.10	Etika Penelitian-----	52
BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN ANALISA DATA		
5.1	Hasil Penelitian -----	55
5.1.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian -----	55
5.1.2	Karakteristik Responden-----	56
5.2	Hubungan Penggunaan Waktu <i>Sedentary</i> dengan Obesitas ----	65
BAB 6 PEMBAHASAN		
6.1	Hasil Penelitian -----	67
6.1.1	Obesitas pada Anak -----	67
6.1.2	Perilaku <i>Sedentary Behaviour</i> pada Anak-----	76
6.1.3	Hubungan Penggunaan Waktu <i>Sedentary Behaviour</i> dengan Obesitas pada Anak-----	80
6.2	Keterbatasan Penelitian-----	83
6.3	Implikasi Keperawatan -----	84
6.3.1	Teori Keperawatan Komunitas -----	84
6.3.2	Praktik Keperawatan Komunitas-----	85
BAB 7 PENUTUP		
7.1	Kesimpulan -----	86
7.2	Saran -----	86
DAFTAR PUSTAKA -----		88
LAMPIRAN-LAMPIRAN -----		99

DAFTAR GAMBAR

3.1 Kerangka Konsep -----	38
4.1 Bagan Bagan Alur Penelitian -----	49
5.1 Distribusi Jenis <i>Sedentary Behaviour</i> berdasarkan Penggunaan Waktu <i>Sedentary Behaviour</i> pada Siswa Usia 9-11 Tahun di SD Negeri Beji 02 Tulungagung -----	62



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kategori IMT/U -----	20
Tabel 2.2 MET yang Dibutuhkan Aktivitas <i>Sedentary</i> pada Anak -----	31
Tabel 4.1 Definisi Operasional -----	48
Tabel 5.1 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin pada Siswa Usia 9-11 Tahun di SD Negeri Beji 02 Tulungagung -----	56
Tabel 5.2 Distribusi Usia Responden -----	57
Tabel 5.3 Distribusi Responden Berdasarkan Indeks Aktivitas Fisik pada Siswa Usia 9-11 Tahun di SD Negeri Beji 02 Tulungagung -----	57
Tabel 5.4 Distribusi Responden Berdasarkan Gambaran Umum Orangtua Responden -----	58
Tabel 5.5 Distribusi Responden Berdasarkan Asupan Energi pada Siswa Usia 9-11 Tahun di SD Negeri Beji 02 Kabupaten Tulungagung --	60
Tabel 5.6 Distribusi Responden Penggunaan Waktu <i>Sedentary Behaviour</i> pada Siswa Usia 9-11 Tahun di SD Negeri Beji 02 Tulungagung-	61
Tabel 5.7 Distribusi Responden Berdasarkan Indeks Penggunaan Waktu <i>Sedentary Behaviour</i> pada <i>Weekday</i> dan <i>Weekend</i> pada Siswa di SD Negeri Beji 02 Tulungagung -----	63
Tabel 5.8 Distribusi Responden berdasarkan Sosial Ekonomi Orangtua dengan <i>Sedentary Behaviour</i> pada Siswa di SD Negeri Beji 02 Tulungagung -----	60
Tabel 5.9 Distribusi Responden berdasarkan Lingkungan Tempat Tinggal dengan <i>Sedentary Behaviour</i> pada Siswa di SD Negeri Beji 02 Tulungagung -----	65
Tabel 5.10 Hasil Analisa Uji <i>Spearman</i> pada Hubungan Penggunaan Waktu <i>Sedentary Behaviour</i> dengan Obesitas pada Siswa Usia 9-11 Tahun SD Negeri Beji 02 Kabupaten Tulungagung -----	65

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Pernyataan Keaslian Tulisan -----	99
Lampiran 2 Penjelasan untuk Mengikuti Penelitian -----	100
Lampiran 3 <i>Informed Consent</i> -----	101
Lampiran 4 Lembar Instrumen Obesitas -----	102
Lampiran 5 Kuesioner Penggunaan Waktu <i>Sedentary Behaviour</i> -----	108
Lampiran 6 Uji Validitas Instrumen -----	110
Lampiran 7 Uji Reliabilitas Instrumen -----	111
Lampiran 8 Analisa Hasil Penelitian -----	112
Lampiran 9 Surat Kelaikan Etik -----	120
Lampiran 10 Surat Ijin Uji Validitas -----	121
Lampiran 11 Surat Ijin Penelitian -----	122
Lampiran 12 Surat Rekomendasi -----	123
Lampiran 13 Surat Uji Validitas -----	124
Lampiran 14 Surat Penelitian -----	125
Lampiran 15 Lembar Konsultasi -----	126
Lampiran 16 Curriculum Vitae -----	130