

## DAFTAR PUSTAKA

- Abrori, & Qurbaniah, M. (2017). *Infeksi Menular Seksual: Buku Ajar*. UM Pontianak Pers.
- Al-Jauziyah, I. Q. (2013). *Buku Pintar Kedokteran Nabi (Thibbun Nabawi)* (A. Firly & D. Bakir (eds.)). PT. Fathan Prima Media.
- Almatsier, S. (2004). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Gramedia Pustaka Utama.
- Ammar, A., & Al-Adnani, A. F. (2015). *Mizanul Muslim Barometer Menuju Muslim Kaffah*. Cordova Mediatama.
- Arfiani. (2019). *Buku Pintar 50 Adab Islam*. Bhuana Ilmu Populer.
- Arisman. (2009). *Buku Ajar Ilmu Gizi dalam Daur Kehidupan*. EGC.
- Arundhana, A. I., & Manshar, A. (2021). *Obesitas Anak dan Remaja (Faktor Risiko, Pencegahan dan Isu Terkini)*. CV. Edugizi Pratama Indonesia.
- As-Sayyid, A. B. M. (2007). *Pola Makan Rasulullah Makanan Sehat Berkualitas Menurut al-Qur'an dan as-Sunnah* (M. A. Ghoffar & H. M. I. Haetami (eds.)). Almahira.
- Ash-Shallabi, A. M. (2017). *Negara Islam Modern Menuju Baidatun Thayyibatun wa Rabbun Ghafur* (A. Z. Akaha & Artawijaya (eds.)). Pustaka Al-Kautsar.
- Assegaf, M. A. T. (2015). *Sehat Ala Nabi*. Mizan Publika.
- Atmasubrata, G. (2012). *Serba Tahu Dunia Olahraga*. Dafa Publishing.
- Awaluddin, Akbar, Z., Afriani, C., & Dkk. (2021). *Tinjauan Pandemi Covid-19 dalam Psikologi Perkembangan*. Syiah Kuala University Press.

- BPS Kabupaten Deli Serdang. (2019). *Kecamatan Pantai Labu dalam Angka 2021*.
- Bukhari, M. bin I. Al. (1422). *Shahih Al Bukhari* (1st ed.). Dar Tauq Al-Najah.
- Byrd-Bredbenner, C., Eck, K., & Abbot, J. M. (2020). *Making health and nutrition a priority during the coronavirus (COVID-19) pandemic*.
- Cahyorini, R. W. (2020). *Hubungan Pola Makan dengan Obesitas pada Anak Remaja di Sekolah Menengah Pertama Negeri 39 Surabaya*.
- Chen, P., Mao, L., Nassis, G. P., Harmer, P., Ainsworth, B. E., & Li, F. (2020). Coronavirus disease (COVID-19): The need to maintain regular physical activity while taking precautions. *Journal Sport Health Science*.
- Dewita, E. (2021). *Hubungan Antara Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja di SMA Negeri 2 Tambang*. 2, 595–606.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Deli Serdang. (2019). *Laporan Bulanan Kesakitan Umum Kabupaten Deli Serdang Tahun 2019*.
- Dinas Kesehatan Sumatera Utara. (2018). *Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2017*.
- Dinas Kesehatan Sumatera Utara. (2019). *Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2018*.
- Dinas Pemberdayaan Masyarakat dan Desa Kabupaten Deli Serdang. (2020). *Kecamatan Pantai Labu*.
- Edlin, G., & Golanty, E. (2010). *Health & Wellness*. Jones and Bartlett Publishers.
- Faiq, F. A. (2014). *Bimbingan Islam Sehari-hari*. al-Qudwah.

- Fatie, S. D., Briliannita, A., & Florensia, W. (2021). *Gambaran asupan zat gizi makro dan status gizi pada mahasiswa poltekkes kemenkes Sorong pada Masa Pandemi COVID-19*. 15(2), 81–92.
- Fatwa MUI. (2000). *Penetapan Produk Halal*. 624–631.
- Febrianti, R., & Hakim, A. R. (2021). *Tingkat Kebugaran Jasmani Masyarakat (Pria) Usia 16-19 tahun di Masa Pandemi COVID-19*. Media Sains Indonesia.
- Feisal, J. A. (1995). *Reorientasi Pendidikan Islam*. Gema Insani Press.
- Gifari, N., Nuzrina, R., Sitoayu, L., & Dkk. (2021). *Analisis Faktor Determinan Kejadian Obesitas Remaja di DKI*. Nasya Expanding.
- Hastuti, P. (2017). *Genetika Obesitas*. Gajah Mada University Press.
- HD, K. (2005). *Islam dan Aspek-aspek Kemasyarakatan*. Sinar Grafika Offser.
- Hehamahua, A. (2016). *Membedah Keberagamaan Umat Islam Indonesia Menuju Masyarakat Madani*. Yayasan Rumah Peneleh.
- Hermawan, D., Muhani, N., Sari, N., & Dkk. (2020). *Mengenal Obesitas*. ANDI.
- Iskandar, A., Mayashinta, D. K., Sudjari, & Indra, M. R. (2018). *Mengenal Toxoplasma Gondii, Obesitas, dan Sindroma Metabolike*. UB Press.
- Kalalo, R. T. (2021). *Obesitas Remaja dan Risiko Gangguan Jiwa*. UNAIR NEWS.
- Kemenkes RI. (2019). *Tabel Batas Ambang Indeks Massa Tubuh (IMT)*.
- Kemenkes RI. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*.
- Kementerian Agama RI. (2019). *Qur'an Kemenag*. Kemenag.

- Kligman, B., & Nelson, A. (1999). *Ilmu Kesehatan Anak Nelson* (S. Wahab (ed.); 15th ed.). EGC.
- Kowalski, K. C., Crocker, P. R. E., & Donen, R. M. (2004). The Physical Activity Questionnaire for Older Children (PAQ-C) and Adolescents (PAQ-A) Manual. *College of Kinesiology, University of Saskatchewan*, 87(August), 1–38.
- Kurniagustina, R. (2018). *KONSUMSI FAST FOOD DENGAN OBESITAS SISWA KELAS V SDN 01 KALISARI JAKARTA TIMUR TAHUN 2018*. 041411023.
- Kurniawati, Y., Fakhriadi, R., & Yulidasari, F. (2016). Hubungan Antara Pola Makan, Asupan Energi, Aktifitas Fisik, dan Durasi Tidur Dengan Kejadian Obesitas Pada Polisi. *Jurnal Publikasi Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 3(3), 112–117.
- Kusumah, I. (2007). *Panduan Diet Ala Rasulullah*. QultumMedia.
- Kuswari, M., & Gifari, N. (2020). *Periodisasi Gizi dan Latihan*. Rajawali Pers.
- Leonardo, C., Dary, & Dese, D. C. (2021). Gambaran Status Gizi dan Aktivitas Fisik Remaja Selama Pandemi COVID-19. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 8(1), 51.
- Liando, L. E., Amisi, M. D., & Sanggelorang, Y. (2021). Gambaran Aktivitas Fisik Mahasiswa Semester IV Fakultas Kesehatan Masyarakat Unsrat Saat Pembatasan Sosial Masa Pandemi Covid-19. *KESMAS*.
- Mahrani, J., & Mubasyir, ' Abdul 'Azhim Hafna. (2005). *Al-Qur'an Bertutur Tentang Makanan & Obat-obatan*. Mitra Pustaka.



- Marks, D. B., Marks, A. D., & Smith, C. M. (2000). *Biokimia Kedokteran Dasar: Sebuah Pendekatan Klinis*. EGC.
- Marzuki, I., Bachtiar, E., Zuhriyatun, F., & Dkk. (2021). *COVID 19: Seribu Satu Wajah*. Yayasan Kita Menulis.
- Megawanti, P., megawati, erna, & Nurkhafifah, siti. (2020). Persepsi Peserta Didik Terhadap Pjj Pada Masa Pandemi Covid 19. *Faktor: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 7(2), 75–82.
- Mengel, M. B., & Schwiebert, L. P. (2001). *Referensi Manual Kedokteran Keluarga* (H. Hartanto (ed.)). Hipokrates.
- Misnadirly. (2007). *Obesitas: Sebagai Faktor Resiko beberapa Penyakit*. Pustaka Obor.
- Mulyatiningsih, R., & Dkk. (2004). *Bimbingan Pribadi-Sosial Belajar dan Karier*. Grasindo.
- Mutamimah, S. I. 'Amimatul, Laeliah, I. M. N., Trisnawati, A., & Dkk. (2021). *Beragam Aktivitas Olahraga di Masa Pandemi COVID-19*. Pustaka Rumah C1nta.
- Mutia, A., Jumiyati, & Kusdalinah. (2022). Pola makan dan aktivitas fisik terhadap kejadian obesitas remaja pada masa pandemi covid-19. *11*(September 2021), 26–34.
- Muyassaroh. (2020). *Sehat ala Rasulullah*. Elex Media Komputindo.
- Nissa, F. A. K., Mustar, Y. S., Kumaat, N. A., Susanto, I. H., & Hariyanto, A. (2021). *AKTIVITAS FISIK DAN SCREEN TIME REMAJA DI MASA*

PANDEMI COVID-19. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 6(September), 5–24.

Noer, R. M., Syamsul, M., Ningrum, P. T., & Dkk. (2021). *Strategi dalam Menghadapi Tantangan Kesehatan Pasca Covid-19*. Insania.

Noviasty, R., & Susanti, R. (2020). Perubahan Kebiasaan Makan Mahasiswa Peminatan Gizi Selama Masa Pandemi Covid-19°. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Mulawarman (JKMM)*.

Nurika. (2021). *Sistem Pencernaan Makanan dalam Pandangan Islam*. Guepedia.

O'Connor, P. A., Perry, A. G., Stockert, P. A., & Dkk. (2020). *Dasar-Dasar Keperawatan* (E. Novieastari, K. Ibrahim, Deswani, & S. Ramdaniati (eds.)).  
Elvisier.

Pane, H. W., Tasnim, Sulfianti, & Dkk. (2020). *Gizi dan Kesehatan*. Yayasan Kita Menulis.

Priantoro, B. (2020). Dampak COVID-19 pada Perubahan Sosial Masyarakat. *KOCENIN Serial Konferens*, 1(1), 1–11.

