

SKRIPSI

**GAMBARAN AKTIVITAS FISIK PADA REMAJA YANG MENGALAMI
OVERWEIGHT DAN OBESITAS DI SMA FRATER DON BOSCO
BANJARMASIN TAHUN 2024**



Oleh:

IVONTY SONIA DHIKA

113063C1120045

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN DAN PROFESI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SUAKA INSAN**

BANJARMASIN

2024

**GAMBARAN AKTIVITAS FISIK PADA REMAJA YANG MENGALAMI
OVERWEIGHT DAN OBESITAS DI SMA FRATER DON BOSCO
BANJARMASIN TAHUN 2024**

SKRIPSI

Diajukan sebagai syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan Sekolah Tinggi
Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin



Disusun Oleh:

IVONTY SONIA DHIKA

113063C1120045

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN DAN PROFESI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SUKA INSAN
BANJARMASIN**

2024

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

**Gambaran Aktivitas Fisik Pada Remaja Yang Mengalami *Overweight* Dan
Obesitas di SMA Frater Don Bosco Banjarmasin Tahun 2024**

Skripsi ini telah diperiksa dan dipersetujui untuk di seminarkan

Banjarmasin, 3 Juli 2024

Pembimbing Skripsi

Pembimbing I



Maria Silvana Dhawo, S.Kep.,Ners,MHPEd

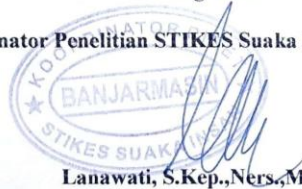
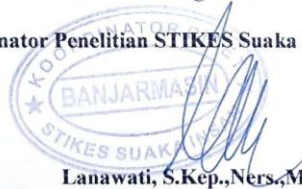
Pembimbing II



Dania Relina Sitompul, S.Kep.,Ners,M.Kep

Mengetahui

Koordinator Penelitian STIKES Suaka Insan Banjarmasin

Lanawati, S.Kep.,Ners,M.Kep

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

**GAMBARAN AKTIVITAS FISIK PADA REMAJA YANG MENGALAMI
OVERWEIGHT DAN OBESITAS DI SMA FRATER DON BOSCO
BANJARMASIN TAHUN 2024**

Diajukan Oleh:

Ivonty Sonia Dhika

113063C1120045

Telah Diseminarkan dan Diujikan

Pada Tanggal 5 Juli 2024

Penguji I



Sapariah Anggraini, S. Kep., Ners, M.Kep

Penguji II



Ily Kresna Dewi, S.Kep., Ners, M.Kep., Sp.Kep., Mat

Penguji III



Ermeisi Er Unja, S.Kep., Ners., M.Kep

Mengetahui

Ketika STIKES Suka Insan Banjarmasin



Sr. Imelda Ingr Ladjar, SPC, BSN., MHA., Ph.D

OVERVIEW OF PHYSICAL ACTIVITY OF TEENAGERS EXPERIENCED WITH *OVERWEIGHT* AND *OBESITY* AT THE FRATER DON BOSCO SMA BANJARMASIN IN 2024

Ivonty Sonia Dhika¹, Maria Silvana Dhawo², Dania Relina Sitompul³

Email: Ivonty291@gmail.com

Abstract

Background: *Overweight* is excess body weight above ideal which is caused by the accumulation of fatty or non-fat tissue which over time, if not treated immediately, can cause obesity. Obesity is a disease characterized by excessive accumulation of body fat tissue which occurs because the balance between incoming energy is greater than the outgoing energy used by the body. The main factor causing obesity in adolescents is the cessation of physical activity. The daily life of high school students (teenagers) spends a lot of time on light activities such as playing with gadgets, watching television and doing a little out side activities.

Method: This research is descriptive quantitative using the total sampling method. Research sample of adolescents who are *overweight* and obese. Data collection used SPSS with univariate analysis

Research Objective: To describe the physical activity of adolescents who are *overweight* and obese at the Brother Don Bosco High School, Banjarmasin

Results: From the research results, the majority of respondents carried out physical activity, namely in the physical activity category, there were 39 respondents (60.9%). Meanwhile, the second majority was in the high physical activity category with 14 respondents (21.9%) and the light activity category with 11 respondents (17.2%).

Conclusion: The majority of teenagers' physical activity is moderate activity and the respondents who do the most physical activity are male respondents.

