

# Perbedaan kebiasaan sarapan, efikasi diri, dukungan keluarga, dan faktor lainnya pada aktivitas fisik siswa SMAN 39 Jakarta tahun 2019 = Breakfast habits, self-efficacy, family support, and other factors differences in physical activity of SMAN 39 Jakarta students in 2019

Rizka Ryanindya, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20494493&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Kurangnya aktivitas fisik dapat meningkatkan risiko banyak penyakit tidak menular seperti obesitas. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menentukan perbedaan kebiasaan sarapan, self-efficacy, dukungan keluarga, dukungan teman, keamanan lingkungan, dan status sosial ekonomi pada aktivitas fisik berdasarkan jenis kelamin. Penelitian ini merupakan penelitian cross-sectional dan dilaksanakan pada bulan April 2019 di SMAN 39 Jakarta. Total sampel penelitian ini adalah 230 siswa dari kelas 10 dan 11. Data aktivitas fisik diperoleh dari PAQ-A. Kebiasaan sarapan, efikasi diri, dukungan keluarga, dukungan teman, keselamatan lingkungan, dan data status sosial ekonomi diperoleh dari kuesioner yang diadaptasi dari Persepsi Aktivitas Fisik Skala Self-Efficacy Untuk Remaja, Dukungan Sosial Sallis dan Survei Latihan, NEWS-Y, dan FAS II. Analisis univariat dan bivariat dengan uji chi-square, uji non-parametrik, dan analisis stratifikasi dilakukan dalam penelitian ini. Hasilnya 48,3% siswa memiliki aktivitas fisik yang tidak mencukupi, dukungan keluarga memiliki perbedaan signifikan pada aktivitas fisik anak perempuan, dan dukungan teman memiliki perbedaan signifikan pada aktivitas fisik anak perempuan dan laki-laki. Intervensi yang difokuskan untuk meningkatkan dukungan keluarga pada anak perempuan dan dukungan teman dalam bentuk intervensi kelompok diperlukan.

<hr>

Lack of physical activity can increase the risk of many non-communicable diseases such as obesity. The purpose of this study is to determine differences in breakfast habits, self-efficacy, family support, friend support, environmental safety, and socioeconomic status on physical activity based on sex. This research is a cross-sectional study and was conducted in April 2019 at SMAN 39 Jakarta. The total sample of this study was 230 students from grades 10 and 11. Physical activity data were obtained from PAQ-A. Breakfast habits, self-efficacy, family support, friend support, environmental safety, and socioeconomic status data were obtained from a questionnaire adapted from the Physical Activity Perceptions Self-Efficacy Scale for Youth, Social Support Sallis and Exercise Survey, NEWS-Y, and FAS II. Univariate and bivariate analysis with chi-square test, non-parametric test, and stratification analysis were conducted in this study. The result 48.3% of students have insufficient physical activity, family support has a significant difference in physical activity of girls, and peer support has a significant difference in physical activity of girls and boys. Interventions that are focused on increasing family support for girls and peer support in the form of group intervention are needed.