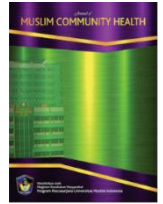


JOURNAL OF MUSLIM COMMUNITY HEALTH (JMCH)

Penerbit: Program Pascasarjana Kesehatan Masyarakat

Journal Homepage:

<https://pasca-umi.ac.id/index.php/jmch/about>



Original Article

Perspektif Remaja di Perkotaan dan Perdesaan Terkait Aktifitas Fisik

*Rezky Aulia Yusuf¹, Fariyah Muhsanah¹, Alya Dafa Amirah¹, Syiar Cakke¹, Sitti Patimah¹

¹Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia, Makassar, Indonesia

Email corresponding author: rezkyaulia@umi.ac.id

Alamat: Jalan. Urip Sumeharjo, No. 5, Makassar, 90231, Indonesia

ABSTRACT

Background: Understanding about adolescent's perspective about physical activity (PA) is important, as basic source to create an affective intervention. However, the perspective related knowledge on physical activity behavior of adolescents have not yet been explored in a qualitative study. This study purpose to explore adolescent's perception about PA in the context of the urban and rural area environment.

Methods: Snowball sampling technique was used to get total 20 students from urban and rural area respectively. Students aged 13 to 15 years were involved in the offline and online interview (by a videocall through WhatsApp) with semi structured questions guideline. Interview guidelines consisting of five item topic questions and each topic has a different number of questions, with total 17 questions. This study also involved the photovoice procedures, such as photo-taking, selecting, contextualizing and codifying themes. NVivo 12 software for qualitative data analysis.

Results: Youth in urban area had good and better perspective about the benefits of physical activity compare with adolescents in rural area. However, adolescents in rural area had better understanding about the definition of PA. As well as, both youth in urban and rural area had little understanding about the recommendation of PA duration for adolescents.

Conclusion: It is suggested that health promotion and education about the benefits of physical activity is urgently needed for adolescents in rural. Both youth from urban and rural area need education about PA recommendation for youth.

Keywords: adolescents; perspective; physical activity; qualitative



ABSTRAK

Latar Belakang: Pemahaman tentang perspektif remaja tentang aktivitas fisik (PA) penting, sebagai sumber dasar untuk menciptakan intervensi afektif. Namun, perspektif terkait pengetahuan tentang perilaku aktivitas fisik remaja belum dieksplorasi dalam studi kualitatif. Penelitian ini bertujuan untuk menggali persepsi remaja terhadap PA dalam konteks lingkungan perkotaan dan perdesaan.

Metode: Teknik pengambilan sampel bola salju digunakan untuk mendapatkan total 20 siswa dari daerah perkotaan dan perdesaan masing-masing. Siswa berusia 13 hingga 15 tahun terlibat dalam wawancara offline dan online (melalui panggilan video via WhatsApp) dengan pedoman pertanyaan semi terstruktur. Panduan wawancara terdiri dari lima item pertanyaan topik dan setiap topik memiliki jumlah pertanyaan yang berbeda, dengan total 17 pertanyaan. Penelitian ini juga melibatkan prosedur photovoice, seperti pengambilan foto, pemilihan, kontekstualisasi dan kodifikasi tema. Perangkat lunak NVivo 12 untuk analisis data kualitatif.

Hasil: Remaja di perkotaan memiliki perspektif yang lebih baik dan lebih baik tentang manfaat aktivitas fisik dibandingkan dengan remaja di perdesaan. Namun, pemuda di daerah perdesaan memiliki pemahaman yang lebih baik tentang definisi PA. Selain itu, baik remaja di perkotaan maupun perdesaan masih kurang memahami durasi PA yang direkomendasikan untuk remaja.

Kesimpulan: Disarankan perlunya promosi kesehatan dan edukasi tentang manfaat aktivitas fisik bagi remaja di perdesaan. Baik remaja perkotaan maupun perdesaan membutuhkan pendidikan tentang rekomendasi PA untuk remaja.