Prisylvia, M. D., Amisi, M. D., & Musa, E. C. (2021). Gambaran Pola Makan pada Remaja di Desa Sarani Matani Kecamatan Tombariri pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal KESMAS*, 10(8), 33–40.

Proverawati. (2010). *Obesitas dan Gangguan Perilaku Makan pada Remaja*. Nuha Medika.

Rohmad, N., & Dkk. (2021). *Pelangi Masa Pandemi*. Tidar Media.

- Rukmana, E., Permatasari, T., & Emilia, E. (2021). The Association Between Physical Activity with Nutritional Status of Adolescents During the COVID-19 Pandemic in Medan City. *Jurnal Dunia Gizi*, 3(2), 88–93. <https://doi.org/10.33085/jdg.v3i2.4745>
- Sapie, M. J. (2017). *Konsep Pola Makan Sehat Dalam Perspektif Hadis Dalam Kitab Musnad Ahmad*. 1–89.
- Sari, A. M., Ernalina, Ya., & Bebasari, E. (2017). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pada Siswa SMPN di Pekanbaru. *Gizi Indonesia*, 4, 37–49.
- Shihab, M. Quraish. (1994). *Wawasan Al-Qur'an, Fungsi dan Peran Wahyu dalam Kehidupan Masyarakat*. Mizan.
- Shihab, Moh. Quraish. (1996). *Wawasan Alquran*. Mizan.
- Sirajuddin, Surmita, & Astuti, T. (2018). *Survey Konsumsi Pangan*. 148, 148–162.
- Siyoto, S., & Sodik, A. (2015). Dasar Metodologi Penelitian. In Ayup (Ed.), *Dasar Metodologi Penelitian*. Literasi Media Publishing.
- Stavridou, A., Kapsali, E., Panagouli, E., Thirios, A., Polychronis, K., Bacopoulou, F., Psaltopoulou, T., Tsolia, M., Sergentanis, T. N., & Tsitsika, A. (2021). *Obesity in Children and Adolescents during COVID-19 Pandemic*. 1–16.
- Sudargo, T., Freitag, H., Kusmayanti, N. A., & Rosiyani, F. (2014). *Pola Makan dan Obesitas*. Gadjah Mada university Press.
- Suiraoaka, I. P., & Nursanyoto, H. (2022). *Monograf Determinan Kejadian Obesitas Anak dan Kebutuhan INtervensinya pada Masa Pandemi COVID-19*. Feniks Muda Sejahtera.

- Sumanto, A. (2009). *Tetap Langsing dan Sehat dengan Terapi Diet*. PT AgroMedia Pustaka.
- Supariasa, & dkk. (2002). *Penilaian Status Gizi*. EGC.
- Syam, Y. (2017). *Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pada Anak Usia Sekolah di SD Negeri Mangkura I Makassar*.
- Tambunan, N., & Manshuruddin. (2022). *Makna Makanan Halal dan Baik dalam Islam*. Cattleya Darmaya Fortuna.
- Taufiqurrohman. (2015). *3 Olahraga Utama Anjuran Nabi*. Pusat Ilmu.
- Ughude, rezka U., Kapantow, N. H., & Amisi, M. D. (2021). Gambaran Pola Makan Mahasiswa FKM Unsrat Semester IV Saat Pembatasan Sosial Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Kesmas, Vol.10 No.*
- Ulilalbab, A., Anggraeni, E., & Lestari, I. A. (2017). *Obesitas Anak Usia Sekolah*. Deepublish.
- Wardani, L. M. I., & Anggadita, R. (2021). *Konsep Diri dan Konformitas pada Perilaku Konsumtif Remaja*. NEM.
- WHO. (2020). *Obesity and Overweight*.
- WHO. (2021). *Obesity*.
- Wirakusumah, E. P. (2010). *Sehat Cara Al-Qur'an dan Hadis*. Mizan Publika.
- Wulandari, S., Lestari, H., & Fachlevy, A. F. (2016). *FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA DI SMA NEGERI 4*. 1–13.



## LAMPIRAN

### Lampiran 1: *Informed Consent*

#### Pernyataan Persetujuan Menjadi Responden

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : .....

Jenis Kelamin : .....

Alamat : .....

Saya yang tersebut di atas menyatakan setuju dan bersedia untuk terlibat dalam penelitian yang berjudul “Hubungan Aktivitas Fisik dan Pola Makan dengan Kejadian Obesitas pada Remaja di Masa Pandemi COVID-19 di Kecamatan Pantai Labu” yang diselenggarakan oleh Lelya Nosiayu dari Fakultas Kesehatan Masyarakat UIN Sumatera Utara. Dalam kegiatan ini, saya telah menyadari, memahami dan menerima bahwa:

1. Saya telah telah diminta untuk memberikan informasi yang jujur
2. Identitas saya akan dirahasiakan dan tidak akan diungkapkan
3. Saya setuju untuk dicatat selama penelitian berlangsung
4. Dalam mendukung kelancaran penelitian yang sedang berlangsung, waktu dan tempat harus disepakati.

Dengan menandatangani formulir ini, saya tidak mendapatkan pemaksaan oleh pihak manapun untuk setuju berpartisipasi dalam penelitian ini.

.....

Mengetahui

Partisipan

Peneliti

.....

.....

## Lampiran 2: Kuesioner Aktivitas Fisik dan Pola Makan dengan Obesitas

### KUESIONER

#### HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA DI MASA PANDEMI COVID-19 DI KECAMATAN PANTAI LABU

Petunjuk Pengisian:

Isilah identitas Anda dengan lengkap dan benar, pilihlah salah satu jawaban Anda dengan melingkari salah satu jawaban yang tersedia.

#### I. Identitas Responden

Nama Lengkap :

Jenis Kelamin :

Usia :

Pendidikan :

Alamat :

#### II. Antropometri

Berat badan :

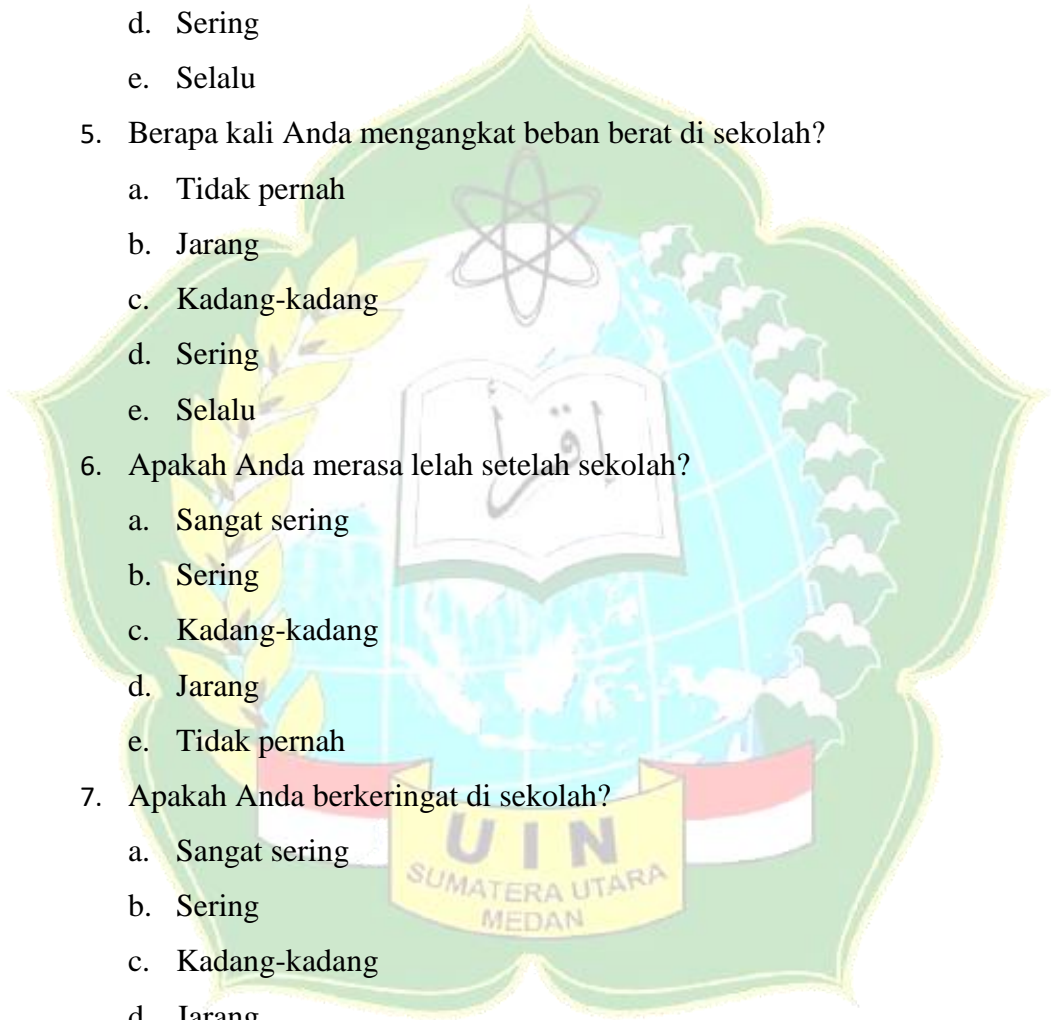
Tinggi Badan :

