



Dampak Berita Olahraga di Media Massa (Internet) terhadap Sikap Siswa SMA pada Aktivitas Jasmani

Jajat

Program Studi Ilmu Keolahragaan, Universitas Pendidikan Indonesia

e-mail: jajat_kurdul@upi.edu

ABSTRACT

The purpose of this study was to examine the effect of sports news on the internet mass media on high school students' attitudes towards physical activity. The research method used was experiment. Population and sample are students of SMAN 6 Bandung, 50 people in the experimental group and 50 people as controls. The first research instrument from Kenyon's (1968) Attitude Toward Physical Activity (ATPA). The results of the study showed a significant effect of sports news in the mass media (internet) with $t = 9.7$ $p = 0.000$, while the control group $t = 0.906$ $p = 0.369$. The existence of differences in attitudes towards physical activity in the experimental group with the control, $t = 3.496$ $p = 0.001$. Conclusion, 1) Sports news in mass media (internet) can influence high school students' attitudes towards physical activities. 2) the presence of high school students' attitudes towards physical activity, between students who actively read health sports news in mass media (internet) and those who are not active.

Keyword: Attitudes, Internet, Mass media, Physical activity, Sports news

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini mengkaji pengaruh berita olahraga di media massa internet terhadap sikap siswa SMA pada aktivitas jasmani. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen. Populasi dan sampel yaitu siswa SMAN 6 Bandung, 50 orang kelompok eksperimen dan 50 orang kontrol. Instrumen penelitian diadaptasi dari Kenyon (1968) Attitude Toward Physical Activity (ATPA). Hasil penelitian terdapat pengaruh yang signifikan dari berita olahraga di media massa (internet) dengan $t=9,7$ $p=0,000$, sedangkan kelompok kontrol $t=0,906$ $p=0,369$. Terdapat perbedaan sikap terhadap aktivitas jasmani kelompok eksperimen dengan kontrol, $t=3,496$ $p=0,001$. Kesimpulan, 1) Berita olahraga di media massa (internet) dapat mempengaruhi sikap siswa SMA terhadap aktivitas jasmani. 2) Terdapat perbedaan sikap siswa SMA terhadap aktivitas jasmani, antara siswa yang aktif membaca berita olahraga kesehatan di media massa (internet) dengan yang tidak aktif.

Kata kunci: Berita Olahraga, Media Massa, Internet, Sikap, Aktivitas Jasmani

PENDAHULUAN

Harus diakui bahwa dengan semakin berkembangnya ilmu pengetahuan dan teknologi, maka akan semakin mempermudah manusia dalam berbagai kelangsungan kehidupannya. Namun,

dampak negatif dari perkembangan teknologi juga tidak kalah merugikannya bagi kehidupan manusia. Semakin mudahnya mendapatkan segala sesuatu tanpa harus mengeluarkan energi yang banyak, menjadikan manusia semakin

malas untuk bergerak menggunakan fisiknya. Perilaku aktivitas kurang gerak menjadi penyakit yang kini berkembang tanpa disadari di kalangan masyarakat secara luas.

In-aktivitas fisik, kebugaran yang rendah dari kardiorespirasi dan obesitas berhubungan dengan banyak penyakit kronis (U.S. Department of Health and Human Services 1996, WHO 1998). Aktivitas fisik dan kebugaran jasmani berhubungan dengan kesehatan dan umur panjang sejak jaman kuno (Hardman dan Stensel, 2003:3). Kondisi tersebut masih belum banyak disadari, sehingga perlu adanya upaya untuk menyadarkan mengenai betapa pentingnya melakukan aktivitas fisik secara rutin.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa usia remaja pada masa sekarang ini rentan terkena penyakit obesitas, yang akhirnya menimbulkan berbagai penyakit lain seperti diabetes, jantung dan tekanan darah tinggi. Perilaku aktivitas fisik kurang gerak, terjadi secara nasional pada penduduk umur 15 tahun ke atas. Hanya 9% saja dari mereka yang melakukan olahraga untuk kesehatannya. Menurut WHO bahwa 43% dari penyakit yang ada, erat kaitannya dengan unsur kurang gerak. www.yayasan-jantung-indonesia.org/artikel-kesehatan [6 April 2009].

