



**HUBUNGAN ANTARA AKTIVITAS FISIK DAN
BERMAIN TERHADAP KEJADIAN OBESITAS PADA
ANAK USIA 6 – 12 TAHUN DI SD MARSUDIRINI
MATRAMAN JAKARTA
2013**

Penelitian ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
SARJANA KEPERAWATAN

OLEH : Rosa Yusnita Silalahi

NIM : 2009-11-041

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN Sint Carolus
PROGRAM S1 KEPERAWATAN
JAKARTA
2013**



**HUBUNGAN ANTARA AKTIVITAS FISIK DAN
BERMAIN TERHADAP KEJADIAN OBESITAS PADA
ANAK USIA 6 – 12 TAHUN DI SD MARSUDIRINI
MATRAMAN JAKARTA
2013**

Penelitian ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
SARJANA KEPERAWATAN

OLEH : Rosa Yusnita Silalahi

NIM : 2009-11-041

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN Sint Carolus
PROGRAM S1 KEPERAWATAN
JAKARTA
2013**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SINT CAROLUS
PROGRAM S-1 KEPERAWATAN**

Laporan Penelitian
22 Maret 2013

Rosa Yusnita Silalahi

**Hubungan antara aktivitas fisik terhadap kejadian obesitas pada anak usia
6 – 12 tahun di SD Marsudirini Matraman Jakarta Timur**

x + 62 halaman, 8 tabel, 11 lampiran

ABSTRAK

Masalah obesitas pada anak usia 6 – 12 tahun merupakan suatu hal yang harus diperhatikan, ditangani dan dicegah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara aktivitas fisik terhadap kejadian obesitas pada anak usia 6 – 12 tahun di SD Marsudirini Matraman Jakarta Timur. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode cross sectional. Analisa data dilakukan dengan menggunakan uji Kendall Tau ($\alpha = 0,05$). Sebesar 65,1 % anak sering melakukan olahraga dan sebesar 70,9 % anak mengalami obesitas ringan. Analisa bivariat menunjukkan tidak adanya hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas. Kesimpulan hipotesis adalah gagal tolak H_0 . Jadi dapat disimpulkan anak yang kurang melakukan aktivitas tidak selalu mengalami obesitas, karena ada faktor-faktor lain yang menjadi faktor penyebab terjadinya obesitas. Oleh karena itu peneliti menyarankan agar promosi kesehatan tentang obesitas tidak hanya diberikan pada anak usia sekolah, tetapi juga harus diberikan kepada guru, orang tua, atau pengasuh.

Kata kunci : obesitas, aktivitas fisik, anak usia sekolah dasar
Daftar pustaka : 17 buku (2000 - 2012), 1 majalah, 11 website

**HEALTH SCIENCE HIGH SCHOOL Sint Carolus
S-1 NURSING PROGRAM**

Research Report
March 22, 2013

Rosa Yusnita Silalahi

The relationship between physical activity on the incidence of obesity in children aged 6-12 years at Marsudirini Matraman elementary school in East Jakarta

x + 62 pages, 8 tables, 11 attachments

ABSTRACT

The problem of obesity in school age is a matter that must be considered, treated and prevented. This study aim to determining association between physical activity to incident of obesity in school aged at Marsudirini elementary school Matraman, East Jakarta. This study use quantitative approach with cross sectional method. Data analysis use Kendall Tau test ($\alpha = 0.05$). It describe 65.1% children often doing exercise and 70.9% children are mild obesity. Bivariate analysis show no association between physical activity and obesity. Hypothesis' conclusion is failing reject H_0 . So, children who have low activity are not always be obese because many factor can causing obesity. Therefore, health promotion about obesity not give only on children but it also give to theachers, parents or caregivers.

Keywords: obesity, physical activity, primary school age children
Bibliography: 17 books (2000-2012), 1 magazine, 11 websites

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya, yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rosa Yusnita Silalahi

NIM : 2009-11-041

Program studi : S-1 Keperawatan

Menyatakan bahwa penelitian ini adalah benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan duplikasi dari hasil karya orang lain.