#### III. Aktivitas Fisik

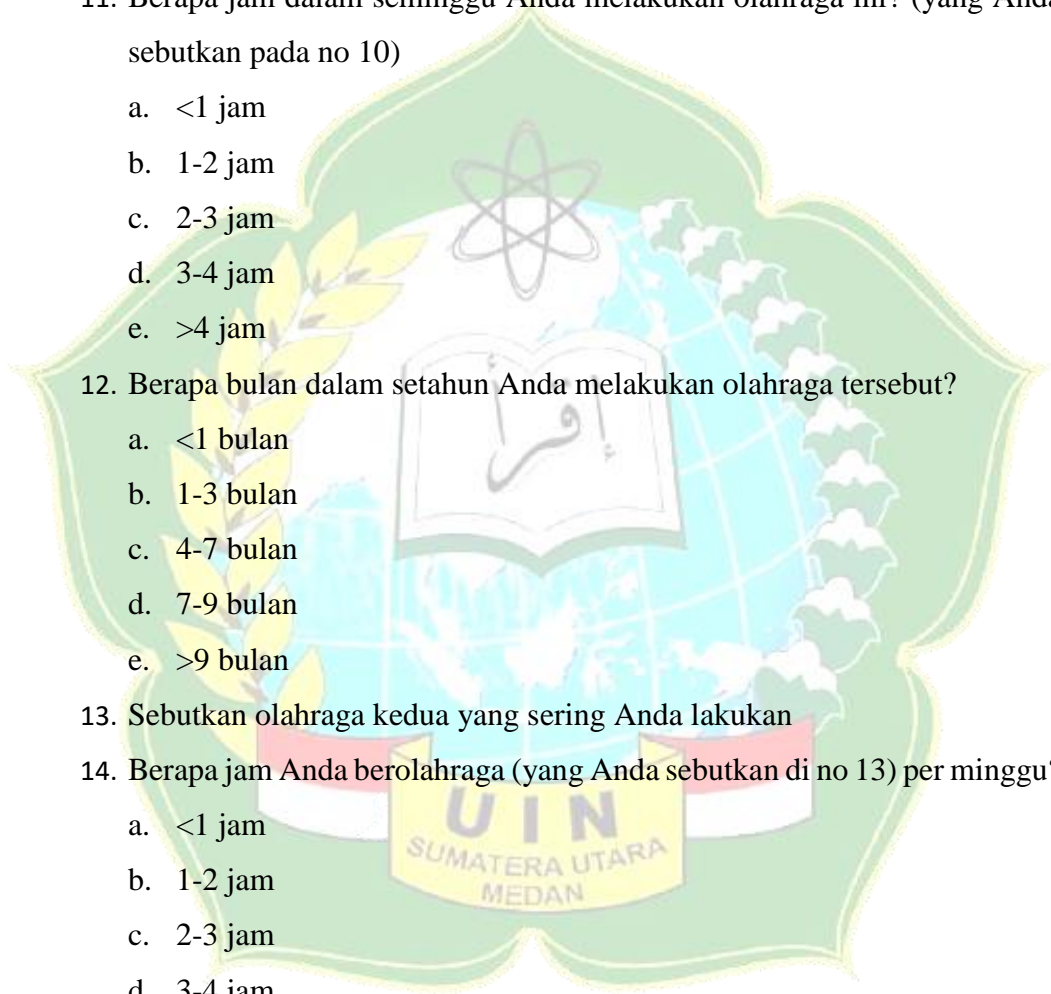
##### *Baecke Physical Activity Scale (BPAS)*

1. Apa pekerjaan Anda sehari-hari?
  - a. Pelajar/Mahasiswa
2. Berapa banyak Anda duduk disekolah?
  - a. Tidak pernah
  - b. Jarang
  - c. Kadang-kadang
  - d. Sering
  - e. Selalu
3. Berapa banyak Anda berdiri di sekolah?
  - a. Tidak pernah
  - b. Jarang

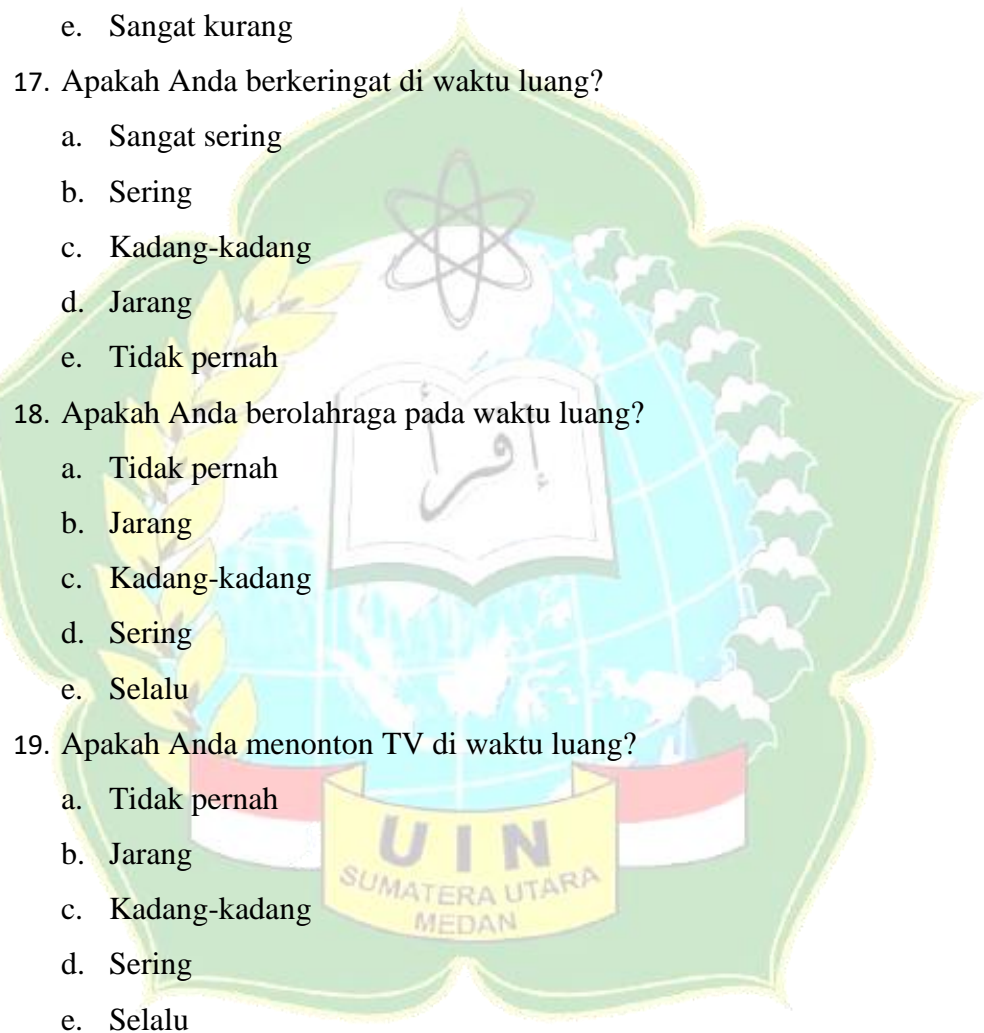
- c. Kadang-kadang
  - d. Sering
  - e. Selalu
4. Berapa banyak Anda berjalan di sekolah?
- a. Tidak pernah
  - b. Jarang
  - c. Kadang-kadang
  - d. Sering
  - e. Selalu
5. Berapa kali Anda mengangkat beban berat di sekolah?
- a. Tidak pernah
  - b. Jarang
  - c. Kadang-kadang
  - d. Sering
  - e. Selalu
6. Apakah Anda merasa lelah setelah sekolah?
- a. Sangat sering
  - b. Sering
  - c. Kadang-kadang
  - d. Jarang
  - e. Tidak pernah
7. Apakah Anda berkeringat di sekolah?
- a. Sangat sering
  - b. Sering
  - c. Kadang-kadang
  - d. Jarang
  - e. Tidak pernah
8. Bila dibandingkan dengan orang lain yang seusia dengan saya, aktivitas saya termasuk?
- a. Lebih sangat berat
  - b. Lebih berat
  - c. Sama berat



- d. Lebih ringan
  - e. Lebih sangat ringan
9. Apakah Anda berolahraga? (Jika TIDAK langsung ke pertanyaan nomor 16)
- a. Ya
  - b. Tidak
10. Sebutkan jenis olahraga yang paling sering Anda lakukan
11. Berapa jam dalam seminggu Anda melakukan olahraga ini? (yang Anda sebutkan pada no 10)
- a. <1 jam
  - b. 1-2 jam
  - c. 2-3 jam
  - d. 3-4 jam
  - e. >4 jam
12. Berapa bulan dalam setahun Anda melakukan olahraga tersebut?
- a. <1 bulan
  - b. 1-3 bulan
  - c. 4-7 bulan
  - d. 7-9 bulan
  - e. >9 bulan
13. Sebutkan olahraga kedua yang sering Anda lakukan
14. Berapa jam Anda berolahraga (yang Anda sebutkan di no 13) per minggu?
- a. <1 jam
  - b. 1-2 jam
  - c. 2-3 jam
  - d. 3-4 jam
  - e. >4 jam
15. Berapa bulan dalam setahun Anda melakukan olahraga tersebut?
- a. <1 bulan
  - b. 1-3 bulan
  - c. 4-7 bulan
  - d. 7-9 bulan





- e. >9 bulan
16. Aktivitas yang saya lakukan di waktu luang dibandingkan dengan teman seusia saya?
- Sangat lebih banyak
  - Lebih banyak
  - Sama banyak
  - Kurang
  - Sangat kurang
17. Apakah Anda berkeringat di waktu luang?
- Sangat sering
  - Sering
  - Kadang-kadang
  - Jarang
  - Tidak pernah
18. Apakah Anda berolahraga pada waktu luang?
- Tidak pernah
  - Jarang
  - Kadang-kadang
  - Sering
  - Selalu
19. Apakah Anda menonton TV di waktu luang?
- Tidak pernah
  - Jarang
  - Kadang-kadang
  - Sering
  - Selalu
20. Apakah Anda berjalan di waktu luang?
- Tidak pernah
  - Jarang
  - Kadang-kadang
  - Sering
  - Selalu
- 
- The logo of UIN Sumatera Utara Medan is a large, stylized emblem. It features a central globe with a grid pattern, overlaid with a white book containing Arabic calligraphy. Above the book is a star-like symbol. The entire emblem is set against a green background with a decorative border. At the bottom, a yellow banner contains the text 'UIN SUMATERA UTARA MEDAN'.