Di Amerika lebih 60% populasi dewasa mengalami overweight dan obesitas, pada anak remaja 20 – 25% mengalami obesitas. Menurut data yang dikumpulkan Center for Disease Control (CDC), prevalensi obesitas mulai meningkat secara dramatis sejak 1980. Peningkatan prevalensi cepat juga dilihat pada kelompok minoritas, seperti etnis Maori di Selandia Baru, Indian di Inggris (UK), Malaysia dan Singapura, Australia Aborigin, populasi kepulauan di selat Torres. (Hamam, 2005).

Survey di Korea Selatan pada tahun 1995, melaporkan sebanyak 1,5% obesitas (BMI>30 kg/m²) dan 20,5 overweight (BMI 25-29,9 kg/m²). Thailand 4% obesitas, 16% overweight, Malaysia 4,7% pria 7,7% wanita obesitas. Di Malaysia populasi wanita etnis India 16,5%, Cina 4% dan Melayu 8,6% mengalami obesitas dan daerah urban pria 5,6% dibandingkan daerah rural 1,8%, di daerah urban wanita 8,8% dibandingkan daerah rural 2,6%. Di Malaysia ditemukan peningkatan prevalensi anak obesitas dengan peningkatan 6,6% pada umur sekitar 7 tahun, 13,8% pada umur 10 tahun, 12,5% pada pria dan 5% pada wanita umur 7 – 10 tahun. Demikian juga, etnis Melayu 16,8% dibandingkan 11,0% etnik India dan Cina – Malaysia (Imam, 2005).

Di Indonesia pada 1982 prevalensi obesitas pria 4,2% dan wanita 7,1%

sedangkan pada 1992 pria 10,8% dan wanita 24,1%. Pada kelompok sosial menengah-atas di Medan, pada tahun 2002-2003 prevalensi overweight 54,0% dan obesitas 10,3%. Bappenas (2004), mengemukakan bahwa dari 4.747 orang siswa SLTP Yogyakarta dan 2% di Kabupaten Bantul mengalami obesitas. Kondisi tersebut diakibatkan oleh kurangnya pola aktivitas fisik yang terjadi pada berbagai jenjang usia. Hal tersebut tidak tertutup kemungkinan juga terjadi di kota Bandung, yang merupakan salah satu kota besar di Indonesia. Sejalan dengan perkembangan teknologi dan ilmu pengetahuan, sebagian masyarakat di Kota Bandung mengalami pergeseran pola aktivitas hidup yang dialami oleh semua kelompok umur, termasuk pada remaja usia Sekolah Menengah Atas (SMA).

Anak atau remaja yang kurang atau enggan melakukan aktivitas fisik sehari-hari, menyebabkan tubuhnya kurang mengeluarkan energi. Oleh karena itu, jika asupan energi berlebihan tanpa diimbangi dengan aktivitas fisik yang seimbang maka seorang anak remaja akan mudah menderita kegemukan (Agoes dan Poppy, 2003:19-22). Kondisi tersebut tentunya tidak dapat dibiarkan terus menerus karena akan berdampak sistemik pada generasi penerus di masa yang akan datang. Paling tidak, pada usia remaja seharusnya lebih senang untuk melakukan aktivitas fisik sebagai

upaya untuk mengatasi permasalahan obesitas. Penanaman sikap positif terhadap pola hidup sehat dengan melakukan aktivitas jasmani perlu ditanamkan pada usia remaja sejak dini agar terbiasa untuk melakukan aktivitas jasmani.

