

**STUDI APLIKASI GERAKAN MASYARAKAT HIDUP SEHAT (GERMAS) PADA
REMAJA GAMER DI FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS
ISLAM KALIMANTAN (UNISKA) BANJARMASIN TAHUN 2020**

ARTIKEL

**Diajukan guna menyusun Artikel untuk memenuhi
sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat**



**OLEH:
AHMAD FEBRY FAHRURRAZI
NPM 16070069**

**UNIVERSITAS ISLAM KALIMANTAN (UNISKA)
MUHAMMAD ARSYAD AL BANJARI
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
BANJARMASIN**

2020

STUDI APLIKASI GERAKAN MASYARAKAT HIDUP SEHAT (GERMAS) PADA REMAJA GAMER DI FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS ISLAM KALIMANTAN (UNISKA) BANJARMASIN TAHUN 2020

Ahmad Febry Fahrurrazi¹, Ridha Hayati², Mahmudah³

¹Kesehatan Masyarakat, 13201, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan MAB, 16070069

²Kesehatan Masyarakat, 13201, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan MAB, 1124028301

³Kesehatan Masyarakat, 13201, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan MAB, 1116058901

Email: ahmadfebry53@gmail.com

ABSTRAK

Prevalensi penyakit tidak menular mengalami kenaikan berhubungan dengan pola hidup, antara lain merokok, konsumsi minuman beralkohol, aktivitas fisik, serta konsumsi buah dan sayur. Kondisi kesehatan masyarakat di Indonesia saat ini mengalami perubahan pola penyakit yang biasa disebut dengan transisi epidemiologi. Dari penyakit menular ke penyakit tidak menular yang disebabkan oleh salah satunya yaitu kemunculan *game online* yang suka dimainkan oleh remaja-remaja. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua Mahasiswa/i Reguler Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Kalimantan (UNISKA) Muhammad Arsyad Al Banjari (MAB) Banjarmasin dengan jumlah sampel 97 responden diambil dengan teknik *proportional stratified random sampling*. Data dikumpulkan dengan kuisioner dan untuk analisis univariat menggunakan distribusi frekuensi. Dari penelitian ini diperoleh sebagian besar responden tidak mengalami kecanduan bermain *game* sebanyak 87 responden (93,5%), sebagian besar responden sering melakukan aktivitas fisik sebanyak 59 responden (63,4%), sebagian besar responden suka mengonsumsi sayur dan buah secara teratur yaitu sebanyak 68 responden (73,1%) dan sebagian besar responden tidak rutin dalam memeriksakan kesehatannya sebanyak 70 responden (75,3%). Hasil tidak ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kecanduan *game p-value* (1,000), hasil tidak ada hubungan antara konsumsi sayur dan buah dengan kecanduan *game p-value* (0,450) dan hasil tidak ada hubungan antara periksa kesehatan secara rutin dengan kecanduan *game p-value* (1,000) di Fakultas Kesehatan Masyarakat UNISKA MAB Banjarmasin.

Kata Kunci: Remaja Gamer, Aktivitas Fisik, Periksa Kesehatan secara Rutin, Konsumsi Sayur dan Buah

ABSTRACT

The prevalence of untransmitted diseases has increased related to living patterns, such as smoking, consumption of alcoholic beverages, physical activity, and consumption of fruits and vegetables. Public Health conditions in Indonesia are currently experiencing a change in disease patterns commonly referred to as epidemiologic transitions. From infectious diseases to infectious diseases caused by one of the emergence of online game that are like to be played by teenagers. This Research method uses The Cross sectional approach. The population in the study is all the students of the regular faculty of Public health of the Islamic University of Kalimantan (Uniska) Muhammad Arsyad Al Banjari (MAB) Banjarmasin with a sample number of 97 respondents taken with the proportional stratified random sampling technique. Data is collected with a questionnaire and a univariate analysis using frequency distribution. From this study obtained most of the respondents did not experience the addiction of game play as much as 87 respondents (93,5%), most of the respondents often carry out physical activity as much as 59 respondents (63,4%), most of the respondents like to eat vegetables and fruit regularly, i.e. 68 respondents (73,1%) and most of the respondents were not routinely involved in the health of 70 respondents (75,3%). The result was not relationship between physical activity with game addiction p-value (1,000), the result was not relationship between vegetable and fruit consumption with game addiction p-value (0.450) and the result was not relationship between check routine health with game addiction p-value (1,000) in Health Faculty of UNISKA MAB Banjarmasin.