21. Apakah Anda mengendarai sepeda di waktu luang Anda?
- Tidak pernah
  - Jarang
  - Kadang-kadang
  - Sering
  - Sangat sering
22. Berapa menit Anda berjalan kaki/bersepeda dalam sehari ke dan dari sekolah untuk berbelanja?
- 5 menit
  - 5-15 menit
  - 15-30 menit
  - 30-45 menit
  - >45 menit

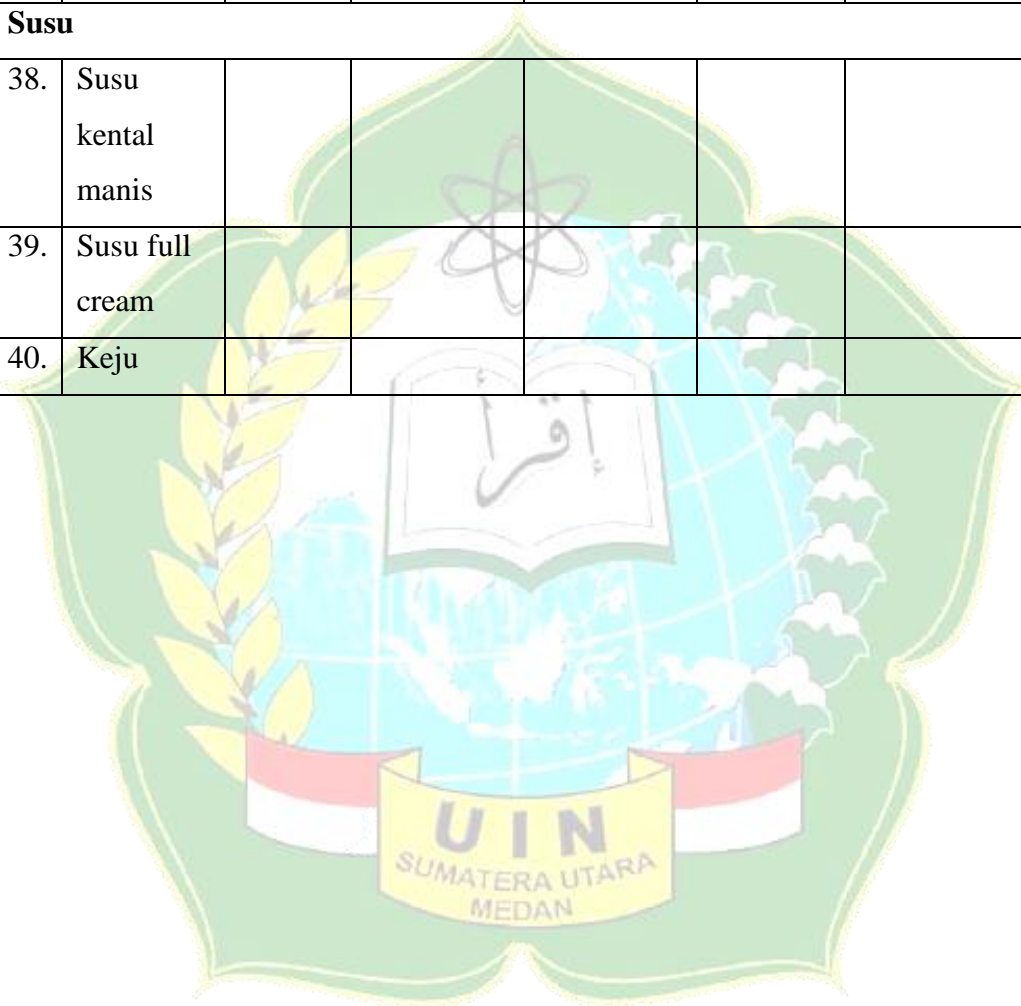
#### IV. Pola Makan

##### *Food Frequency Questionnaires (FFQ)*

No	Bahan Makanan	Frekuensi Makan				Keterangan
		Sering		Jarang		
		1x/hari	4-6x/minggu	1-3x/minggu	1x/bulan	
<b>Sumber Karbohidrat</b>						
1.	Nasi					
2.	Mie					
3.	Singkong					
4.	Roti tawar					
5.	Biscuit					
6.	Kentang					
7.	Jagung					
<b>Sumber Protein Nabati</b>						
8.	Kacang hijau					

9.	Kacang kedele					
10.	Tahu					
11.	Tempe					
<b>Sumber Protein Hewani</b>						
12.	Daging ayam					
13.	Daging sapi					
14.	Hati ayam					
15.	Ikan					
16.	Telur					
17.	Udang					
18.	Cumi					
19.	Kerang					
20.	Bakso					
<b>Sayuran</b>						
21.	Bayam					
22.	Daun singkong					
23.	Buncis					
24.	Sawi					
25.	Kangkung					
26.	Kol					
27.	Kacang panjang					
28.	Labu siam					
29.	Tomat					
30.	Wortel					
<b>Buah-buahan</b>						

31.	Alpukat					
32.	Apel					
33.	Papaya					
34.	Pisang					
35.	Jeruk					
36.	Jambu air					
37.	Manga					
<b>Susu</b>						
38.	Susu kental manis					
39.	Susu full cream					
40.	Keju					





### Lampiran 3: Surat Izin Survei Awal



PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG  
DINAS KESEHATAN

Jalan Karya Asih No. 4 Lubuk Pakam Kode Pos - 201514  
Telepon (061) – 7951849 Faks. (061) - 7951849  
E-mail : dinkes\_ds@yahoo.com Website : www.deliserdangkab.go.id

Lubuk Pakam, 03 Mei 2021

Nomor : 2409 /440/DS/V/2021  
Lampiran : -  
Perihal : Izin Awal Penelitian

Kepada Yth:  
Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat  
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara  
di-  
Medan

Berdasarkan Surat dari Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara di Medan Nomor: B1222/UNS.11/KM.V/PP.00.9/04/2021 ,Tanggal 19 April 2021 Perihal "Izin Awal Penelitian."

Sehubungan dengan hal tersebut diatas, pihak kami tidak menaruh keberatan dan mengizinkan Saudari untuk melaksanakan Kegiatan Penelitian di wilayah kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Deli Serdang yaitu :

Nama : Lelya Nosiayu  
NIM : 0801173345  
Judul Skripsi : " Hubungan Aktivitas Fisik dari Pola Makanandengan kejadian Obesitas pada Remaja di Kabupaten Deli Serdang."  
Pelaksanaan : 30 April s/d 30 Mei 2021

Perlu kami tambahkan, setelah selesai melaksanakan kegiatan tersebut, agar menyampaikan Laporan Kegiatan yang telah dilaksanakan ke Dinas Kesehatan Kabupaten Deli Serdang.

Demikian disampaikan untuk dapat dimaklumi.

  
PALA DINAS KESEHATAN  
KABUPATEN DELI SERDANG  
dr. AGUS BUDI PRASASTIA  
Pembina Tk. I  
NIP : 19710313 200701 1 026

Tembusan :  
1. Dinas Kesehatan Kab.Deli Serdang  
2. Peninggal

## Lampiran 4: Surat Izin Penelitian



### PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG KECAMATAN PANTAI LABU

Jalan Besar Desa Kelambir Kecamatan. Pantai labu Kode Pos – 20553  
E-Mail : [kecpantailabu@deliserdangkab.go.id](mailto:kecpantailabu@deliserdangkab.go.id) Website : [www.pantailabudeliserdangkab.go.id](http://www.pantailabudeliserdangkab.go.id)

Pantai Labu, 03 Februari 2022

Nomor : 423 / 118  
Sifat :  
Lamp :  
Hal : Izin Riset

Kepada Yth :  
Kepala Desa se-Kecamatan  
Pantai Labu Kab. Deli Serdang  
Di-  
Tempat

Sehubungan dengan surat dari Universitas Islam Negeri Sumatera Utara (UINSU) Medan, Nomor : B.165/Un.11/KM.I/PP.00.9/01/2022. Tentang Izin Riset.

Dengan ini kami meminta kepada Kepala Desa se-Kecamatan Pantai Labu untuk dapat membantu pelaksanaan kegiatan dari Mahasiswa :

Nama : Lelya Nosiayu  
NIM : 0801173345  
Tempat/Tanggal Lahir : Pem. Johar, 02 November 1998  
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat  
Semester : IX (Sembilan)  
Alamat : JL. SATRIA DUSUN XI KEL CINTA RAKYAT KEC  
PERCUT SEI TUAN Kelurahan CINTA RAKYAT  
Kecamatan PERCUT SEI TUAN

Demikian kami sampaikan untuk dapat di perhatikan. Atas Kerjasama yang baik, di ucapkan Terima Kasih.