Keywords: *overweight and obesity, Adolescents, Physical activity*

¹ Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin

^{2,3} Dosen Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin.

GAMBARAN AKTIVITAS FISIK PADA REMAJA YANG MENGALAMI OVERWEIGHT DAN OBESITAS DI SMA FRATER DON BOSCO BANJARMASIN TAHUN 2024

Ivonty Sonia Dhika¹, Maria Silvana Dhawo², Dania Relina Sitompul³

Email: Ivonty291@gmail.com

INTISARI

Latar Belakang: *Overweight* merupakan kelebihan berat badan diatas ideal yang disebabkan oleh penimbunan lemak yang lama kelamaan jika tidak segera ditangani dapat menyebabkan obesitas. Obesitas yaitu penyakit yang ditandai dengan penimbunan lemak tubuh secara berlebihan yang terjadi karena ketidakseimbangan antara energi yang masuk lebih besar dengan energi yang dikeluarkan oleh tubuh. Faktor penyebab utama obesitas pada remaja adalah kurangnya aktifitas fisik. Pelajar SMA (remaja) lebih suka melakukan aktivitas ringan seperti bermain *gadget*, menonton televisi dan sedikit melakukan aktivitas di luar rumah.

Tujuan Penelitian: Menggambarkan aktivitas fisik remaja yang mengalami *Overweight* dan Obesitas di SMA Frater Don Bosco Banjarmasin

Metode: Penelitian menggunakan desain deskriptif kuantitatif, pengambilan data dengan metode total sampling. Sampel penelitian yaitu remaja *overweight* dan obesitas berjumlah 64 responden. Pengumpulan data menggunakan kuesioner GPAQ dan analisa data distribusi frekuensi

Hasil: Mayoritas aktivitas fisik pada sisw/i SMA Frater Don Bosco adalah aktivitas fisik sedang berjumlah 39 responden (60,9%). Diikuti mayoritas kedua yaitu aktivitas fisik tinggi berjumlah 14 responden (21,9%) dan terakhir aktivitas ringan sebanyak 11 responden (17,2%).

Kesimpulan: Siswa/i SMA Frater Don Bosco masih memiliki rentang aktivitas sedang dengan hasil MET $600 \geq 3000$ dan Mayoritas responden yang paling banyak melakukan aktivitas fisik adalah responden laki-laki.

Kata Kunci: *overweight* dan obesitas, Remaja, Aktivitas fisik

¹ Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin

^{2,3} Dosen Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ivonty Sonia Dhika
NIM : 113063C1120045
Prodi : Sarjana Keperawatan
Jenis Karya : Skripsi

Sebagai Civitas Akademik STIKES Suaka Insan Banjarmasin, yang turut serta mendukung pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada STIKES Suaka Insan Banjarmasin Karya Ilmiah saya yang berjudul:

“Gambaran Aktivitas Fisik Pada Remaja Yang Mengalami *Overweight* dan Obesitas di SMA Frater Don Bosco Banjarmasin Tahun 2024”

Dengan adanya Hak Bebas Royalti ini maka, STIKES Suaka Insan Banjarmasin mempunyai kebebasan secara penuh untuk menyimpan, melakukan *editing*, mengalihkan ke format/media yang berbeda, melakukan kelolaan berupa *database* serta melakukan publikasi tugas akhir saya ini dengan pertimbangan tetap mencantumkan nama penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta dengan segala perangkat yang ada (bila diperlukan).

Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Di buat di : Banjarmasin

Pada tanggal: 5 Juli 2024

Saya yang menyatakan,



Ivonty Sonia Dhika

PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah karya tulis saya asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, magister) baik di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan (STIKES Suaka Insan) maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian penulis sendiri tanpa bantuan pihaklain, kecuali arahan tim pembimbing dan tim penguji.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan tidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Banjarmasin, 5 Juli 2024

Yang membuat pernyataan



Ivonty-Sonia Dhika

LEMBAR PERSEMBAHAN

Dengan rasa syukur yang mendalam, telah selesainya skripsi yang telah di tulis oleh peneliti skripsi ini dipersembahkan untuk:

Tuhan Yesus yang tidak pernah meninggalkanku dalam keadaan apapun yang selalu menopang, melindungi, menyertai dan memampukanku disaat putus asa dan hilang semangat terhadap cobaan dan rintangan saat proses penyelesaian skripsi ini, aku tetap yakin dan percaya Tuhan selalu bersamaku. Terima kasih Tuhan Yesusku.