Keywords: Teenage Gamer, Physical Activity, Check Routine Health, Vegetable and Fruit Consumption

REFERENSI

- Abiyoga, A., & Meihartati, T., 2019. *Promosi dan Manfaat Pemeriksaan Kesehatan*. STIKES Wiyata Husada, Samarinda.
- Desmita. 2005. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Dinas Kesehatan, 2019. *Laporan Tahunan Program Penyakit Tidak Menular Dinas Kesehatan Kota Banjarmasin*. Banjarmasin: Seksi Program Penyakit Tidak Menular Dinas Kesehatan Kota Banjarmasin.
- Izzaty, R.E., dkk., 2008, *Perkembangan Peserta Didik*, Yogyakarta: penerbit UNY Press
- Irawan, M., 2018. *Hubungan Pengetahuan Dan Motivasi Dengan Penerapan Program GERMAS Pada Masyarakat Di Wilayah Kerja Puskesmas Mandiangin Kota Bukittinggi*. Skripsi Sarjana. Program Studi Sarjana Keperawatan. STIKES Perintis, Padang.
- Irawati, H. Y., dkk., 2016. Peningkatan Lingkungan Bersih dan Sehat di Kampung Kalisari Timur I Surabaya. *Jurnal Bakti Saintek*. 3 (2), hal.47-52.
- John W., dan Santrock, 2002. *Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Masya, H., & Chandra, D.A., 2016. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Gangguan Kecanduan *Game Online* Pada Peserta Didik Kelas X Di Madrasah Aliyah Al Furqon Prabumulih Tahun Pelajaran 2015/2016. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 3 (1), hal.153-169.
- Notoatmodjo, S., 2007. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S., 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Penyusun, Tim, 2019. *Pedoman Penulisan Skripsi*. Banjarmasin: Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari Banjarmasin.
- Purwita, N.K.D.D., dkk., 2017. *Gambaran Konsumsi Sayur Dan Buah Dengan Status Gizi Remaja Di SMP Negeri 3 Abiansemal Kabupaten Badung*. Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes, Denpasar.
- Putra, W.N., 2017. Hubungan Pola Makan, Aktivitas Fisik Dan Aktivitas Sedentari Dengan Overweight Di SMA Negeri 5 Surabaya. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 5 (3), hal.298-310.
- Rini, A., 2011. *Menanggulangi Kecanduan Game On-Line Pada Anak*. Jakarta: Pustaka Mina.
- Sirupa, T.A., dkk., 2016. Pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja tentang kesehatan reproduksi. *Jurnal e-Clinic (eCl)*, 4 (2).
- Satrio, A., 2017. *Hubungan Bermain Game Online Terhadap Tingkat Kelelahan Fisik Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara*. Skripsi Sarjana. Program Studi Sarjana Keperawatan. STIKES Perintis, Padang.
- Suanda, I. W., 2018. Gerakan Masyarakat Hidup Sehat Dalam Mencegah Terjadinya Penyakit Gigi Dan Mulut. *Jurnal Kesehatan Gigi*, 6 (1).
- Suryani, D., dkk., 2018. Membudayakan Hidup Sehat Melalui Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) Di Dusun Mendang III, Jambu Dan Jrasah Kecamatan, Tanjung sari, Gunung kidul. *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian kepada Masyarakat*, 2 (1), hal 65-74.
- Tedi, dkk., 2018. Hubungan Program GERMAS Terhadap Kebiasaan Hidup Masyarakat Yang Telah Dan Belum Mendapatkan Sosialisasi Di Wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Sukarame Palembang. *Jurnal Kesehatan Palembang*, 13 (1), hal.54-60.
- Ulfa, M., 2018. Pengaruh Kecanduan Game Online Terhadap Perilaku Remaja Di Mabes Game Center Jalan Hr. Subrantas Kecamatan Tampar Pekanbaru. *JOM. FISIP*, 4 (1).
- UNISKA, SIA, 2020. *Data Mahasiswa/i Fakultas Kesehatan Masyarakat*. Banjarmasin: Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari Banjarmasin.
- Zainul, dkk., 2019. Inisiasi Gerakan Masyarakat Sehat (GERMAS) Di Poltekkes Kemenkes Palu. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 13 (1), hal.54-61.