



**UNIVERSITAS ANDALAS**

**HUBUNGAN DURASI TIDUR, TINGKAT AKTIVITAS FISIK  
DAN DUKUNGAN IBU DENGAN KEJADIAN OBESITAS  
PADA DUA SEKOLAH DASAR DI WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS PADANG PASIR KOTA PADANG**

**TAHUN 2018**

**Oleh :**

**NADYA ULVA RIZAL**

**No. BP. 1411211010**



**Pembimbing I : Hafifatul Auliya Rahmy, SKM, MKM**

**Pembimbing II : Dr. Denas Symond, MCN**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT**

**UNIVERSITAS ANDALAS**

**PADANG, 2018**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS ANDALAS**

**Skripsi, Mei 2018**

**NADYA ULVA RIZAL, No. BP. 1411211010**

**HUBUNGAN DURASI TIDUR, TINGKAT AKTIVITAS FISIK DAN  
DUKUNGAN IBU DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA DUA SEKOLAH  
DASAR DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PADANG PASIR KOTA  
PADANG TAHUN 2018**

x + 72 halaman, 13 tabel, 4 gambar, 9 lampiran

**ABSTRAK**

**Tujuan**

Obesitas dapat menurunkan kualitas hidup, menimbulkan penyakit degeneratif dan penyakit metabolik di masa yang akan datang. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2016 diperoleh data prevalensi tertinggi kedua pada Wilayah Kerja Puskesmas Padang Pasir yaitu sebesar 6,9%, sekolah dengan obesitas tertinggi adalah SDN 26 Rimbo Kaluang (20%) dan SDN 29 Purus (16,67%). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan durasi tidur, tingkat aktivitas fisik dan dukungan ibu dengan kejadian obesitas pada anak Sekolah Dasar di wilayah kerja Puskesmas Padang Pasir Kota Padang Tahun 2018.

**Metode**

Desain penelitian ini menggunakan *case control study* menggunakan *matching* jenis kelamin dengan sampel sebanyak 84 siswa/i yang terdiri dari 42 kasus dan 42 kontrol. Pengambilan data primer dengan cara pengukuran dan kuesioner dengan wawancara, data sekunder diperoleh dari daftar siswa/i di SD yang diteliti. Pengolahan data dengan cara analisis univariat dan bivariat.

**Hasil**

Berdasarkan penelitian didapatkan responden yang memiliki durasi tidur yang kurang, lebih banyak pada kelompok kasus yaitu 66,7%, tingkat aktivitas fisik yang tidak aktif sebanyak 83,3% dan dukungan ibu yang rendah sebanyak 50%. Ada hubungan yang bermakna antara durasi tidur ( $p=0,001$ ), tingkat aktivitas fisik ( $p=0,000$ ) dengan kejadian obesitas dan tidak ada hubungan antara dukungan ibu ( $p=0,179$ ) dengan obesitas.

**Kesimpulan**

Kesimpulan penelitian ini ada hubungan bermakna antara durasi tidur dan tingkat aktivitas fisik dengan kejadian obesitas, dan tidak ada hubungan antara dukungan ibu dengan kejadian obesitas. Maka disarankan kepada orang tua dan pihak sekolah untuk mengarahkan anak agar lebih aktif bermain di waktu senggang, mengurangi bermain *game* di rumah dan memperhatikan waktu bermain dan istirahat anak.

Daftar Pustaka : 62 (1989-2018)

Kata Kunci : obesitas, durasi tidur, tingkat aktivitas fisik, dan dukungan ibu

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH  
ANDALAS UNIVERSITY**

**Undergraduated Thesis, Mei 2018**

**NADYA ULVA RIZAL, No. BP. 1411211010**

**THE RELATION OF SLEEP DURATION, PHYSICAL ACTIVITY LEVEL AND  
MOTHER SUPPORT WITH OBESITY INCIDENCE IN TWO ELEMENTARY  
SCHOOLS IN PUSKESMAS PADANG PASIR PADANG CITY 2018**

x + 72 pages, 13 tables, 4 figures, 9 appendices

**ABSTRACT**

**Objective**

Obesity can reduce quality of life, cause degenerative diseases and metabolic diseases in the future. Based on data from Padang City Health Office in 2016, the second highest prevalence data in Padang Pasir Puskesmas working area was 6.9%, the highest obesity was SDN 26 Rimbo Kaluang (20%) and SDN 29 Purus (16.67%). This study aims to determine the relationship between sleep duration, the level of physical activity and mother support with obesity occurrence in elementary school children in the work area Puskesmas Padang Pasir Padang City in 2018.

**Methods**

This research design use case control study with matching gender. The number of samples of this study were 84 students consisting of 42 cases and 42 controls. Primary data collection by measurement and questionnaire by interview, secondary data obtained from the list of students in primary school studied. Data processing by univariate and bivariate analysis.

**Result**

Based on the research, the respondents had less sleep duration, 66.7% in the case group, 83.3% inactive physical activity and 50% low mother support. There was a significant relationship between sleep duration ( $p = 0.001$ ), physical activity level ( $p = 0.000$ ) with obesity incidence and no relationship between mother support ( $p = 0.179$ ) and obesity.

**Conclusion**

There was a significant association between sleep duration and physical activity level with obesity, and there was no relationship between mother support and obesity. It is advisable to parents and school to direct children to be more active in their leisure time, to reduce playing games at home and pay attention to play time and child's rest.

Reference : 62 (1989-2018)

Key words : obesity, sleep duration, level of physical activity, and mother support