Orang tuaku, mamak dan bapak (alm) terima kasih atas segala perjuangan dan pengorbanan kalian untuk kami anak-anakmu, terkhususnya untukku walaupun bapak sudah gak ada tanpa sadar itu sebagai motivasi aku untuk membanggakan bapak dan mamak, terutama untuk mamak yang sudah berjuang seorang diri untuk membiayai pendidikan dan selalu mendoakan aku serta memotivasi dan mendukung selama proses perkuliahan dan penyelesaian skripsi ini sehingga bisa aku selesaikan, aku berharap aku bisa membanggakan mamak dan bapak dengan selesainya skripsi ini yang menandakan bahwa aku sudah menyelesaikan tugas akhir aku sebagai mahasiswa sarjana.

Kakak-kakak ku, terima kasih sudah memberi motivasi dan sponsor dananya untuk membantu mamak selama perkuliahan dan penyelesaian skripsi ini dan terima kasih keponakan, nenek serta seluruh keluarga, dan orang-orang baik yang memotivasi peneliti agar semangat menyelesaikan skripsi ini.

Pembimbing skripsi peneliti ibu Inez dan ibu Dania, tiada kata yang dapat menggambarkan betapa berterima kasihnya peneliti kepada pembimbing yang selama ini sudah dengan susah payah dan selalu sabar terhadap peneliti selain itu tidak pernah

lupa untuk membantu, memotivasi dan memberi semangat untuk peneliti dan banyak berkorban untuk penyelesaian skripsi ini, sekali lagi terima kasih banyak untuk ibu Inez dan ibu Dania. Bagi saya ibu Inez dan ibu Dania adalah dosen pembimbing terbaik, saya sangat bersyukur dan berterima kasih karena bisa menjadi bimbingan ibu untuk tugas akhir ini, mohon maaf jika selama proses penyelesaian skripsi ini saya ada berbuat salah sengaja maupun tidak disengaja terhadap ibu Inez dan ibu Dania. Tidak lupa juga saya ucapkan terima kasih untuk dosen penguji saya yang sudah meluangkan waktu dan juga banyak memberikan masukan untuk penyelesaian skripsi ini.

Teman-temanku, terima kasih untuk motivasi dan bantuannya selama proses penyelesaian skripsi ini yang akan menjadi cerita dan pengalaman yang tidak akan pernah aku lupakan dan bakal dirindukan nanti, terima kasih juga terkhusus untuk Tn. N yang selalu sabar membantu, menjadi teman curhat, dan selalu menyemangati disaat aku mulai menyerah dan patah semangat walaupun aku tau kamu juga capek dan terkadang hilang semangat tapi kamu selalu ada untuk aku dalam keadaan apapun, terima kasih juga karena mau berjuang bersama untuk menyelesaikan tugas akhir kita (skripsi). Semoga kedepannya apa yang kita harapkan dan cita-citakan dapat terwujud dan bisa membanggakan orang tua.

Diriku, terima kasih sudah mau bertahan dan tetap berusaha untuk menyelesaikan skripsi ini walaupun banyak sekali cobaan, rintangan, sempat diremehkan dan dibandingkan saat kita berjuang untuk menyelesaikan skripsi ini tapi kita tetap mampu bertahan dan semangat untuk membuktikan kita bisa menyelesaikan ini. Aku sadar ini merupakan proses pendewasaan banyak hal yang menyakitkan dan menyenangkan yang kita lewati dalam penyelesaian skripsi ini, aku bangga pada kita

karena tetap kuat walaupun aku tau ini gak mudah semoga dengan melawati proses yang cukup berat bagi kita saat ini, kita banyak mengambil hal-hal positif serta pembelajaran yang membuat kita menjadi lebih baik, dan dewasa untuk kedepannya. Sekali lagi terima kasih diriku kita hebat dengan versi diri kita sendiri.