Apabila pada masa yang akan datang diketahui bahwa pernyataan ini tidak benar adanya, saya bersedia menerima sanksi yang diberikan dengan segala konsekuensinya.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Jakarta, Maret 2013

Ttd



(Rosa Yusnita Silalahi)

PERNYATAAN PERSETUJUAN
HUBUNGAN ANTARA AKTIVITAS FISIK DAN BERMAIN TERHADAP
KEJADIAN OBESITAS PADA ANAK USIA 6 – 12 TAHUN DI SD
MARSUDIRINI MATRAMAN JAKARTA
2013

Laporan Penelitian

Telah disetujui dan diuji dihadapan tim penguji Laporan Penelitian

Program S1 Keperawatan **Sint Carolus**

Jakarta, Maret 2013

Pembimbing Metodologi



(DR. Ir. Wilhelmus Hary Susilo, MM, IAI)

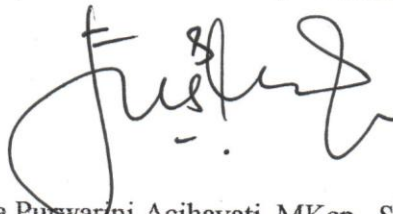
Pembimbing Materi



(Elisabeth Esti Warudju, SKp)

Mengetahui :

Koordinator M. K Riset Keperawatan



(Ns. Justina Purwarini Acihayati, MKep., Sp.Mat)

LEMBARAN PENGESAHAN

PANITIA SIDANG

UJIAN PENELITIAN KEPERAWATAN

PROGRAM SI KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN Sint Carolus

Jakarta, Maret 2013

Ketua



(Sr. Christophora Susilowati CB, MS)

Anggota



(Elisabeth Esti Warudju, SKp)

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1** Surat permohonan pengambilan data berat badan dan tinggi badan siswa-siswi kelas I sampai dengan kelas VI di SD Marsudirini Matraman Jakarta Timur
- Lampiran 2** Surat permohonan ijin melakukan uji valid kepada SD Marsudirini Matraman Jakarta Timur
- Lampiran 3** Surat permohonan ijin melakukan uji valid kepada SD St. Fransiskus I Jakarta Pusat
- Lampiran 4** Surat permohonan ijin melakukan penelitian kepada SD Marsudirini Matraman Jakarta Timur
- Lampiran 5** Surat ijin melakukan penelitian dari SD Marsudirini Matraman Jakarta Timur
- Lampiran 6** Lembar permohonan menjadi responden
- Lampiran 7** Lembar persetujuan menjadi responden
- Lampiran 8** Kuesioner
- Lampiran 9** Output uji validitas
- Lampiran 10** Output hasil penelitian
- Lampiran 11** Laporan bimbingan konsultasi penelitian

DAFTAR ISI

Halaman Judul Dalam.....	i
Abstrak.....	ii
Riwayat Hidup Penulis.....	iv
Halaman Persetujuan.....	v
Halaman Pengesahan.....	vi
Kata Pengantar.....	vii
Daftar Isi.....	x
Daftar Tabel.....	xii
Daftar Lampiran.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Perumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Ruang Lingkup Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Obesitas Pada Anak.....	8
1. Pengertian obesitas.....	8
2. Klasifikasi.....	9
3. Penyebab.....	11
4. Patogenesis.....	13
5. Gejala klinis.....	14
6. Komplikasi.....	15
7. Penatalaksanaan.....	16
8. Pencegahan.....	17
9. Cara mengukur BB ideal.....	19
10. Cara menentukan kriteria obesitas.....	19
B. Anak Sekolah.....	20
1. Perkembangan anak.....	20
1.1 Awal masa anak-anak.....	20
1.2 Akhir masa anak-anak.....	22
2. Karakteristik anak sekolah.....	23
3. Pola tumbuh kembang anak usia SD.....	23
C. Aktivitas Fisik dan Bermain Untuk Anak.....	25
1. Arti bermain bagi anak.....	25
2. Nilai bermain bagi pertumbuhan dan perkembangan anak.....	26
3. Nilai bermain bagi perkembangan kognitif.....	27
4. Nilai bermain bagi perkembangan sosial.....	28
5. Nilai bermain bagi perkembangan emosional.....	29
6. Jenis permainan dan aktivitas fisik untuk anak SD.....	33

D. Hubungan Antara Aktivitas Fisik dan Bermain Terhadap Kejadian Obesitas Pada Anak Usia 6 – 12 Tahun.....	37
E. Penelitian terkait.....	38
BAB III KERANGKA KONSEP	
A. Kerangka konsep.....	40
B. Hipotesis penelitian.....	41
C. Definisi operasional.....	42
BAB IV METODE PENELITIAN	
A. Desain penelitian.....	44
B. Populasi dan Sampel.....	44
C. Tempat penelitian.....	45
D. Waktu Penelitian.....	45
E. Etika Penelitian.....	45
F. Alat pengumpulan data.....	46
G. Metode pengumpulan data.....	46
H. Pengolahan data.....	47
I. Analisis data.....	48
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Gambaran Umum Tempat Penelitian.....	51
B. Interpretasi dan Hasil Penelitian.....	52
C. Keterbatasan Penelitian.....	56
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	57
B. Saran.....	57
DAFTAR PUSTAKA.....	60
LAMPIRAN	