**CAMAT PANTAI LABU**  
  
**RAHMAT AZAHAR SIREGAR, S.STP., M.M**  
Pembina  
NIP : 19821113 200212 1 006

#### Tembusan :

1. Pertinggal

**Lampiran 5: Dokumentasi Penelitian**



## Lampiran 6: Pengolahan Data

### AKTIVITAS FISIK

INDEKS KERJA										JLH	TOTAL						
2. Sebera	1. Pekerja	3. Sebera	4. Sebera	5. Berapa	6. Apakal	7. Apakal	8. Bila di	SKOR									
kadang-k	Pelajar	kadang-k	kadang-k	jarang	kadang-k	sering	lebih ber	3	1	3	3	2	3	2	2	19	2,375
kadang-k	Pelajar	kadang-k	kadang-k	jarang	kadang-k	kadang-k	lebih ber	3	1	3	3	2	3	3	2	20	2,5
sering	Pelajar	kadang-k	kadang-k	kadang-k	kadang-k	sering	sama ber	4	1	3	3	3	3	2	3	20	2,5
kadang-k	Pelajar	kadang-k	kadang-k	tidak per	sering	sering	lebih rinj	3	1	3	3	1	2	2	2	17	2,125
kadang-k	Pelajar	jarang	kadang-k	jarang	sering	sering	sama ber	3	1	2	3	2	2	2	3	18	2,25
jarang	Pelajar	kadang-k	jarang	jarang	sering	sering	sama ber	2	1	3	3	5	4	2	3	25	3,125
selalu	Pelajar	jarang	selalu	sering	sering	jarang	lebih ber	5	1	2	5	4	2	4	2	21	2,625
selalu	Pelajar	selalu	sering	jarang	sering	jarang	lebih ber	5	1	5	4	2	2	4	2	21	2,625
selalu	Pelajar	jarang	sering	jarang	sering	sering	lebih ber	5	1	2	4	2	2	2	2	16	2
sering	Pelajar	jarang	kadang-k	kadang-k	kadang-k	sering	sama ber	4	1	2	3	3	3	2	3	19	2,375
sering	Pelajar	kadang-k	jarang	jarang	kadang-k	sering	lebih rinj	4	1	3	2	2	3	2	4	19	2,375
sering	Pelajar	kadang-k	jarang	jarang	kadang-k	sangat se	lebih sar	4	1	3	2	2	3	1	1	15	1,875
selalu	Pelajar	jarang	kadang-k	jarang	kadang-k	jarang	sama ber	5	1	2	3	2	3	4	2	18	2,25
kadang-k	Pelajar	kadang-k	kadang-k	kadang-k	sering	sering	lebih ber	3	1	3	3	3	2	2	2	19	2,375
sering	Pelajar	sering	kadang-k	jarang	jarang	lebih rinj	4	1	4	3	3	2	4	4	23	2,875	
sering	Pelajar	sering	selalu	jarang	kadang-k	sering	sama ber	4	1	4	5	2	3	2	3	22	2,75
sering	Pelajar	kadang-k	kadang-k	jarang	sering	kadang-k	sama ber	4	1	3	3	2	2	3	3	19	2,375
kadang-k	Pelajar	jarang	kadang-k	tidak per	sangat se	sering	sama ber	3	1	2	3	1	1	2	3	16	2
sering	Pelajar	kadang-k	kadang-k	jarang	kadang-k	sangat se	lebih rinj	4	1	3	3	2	3	1	4	19	2,375
sering	Pelajar	kadang-k	kadang-k	jarang	kadang-k	sangat se	lebih rinj	4	1	3	3	2	3	1	4	19	2,375
selalu	Pelajar	selalu	selalu	jarang	sangat se	sering	sama ber	5	1	5	5	2	1	2	3	20	2,5
jarang	Pelajar	kadang-k	sering	kadang-k	jarang	jarang	lebih ber	2	1	3	4	3	4	4	2	25	3,125
kadang-k	Pelajar	jarang	selalu	jarang	sangat se	sangat se	lebih sar	3	1	2	5	2	1	1	5	20	2,5
sering	Pelajar	jarang	jarang	selalu	tidak per	sering	sama ber	4	1	2	2	5	5	2	3	22	2,75
sering	Pelajar	kadang-k	selalu	kadang-k	sering	sering	lebih rinj	4	1	3	5	3	2	2	4	22	2,75
selalu	Pelajar	kadang-k	kadang-k	tidak per	tidak per	kadang-k	lebih sar	5	1	3	3	1	5	3	5	22	2,75
sering	Pelajar	sering	sering	jarang	sering	sering	lebih rinj	4	1	4	4	2	2	2	4	21	2,625
sering	Pelajar	sering	sering	kadang-k	jarang	kadang-k	sama ber	4	1	4	4	3	4	3	3	24	3
sering	Pelajar	sering	jarang	kadang-k	sangat se	sama ber	4	1	4	4	2	3	1	3	20	2,5	
kadang-k	Pelajar	sering	jarang	sering	sering	lebih rinj	3	1	4	2	4	2	2	4	22	2,75	
sering	Pelajar	jarang	kadang-k	tidak per	kadang-k	kadang-k	lebih ber	4	1	2	3	1	3	3	2	17	2,125
jarang	Pelajar	jarang	selalu	jarang	sangat se	sangat se	lebih sar	2	1	2	5	2	1	1	1	17	2,125
sering	Pelajar	kadang-k	kadang-k	tidak per	kadang-k	kadang-k	lebih ber	4	1	3	3	1	3	3	2	18	2,25
jarang	Pelajar	sering	selalu	jarang	sangat se	sering	lebih sar	2	1	4	5	2	1	2	1	20	2,5
sering	Pelajar	jarang	kadang-k	tidak per	kadang-k	kadang-k	lebih ber	4	1	2	3	1	3	3	2	17	2,125
tidak per	Pelajar	tidak per	tidak per	tidak per	sangat se	jarang	lebih sar	1	1	1	1	1	1	4	1	15	1,875
jarang	Pelajar	sering	selalu	jarang	sangat se	sering	lebih sar	2	1	4	5	2	1	2	1	20	2,5
jarang	Pelajar	sering	selalu	kadang-k	sangat se	sering	lebih sar	2	1	4	5	3	1	2	1	21	2,625
jarang	Pelajar	jarang	jarang	tidak per	sering	jarang	lebih sar	2	1	2	2	1	2	4	1	17	2,125
sering	Pelajar	jarang	tidak per	tidak per	jarang	jarang	lebih sar	4	1	2	1	1	4	4	1	16	2
selalu	Pelajar	kadang-k	kadang-k	tidak per	sangat se	tidak per	lebih sar	5	1	3	3	1	1	5	1	16	2
selalu	Pelajar	kadang-k	kadang-k	tidak per	sangat se	tidak per	lebih sar	5	1	3	3	1	1	5	5	20	2,5
jarang	Pelajar	jarang	jarang	tidak per	sering	jarang	lebih sar	2	1	2	2	1	2	4	5	21	2,625
sering	Pelajar	sering	sering	jarang	sering	sering	lebih ber	4	1	4	4	2	2	2	2	19	2,375
sering	Pelajar	kadang-k	kadang-k	jarang	jarang	tidak per	sama ber	4	1	3	3	2	4	1	3	19	2,375
selalu	Pelajar	kadang-k	kadang-k	jarang	kadang-k	sering	lebih rinj	5	1	3	3	2	3	2	4	19	2,375
selalu	Pelajar	jarang	jarang	tidak per	sering	sering	sama ber	5	1	2	2	1	2	2	3	14	1,75
selalu	Pelajar	kadang-k	kadang-k	tidak per	tidak per	sangat se	lebih sar	5	1	3	3	1	1	1	5	16	2
sering	Pelajar	kadang-k	kadang-k	sering	jarang	sering	sama ber	4	1	3	3	4	4	2	3	22	2,75
sering	Pelajar	kadang-k	kadang-k	sering	kadang-k	sering	sama ber	4	1	3	3	4	3	2	3	21	2,625
sering	Pelajar	kadang-k	kadang-k	jarang	kadang-k	sangat se	lebih rinj	4	1	3	3	2	3	1	4	19	2,375
sering	Pelajar	sering	sering	sering	sering	sering	sama ber	4	1	4	4	4	2	2	2	21	2,625
sering	Pelajar	jarang	sering	sering	sangat se	sangat se	lebih ber	4	1	2	4	4	1	1	2	17	2,125
sering	Pelajar	kadang-k	selalu	jarang	tidak per	sering	lebih ber	4	1	3	5	2	5	2	2	22	2,75
sering	Pelajar	sering	jarang	jarang	kadang-k	sangat se	lebih ber	4	1	4	2	2	3	1	2	17	2,125
selalu	Pelajar	kadang-k	selalu	jarang	tidak per	sering	lebih rinj	5	1	3	5	2	5	2	4	23	2,875



kadang-k Pelajar	sering	sering	jarang	tidak per	kadang-k	lebih rinj	3	1	4	4	2	5	3	4	26	3,25
kadang-k Pelajar	sering	kadang-k	kadang-k	sangat s	sering	lebih ber	3	1	4	3	3	1	2	2	19	2,375
kadang-k Pelajar	kadang-k	sering	jarang	kadang-k	jarang	lebih ber	3	1	3	4	2	3	4	2	22	2,75
kadang-k Pelajar	sering	kadang-k	kadang-k	sangat s	sering	lebih sar	3	1	4	3	3	1	2	1	18	2,25
sering Pelajar	kadang-k	jarang	jarang	sering	sering	sama bei	4	1	4	2	2	2	2	3	18	2,25
selalu Pelajar	sering	sering	jarang	sangat s	sangat s	lebih rinj	5	1	4	4	2	1	1	4	18	2,25
selalu Pelajar	kadang-k	jarang	jarang	kadang-k	jarang	lebih rinj	5	1	3	2	2	3	4	4	20	2,5
selalu Pelajar	kadang-k	jarang	jarang	sangat s	kadang-k	lebih rinj	5	1	3	2	2	1	3	4	17	2,125
selalu Pelajar	kadang-k	jarang	jarang	sangat s	kadang-k	lebih rinj	5	1	3	2	2	1	3	4	17	2,125
sering Pelajar	kadang-k	kadang-k	jarang	kadang-k	kadang-k	sama bei	4	1	3	3	2	3	3	3	20	2,5
sering Pelajar	kadang-k	kadang-k	jarang	kadang-k	jarang	sama bei	4	1	3	3	2	3	4	3	21	2,625
sering Pelajar	kadang-k	kadang-k	jarang	sering	jarang	lebih sar	4	1	3	3	2	2	4	5	22	2,75
sering Pelajar	jarang	jarang	sering	sering	jarang	sama bei	4	1	2	2	4	2	4	3	20	2,5
sering Pelajar	kadang-k	kadang-k	tidak per	sering	sering	lebih ber	4	1	3	3	1	2	2	2	16	2
sering Pelajar	kadang-k	jarang	sering	sering	kadang-k	sama bei	4	1	3	2	4	2	3	3	20	2,5
kadang-k Pelajar	jarang	jarang	jarang	kadang-k	jarang	sama bei	3	1	2	2	2	3	4	3	20	2,5
sering Pelajar	sering	sering	sering	sering	sering	sama bei	4	1	4	4	4	2	2	3	22	2,75
sering Pelajar	jarang	kadang-k	jarang	sering	jarang	lebih rinj	4	1	2	3	2	2	4	4	20	2,5
selalu Pelajar	selalu	sering	jarang	kadang-k	jarang	lebih rinj	5	1	4	2	3	4	4	4	19	2,375
sering Pelajar	selalu	sering	jarang	sangat s	jarang	sama bei	4	1	5	4	2	1	4	3	22	2,75
sering Pelajar	jarang	kadang-k	jarang	sering	kadang-k	sama bei	4	1	2	3	2	2	3	3	18	2,25
selalu Pelajar	sering	kadang-k	jarang	sangat s	sering	sama bei	5	1	4	3	2	1	2	3	17	2,125
sering Pelajar	kadang-k	kadang-k	tidak per	sering	sering	lebih ber	4	1	3	3	1	2	2	2	16	2
sering Pelajar	jarang	selalu	tidak per	tidak per	jarang	lebih sar	4	1	2	5	1	5	4	1	21	2,625
kadang-k Pelajar	kadang-k	jarang	tidak per	jarang	jarang	sama bei	3	1	3	2	1	4	4	3	21	2,625
jarang Pelajar	kadang-k	kadang-k	jarang	sangat s	sering	sama bei	2	1	3	3	1	1	2	3	18	2,25
tidak per Pelajar	jarang	jarang	jarang	jarang	kadang-k	sama bei	1	1	2	2	2	4	3	3	22	2,75
sering Pelajar	sering	sering	sering	sering	sering	lebih ber	4	1	4	4	4	2	2	2	21	2,625
tidak per Pelajar	jarang	jarang	jarang	jarang	kadang-k	sama bei	1	1	2	2	2	4	3	3	22	2,75

