



## Digital Receipt

This receipt acknowledges that Turnitin received your paper. Below you will find the receipt information regarding your submission.

The first page of your submissions is displayed below.

Submission author: Nikmatul Jihan  
Assignment title: (Artikel Ni'matul) HUBUNGAN AKTIV..  
Submission title: HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DEN..  
File name: ARTIKEL\_JIHAN.docx  
File size: 302.03K  
Page count: 10  
Word count: 3,974  
Character count: 25,910  
Submission date: 28-Aug-2020 12:22PM (UTC+0700)  
Submission ID: 1375321492

#### HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA

Ni'matul Jihan<sup>1</sup>, Dwi Prasetyaningati<sup>2</sup>, Anita Rahmawati<sup>3</sup>

<sup>1</sup>STIKes Inan Cendekia Medika Lombang

<sup>2</sup>email: [nikmatuljihan7@gmail.com](mailto:nikmatuljihan7@gmail.com) <sup>3</sup>email: [dwiprasetya\\_82@yahoo.com](mailto:dwiprasetya_82@yahoo.com) <sup>4</sup>email: [anitarahmawati15ugn@gmail.com](mailto:anitarahmawati15ugn@gmail.com)

#### ABSTRAK

**Pendahuluan:** Obesitas merupakan kondisi dimana lemak berlebih yang terdapat didalam tubuh, karena tidak seimbang energi yang masuk dan energi yang keluar. Obesitas disebabkan oleh faktor genetik, aktivitas fisik, makanan cepat saji, faktor psikologis dan sosial ekonomi. Dalam *review study* ini fokus pada aktivitas fisik, karena semakin tinggi aktivitas fisik yang maka semakin rendah resiko terjadinya obesitas. *Review study* ditujukan untuk mengidentifikasi hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada remaja berdasarkan *study empiris* lima tahun terakhir. **Metode:** Tinjauan pustaka elektronik menggunakan 4 database (e-Resources perpustakaan, google scholar, Science Direct dan PubMed) dengan menggunakan *study desain cross-sectional dan experimental*, berbentuk bahasa Indonesia dan bahasa Inggris. **Hasil:** Menggunakan kata kunci "physical activity", "obesity", "adolescence" dan menemukan 10 artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi yang sudah ditentukan. Dalam *study* ini pemberian Tindakan aktivitas fisik (n=1) dan pengisian kuesioner (n=9). Faktor yang berkontribusi dalam studi aktivitas fisik sebagian besar *cross-sectional*. **Kesimpulan:** Penelitian dalam 10 jurnal, bahwa aktifitas fisik remaja menunjukkan hubungan yang signifikan terhadap indeks masa tubuh, dimana aktifitas fisik remaja yang ringan berpengaruh sebesar 55,2% akan mengalami obesitas dibandingkan dengan aktifitas fisik yang sedang. Sehingga menunjukkan bahwa terdapat hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada remaja.

**Kata kunci :** Aktivitas fisik, obesitas, remaja.

#### THE RELATIONSHIP OF PHYSICAL ACTIVITIES WITH THE EVENT OF OBESITY IN ADOLESCENTS: LITERATURE REVIEW

#### ABSTRACT

**Introduction:** Obesity is a condition where there is excess fat in the body, due to an imbalance of energy entering and leaving. Obesity is caused by genetic factors, physical activity, fast food, psychological and socio-economic factors. In this review study focused on physical activity, because the higher the physical activity, the lower the risk of obesity. This review study aims to determine the relationship between physical activities and the incidence of obesity in adolescents based on empirical studies over the last five years. **Review Methods:** The electronic literature study uses 4 databases (e-Resources library, google scholar, Science Direct and PubMed) using cross-sectional and experimental design studies, in the form of Indonesian and English. Using the keywords "physical activity", "obesity", "adolescence" and found 10 articles that matched the predefined inclusion criteria. **Result:** In this study, the provision of physical activity measurement tools (n = 1) and questionnaire filling (n = 9). The contributing factors in physical activity studies are largely cross-sectional. **Conclusion:** Research in 10 journals shows that physical activity of adolescents shows a significant relationship to body mass index, where light physical activity of adolescents has a 55.2% chance of being obese compared to moderate physical activity. So