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Rosa Yusnita Silalahi
Tempat dan tanggal lahir : Sitanggal-tanggal, 05 Oktober 1990
Alamat rumah : Janji Martahan, desa Martoba, kecamatan Simanindo,
kabupaten Samosir
Riwayat pendidikan : SD Negeri No. 173799 Sangkal (1997-2003)
SMP Negeri 1 Simanindo (2003-2006)
SMA RK Bintang Timur Pematang Siantar
(2006-2009)

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan yang Maha Esa yang telah melimpahkan berkat dan rahmatNya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penulisan laporan penelitian yang berjudul: Hubungan Antara Aktivitas Fisik dan Bermain Terhadap Kejadian Obesitas Pada Anak Usia 6 – 12 Tahun di SD Marsudirini Matraman Jakarta.

Dalam penyusunan laporan penelitian ini, peneliti mendapat banyak dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Asnet Leo Bunga, Skp., M.Kes., sebagai Ketua STIK Sint Carolus Jakarta.
2. Ibu Justina Purwarini Acihayati, Skp, M.kes, sebagai Ketua Program Studi S1 Keperawatan STIK Sint Carolus Jakarta dan sebagai Koordinator riset keperawatan yang telah memberikan banyak masukan dan selalu memantau perkembangan proses penyusunan laporan penelitian ini.
3. Ibu Elisabeth Esti Warudju, SKp selaku pembimbing materi riset yang telah banyak meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan pengarahan kepada peneliti.
4. Bapak DR. Ir. Wilhelmus Hary Susilo, MM, IAI selaku pembimbing metodologi riset yang telah banyak meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan arahan kepada peneliti.
5. Sr. Christophora Susilowati CB, MS selaku penguji 1.
6. Ibu Chaterine, yang selalu membantu penulis untuk menemui pembimbing metodologi dan mengurus surat ijin untuk keperluan laporan penelitian ini.

7. Bu Yuli, Mba Mada dan Pak Markus, selaku karyawan perpustakaan yang telah banyak membantu dalam pencarian referensi dan literatur serta dukungan yang selalu menambah semangat dalam penyusunan laporan penelitian ini.
8. Orang tua dan semua keluarga yang terkasih yang selalu memberikan dukungan dan semangat kepada peneliti selama penyusunan laporan penelitian ini. Secara istimewa kepada Bapak tercinta (Waldeman Silalahi) yang selalu dan tidak pernah terlambat sedikit pun di dalam mendoakan peneliti dan menyediakan segala kebutuhan / materi bagi peneliti.
9. Kepala sekolah SD Marsudirini Matraman Jakarta Timur beserta seluruh staf administrasi yang telah membantu peneliti di dalam melakukan penelitian ini.
10. Kepala sekolah SD St. Fransiskus I Jakarta Pusat beserta seluruh staf administrasi yang telah membantu peneliti di dalam melakukan uji coba kuisioner.
11. Seluruh teman-teman seperjuangan Program S1 Keperawatan Jalur A semester VII yang telah memberikan semangat dan dukungan kepada peneliti, khususnya sahabat saya Aloysia Kristiana Tetik dan Maria Kristina Diaz yang telah berjuang keras untuk membantu peneliti saat peneliti mengalami keadaan darurat / kecelakaan secara teknis di dalam penyusunan laporan penelitian ini.
12. Teman-teman Kos Putu yang selalu memberikan dukungan dalam penyelesaian proposal penelitian ini.
13. Seluruh teman-teman NHKBP Kernolong, khususnya seksi Kerohanian dan Tim Doa yang selalu mendoakan dan memberi semangat kepada peneliti.
14. Seluruh responden dan semua pihak yang telah banyak memberikan dukungan dan terlibat langsung dalam proses penelitian ini.

Peneliti menyadari, bahwa dalam penyusunan laporan penelitian ini masih jauh dari sempurna, maka dengan rendah hati peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan penelitian. Terima kasih semoga Tuhan senantiasa melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada kita semua dan semoga laporan penelitian ini dapat bermanfaat dan berguna untuk meningkatkan pengetahuan bagi semua pembaca. Terima kasih dan Tuhan memberkati.

Jakarta, Maret 2013

Rosa Yusnita Silalahi