selalu Pelajar	jarang	kadang-k	jarang	tidak per	kadang-k	sama bei	5	1	2	3	2	5	3	3	20	2,5
sering Pelajar	jarang	kadang-k	jarang	jarang	sering	lebih ber	4	1	2	3	2	4	2	2	18	2,25
selalu Pelajar	sering	sering	jarang	kadang-k	sering	lebih ber	5	1	4	4	2	3	2	2	19	2,375
sering Pelajar	selalu	sering	kadang-k	jarang	jarang	lebih rinj	4	1	5	4	3	4	4	4	27	3,375
sering Pelajar	sering	jarang	jarang	jarang	sering	lebih ber	4	1	4	2	2	4	2	2	19	2,375
sering Pelajar	sering	selalu	jarang	jarang	kadang-k	sama bei	4	1	4	5	2	4	3	2	23	2,875
selalu Pelajar	jarang	kadang-k	jarang	sering	sering	lebih ber	5	1	2	3	2	2	2	2	15	1,875
selalu Pelajar	jarang	kadang-k	jarang	sering	sering	lebih ber	5	1	2	3	2	2	2	2	15	1,875
selalu Pelajar	jarang	sering	sering	kadang-k	kadang-k	lebih ber	5	1	2	4	4	3	3	2	20	2,5
sering Pelajar	sering	sering	jarang	sering	kadang-k	lebih rinj	4	1	4	4	2	2	3	4	22	2,75
jarang Pelajar	sering	selalu	tidak per	jarang	kadang-k	sama bei	2	1	4	5	1	4	3	3	25	3,125
jarang Pelajar	sering	selalu	tidak per	jarang	kadang-k	sama bei	2	1	4	5	1	4	3	3	25	3,125
selalu Pelajar	jarang	kadang-k	jarang	sering	sering	lebih ber	5	1	2	3	2	2	2	2	15	1,875
sering Pelajar	sering	sering	jarang	sering	sering	sama bei	4	1	4	4	2	2	2	3	20	2,5
sering Pelajar	sering	jarang	tidak per	sangat s	sering	sama bei	4	1	4	2	1	1	2	3	16	2
selalu Pelajar	jarang	sering	tidak per	sering	sering	sama bei	5	1	2	4	1	2	2	3	16	2
sering Pelajar	jarang	sering	kadang-k	kadang-k	sering	sama bei	4	1	2	4	3	2	2	3	19	2,375
sering Pelajar	kadang-k	sering	kadang-k	kadang-k	sering	lebih rinj	4	1	3	4	3	2	2	4	21	2,625
sering Pelajar	sering	selalu	kadang-k	kadang-k	sering	lebih rinj	4	1	4	5	3	2	2	4	23	2,875
kadang-k Pelajar	kadang-k	kadang-k	jarang	sering	sering	sama bei	3	1	3	3	2	2	2	3	19	2,375
sering Pelajar	jarang	jarang	kadang-k	tidak per	jarang	lebih rinj	4	1	2	3	1	4	4	4	21	2,625
sering Pelajar	jarang	sering	sering	sering	sering	lebih ber	4	1	2	4	4	2	2	2	19	2,375
kadang-k Pelajar	kadang-k	sering	jarang	sering	kadang-k	sama bei	3	1	3	4	2	2	3	2	20	2,5
kadang-k Pelajar	kadang-k	kadang-k	tidak per	sangat s	sangat s	sama bei	3	1	3	3	1	1	1	2	15	1,875
kadang-k Pelajar	sering	sering	jarang	kadang-k	sangat s	lebih ber	3	1	4	4	2	3	1	2	20	2,5
sering Pelajar	jarang	sering	tidak per	sering	sangat s	lebih rinj	4	1	2	4	1	2	1	4	17	2,125
jarang Pelajar	sering	sering	sering	kadang-k	sangat s	lebih ber	2	1	4	4	4	3	1	2	23	2,875
sering Pelajar	jarang	sering	tidak per	sering	sangat s	lebih rinj	4	1	2	4	1	2	1	4	17	2,125



INDEKS OLAHRAGA													SKOR				TOTAL						
9. apakah	10. olahraga	11. berapa	12. Berap	13. Olah	14. Berap	15. Berap	16. Bila d	17. Selan	18. Selan					TOTAL									
ya	berlari	2-3 jam	<1 bulan	senam	<1 jam	1-3 bulan	sama	bai	sering	jarang	1,26	2,5	0,04	1,26	0,5	0,17	5,73	3	3	2	4	3	
ya	berlari	2-3 jam	<1 bulan	senam	<1 jam	1-3 bulan	sama	bai	sering	jarang	1,26	2,5	0,04	1,26	0,5	0,17	5,73	3	3	2	4	3	
tidak											0						0	0	3	3	2	2	
ya	berlari	2-3 jam	7-9 bulan	bersepeda	<1 jam	>9 bulan	sama	bai	sering	kadang-kada	1,26	2,5	0,67	1,26	0,5	0,92	7,11	3	3	2	3	2,75	
ya	berlari	<1 jam	<1 bulan	bersepeda	<1 jam	<1 bulan	sama	bai	sering	jarang	1,26	0,5	0,04	1,26	0,5	0,04	3,6	2	3	2	4	2,75	
ya	berlari	<1 jam	1-3 bulan	bersepeda	<1 jam	<1 bulan	kurang	sering	kadang-kada	1,26	0,5	0,17	1,26	0,5	0,04	3,73	2	4	2	3	2,75		
ya	berlari	<1 jam	<1 bulan	senam	<1 jam	<1 bulan	lebih	bar	sering	tidak pernah	1,26	0,5	0,04	1,26	0,5	0,04	3,6	2	2	2	5	2,75	
ya	berlari	<1 jam	<1 bulan	berlari	<1 jam	<1 bulan	lebih	bar	sering	tidak pernah	1,26	0,5	0,04	1,26	0,5	0,04	3,6	2	2	2	5	2,75	
ya	berlari	<1 jam	<1 bulan	senam	<1 jam	<1 bulan	lebih	bar	sering	tidak pernah	1,26	0,5	0,04	1,26	0,5	0,04	3,6	2	2	2	5	2,75	
tidak											0						0	0	3	3	2	2	
ya	berlari	<1 jam	<1 bulan	main bol	<1 jam	1-3 bulan	sama	bai	sering	jarang	1,26	0,5	0,04	1,76	0,5	0,17	4,23	3	3	2	4	3	
ya	berlari	<1 jam	<1 bulan	main bol	<1 jam	1-3 bulan	sama	bai	sering	jarang	1,26	0,5	0,04	1,76	0,5	0,17	4,23	3	3	2	4	3	
tidak											0						0	0	3	4	4	3	
ya	bersepeda	<1 jam	<1 bulan	main bol	<1 jam	<1 bulan	lebih	bar	kadang-k	jarang	1,26	0,5	0,04	1,76	0,5	0,04	4,1	3	2	3	4	3	
tidak											0						0	0	3	3	3	2,25	
tidak											0						0	0	4	3	3	2,5	
tidak											0						0	0	3	3	4	2,5	
tidak											0						0	0	3	1	5	2,25	
tidak											0						0	0	2	2	5	2,25	
tidak											0						0	0	2	2	5	2,25	
tidak											0						0	0	3	2	4	2,25	
tidak											0						0	0	3	4	3	2,5	
tidak											0						0	0	2	1	5	2	
ya	berlari	<1 jam	>9 bulan	sepeda	<1 jam	1-3 bulan	sama	bai	kadang-k	selalu	1,26	0,5	0,92	1,26	0,5	0,17	4,61	3	3	3	1	2,5	
tidak											0						0	0	2	1	3	1,5	
ya	skipping	1-2 jam	>9 bulan	berenang	1-2 jam	4-7 bulan	lebih	bar	sering	kadang-kada	0,76	1,5	0,92	1,26	1,5	0,42	6,36	3	2	2	2	1,75	
tidak											0						0	0	3	3	4	2,5	
ya	puss up	<1 jam	<1 bulan	sit up	<1 jam	<1 bulan	sama	bai	kadang-k	sering	0,76	0,5	0,04	0,76	0,5	0,04	2,6	2	3	3	2	2,5	
ya	joging	<1 jam	1-3 bulan	berenang	<1 jam	<1 bulan	sama	bai	sering	kadang-kada	1,26	0,5	0,17	1,26	0,5	0,04	3,73	2	3	2	3	2,5	
tidak											0						0	0	5	5	3	3,25	
tidak											0						0	0	5	5	3	3,25	
tidak											0						0	0	5	5	5	3,75	
tidak											0						0	0	4	2	5	2,75	
tidak											0						0	0	5	5	3	3,25	
tidak											0						0	0	5	4	5	3,5	
tidak											0						0	0	4	2	5	2,75	
tidak											0						0	0	4	2	4	2,5	
tidak											0						0	0	5	5	5	3,75	
tidak											0						0	0	5	4	3	3	
tidak											0						0	0	5	4	3	3	
tidak											0						0	0	5	4	3	3	
tidak											0						0	0	5	3	5	3,25	
ya	joging	<1 jam	>9 bulan	berenang	1-2 jam	4-7 bulan	lebih	bar	sangat	selalu	1,26	0,5	0,92	1,26	1,5	0,42	4,6	3	2	1	1	1,75	
ya	lari	<1 jam	1-3 bulan	jalan	<1 jam	1-3 bulan	sama	bai	tidak	per	jarang	1,26	0,5	0,17	0,76	0,5	0,17	2,1	2	3	5	4	3,5
tidak											0						0	0	4	5	4	3,25	
ya	jalan pag	<1 jam	<1 bulan	bersepeda	<1 jam	<1 bulan	kurang	sering	jarang	0,76	0,5	0,04	1,26	0,5	0,04	2,34	2	4	2	4	3		
tidak											0						0	0	2	1	5	2	
tidak											0						0	0	2	2	5	2,25	
tidak											0						0	0	4	2	5	2,75	
tidak											0						0	0	2	2	5	2,25	
tidak											0						0	0	4	3	5	3	
tidak											0						0	0	2	1	5	2	
tidak											0						0	0	3	1	5	2,25	
tidak											0						0	0	2	1	5	2	
tidak											0						0	0	4	2	5	2,75	
tidak											0						0	0	3	3	4	2,5	
ya	puss up	<1 jam	<1 bulan	sit up	<1 jam	<1 bulan	sama	bai	kadang-k	sering	0,76	0,5	0,04	0,76	0,5	0,04	2,6	2	3	3	2	2,5	
ya	joging	<1 jam	1-3 bulan	berenang	<1 jam	<1 bulan	sama	bai	sering	kadang-kada	1,26	0,5	0,17	1,26	0,5	0,04	3,73	2	3	2	3	2,5	
tidak											0						0	0	5	5	3	3,25	
tidak											0						0	0	5	5	3	3,25	
tidak											0						0	0	5	5	5	3,75	
tidak											0						0	0	4	2	5	2,75	
tidak											0						0	0	5	5	3	3,25	
tidak											0						0	0	5	4	5	3,5	
tidak											0						0	0	4	2	5	2,75	
tidak											0						0	0	4	2	4	2,5	
tidak											0						0	0	5	5	5	3,75	
tidak											0						0	0	5	4	3	3	
tidak											0						0	0	5	4	3	3	
tidak											0						0	0	5	4	3	3	
tidak											0						0	0	5	3	5	3,25	
ya	joging	<1 jam	>9 bulan	berenang	1-2 jam	4-7 bulan	lebih	bar	sangat	selalu	1,26	0,5	0,92	1,26	1,5	0,42	4,6	3	2	1	1	1,75	
ya	lari	<1 jam	1-3 bulan	jalan	<1 jam	1-3 bulan	sama	bai	tidak	per	jarang	1,26	0,5	0,17	0,76	0,5	0,17	2,1	2	3	5	4	3,5
tidak											0						0	0	4	5	4	3,25	
ya	jalan pag	<1 jam	<1 bulan	bersepeda	<1 jam	<1 bulan	kurang	sering	jarang	0,76	0,5	0,04	1,26	0,5	0,04	2,34	2	4	2	4	3		
tidak											0						0	0	2	1	5	2	
tidak											0						0	0	2	2	5	2,25	
tidak											0						0	0	4	2	5	2,75	
tidak											0						0	0	2	2	5	2,25	
tidak											0						0	0	4	3	5	3	
tidak											0						0	0	2	1	5	2	
tidak											0						0	0	3	1	5	2,25	
tidak											0						0	0	2	1	5	2	
tidak											0						0	0	4	2	5	2,75	