Media massa terutama internet sebagai sarana komunikasi yang dapat menjangkau berbagai pelosok dapat menjadi salah satu sarana dalam mengkampanyekan pola hidup sehat melalui aktivitas jasmani. Berbagai penelitian mengenai peran media massa dalam meningkatkan taraf hidup sehat dan aktif di beberapa negara Eropa maupun Amerika telah banyak dilakukan. Penelitian Miles dkk (2001) mengenai kampanye media massa untuk mempromosikan aktivitas fisik menyimpulkan bahwa dari 3661 responden yang secara lengkap mengisi angket dan 2112 atau 58% yang secara lengkap mengikuti evaluasi kuesioner lima bulan kemudian. Mayoritas partisipan yang mengikuti evaluasi adalah wanita yang diklasifikasikan overweight atau obesitas. Partisipan melaporkan secara signifikan dalam penurunan berat badan dan lemak serta konsumsi makanan ringan dan secara signifikan mengalami peningkatan dalam tingkat latihan. Hasil ini menunjukkan bahwa media kampanye media masa memberikan kontribusi terhadap pengontrolan berat badan pada tingkatan populasi, tetapi pada sub

kelompok tertentu seperti pada laki-laki dan usia di bawah 25 akan memerlukan kampanye yang ditarget secara khusus.

Randolph dan Viswanath (2004) dalam jurnal penelitiannya menyatakan bahwa setiap tahun, kampanye kesehatan publik media massa baru diluncurkan untuk mengubah perilaku hidup sehat dan meningkatkan derajat kesehatan. Penelitian selanjutnya mengenai efektivitas media massa dalam upaya dalam mengkampanyekan anti rokok di Australia yang dilakukan Pierce dkk, (1990) menyimpulkan bahwa selama periode pelaksanaan penelitian (kampanye anti rokok melalui media massa), rata-rata perokok menurun lebih dari 2% pada pria dan wanita di kedua kota. Sekitar 1,5 % setiap tahunnya pada pria terus mengalami penurunan. Data tersebut mendukung upaya koordinasi komunitas kampanye untuk mengurangi kebiasaan merokok.

Efek media massa tidak saja memengaruhi sikap seseorang namun pula dapat mempengaruhi perilaku, bahkan pada tataran yang lebih jauh efek media massa dapat memengaruhi sistem-sistem sosial maupun sistem budaya masyarakat (Bungin, 2009). Media massa bukan saja hanya membentuk sikap, tetapi sudah pada tahap pembentukan perilaku individu. Sikap individu terhadap apa yang disajikan oleh media massa dapat terjadi dalam waktu yang singkat, baik sikapnya itu memihak

atau tidak memihak. Sikap tersebut dapat diubah ke dalam perilaku tergantung pada kesempatan yang dimiliki oleh individu.

Kenyon (1968:3) mengemukakan bahwa wanita akan lebih positif sikapnya terhadap aktivitas jasmani ketika memiliki pengalaman yang positif. Sikap positif wanita terhadap aktivitas jasmani akan terlihat jelas ketika merasakan bahwa aktivitas jasmani sangat efektif dalam upaya menurunkan berat badan. Sikap terhadap aktivitas jasmani secara langsung berhubungan dengan derajat keterlibatan primer maupun sekunder dalam aktivitas pernyataan sikap tersebut. Ketika individu banyak terlibat atau melakukan aktivitas jasmani, baik dalam aktivitas primer maupun sekundernya, maka itu menunjukkan pernyataan sikap yang dituangkan dalam perilaku (Kenyon, 1968:3).

Gerungan, (2004) mengemukakan bahwa pengertian attitude dapat diterjemahkan dengan sikap terhadap objek tertentu yang dapat merupakan sikap pandangan atau sikap perasaan, tetapi sikap tersebut disertai dengan kecenderungan untuk bertindak sesuai dengan sikap objek itu. Jadi, attitude bisa diterjemahkan dengan tepat sebagai sikap dan kesediaan bereaksi terhadap suatu hal. Attitude senantiasa terarahkan kepada sesuatu hal, suatu objek. Tidak ada attitude tanpa objeknya. Sikap positif akan menimbulkan

perilaku yang positif pula. Oleh karena itu penting untuk dapat menanamkan sikap positif siswa usia remaja dalam melakukan aktivitas jasmani, sehingga perilaku hidup kesehariannya akan menjadi lebih positif.

