

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN *SEDENTARY LIFESTYLE* DAN *OVERWEIGHT*  
TERHADAP RISIKO SINDROMA OVARIUM POLIKISTIK  
PADA SISWA SMAN 5 SURABAYA**



Penulis  
Shafira Noorania Putri  
NIM : 011711133164

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS AIRLANGGA  
SURABAYA  
2019**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN *SEDENTARY LIFESTYLE* DAN *OVERWEIGHT*  
TERHADAP RISIKO SINDROMA OVARIUM POLIKISTIK  
PADA SISWA SMAN 5 SURABAYA**



Penulis  
Shafira Noorania Putri  
NIM : 011711133164

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS AIRLANGGA  
SURABAYA  
2019**

**HUBUNGAN *SEDENTARY LIFESTYLE* DAN *OVERWEIGHT*  
TERHADAP RISIKO SINDROMA OVARIUM POLIKISTIK  
PADA SISWA SMAN 5 SURABAYA**

Skripsi  
Untuk memenuhi persyaratan Blok Penelitian  
Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga

Penulis  
Shafira Noorania Putri  
NIM : 011711133164

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS AIRLANGGA  
SURABAYA  
2019**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui


Tanggal Agustus 2020

### Pembimbing I



**Prof. Dr. Budi Santoso, dr., Sp. OG. (K)**  
**NIP. 19630217 198911 1 001**

### Pembimbing II



**Budiono, dr., M.Kes**  
**NIP. 19640403 199412 1 001**

## LEMBAR PENYATAAN ORISINILITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Shafira Noorania Putri

NIM : 011711133164

Program Studi : Kedokteran

Fakultas : Kedokteran

Menyatakan bahwa tulisan karya ilmiah yang saya buat yang berjudul “**Hubungan *Sedentary Lifestyle* dan *Overweight* terhadap Risiko Sindroma Ovarium Polikistik pada Siswa SMA Negeri 5 Surabaya**” merupakan hasil karya saya sendiri. Apabila di kemudian hari tulisan karya ilmiah saya melakukan tindakan plagiat, saya bersedia untuk menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar – benarnya.

Surabaya, 22 Januari 2021



## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur kepada Allah subhanahu wa ta'ala atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga hari ini penulis masih diberi kesempatan untuk terus belajar dan menggali ilmu-Nya yang luas. Berkat izin dan bantuan-Nya, skripsi ini pun dapat diselesaikan. Tak lupa salam serta sholawat selalu dihaturkan kepada Rasulullah Muhammad sallallahu 'alayhi wa salam. Perkenankanlah penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Seluruh keluarga yang senantiasa menyemangati dan memberi doa serta dukungan.
2. Prof. Dr. Soetojo, dr., Sp.U(K) selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga yang telah memberi kesempatan untuk menempuh pendidikan di Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga.
3. Dr. Maftuchah Rochmanti, dr., M.Kes. selaku Koordinator Program Studi Kedokteran yang telah memberikan izin dalam pembuatan skripsi.
4. Dr. Pudji Lestari, dr., M.Kes. selaku Penanggung Jawab Blok Penelitian yang telah memberikan fasilitas dalam pembuatan skripsi.
5. Prof. Dr. Budi Santoso, dr., Sp.OG.(K) selaku dosen pembimbing utama yang selalu memberikan bimbingan, masukan, dukungan, arahan, bantuan, serta meluangkan waktu selama proses penyusunan proposal, pengambilan data, hingga penyusunan skripsi.
6. Budiono, dr., M.Kes selaku dosen pembimbing yang turut memberikan masukan, bantuan, dukungan, evaluasi, arahan, serta meluangkan waktu selama penyusunan proposal hingga skripsi.