ya	main bol	<1 jam	<1 bulan	main bol	<1 jam	<1 bulan	sama bai	kadang-k	sering	1,76	0,5	0,04	1,76	0,5	0,04	4,6	3	3	3	2	2,75
ya	main bol	<1 jam	<1 bulan	berlari	<1 jam	<1 bulan	sama bai	sering	sering	1,76	0,5	0,04	1,76	0,5	0,04	4,6	3	3	2	2	2,5
tidak							sama bai	sering	kadang-k	0						0	0	3	2	3	2
ya	main bol	2-3 jam	<1 bulan	main futz	<1 jam	<1 bulan	kurang	jarang	sering	1,76	2,5	0,04	1,76	0,5	0,04	6,6	3	4	4	2	3,25
tidak							lebih bar	sering	tidak per	0						0	0	2	2	5	2,25
ya	futsal	<1 jam	1-3 bular	main bol	<1 jam	1-3 bular	sangat le	sangat s	selalu	1,76	0,5	0,17	1,76	0,5	0,17	4,86	3	1	1	1	1,5
tidak							sama bai	sering	tidak pernah	0						0	0	3	2	5	2,5
ya	bersepec	1-2 jam	1-3 bular	berjalan	1-2 jam	1-3 bular	sama bai	sering	tidak pernah	1,26	1,5	0,17	0,76	1,5	0,17	5,36	3	3	2	5	3,25
ya	berjalan	<1 jam	<1 bulan	main bol	<1 jam	<1 bulan	sama bai	kadang-k	sering	0,76	0,5	0,04	1,76	0,5	0,04	3,6	2	3	3	2	2,5
tidak							kurang	jarang	jarang	0						0	0	4	4	4	3
tidak							sama bai	jarang	tidak per	0						0	0	3	4	5	3
tidak							sama bai	sering	tidak per	0						0	0	3	2	5	2,5
tidak							sama bai	jarang	tidak per	0						0	0	3	4	5	3
tidak							sama bai	sering	tidak per	0						0	0	3	2	5	2,5
ya	futsal	<1 jam	1-3 bular	main bol	<1 jam	<1 bulan	sangat le	sangat s	kadang-k	1,76	0,5	0,17	1,76	0,5	0,04	4,73	3	1	1	3	2
tidak							kurang	sering	tidak per	0						0	0	4	2	5	2,75
tidak							sama bai	tidak per	tidak per	0						0	0	3	5	5	3,25
ya	lari	<1 jam	1-3 bular	berenang	<1 jam	1-3 bular	sama bai	sering	selalu	1,26	0,5	0,17	1,26	0,5	0,17	3,86	2	3	2	1	2
ya	lari	1-2 jam	<1 bulan	push up	1-2 jam	<1 bulan	sama bai	sering	kadang-k	1,26	1,5	0,04	0,76	1,5	0,04	5,1	3	3	2	3	2,75
tidak							kurang	jarang	kadang-k	0						0	0	4	4	3	2,75
tidak							kurang	kadang-k	jarang	0						0	0	4	3	4	2,75
tidak							sama bai	tidak per	tidak per	0						0	0	3	5	5	3,25
tidak							sama bai	sering	sering	0						0	0	3	2	2	1,75
ya	main bol	>4 jam	7-9 bular	bersepec	2-3 jam	7-9 bular	sama bai	kadang-k	sering	1,76	4,5	0,67	1,26	2,3	0,67	11,16	4	3	3	2	3
tidak							sangat k	kadang-k	tidak per	0						0	0	5	3	5	3,25
tidak							kurang	sering	tidak per	0						0	0	4	2	5	2,75
tidak							kurang	jarang	kadang-k	0						0	0	4	4	3	2,75
ya	Ngangon	>4 jam	>9 bulan	jetor	>4 jam	>9 bulan	kurang	kadang-k	sering	0,76	4,5	0,92	0,76	4,5	0,92	12,36	5	4	3	2	3,5
tidak							kurang	tidak per	jarang	0						0	0	4	5	4	3,25



INDEKS WAKTU SENGGANG										INDEKS AKTIVITAS FISIK	
19. Selanj	20. Selanj	21. Selanj	22. Berap	SKOR				TOTAL	SKOR	KATEGORI	
sering	kadang-k	jarang	5 menit	4	3	2	1	8	2	7,4	ringan
sering	kadang-k	sering	5 menit	4	3	4	1	10	2,5	8	sedang
sering	kadang-k	tidak per	5-15 men	4	3	1	2	8	2	6,5	ringan
sering	kadang-k	sering	5-15 men	4	3	4	2	11	2,75	7,6	sedang
jarang	kadang-k	jarang	15-30 me	2	3	2	3	12	3	8	sedang
jarang	sering	kadang-k	5-15 men	2	4	3	2	13	3,25	9,1	sedang
sering	sering	jarang	5 menit	4	4	2	1	9	2,25	7,6	sedang
sering	sering	jarang	5 menit	4	4	2	1	9	2,25	7,6	sedang
sering	sering	sering	5 menit	4	4	4	1	11	2,75	7,5	ringan
sering	kadang-k	tidak per	5-15 men	4	3	1	2	8	2	6,4	ringan
kadang-k	jarang	kadang-k	5-15 men	3	2	3	2	10	2,5	7,9	sedang
kadang-k	sering	jarang	5 menit	3	4	2	1	10	2,5	7,4	ringan
sering	kadang-k	jarang	5 menit	4	3	2	1	8	2	7,3	ringan
sering	kadang-k	kadang-k	5 menit	4	3	3	1	9	2,25	7,6	sedang
sering	kadang-k	tidak per	5 menit	4	3	1	1	7	1,75	6,9	ringan
jarang	kadang-k	jarang	5 menit	2	3	2	1	10	2,5	7,8	sedang
sering	jarang	jarang	5 menit	4	2	2	1	7	1,75	6,6	ringan
jarang	kadang-k	tidak per	5-15 men	2	3	1	2	10	2,5	6,8	ringan
kadang-k	jarang	kadang-k	15-30 me	3	2	3	3	11	2,75	7,4	ringan
kadang-k	jarang	kadang-k	15-30 me	3	2	3	3	11	2,75	7,4	ringan
sering	jarang	jarang	>45 meni	4	2	2	5	11	2,75	7,5	ringan
kadang-k	jarang	tidak per	5-15 men	3	2	1	2	8	2	7,6	sedang
kadang-k	jarang	tidak per	5-15 men	3	2	1	2	8	2	6,5	ringan
sering	kadang-k	jarang	5 menit	4	3	2	1	8	2	7,3	ringan
sering	kadang-k	jarang	15-30 me	4	3	2	3	10	2,5	7,8	sedang
jarang	kadang-k	tidak per	15-30 me	2	3	1	3	11	2,75	7	ringan
sering	jarang	jarang	15-30 me	4	2	2	3	9	2,25	6,6	ringan
selalu	kadang-k	kadang-k	15-30 me	5	3	3	3	10	2,5	8	sedang
jarang	kadang-k	tidak per	15-30 me	2	3	1	3	11	2,75	7,8	sedang
kadang-k	sering	jarang	15-30 me	3	4	2	3	12	3	8,3	sedang
selalu	jarang	jarang	5 menit	5	2	2	1	6	1,5	6,9	ringan
jarang	sering	tidak per	5-15 men	2	4	1	2	11	2,75	8,1	sedang
sering	jarang	jarang	5-15 men	4	2	2	2	8	2	8	sedang
tidak per	kadang-k	tidak per	5-15 men	1	3	1	2	11	2,75	8	sedang
selalu	jarang	jarang	5 menit	5	2	2	1	6	1,5	6,9	ringan
tidak per	tidak per	tidak per	5 menit	1	1	1	1	8	2	7,4	ringan
tidak per	kadang-k	tidak per	5-15 men	1	3	1	2	11	2,75	8	sedang
tidak per	kadang-k	tidak per	5-15 men	1	3	1	2	11	2,75	7,9	sedang
selalu	jarang	jarang	5 menit	5	2	2	1	6	1,5	7,4	ringan
sering	tidak per	tidak per	5 menit	4	1	1	1	5	1,25	6,3	ringan
sering	tidak per	tidak per	5 menit	4	1	1	1	5	1,25	6,3	ringan
sering	tidak per	tidak per	5 menit	4	1	1	1	5	1,25	6,8	ringan
selalu	jarang	jarang	5 menit	5	2	2	1	6	1,5	7,4	ringan
kadang-k	sering	sangat se	30-45 me	3	4	5	4	16	4	8,1	sedang
sering	sering	sering	15-30 me	4	4	4	3	13	3,25	9,1	sedang
selalu	tidak per	jarang	5 menit	5	1	2	1	5	1,25	6,9	ringan
sering	kadang-k	tidak per	5 menit	4	3	1	1	7	1,75	6,5	ringan
jarang	kadang-k	tidak per	15-30 me	2	3	1	3	11	2,75	6,8	ringan
kadang-k	jarang	kadang-k	15-30 me	3	2	3	3	11	2,75	7,8	sedang
kadang-k	jarang	jarang	5 menit	3	2	2	1	8	2	7,4	ringan
kadang-k	jarang	kadang-k	15-30 me	3	2	3	3	11	2,75	7,4	ringan
sering	sering	sering	5-15 men	4	4	4	2	12	3	8,6	sedang
sering	sering	jarang	5-15 men	4	4	2	2	10	2,5	6,6	ringan
sering	sering	tidak per	15-30 me	4	4	1	3	10	2,5	7,5	ringan
sering	kadang-k	kadang-k	5-15 men	4	3	3	2	10	2,5	6,6	ringan
sering	sering	kadang-k	5 menit	4	4	3	1	10	2,5	8,1	sedang