Akhir kata peneliti mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada semua orang yang terlibat dalam proses dari awal perkuliahan dan penyelesaian skripsi ini. Tidak ada kata ataupun hal yang dapat menggambarkan betapa berterima kasih dan bersyukurya peneliti terhadap semua kebaikan yang kalian lakukan dan tidak ada kata ataupun hal yang dapat peneliti lakukan atau berikan yang dapat membalas semua kebaikan kalian, semoga Tuhan yang membalas semuanya, peneliti juga tau penelitian dan hasil skripsi ini tidak sempurna tetapi peneliti berharap hasil penelitian ini dapat di digunakan dan di kembangkan lagi oleh peneliti selanjutnya agar menjadi lebih baik untuk kedepannya.

CURRICULUM VITAE

Nama : Ivonty Sonia Dhika

Tempat/tanggal lahir : Dingin, 29 Oktober 2001

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Katholik

Status : Mahasiswa

Alamat : Jl. Balon Rt.002 Kamp. Lambing Kec. Muara Lawa Kab. Kutai Barat, Kalimantan Timur

Ayah : Frederikus Dhika (Alm)

Ibu : Milkani

Pekerjaan orang tua

Ayah : -

Ibu : Ibu Rumah Tangga (IRT)

Riwayat pendidikan

SD : SDN 002 Lambing

SMP : SMPN 1 Muara Lawa

SMA : SMAN 1 Muara Lawa

Perguruan Tinggi : STIKES Suaka Insan Banjarmasin 2020-sekarang

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena karunia dan berkatnya yang senantiasa dicurahkan pada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Gambaran Aktivitas Fisik Pada Remaja Yang Mengalami *Overweight* dan Obesitas di SMA Frater Don Bosco Banjarmasin Tahun 2024”. Skripsi ini ditulis untuk salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Stikes Suaka Insan Banjarmasin. Pada penyusunan skripsi ini sebagai penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih terhadap seluruh pihak yang telah membantu dan mendukung serta membimbing sehingga skripsi ini dapat diselesaikan oleh penulis, dengan ini saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Sr. Imelda Ingir Ladjar, SPC, BSN., MHA., Ph.D selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin
2. dr. H Abdul Hakim selaku kepala Puskesmas Pekauman yang telah memberikan dukungan dan izin untuk melakukan penelitian serta membantu penulis dalam mendapatkan data.
3. Maria Silvana Dhawo, S.Kep., Ners, MHPEd selaku wakil Ketua I Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin dan selaku pembimbing I, yang telah meluangkan waktu untuk memberikan arahan dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Sr. Getrudis Tutpai, SPC., S.Pd., M.Psi Selaku Wakil Ketua II Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin.
5. Lucia Andi Chrismilasari, S.Kep., Ners., M.Kep Selaku Wakil Ketua III Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin.

6. Lanawati, S.Kep., Ners., M.Kep selaku Koordinator Riset Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan.
7. Dania Relina Sitompul, S.Kep., Ners., M.Kep selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu untuk memberikan arahan, masukan, dan dukungan dalam penyusunan skripsi ini.
8. Sapariah Anggraini, S.Kep., Ners., M.Kep selaku peguji I dalam sidang skripsi ini.
9. Selly Kresna Dewi S.Kep., Ners., M.Kep., Sp. Kep. Mat selaku peguji II dalam sidang skripsi ini.
10. Ermeisi Er Unja, S.Kep., Ners., M.Kep selaku peguji III dalam sidang skripsi ini.
11. Seluruh staf pendidik dan Tata Usaha Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin yang turut membantu jalannya penelitian.
12. Orang Tua, kakak dan seluruh anggota keluarga yang selalu memberikan dukungan dan bantuan selama penyusunan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Oleh sebab itu demi kesempurnaan skripsi ini peneliti mengharapkan adanya kritik dan saran yang membangun dari semua pihak. Akhir kata semoga hasil dari penulisan skripsi ini dapat dimanfaatkan bagi perkembangan ilmu kesehatan khususnya keperawatan.

Banjarmasin, 5 Juni 2024

Peneliti



Ivonty Sonia Dhika

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	2
LEMBAR PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI... Error! Bookmark not defined.	
PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PERSEMBAHAN	vii
CURICULUM VITAE	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR SKEMA	xvii
DAFTAR GAMBAR	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
BAB I	Error! Bookmark not defined.
PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan penelitian	Error! Bookmark not defined.
D. Manfaat penelitian	Error! Bookmark not defined.
E. Keaslian penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB II	Error! Bookmark not defined.
TINJAUAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
A. Telaah Pustaka	Error! Bookmark not defined.
1. Konsep remaja	Error! Bookmark not defined.
2. Teori obesitas	Error! Bookmark not defined.
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi obesitas	Error! Bookmark not defined.
4. Dampak obesitas pada remaja	Error! Bookmark not defined.
5. Konsep aktivitas fisik	Error! Bookmark not defined.
6. Karakteristik aktivitas fisik	Error! Bookmark not defined.