7. Ashon Sa'adi, dr., Sp. OG.(K) selaku dosen penguji yang telah membantu melalui kritik dan saran serta berbagi ilmu yang berguna dalam penyusunan skripsi ini.
8. Seluruh tenaga kependidikan dan staf Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga.
9. Seluruh tenaga pendidikan SMA Negeri 5 Surabaya dan seluruh responden penelitian yang bersedia meluangkan waktu untuk menjawab kuisioner yang berguna bagi penyusunan skripsi ini.
10. Rekan-rekan Komting dan PJB Penelitian yang telah membantu penyaluran informasi mengenai penelitian.
11. Seluruh teman-teman ASTROCYTES 2017 yang telah memberikan dukungan satu sama lain dalam menyelesaikan studi di FK UNAIR.
12. Seluruh teman – teman alumni 12 IPA 6 SMA Negeri 5 Surabaya yang telah meluangkan waktu untuk mendampingi proses pengambilan data pada penelitian ini.
11. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu-persatu yang terkait dalam pembuatan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih membutuhkan penyempurnaan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang memerlukan.

## RINGKASAN

Sedentary lifestyle atau gaya hidup yang jarang bergerak dan jarang berolahraga merupakan gaya hidup yang saat ini tanpa disadari banyak dianut oleh masyarakat tak terkecuali para siswa sekolah. Kegiatan belajar dan mengajar pada sekolah negeri di Surabaya dilakukan mulai pagi hari pukul 06.30 hingga pukul 15.00 selama 5 hari dalam 1 minggu. Pembelajaran yang banyak dilakukan duduk di dalam ruang kelas menyebabkan keseharian siswa sekolah menengah atas menjadi monoton dan jarang melakukan kegiatan – kegiatan yang memerlukan energi lebih dan cenderung pasif. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, proporsi aktivitas fisik kurang pada umur lebih dari 10 tahun di Jawa Timur mencapai angka hampir 25%. Ketidakberagaman makanan yang tersedia di kantin sekolah serta kebiasaan makan makanan cepat saji yang tinggi gula, garam dan minyak menjadi beberapa penyebab utama asupan makanan bergizi yang kurang. *Sedentary lifestyle* dan pola makan tidak sehat serta gizi rendah yang terjadi terus – menerus akan memicu timbulnya *overweight* bahkan meningkatkan risiko obesitas. Kegemukan dan obesitas akan meningkatkan risiko wanita subur untuk mengalami sindroma ovarium polikistik. Kriteria diagnosis sindroma ovarium polikistik pada remaja merupakan kombinasi dari pola pendarahan uterus abnormal dan bukti hiperandrogenisme. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *sedentary lifestyle* dan *overweight* terhadap risiko sindroma ovarium polikistik pada siswa SMA Negeri 5 Surabaya.

Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian analitik observasional jenis studi *cross – sectional* dengan uji regresi logistik. Populasi penelitian adalah



seluruh siswa perempuan kelas 10, 11, dan 12 di SMA Negeri 5 Surabaya. Sampel penelitian adalah 82 orang siswi yang dipilih melalui *random sampling*. Penelitian ini terdiri dari Penelitian ini terdiri dari 2 variabel bebas yaitu kebiasaan *sedentary lifestyle* dan berat badan berlebih (*overweight*) dan 1 variabel terikat yaitu risiko sindroma ovarium polikistik pada remaja yang terdiri dari pendarahan uteri abnormal dan hirsutisme sebagai bukti klinis hiperandrogenisme. Pengambilan data dilakukan dalam 2 tahap yaitu pengukuran berat badan dan tinggi badan dan dilanjutkan pengisian kuisisioner oleh responden. Analisis data menggunakan uji regresi logistik untuk melihat variabel bebas mana yang memiliki tingkat kebermaknaan paling tinggi. Analisis dilakukan dengan menggunakan aplikasi *software* SPSS.

Hasil uji regresi logistik menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel *sedentary lifestyle* sebesar 0,004 dan nilai *odds ratio* sebesar 6,3 serta hasil analisis regresi logistik pada variabel *overweight* yaitu  $p < 0,0001$  dan nilai *odds ratio* sebesar 16,2, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara *sedentary lifestyle* dan *overweight* dengan peningkatan risiko sindroma ovarium polikistik.