



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: Revision 2
Submission title: HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DEN..
File name: REVISI_TURNIT.docx
File size: 222.04K
Page count: 59
Word count: 10,313
Character count: 65,548
Submission date: 04-Aug-2020 02:05PM (UTC+0700)
Submission ID: 1365785210

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Obesitas banyak dialami seseorang yang cukup umur dimasa sekarang. Proses awal terjadinya *overweight* sampai obesitas pada remaja dikarenakan pemasukan dan pengeluaran energi yang tidak proporsional. Berawal dari tidak proporsionalnya diatas yaitu jalan masuk aneka ragam makanan yang bergizi dengan mudah. Sedangkan karena perkembangan teknologi serta transisi pola hidup timbul rendahnya rendahnya tenaga yang keluar berawal 1,69 kcal/mnt/kgBB menurun ke 1,57 kcal/mnt/KgBB (Kemenkes RI, 2015). Perilaku menetap adalah salah satu contoh penurunan energi pada remaja yaitu kebiasaan melihat televisi dan mengaplikasikan *games* hingga berjam-jam (Miko & Pratiwi, 2017). Obesitas bisa terbentuk akibat kurangnya aktivitas fisik dari kebutuhan tubuh disebabkan kebiasaan remaja yang kian menikmati aktivitas didalam rumah daripada di luar rumah, seperti menonton *televisi* dan bermain *games online*. Remaja dengan aktivitas yang minim gerak jika berlangsung lama akan berdampak buruk bagi kesehatannya, karena berpeluang mengalami *overweight* atau kelebihan berat badan. Pada dasarnya, remaja yang kegemukan atau obesitas kaki nya tidak bisa menahan beban yang berat, akan lebih pelan duduk, berpindah, melangkah di banding remaja dengan berat kurus dan juga ada banyak masalah klinis yang timbul akibat obesitas pada remaja diantaranya diabetes melitus, asma atau sesak nafas, hipertensi, dan gangguan tulang sendi (Hasdianah, 2014).