



DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
INTISARI.....	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Keaslian Penelitian.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	17
A. Tinjauan Teoritis	17
1. Depresi	17
a. Definisi	17
b. Epidemiologi Depresi Anak	17
c. Etiologi Depresi.....	18
d. Tanda dan Gejala Depresi	21
e. Tanda dan Gejala Depresi berdasarkan <i>Child Depression Inventory</i> : 22	
f. Alat Ukur Depresi	24
g. Penanganan pada Depresi.....	26
h. Depresi Anak.....	28
i. Karakteristik Depresi pada Anak	28
j. Faktor Risiko Depresi pada Anak	28
2. Aktivitas Fisik	30
a. Definisi	30
b. Macam Aktivitas Fisik	31
c. Manfaat Aktivitas Fisik.....	32
d. Jenis Aktivitas Fisik Sesuai Usia	34



e. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Aktivitas Fisik.....	36
f. Aktivitas Fisik yang Direkomendasikan untuk Depresi.....	37
g. Senam Kesegaran Jasmani (SKJ).....	37
h. Hubungan dan Mekanisme Fisiologis Depresi dengan Aktivitas Fisik.....	38
i. Desain Aktivitas Fisik untuk Depresi	39
3. Anak	40
a. Definisi	40
b. Kategori Anak	41
c. Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Sekolah	42
d. Karakteristik Perkembangan Kesehatan Mental Anak.....	43
B. Landasan Teori	44
C. Kerangka Teori.....	46
Respon Fisiologis	46
D. Kerangka Penelitian	47
E. Hipotesis.....	47
F. Pertanyaan Penelitian	47
BAB III METODE PENELITIAN.....	48
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	48
B. Tempat dan Waktu Penelitian	48
C. Populasi dan Sampel Penelitian	49
D. Variabel Penelitian	51
1. Variabel independen	51
2. Variabel dependen	51
3. Variabel luar	51
E. Definisi Operasional Variabel	52
F. Instrumen Penelitian.....	53
1. Child Depression Inventory (CDI)	53
2. Home Observation of the Environment (HOME)	54
G. Uji validitas dan Reliabilitas Instrumen	55
1. Child Depression Inventory (CDI)	55
2. Home Observation of the Environment (HOME)	55
H. Teknik Pengumpulan Data	56
I. Jalannya Penelitian	57
1. Tahap persiapan	57
2. Tahap pelaksanaan	58
a. <i>Prestest</i>	59
b. Intervensi	59



b. Intervensi.....	59
c. <i>Posttest</i>	61
3. Tahap pelaporan hasil	
J. Diagram Alir Penelitian	
K. Etika Penelitian	62
1. <i>Informed Consent</i>	63
2. <i>Confidentiality</i>	63
L. Analisis Data	63
1. Analisis Univariat	63
2. Analisis Bivariat	63
M. Hambatan dan Keterbatasan Penelitian.....	64
1. Hambatan Penelitian	64
a. Peneliti harus mengawasi secara ketat saat pelaksanaan intervensi atau pada saat senam dilakukan, dikarenakan tidak semua siswa selalu melakukan gerakan senam dengan optimal. Cara yang digunakan peneliti untuk menangani masalah tersebut yaitu dengan memotivasi dan memberi arahan contoh gerakan yang optimal sehingga manfaat senam dapat dirasakan oleh responden.	64
b. Pada kuesioner <i>recall</i> aktivitas fisik lain yang telah dilakukan oleh siswa, terdapat beberapa jawaban yang rancu yang diberikan oleh siswa, sehingga peneliti kesulitan dalam menginterpretasi jawaban tersebut.	65
2. Keterbatasan Penelitian	65
a. Peneliti hanya mengamati gambaran depresi pada anak, tidak melakukan observasi menyeluruh terhadap variabel luar yaitu lingkungan.....	65
BAB IV	66
A. Hasil Penelitian	66
1. Karakteristik Responden Penelitian	66
2. Gambaran Kecenderungan Depresi Anak di SDN Sinduadi Timur	67
3. Gambaran Faktor Lain yang Mempengaruhi Depresi pada Anak	78
4. Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Depresi pada Anak	85
5. Hubungan Aktivitas Fisik Lain terhadap Skor Depresi pada Anak	87
B. Pembahasan.....	88
BAB V.....	95
1. Kesimpulan.....	95
2. Saran.....	95
1. Bagi Peneliti Selanjutnya	95
2. Bagi Sekolah	96