Di Indonesia kecenderungan media massa dalam mengkampanyekan promosi kesehatan melalui pola aktivitas hidup sehat aktif masih sangat jarang. Media massa dalam pemberitaan terkait dengan olahraga cenderung lebih ke arah entertain atau hiburan semata yang hanya menyajikan hasil pertandingan, profil atlet dan sebagainya yang bersifat memiliki nilai jual semata. Berita terkait pentingnya melakukan aktivitas fisik, olahraga dan kesehatan cenderung masih amat jarang.

Terkait dengan permasalahan tersebut, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah 1) Apakah berita olahraga di media massa (internet) dapat mempengaruhi sikap siswa SMA terhadap aktivitas jasmani? 2) Apakah terdapat perbedaan sikap siswa SMA terhadap aktivitas jasmani, antara siswa yang aktif membaca berita olahraga kesehatan di media massa (internet) dengan yang tidak aktif?

METODE

Metode yang digunakan untuk mengungkap permasalahan penelitian adalah dengan metode eksperimen. Adapun desain yang dipilih adalah

randomized pretest posttest control group design. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMAN 6 Kota Bandung. Sampel untuk kelompok eksperimen berjumlah 50 orang dan kelompok kontrol berjumlah 50 orang yang pemilihannya dilakukan secara acak. Dipilihnya siswa SMA sesuai dengan permasalahan, yaitu terjadinya aktivitas kurang gerak yang dominan pada usia remaja. Pada kelompok eksperimen diberikan perlakuan dengan tugas melihat dan membaca tayangan berita olahraga dan kesehatan di internet yang telah ditentukan, sedangkan pada kelompok kontrol tidak diberikan. Sampel membaca, melihat dan memahami isi dari berita olahraga dan kesehatan untuk selanjutnya dilihat bagaimana sikapnya terhadap melakukan aktivitas jasmani setelah melihat tayangan tersebut. Beberapa alamat website dipilih dan ditentukan oleh penulis dengan mempertimbangkan berbagai hal terutama terkait dengan isi tulisan atau berita yang lebih mengedepankan mengenai pentingnya melakukan aktivitas jasmani dan olahraga untuk kesehatan serta kerugian apabila kurang melakukan aktivitas jasmani.

Variabel yang diungkap dalam penelitian ini adalah sikap siswa SMA pada aktivitas jasmani. Adapun instrumen yang digunakan untuk memperoleh data dalam penelitian ini adalah dengan

menggunakan angket skala sikap terhadap aktivitas jasmani. Komponen pernyataan sikap terhadap aktivitas jasmani diadaptasi dari skala sikap yang dikembangkan oleh Kenyon (1986) yaitu Attitude Toward Physical Activity (ATPA). Dalam hal ini sampel diberikan serangkaian pertanyaan dan pernyataan sikap terhadap aktivitas jasmani yang disajikan dalam bentuk angket.

Data penelitian hasil observasi diolah dengan paired sample t-test untuk mengetahui peningkatan dengan membandingkan data hasil tes awal dengan tes akhir dan independent sample t-test untuk membandingkan data sikap terhadap aktivitas jasmani antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Data diolah dengan menggunakan software SPSS, yang selanjutnya dianalisis dan dikaji dengan berbagai rujukan teori dan kajian yang telah ada

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh media massa internet terhadap sikap siswa SMA pada aktivitas jasmani, digunakan penghitungan uji-t (paired sample t-test) dengan membandingkan antara data hasil tes awal dengan hasil tes akhir. Untuk mengetahui perbedaan pengaruh antara sikap siswa pada aktivitas jasmani kelompok eksperimen dengan

kelompok kontrol, yaitu digunakan uji-t (independent sample t-test), hasilnya disajikan sebagai berikut.

Perbandingan Rata-rata Data Sikap Terhadap Aktivitas Jasmani Hasil Tes Awal dan Tes Akhir Kelompok Eksperimen.