Kata Kunci: Remaja; Perspektif; Aktivitas Fisik; Photovoice; Kualitatif

LATAR BELAKANG

World Health Organization (WHO) melaporkan aktifitas fisik (*Physical Activity*) yang tidak memadai atau tidak cukup adalah faktor risiko utama keempat penyebab kematian dan kecacatan. Dapat diestimasikan 6% dari total kematian atau sekitar 3.2 juta kematian tiap tahunnya dapat dikaitkan dengan aktifitas fisik yang kurang (World Health Organization 2016). Selain itu, terdapat banyak bukti jika ketidakaktifan fisik adalah kontributor penting penyebab Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti; penyakit jantung, hipertensi, kanker, diabetes, dan osteoporosis (Rezende et al. 2014). Hal ini bukan hanya sebagai masalah besar di Negara maju tetapi juga menjadi masalah besar di Negara berkembang termasuk Indonesia (Bauman et al. 2012; Mama et al. 2015). Di Indonesia prevalensi kematian akibat dari PTM meningkat pesat dari 41.7% pada tahun 1995, ke 59.5% di tahun 2007 (Agency 2013; Riskesdas 2018). Disamping itu, jumlah kasus obesitas meningkat dari tahun ke tahun, terkhusus pada remaja usia 13-15 tahun menunjukkan peningkatan yang signifikan dari 1.4% pada tahun 2010 menjadi 7.3% pada tahun 2013 dan meningkat ke 16% pada tahun 2017 (Agency 2013; Riskesdas 2018). Penurunan aktifitas fisik pada remaja di Indonesia di tahun 2013 dan di tahun 2015 mengalami penurunan (Yusuf et al. 2021).

Tingkat aktivitas fisik yang tidak mencukupi pada remaja dapat menciptakan pola perilaku, yang akan mempengaruhi kesehatan remaja secara langsung serta meningkatkan risiko menderita penyakit kronis di masa dewasa. Dengan demikian, inisiatif untuk mempromosikan kebiasaan melakukan aktifitas fisik atau olahraga teratur pada anak dan remaja telah menjadi fokus utama pencegahan kesakitan dan untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat (Bouchard, Blair, and Haskell 2012).

Secara global lebih dari 80% populasi remaja dunia secara fisik tidak aktif (World Health Organization n.d.), dengan perkiraan diseluruh dunia bahwa 4 dari setiap 5 remaja berusia 13-15 tahun tidak memenuhi pedoman aktifitas fisik terbaru (Hallal et al. 2012). Terkhusus, Indonesia menempati urutan kelima tertinggi prevalensi ketidakaktifan fisik di antara negara-negara ASEAN (Peltzer and Pengpid 2016). Data terbaru menunjukkan adanya peningkatan proporsi aktifitas kurang pada remaja umur >10 tahun, dari 26.1% pada tahun 2013 ke 33.6% pada tahun 2018 (Riskesdas 2018).



Untuk kegiatan duduk atau baring (*sedentary behaviour*), penelitian terbaru melaporkan bahwa remaja Indonesia menghabiskan >8 jam waktu luang mereka dengan perilaku santai, cenderung diam atau melakukan aktifitas dalam keadaan duduk atau baring seperti, menonton televisi, bermain playstation atau game dari tablet atau handphone (Pramudita and Nadhiroh 2017). Banyak faktor yang mempengaruhi aktifitas fisik remaja, salah satunya adalah perspektive terkait aktifitas fisik itu sendiri. Lebih jauh, perspektive remaja di perkotaan dan perdesaan terkait aktifitas fisik memiliki perspektive yang berbeda (Wattelez et al. 2021). Oleh karena itu penelitian ini ingin mengeksplorasi perspektif remaja diperkotaan dan perdesaan terkait aktifitas fisik.

METODE

Desain Studi dan mata pelajaran

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologis dengan metode photovoice dan wawancara untuk melibatkan remaja secara langsung dalam mengungkapkan dan menjelaskan pengalaman dan pandangannya mengenai lingkungan sekitar terhadap aktivitas fisiknya. Penelitian ini dilakukan di dua lokasi berbeda yang dapat mewakili kabupaten perkotaan dan perdesaan di Pulau Sulawesi, Indonesia. Lokasi pertama di Kota Makassar (SMP. Athira Bukit Baruga) dan perdesaan di Desa Manuju Kecamatan Gowa (SMP 01 Manuju).

Siswa secara sengaja direkrut dari daerah perkotaan di Kota Makassar dan perdesaan di Kabupaten Gowa di Sulawesi Selatan, Indonesia oleh guru aktivitas fisik (PA). Sampel dalam penelitian ini adalah remaja usia 13-15 tahun yang menempuh pendidikan kelas 8-9 di Sekolah Menengah Pertama (SMP) atau sederajat. Sebanyak 20 siswa berpartisipasi 10 dari perkotaan (5 laki-laki, 5 perempuan) dan 10 dari perdesaan (8 perempuan, 2 laki-laki).