UNIVERSITAS
GADJAH MADA

Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Depresi Pada Anak Di Sekolah Dasar Negeri Sinduadi Timur
TYAS ADELIA ERMAWATI, Dr. Fitri Haryanti, SKp., M.Kes; Sri Hartini, S.Kep., Ns., M.Kes., PhD; Dr. Ibrahim Rahma
Universitas Gadjah Mada, 2018 | Diunduh dari <http://etd.repository.ugm.ac.id/>

3. Bagi Siswa	96
4. Bagi Orang Tua	96
Penyedia Intervensi (<i>who</i>)	118

DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori.....	44
Gambar 2. Kerangka Penelitian	45
Gambar 3. Surat Izin Studi Pendahuluan	109
Gambar 4. Lembar Surat Kelayakan Etik	143
Gambar 5. Surat Izin Penelitian	144



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Ringkasan Keaslian Penelitian.....	9
Tabel 2. Distribusi Pernyataan Kuesioner CDI.....	51
Tabel 3. Karakteristik Responden Siswa Usia 7-12 tahun Kelas 3-5 SDN Sinduadi Timur	64
Tabel 4. Gambaran Depresi Anak Diukur Sebelum (<i>Pre-Test</i>) dan Sesudah (<i>Post-Test</i>) Diberikan Senam SKJ 2012 (N=47)	66
Tabel 5. <i>Cross-Tabulasi</i> Depresi Anak Sebelum (<i>Pre-Test</i>) dan Sesudah (<i>Post-Test</i>) Diberikan Senam SKJ 2012 (N=47)	77
Tabel 6. Distribusi Depresi Menurut CDI pada Responden Siswa Kelas 3-5 SDN Sinduadi Timur (N=47)	79
Tabel 7. Gambaran Evaluasi Respon Responden Setelah Kegiatan Senam SKJ 2012 Selama 2 Minggu (N=47)	81
Tabel 8. Gambaran Lingkungan Responden dalam 2 minggu pelaksanaan intervensi menggunakan The Middle Childhood HOME.....	85
Tabel 9. Uji Wilcoxon Perbedaan Rata-rata Nilai Kecenderungan Depresi Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi (N=47).....	89
Tabel 10. Hubungan Aktivitas Fisik Lain terhadap Skor Depresi pada Anak	90
Tabel 11. Gambaran Hubungan Lingkungan terhadap skor Depresi.....	90
Tabel 12. <i>Tidier Checklist Explanation</i>	120



DAFTAR SINGKATAN

CBT	<i>Cognitive Behavioural Therapy</i>
CDC	<i>Centers for Disease Control and Prevention</i>
HOME	<i>Home Observation of Measurement of the Environment Inventory</i>
NIH	<i>National Institutes of Health</i>
Riskesdas	<i>Riset Kesehatan Dasar</i>
SKJ	<i>Senam Kesegaran Jasmani</i>
SDN	Sekolah Dasar Negeri
WHO	<i>World Health Organization</i>



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 2. Lembar Informasi dan Permohonan Persetujuan menjadi Responden
Penelitian
- Lampiran 3. Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 4. Surat Pernyataan Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 5. Surat Pernyataan Persetujuan Orang Tua/ Wali Responden
- Lampiran 6. Kuesioner Penelitian
- Lampiran 7. Penjelasan Intervensi dalam Penelitian (*Tidier Checklist Explanation*)
- Lampiran 8. Surat Pernyataan Persetujuan menjadi Asisten Penelitian
- Lampiran 9. *Self Report* Aktivitas Fisik
- Lampiran 10. Evaluasi Respon
- Lampiran 11. Panduan Senam
- Lampiran 12. Lembar Surat Kelayakan Etik
- Lampiran 13. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 14. *The Middle Childhood HOME*
- Lampiran 15. Foto Pelaksanaan Intervensi