Tabel 1. Paired Sample t-test Data Tes Awal dan Tes Akhir Kelompok Eksperimen

		Rata-rata	Std. Deviasi	t	dk	Sig. (2-tailed)	Keterangan
Pasangan 1	<i>Pre-test & Post-test Sikap</i>	9,44	6,881	9,700	49	0,000	Signifikan

Tabel 1 di atas menunjukkan perbedaan antara data tes awal dengan tes akhir sikap siswa SMA pada aktivitas jasmani untuk kelompok eksperimen. Diketahui nilai t-hitung adalah 9,700 dengan nilai probabilitas (p) atau signifikansi (Sig.) 0,000. Nilai t-hitung berada di luar batas penerimaan H₀ yaitu - 2,01 dan 2,01 dengan nilai probabilitas (p) atau signifikansi (Sig.) 0,000 < 0,025 maka H₀ Ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sikap terhadap aktivitas jasmani sebelum dan sesudah perlakuan untuk kelompok eksperimen yang diberikan berita olahraga di media massa (internet) berbeda secara signifikan.

Terdapat peningkatan yang signifikan data sikap siswa terhadap aktivitas jasmani dari tes awal dibandingkan dengan tes akhir setelah diberikan treatment. Artinya bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari berita olahraga di media massa internet

terhadap sikap siswa SMA pada aktivitas jasmani. Siswa yang diberikan treatment melihat dan membaca berita olahraga di media massa internet mengalami peningkatan sikap yang lebih positif terhadap aktivitas jasmani.

Perbandingan Rata-rata Data Sikap Terhadap Aktivitas Jasmani Hasil Tes Awal dan Tes Akhir Kelompok Kontrol

Tabel 2. Paired Sample t-test Data Tes Awal dan Tes Akhir Kelompok Kontrol

		Rata-rata	Std. Deviasi	t	dk	Sig. (2-tailed)	Keterangan
Pasangan 2	Pre-test & Post-test Sikap	0,26000	2,028	0,906	49	0,369	Tidak Signifikan

Tabel 2 menunjukkan perbedaan antara data tes awal dengan tes akhir sikap siswa SMA pada aktivitas jasmani kelompok kontrol. Diketahui nilai t-hitung 0,906 dengan probabilitas (Sig.) 0,369. Nilai t-hitung berada pada batas penerimaan H₀ yaitu -2,01 dan 2,01 dengan nilai probabilitas (Sig.) 0,000 < 0,025 maka H₀ diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sikap terhadap aktivitas jasmani sebelum dan sesudah perlakuan untuk kelompok kontrol yang tidak diberikan berita olahraga di media massa (internet) tidak berbeda secara signifikan. Tidak terdapat peningkatan yang signifikan data sikap siswa terhadap aktivitas jasmani dari tes awal dibandingkan dengan tes akhir. Siswa yang tidak diberikan treatment melihat dan membaca berita olahraga di media massa internet tidak mengalami

peningkatan sikap yang positif terhadap aktivitas jasmani.

Perbandingan Rata-rata Data Sikap Terhadap Aktivitas Jasmani Antara Kelompok Eksperimen dengan Kelompok Kontrol.

Tabel 3. Independent Sample t-test Data Uji Beda Kelompok Eksperimen Dengan Kelompok Kontrol

		Uji Lavene untuk Kesamaan Varians		t-test Untuk Kesamaan Rata-rata			Keterangan
		F	Sig.	t	dk	Sig. (tailed)	
Post-t est Sikap	Asumsi Varians Sama	0,426	0,516	3,496	98	0,001	Signifikan
	Asumsi Varians Tidak Sama			3,496	97,003	0,001	Signifikan

Diketahui nilai t-hitung untuk perbedaan sikap terhadap aktivitas jasmani adalah 3,496 dengan probabilitas (Sig.) 0,001. Karena probabilitas (Sig.) 0,001 < 0,05 maka H₀ ditolak. Artinya sikap terhadap aktivitas jasmani antara kelompok sampel yang diberikan berita olahraga di media massa (internet) dan kelompok kontrol adalah berbeda secara nyata. Kelompok eksperimen yang diberikan treatment berita olahraga dan kesehatan di media massa (internet) memiliki sikap lebih baik dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan treatment.