Wawancara

Wawancara dilakukan sebelum dilakukan metode photovoice/pengambilan gambar lingkungan sekitar. Sedangkan untuk wawancara, peneliti menggunakan pedoman wawancara yang terdiri dari lima item pertanyaan topik dan setiap topik memiliki jumlah pertanyaan yang berbeda; Konsep dan makna aktivitas fisik (3 pertanyaan) dan durasi aktivitas fisik (3 pertanyaan). Daftar pertanyaan ini mengacu pada pedoman wawancara oleh Saimon (Saimon et al. 2015).

Analisis data

Data melalui proses analisis oleh peneliti dwi bahasa terlatih dan dua asisten peneliti pascasarjana untuk ditranskripsi dan diterjemahkan audio-tape untuk menghasilkan transkrip bahasa Inggris. Proses menyalin dan memeriksa, peneliti mendengarkan dan membaca data yang ada (membaca yang tersirat), pengkodean data berdasarkan identifikasi topik, masalah, persamaan dan perbedaan informasi (coding), mengumpulkan semua informasi yang ada berdasarkan tema yang sama (tema) berdasarkan kerangka teori penelitian ini. Proses analisis data ini akan dilakukan dengan menggunakan software NVivo.

Peneliti, fasilitator, dan seluruh informan mendiskusikan, mengkode, dan mengelompokkan gambar berdasarkan tema yang ada untuk mengecek realitas (kondisi aktual) antara satu partisipan dengan partisipan lainnya. Validitas interpretasi hasil penelitian akan dipastikan untuk mendapatkan validasi oleh peserta penelitian.



Etik Penelitian

Peneliti memberikan informed consent kepada orang tua atau wali dari semua siswa sebelum mengumpulkan data. Pengawasan dari orang dewasa atau fasilitator dilakukan untuk memastikan keamanan siswa saat mengambil foto. Penelitian ini disahkan oleh lembaga Komisi Etik Universitas Muslim Indonesia.

HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden di Perkotaan dan Perdesaan

No	Perkotaan			Perdesaan		
	Inisial	Gender	Umur	Inisial	Gender	Umur
1	AR	P	13	TA	P	14
2	DN	P	14	SA	P	13
3	MN	L	13	SM	P	14
4	MA	L	14	IP	P	13
5	NQ**	L	13	NR	P	13
6	AN	L	14	AN	P	13
7	AB**	L	13	RS**	L	12
8	CL	P	14	AF**	L	14
9	AN	P	13	NA	P	13
10	NS	P	14	RA	P	13

Sumber: Data Primer, 2021

**Informan Kunci

Pandangan atau persektif remaja di Perkotaan terkait aktifitas fisik (Concept and Meaning of Physical Activity)

Berdasarkan hasil wawancara dengan 10 remaja umur 13-15 tahun yang merupakan siswa/siswi dari SMP Athira, Bukit Baruga, Antang, Kota Makassar. Peneliti menemukan jika pengetahuan remaja diperkotaan terkait aktifitas fisik adalah baik, yang dapat kita simpulkan dari hasil analisis wawancara sebagai berikut;

AR, 13 th “Aktifitas fisik ee tentang aktifitas fisik menurut saya adalah aktifitas yang melibatkan tubuh dan kerja otot seperti olahraga dan lain-lain”

DN, 14 th “jogging, Hm hm apalagi cuman itu kak”

MN, 13 th “Aktifitas itu menurutku suatu gerakan kayak menggunakan tangan, otot dan kaki mungkin”

MA, 14 th “olahraga kak”

NQ, 13 th “Aktifitas fisik itu seperti melakukan sesuatu untuk kesegaran tubuh kesehatan”

AN, 14 th “aktifitas fisik adalah kemiripan dari berolahraga untuk menyehatkan badan.”



<https://doi.org/10.52103/jmch.v2i4.710>

AB, 13 th “Eehhh. Aktivitas fisik... menggerakkan fisik atau tubuh.”

CL, 14 th “Aktivitas fisik itu kek aktivitas waktu tubuhta bergerak, kek misalnya menyapu, mengepel, berolahraga, bermain.”

AN, 13 th “Semacam pergerakan tubuh yang mengeluarkan tenaga.”

NS, 14 th “menurut saya aktivitas fisik adalah aktivitas yang melibatkan gerakan tubuh, eehh aktivitas fisik juga dapat kita lakukan untuk menjaga kesehatan tubuh kita.”

