

ABSTRAK

Nama : Putri Rahayu Mulyo
Program Studi : Kedokteran
Judul : Hubungan Tingkat Penggunaan Smartphone Dengan Risiko Obesitas Pada Pelajar SMAN 51 Jakarta Ditinjau Dari Kedokteran dan Menurut Pandangan Islam

Latar Belakang: Obesitas didefinisikan sebagai akumulasi abnormal atau kelebihan lemak yang berisiko bagi kesehatan. Obesitas dapat ditentukan menggunakan IMT yaitu perbandingan berat badan (dalam kilogram) dengan kuadrat tinggi badan (dalam meter). Menurut Riskesdas 2013, kejadian obesitas cenderung meningkat setiap tahunnya. Perilaku hidup sedentarian (kurang gerak) sangat tinggi karena didukung oleh teknologi dan transportasi yang memadai sehingga dapat mengurangi kegiatan aktivitas fisik yang seharusnya dapat menjadi penyeimbang terhadap asupan makanan yang berlebihan. Menurut ajaran Islam, Islam memotivasi terhadap perkembangan teknologi termasuk *smartphone* yang memberikan kemudahan bagi manusia. Penggunaan *smartphone* dapat berdampak positif dan juga dapat menimbulkan dampak negatif. Penggunaan *smartphone* berlebihan bagi siswa dapat menimbulkan kecanduan yang melalaikan kewajiban lainnya, diantaranya mengurangi aktivitas gerak tubuh yang dapat menyebabkan obesitas. Dalam ajaran Islam dilarang melakukan segala sesuatu yang berlebihan dan sangat mementingkan kesehatan jasmani yang dilakukan dengan cara menjaga pola hidup sehat sesuai dengan ajaran Islam, termasuk di antaranya menjaga pola makan seimbang tidak berlebihan. Sebagaimana firman Allah dalam surat Al-A'raf (7):31: "... makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan, Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan".

Metode: Penelitian ini berdasarkan cara pengumpulan data dengan mengukur berat badan dan tinggi badan serta pemberian kuisioner pada pelajar dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) ≥ 25 . Analisis yang dilakukan adalah analisis bivariat yaitu untuk mencari suatu hubungan antara 2 variabel.

Hasil: Pada penelitian ini menunjukkan bahwa kelompok terbanyak responden berjenis kelamin laki-laki (75%), menurut umur terbanyak yaitu 16 tahun (55.3%) dan golongan obesitas terbanyak yaitu obesitas kategori II (62.2%). Didapatkan frekuensi penggunaan *smartphone* paling sering yaitu sebesar 71.1% dan durasi paling lama yaitu 59.2%. Dari hasil analisis statistik didapatkan adanya hubungan yang sangat signifikan antara tingkat penggunaan *smartphone* dengan risiko obesitas dengan nilai $p < 0.05$.

Kesimpulan: Terdapat perbedaan yang sangat signifikan antara tingkat penggunaan *smartphone* dengan risiko obesitas pada pelajar SMAN 51 Jakarta dengan nilai $p = 0,001 (<0,05)$.

KATA KUNCI :Obesitas, Smartphone,Pelajar

ABSTRACT

Name : Putri Rahayu Mulyo
Study Program : Medical
Title : The Relation of Level of Smartphone Usage with Risk Of Obesity Students SMAN 51 Jakarta Timur Viewed From Medical and Viewed From Islamic

Background: *Obesity is defined as an abnormal accumulation or excess fat that is a risk to health. Obesity can be determined using BMI that is the ratio of body weight (in kilograms) to the square of height (in meters). According to Riskesdas 2013, the incidence of obesity tends to increase every year. Sedentarian life behavior is very high because it is supported by technology and adequate transportation so as to reduce the activity of physical activity which should be a balancer to the excessive food intake. According to Islamic teachings, that Islam motivates the development of technology including smartphones that provide convenience for humans. The use of smartphones can have a positive impact and can also have a negative impact. The use of excessive smartphones for students can cause addictions that neglect other obligations, such as reducing the activity of body movement that can cause obesity. In the teachings of Islam is prohibited to do everything excessive and very concerned with physical health done by maintaining a healthy lifestyle in accordance with Islamic teachings, including maintaining a balanced diet is not excessive. As the word of God in Surah Al-A'raf (7): 31: "... eat and drink, and do not overdo it, Allah does not love those who are excessive".*

Methods: *This study is based on data collection by measuring body weight and height and giving questionnaires to students with Body Mass Index (BMI) ≥ 25 . The analysis is a bivariate analysis that is to find a relationship between two variables.*

Result: *This study showed that most of the respondents were male (75%), according to the age of 16 years (55.3%) and the obese category was category II (62.2%). The most frequent use of the smartphone is 71.1% and the longest duration is 59.2%. From the results of statistical analysis found a very significant relationship between the level of smartphone use with the risk of obesity with a value of $p < 0.05$.*

Conclusions: *: There is a very significant difference between the rate of smartphone use and the risk of obesity in students of SMAN 51 Jakarta with a value of $p = 0.001 (< 0.05)$.*

KEY WORDS : *Obesity, Smartphone, Student*