Pembahasan

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data diketahui bahwa berita olahraga dan kesehatan di media massa khususnya internet berpengaruh terhadap

sikap siswa SMA pada aktivitas jasmani. Siswa yang sering melihat dan membaca berita olahraga dan kesehatan di media massa cenderung memiliki sikap positif terhadap aktivitas jasmani. Dengan kata lain apabila siswa sering melihat dan membaca berita olahraga kesehatan di media massa, cenderung akan memiliki sikap lebih positif terhadap aktivitas jasmani. Diharapkan setelah siswa memiliki sikap positif terhadap aktivitas jasmani, kecenderungan untuk mau melakukan aktivitas menjadi lebih besar.

Adanya perbedaan yang signifikan antara siswa yang diberikan treatment melihat dan membaca berita olahraga dan kesehatan di media massa (kelompok eksperimen) dengan yang tidak melihat dan membaca berita olahraga dan kesehatan di media massa (kelompok kontrol). Kelompok eksperimen memiliki sikap lebih positif dibandingkan dengan kelompok kontrol. Artinya bahwa semakin sering siswa melihat dan membaca berita olahraga kesehatan di media massa, semakin positif sikap siswa terhadap aktivitas jasmani dan semakin jarang siswa melihat dan membaca berita olahraga kesehatan di media massa, maka semakin kurang sikap positif siswa terhadap aktivitas jasmani.

Beberapa kajian teori cenderung memperlihatkan bahwa sikap dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah keterlibatan secara langsung melalui

pengalaman dan media massa. Sebagaimana dikemukakan Azwar (1995:30-36) bahwa, pembentukan sikap dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu pengalaman pribadi, pengaruh orang lain yang dianggap penting, pengaruh kebudayaan, media massa, lembaga pendidikan dan lembaga agama, serta pengaruh faktor emosional. Dalam hal ini media massa berperan dalam mempengaruhi sikap secara positif maupun negatif tergantung pada jenis tayangan serta situasi dan kondisi lingkungan massa.

Miles (2001) mengemukakan bahwa, berdasarkan laporan mengenai obesitas oleh WHO (1998) memberikan pesan bahwa media massa memiliki peran penting dalam mengurangi obesitas, melalui promosi diet kesehatan dan latihan, meskipun secara perbandingan jarang sekali kampanye kesehatan di media massa secara spesifik menargetkan pada masalah obesitas. Artinya bahwa peran media massa cukup sentral dalam upaya mengkampanyekan pentingnya aktivitas fisik dan latihan dalam upaya meningkatkan kesehatan massa.

Owen dkk (1995:246-247) melakukan penelitian mengenai kampanye kesehatan di media massa untuk mempromosikan aktivitas fisik. Survey dilakukan dalam dua tahun yang pada selama tahun 1990 dilakukan penayangan kampanye kesehatan di media massa baik

itu cetak maupun elektronik dan sebelumnya dilakukan survey awal. Pada awal tahun 1991, penayangan kampanye kesehatan dihentikan beberapa bulan dan kembali dilakukan penayangannya setelah itu. Pada akhir tahun 1990 dilakukan survey terhadap responden mengenai hasil penayangan kampanye terhadap pola hidup aktif melakukan aktivitas fisik. Demikian juga pada akhir 1991 setelah pada awal tahun dilakukan penghentian beberapa bulan untuk melihat efeknya.

Hasil survey awal sebelum dilakukan kampanye pada tahun 1990 diperoleh hasil bahwa 46% responden yang di survey melakukan pola hidup aktif untuk kesehatannya. Akhir tahun 1990 setelah dilakukan kampanye kesehatan di media massa, pola hidup aktif sehat mengalami peningkatan menjadi 71%. Pada awal sebelum penayangan kembali kampanye kesehatan di media massa, kembali dilakukan survey dengan hasilnya terjadi penurunan kembali keterlibatan responden dalam pola hidup sehat aktif menjadi 63%. Setelah itu kembali dilakukan penayangan kampanye dan dilakukan survey pada akhir tahun 1991. Peningkatan yang terjadi adalah menjadi 74%.