7.	Aktivitas fisik berdasarkan usia	Error! Bookmark not defined.
8.	Rekomendasi aktivitas fisik bagi remaja	Error! Bookmark not defined.
9.	Manfaat aktivitas fisik bagi remaja	Error! Bookmark not defined.
10.	Risiko kurang melakukan aktivitas fisik	Error! Bookmark not defined.
11.	Pengukuran aktivitas fisik	Error! Bookmark not defined.
B.	Landasan Teori.....	Error! Bookmark not defined.
B.	Kerangka Landasan Teori	Error! Bookmark not defined.
C.	Kerangka Konsep Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB III.....		Error! Bookmark not defined.
METODE PENELITIAN		Error! Bookmark not defined.
A.	Jenis dan Rancangan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
B.	Variabel Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
C.	Definisi Operasional	Error! Bookmark not defined.
D.	Tempat dan Waktu Penelitian	Error! Bookmark not defined.
E.	Populasi	Error! Bookmark not defined.
1	Populasi.....	Error! Bookmark not defined.
2	Sampel	Error! Bookmark not defined.
3	Sampling	Error! Bookmark not defined.
F.	Instrumen penelitian	Error! Bookmark not defined.
G.	Uji Validitas dan Reabilitas	Error! Bookmark not defined.
H.	Teknik Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
1.	Tahapan Persiapan Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
2.	Tahap Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
I.	Cara Analisa Data	Error! Bookmark not defined.
1.	Pengolahan Data	Error! Bookmark not defined.
a.	Univariat	Error! Bookmark not defined.
J.	Keterbatasan dan Kelemahan penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
K.	Pertimbangan Etik	Error! Bookmark not defined.

BAB IV.....	Error! Bookmark not defined.
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
A. Gambaran umum SMA Frater Don Bosco Banjarmasin	Error! Bookmark not defined.
B. Karakteristik Responden.....	Error! Bookmark not defined.
C. Hasil Penelitian Dan Pembahasan	Error! Bookmark not defined.
BAB V	Error! Bookmark not defined.
PENUTUP	Error! Bookmark not defined.
A. Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.
B. Saran.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN.....	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian	Error! Bookmark not defined.
Tabel 2. 1 Tabel Value MET	Error! Bookmark not defined.
Tabel 2. 2 Tabel Kategori MET	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3. 1 Definisi Oprasional.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3. 2 Kisi-Kisi Kuesioner	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3. 3 Kisi-Kisi Kuesioner	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 1 Karakteristik Responden (Jenis Kelamin)	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 2 Karakteristik Responden (Usia).....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 3 Karakteristik Responden (Kelas).....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 4 Karakteristik Responden (IMT).....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 5 Aktivitas Fisik Siswa Berdasarkan MET	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR SKEMA

Skema 2. 1 Kerangka Landasan Teori..... **Error! Bookmark not defined.**

Skema 2. 2 Kerangka Penelitian **Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 SMA Frater Don Bosco Banjarmasin ... **Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Studi Pendahuluan.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 2 Surat Izin Pengambilan Data	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 3 Surat Balasan Puskesmas Pekauman	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 4 Kuesioner Aktivitas Fisik (GPAQ)	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 5 Lembar Konsultasi Proposal.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 6 Lembar Konsultasi Proposal.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 7 Lembar Perpindahan Lokasi Penelitian	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 8 Surat Izin Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 9 surat selesai penelitian	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 10 surat izin studi pendahuluan	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 11 Sertifikat Etik.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 12 Lembar Penjelasan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 13 <i>Informed Consent</i>	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 14 Lembar Konsultasi Skripsi.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 15 Konsultasi Skripsi.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 16 Master Tabel	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 17 Output SPSS Distribusi Frekuensi.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 18 Dokumentasi	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 19 Lampiran Rincian Biaya Penelitian	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 20 Jadwal Penelitian	Error! Bookmark not defined.