

ABSTRAK

Nama : Muhammad Ziddant Ramadhan
Program Studi : Kesehatan Masyarakat
Judul : Hubungan Durasi Penggunaan *Smartphone* Dan Determinan Perilaku Dengan Aktivitas Fisik Pada Remaja SMPN 23 Kota Tangerang Tahun 2023

Aktivitas fisik Di Indonesia menurut data ditemukan 26.1% penduduk pada tahun 2013 dalam kategori remaja termasuk dalam kategori dengan aktivitas fisik kurang. Angka ini mengalami kenaikan pada tahun 2018 yang menunjukkan angka 33.5%. Aktivitas fisik dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti jenis kelamin, status social ekonomi, dukungan keluarga, dukungan teman, ketersediaan fasilitas olahraga dan penggunaan *smartphone*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan durasi penggunaan *smartphone* dan determinan perilaku dengan aktivitas fisik pada remaja SMPN 23 Kota Tangerang Tahun 2023. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan desain studi *cross-sectional*. Waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan November 2023 – Januari 2024. Sampel dalam penelitian ini adalah Remaja SMPN 23 Kota Tangerang dengan rentang usia 13-14 tahun dan pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *Stratified Random Sampling* dengan total 87 siswa/i. Data dianalisis menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan Uji *Fisher's Exact*. Hasil penelitian menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan (p -value 0,001) pada variabel durasi penggunaan *smartphone* dan ketersediaan fasilitas olahraga dengan aktivitas fisik pada remaja SMPN 23 Kota Tangerang. Peneliti menyarankan kepada sekolah untuk melakukan edukasi tentang bahaya durasi penggunaan *smartphone* yang tinggi dan melaksanakan program kesehatan yang mendorong aktivitas fisik disekolah dan tempat umum lainnya secara rutin bagi remaja.

Kata Kunci : Aktivitas Fisik; Remaja; Durasi Penggunaan *Smartphone*.

6 Bab, 75 Halaman, 11 Lampiran, 23 Tabel, 2 Gambar.

Pustaka : (87) (2007-2023).

ABSTRACT

Name : Muhammad Ziddant Ramadhan

Study Program : Public Health

Tittle : The Relationship Between Duration of Smartphone Use And Behavioral Determinants With Physical Activity in Adolescents at SMPN 23 Tangerang City in 2023

Physical activity In Indonesia, according to data, it was found that 26.1% of the population in 2013 in the youth category fell into the category with less physical activity. This figure increased in 2018 which showed 33.5%. Physical activity is influenced by several factors such as gender, socio-economic status, family support, friend support, availability of sports facilities and smartphone use. The aim of this research is to determine the relationship between duration of smartphone use and behavioral determinants with physical activity among teenagers at SMPN 23 Tangerang City in 2023. This type of research is quantitative using a cross-sectional study design. This research was carried out in November 2023 - January 2024. The sample in this research was teenagers from SMPN 23 Tangerang City with an age range of 13-14 years and sampling was carried out using the Stratified Random Sampling technique with a total of 87 students. Data were analyzed using univariate and bivariate analysis with the Fisher's Exact test. The results of the study found that there was a significant relationship (p -value 0.001) between the variables of smartphone use and the availability of sports facilities and physical activity among teenagers at SMPN 23 Tangerang City. Researchers suggest that schools provide education about the dangers of high smartphone use and implement health programs that encourage physical activity in schools and other public places on a regular basis for teenagers.

Keywords: Physical Activity; Teenager; Duration Smartphone Use.

6 Chapters, 75 Pages, 11 Appendices, 23 Tables, 2 Picture.

References : (87) (2007-2023).