Kondisi tersebut memberikan asumsi bahwa peran media massa dalam mengkampanyekan pola hidup sehat melalui aktivitas fisik sangat penting. Ketika media massa banyak menayangkan

mengenai pentingnya melakukan pola hidup sehat aktif untuk kesehatan, maka akan semakin banyak pula orang yang terlibat dalam melakukan pola hidup sehat aktif. Sebaliknya ketika penayangan di media massa semakin berkurang, maka kecenderungan keterlibatan massa untuk melakukan pola hidup sehat aktif juga cenderung akan menurun.

KESIMPULAN

Berita olahraga di media massa (internet) dapat mempengaruhi sikap siswa SMA agar menjadi lebih positif terhadap aktivitas jasmani. Artinya siswa yang sering menonton dan membaca berita olahraga dan kesehatan di internet memiliki kecenderungan lebih besar untuk melakukan aktivitas jasmani.

Terdapat perbedaan yang signifikan antara sikap siswa SMA yang sering melihat dan membaca berita olahraga dan kesehatan di media massa (internet) dengan yang tidak. Siswa SMA yang sering membaca berita olahraga di media massa (internet), lebih memiliki sikap positif terhadap aktivitas jasmani.

REFERENSI

- Agoes, D., Poppy M. (2003). Mencegah dan Mengatasi Kegemukan Pada Balita. Jakarta: Puspa Swara.
- Azwar, S. (1995). Sikap Manusia – Teori dan Pengukurannya. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Bungin, B. (2009). *Sosiologi Komunikasi: Teori, Paradigma, dan Diskursus Teknologi Komunikasi di Masyarakat*. Jakarta: Kencana Prenada Media Grup.
- Gerungan. (2004). *Psikologi Sosial*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Hardman, A. E., and Stensel D.J. (2003). *Physical Activity and Health-The Evidence Explained*. Routledge Taylor & Francis Group. London and Newyork.
- Hamam, H. (2005). *Beban Ganda Masalah Gizi dan Implikasinya Terhadap Kebijakan Pembangunan Kesehatan Nasional*. Universitas Sumatra Utara. Tesis: Tidak diterbitkan.
- Imam, S. (2005). *Obesitas Konsekuensi Pencegahan dan Pengobatan*. Makalah Penetapan Guru Besar Fakultas Kedokteran Bidang Bidang Ilmu Patologi Klinik Universitas Sumatera Utara, Medan.
- Kenyon, Gerald, S. (1968). *Values Held For Physical Activity by Selected Urban Secondary School Students in Canada, Australia, England and The United States*. University of Wisconsin. U.S. Department of Health, Education & Welfare Office of Education.
- Miles, A. et al. (2001). *Using the Mass-Media to Target Obesity: An Analysis of the Characteristics and Reported Behavior Change of Participants in The BBC'S 'Fighting Fat, Fighting Fit' Campaign*. Journal. Health Education Research Vol.16 No.3 2001. Oxford University Press.
- Owen, N., et al. (1995). *Serial Mass-Media Campaigns to Promote Physical Activity: Reinforcing or Redundant?*. American Journal of Public Health.
- Tersedia:
<http://ajph.aphapublications.org/cgi/contentabstract/852244.htm> [25 Juli 2010]
- Pierce, J P., et al. (1990). *Long-Term Effectiveness of Mass Media Led Antismoking Campaigns in Australia*. From the Department of Public Health, University of Sydney, New South Wales-American Journal of Public Health 0090-0036
- Randolph, W. & Viswanath, K. (2004). *Lessons Learned from Public Health Mass Media Campaigns: Marketing Health in a Crowded Media World*. Annu. Rev. Public. Health. 2004.25:419-437. Tersedia: arjournals.annualreviews.org [15 Januari 2010]
- World Health Organization. (2009). *Physical Activity : Bennefit of Physical Activity*. WHO [online]. Tersedia : <http://www.who.int/> [29 Oktober 2009]
- U.S. Department of Health and Human Services. (1996), WHO 1998. Tersedia: <http://herkules.oulu.fi/isbn9514272331/html> [9 September 2009]
- www.yayasan-jantung-indonesia.org/artikel-kesehatan [6 April 2009].