selalu	kadang-k	kadang-k	5-15 men	5	3	3	2	9	2,25	8,8	sedang
sering	kadang-k	kadang-k	5-15 men	4	3	3	2	10	2,5	6,9	ringan
sering	sering	jarang	5 menit	4	4	2	1	9	2,25	7,8	sedang
tidak per	kadang-k	kadang-k	5-15 men	1	3	3	2	13	3,25	7,8	sedang
jarang	kadang-k	kadang-k	5-15 men	2	3	3	2	12	3	7,3	sedang
jarang	sering	tidak per	5-15 men	2	4	1	2	11	2,75	7,5	ringan
jarang	kadang-k	tidak per	15-30 me	2	3	1	3	11	2,75	7,8	sedang
sering	kadang-k	jarang	>45 meni	4	3	2	5	12	3	7,6	sedang
kadang-k	kadang-k	tidak per	>45 meni	3	3	1	5	12	3	8,4	sedang
jarang	jarang	kadang-k	5 menit	2	2	3	1	10	2,5	7,8	sedang
jarang	sering	kadang-k	5-15 men	2	4	3	2	13	3,25	8,6	sedang
sering	sering	sering	5 menit	4	4	4	1	11	2,75	9,3	sedang
jarang	jarang	jarang	5 menit	2	2	2	1	9	2,25	8	sedang
jarang	kadang-k	tidak per	5-15 men	2	3	1	2	10	2,5	6,5	ringan
kadang-k	kadang-k	jarang	5-15 men	3	3	2	2	10	2,5	7,5	ringan
kadang-k	sering	kadang-k	5-15 men	3	4	3	2	12	3	8,5	sedang
kadang-k	kadang-k	jarang	5-15 men	3	3	2	2	10	2,5	8	sedang
sering	jarang	jarang	5-15 men	4	2	2	2	8	2	7,8	sedang
jarang	sering	kadang-k	5-15 men	2	4	3	2	13	3,25	8,4	sedang
jarang	tidak per	jarang	15-30 me	2	1	2	3	10	2,5	7,8	sedang
jarang	jarang	tidak per	5 menit	2	2	1	1	8	2	6,5	ringan
jarang	tidak per	tidak per	5 menit	2	1	1	1	7	1,75	6,6	ringan
jarang	jarang	tidak per	5-15 men	2	2	1	2	9	2,25	6,3	ringan
tidak per	tidak per	tidak per	5 menit	1	1	1	1	8	2	7,1	ringan
jarang	kadang-k	tidak per	5-15 men	2	3	1	2	10	2,5	8,1	sedang
kadang-k	kadang-k	jarang	5-15 men	3	3	2	2	10	2,5	7,3	ringan
jarang	kadang-k	tidak per	5 menit	2	3	1	1	9	2,25	7,5	ringan
tidak per	kadang-k	tidak per	5 menit	1	3	1	1	10	2,5	7,4	ringan
jarang	kadang-k	tidak per	5 menit	2	3	1	1	9	2,25	7,5	ringan
tidak per	kadang-k	jarang	30-45 me	1	3	2	4	14	3,5	8,8	sedang
jarang	jarang	jarang	5 menit	2	2	2	1	9	2,25	7	ringan
sering	jarang	jarang	5 menit	4	2	2	1	7	1,75	6,1	ringan
tidak per	kadang-k	jarang	5-15 men	1	3	2	2	12	3	9,6	sedang
jarang	sering	sering	15-30 me	2	4	4	3	15	3,75	8,4	sedang
jarang	jarang	jarang	5 menit	2	2	2	1	9	2,25	6,6	ringan
sering	kadang-k	jarang	5 menit	4	3	2	1	8	2	6,4	ringan
sering	kadang-k	jarang	5 menit	4	3	2	1	8	2	7,1	ringan
kadang-k	sering	sering	5-15 men	3	4	4	2	13	3,25	8,3	sedang
sering	selalu	kadang-k	5-15 men	4	5	3	2	12	3	8,8	sedang
jarang	kadang-k	tidak per	5-15 men	2	3	1	2	10	2,5	8,6	sedang
jarang	kadang-k	tidak per	5-15 men	2	3	1	2	10	2,5	8,1	sedang
jarang	kadang-k	tidak per	5-15 men	2	3	1	2	10	2,5	8,6	sedang
sering	kadang-k	jarang	5 menit	4	3	2	1	8	2	6,4	ringan
sering	sering	kadang-k	5 menit	4	4	3	1	10	2,5	7	ringan
sering	jarang	sering	15-30 me	4	2	4	3	11	2,75	7,5	ringan
sering	kadang-k	tidak per	5 menit	4	3	1	1	7	1,75	7	ringan
jarang	sering	jarang	5-15 men	2	4	2	2	12	3	7,4	ringan
kadang-k	kadang-k	tidak per	30-45 me	3	3	1	4	11	2,75	8,1	sedang
jarang	sering	jarang	5-15 men	2	4	2	2	12	3	8,6	sedang
sering	jarang	tidak per	5-15 men	4	2	1	2	7	1,75	6,9	ringan
sering	kadang-k	tidak per	5-15 men	4	3	1	2	8	2	7,9	sedang
sering	sering	sering	5 menit	4	4	4	1	11	2,75	6,9	ringan
jarang	jarang	sering	5 menit	2	2	4	1	11	2,75	8,3	sedang
selalu	tidak per	tidak per	5 menit	5	1	1	1	4	1	6,1	ringan
jarang	jarang	kadang-k	>45 meni	2	2	3	5	14	3,5	8,8	sedang
sering	kadang-k	tidak per	5 menit	4	3	1	1	7	1,75	6,6	ringan
jarang	sering	jarang	>45 meni	2	4	2	5	15	3,75	10,1	sedang
tidak per	kadang-k	kadang-k	15-30 me	1	3	3	3	14	3,5	8,9	sedang





## Lampiran 7: Output Hasil Analisis Data

### ANALISIS UNIVARIAT

#### Statistics

		AktivitasFisik	JenisKelamin	Usia	StatusIMT	PolaMakan
N	Valid	114	114	114	114	114
	Missing	0	0	0	0	0

#### JenisKelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	48	42.1	42.1	42.1
	Perempuan	66	57.9	57.9	100.0
	Total	114	100.0	100.0	

#### Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Remaja Awal	111	97.4	97.4	97.4
	Remaja Akhir	3	2.6	2.6	100.0
	Total	114	100.0	100.0	

#### StatusIMT

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Obesitas	74	64.9	64.9	64.9
	Tidak Obesitas	40	35.1	35.1	100.0
	Total	114	100.0	100.0	

#### AktivitasFisik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ringan	58	50.9	50.9	50.9
	Sedang	56	49.1	49.1	100.0
	Total	114	100.0	100.0	

**PolaMakan**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Jarang	60	52.6	52.6	52.6
Valid Sering	54	47.4	47.4	100.0
Total	114	100.0	100.0	

**ANALISIS BIVARIAT****Case Processing Summary**

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
AktivitasFisik * StatusIMT	114	100.0%	0	0.0%	114	100.0%

**AktivitasFisik \* StatusIMT Crosstabulation**

		StatusIMT		Total	
		Obesitas	Tidak Obes		
AktivitasFisik	ringan	Count	37	21	58
		% within AktivitasFisik	63.8%	36.2%	100.0%
AktivitasFisik	sedang	Count	37	19	56
		% within AktivitasFisik	66.1%	33.9%	100.0%
Total		Count	74	40	114
		% within AktivitasFisik	64.9%	35.1%	100.0%

**Chi-Square Tests**

	Value	df	Asymp. Sig. (2- sided)	Exact Sig. (2- sided)	Exact Sig. (1- sided)
Pearson Chi-Square	.065 <sup>a</sup>	1	.799		
Continuity Correction <sup>b</sup>	.003	1	.953		
Likelihood Ratio	.065	1	.799		
Fisher's Exact Test				.846	.477
N of Valid Cases	114				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 19,65.

b. Computed only for a 2x2 table



## Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
PolaMakan * StatusIMT	114	100.0%	0	0.0%	114	100.0%

## PolaMakan \* StatusIMT Crosstabulation

		StatusIMT		Total	
		Obesitas	Tidak Obes		
PolaMakan	Jarang	Count	42	18	60
		% within PolaMakan	70.0%	30.0%	100.0%
PolaMakan	Sering	Count	32	22	54
		% within PolaMakan	59.3%	40.7%	100.0%
Total		Count	74	40	114
		% within PolaMakan	64.9%	35.1%	100.0%

## Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	1.440 <sup>a</sup>	1	.230		
Continuity Correction <sup>b</sup>	1.007	1	.316		
Likelihood Ratio	1.440	1	.230		
Fisher's Exact Test				.245	.158
N of Valid Cases	114				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 18,95.

b. Computed only for a 2x2 table