Dari hasil wawancara diatas penulis menemukan jika remaja diperkotaan memahani arti dan konsep aktifitas fisik dengan sangat baik. Pada umumnya remaja menjawab jika aktifitas fisik ditandai dengan adanya pergerakan seluruh anggota tubuh, otot dan terjadi proses pembakaran atau pengeluaran enegi. Remaja juga menyebutkan contoh aktifitas fisik seperti berolahraga, jogging, menyapu dan mengepel. Disamping itu, remaja di perkotaan juga memahami manfaat aktifitas fisik dengan baik dengan menyebutkan hubungan aktifitas fisik dengan kebugaran, kesegaran dan kesehatan tubuh.

Pandangan atau perpektif remaja di Perdesaan terkait aktifitas fisik (Consept and Meaning of Physical Activity)

Na, 13 th “berlari, jalan kaki, menyapu, atau bapakta pergi kerja? Ke kebun, kita bantu? Iye (ekspresi bingung)”

TA, th “aktifitas fisik seperti mencuci piring, main bulu tangkis”

SA, th “jalan-jalan, cucu piring, menyapu, mengepel”

IP, 13 th “cuci piring, menyap, pel” (ekspresi kebingungan)

SA, 14 th “menari, lari. iye kah keluarki keringat. Menyapu, cuci piring, cuci pakaian, biasa saya kak pakai mesin cuci, biasanya juga tangan.”

ARN, 13th “belum tau” (geleng-geleng kepala)

NU, 13 th “mencuci piring, menyapu”

Dari hasil wawancara diatas penulis menemukan jika remaja diperdesaan masih belum memahami dengan baik arti dan konsep aktifitas fisik. Pada umumnya remaja menjawab dengan kebingungan dan tidak tahu terkait pengertian atau konsep aktifitas fisik. Remaja perdesaan menganggap bahwa aktifitas fisik terbatas pada aktifitas fisik ringan atau *light physical activity* seperti mencuci piring, meyapu, dan mengepel.

Pengetahuan terkait rekomendasi aktifitas fisik remaja di perkotaan

Hasil interview;

Arm, 13 th “Aktifitas fisik harusnya 2 kali sehari sih karena e’.. apalagi sekarang kan ada hp yang ada televisi jadi mata banyak bekerja jadi harus juga banyak-banyak olahraga”

Dnr, 14 th “Hm e’ sejam”

Mni, 13 th “hm seharusnya itu kurang lebih itu lima kali karena kayak dimasa remaja ini kayak masa pertumbuhan itu semakin hari itu kek seperti kek penambahan tinggi badan itu kek bisa lebih cepat karena aktifitas remaja”

Mna, 14 th “Apa pertanyaannya tadi? Menurutku 2 jam atau tiga jam”

Nq, 13 th “Satu dua jam cukup sih kak setiap harinya”

Ang, 14 th “1 jam sampai 2 jam kak menurut saya.”

Ab, 13 th “apaaa? Ehh setiap hari.”



<https://doi.org/10.52103/jmch.v2i4.710>

Cal, 14 th “Mungkin sehari satu setengah jam, cukup”

And, 13 th “eee setidaknya harus melakukan dalam sehari,, biarpun hmmm...”

Ns, 14 th “menurut saya... bisaji 60 menit saja.”

Berdasarkan hasil wawancara diperoleh gambaran bahwa remaja dipertanian pada umumnya ragu/ belum dapat menjawab dengan tepat durasi rekomendasi dalam beraktifitas fisik. Hal ini menggambarkan bahwa pengetahuan remaja di perkotaan terkait rekomendasi atau anjuran aktifitas fisik bagi remaja masih sangat rendah. Akan tetapi hampir semua remaja menjawab durasi aktifitas fisik yang baik pada remaja diatas 1 jam. Durasi ini melebihi rekomendasi WHO.

Pengetahuan terkait rekomendasi aktifitas fisik remaja di pedesaan

Hasil interview;

AR “ 2 jam ”

RO “2 jam setengah”

Ra “1 jam “

Na “2 jam”

TA “satu jam olahraga supaya merasa sehat”

IP “hmm tidak cukupji 1 jam, emm 20 menit”

SA “setiap hari, iye.”

NU “(diam) boleh nda kita bermain sampai seharian? NU nda,(sambil geleng-geleng kepala), setengah hari? Nda, seperempat (1/4) hari? Iye”

Berdasarkan hasil wawancara diperoleh gambaran bahwa remaja dipedesaan pada umumnya belum tepat dalam menjawab durasi rekomendasi dalam beraktifitas fisik. Hal ini menggambarkan bahwa pengetahuan remaja di pedesaan terkait rekomendasi atau anjuran aktifitas fisik bagi remaja masih sangat rendah. Akan tetapi hampir semua remaja menjawab durasi aktifitas fisik yang baik pada remaja adalah 2 jam. Durasi ini melebihi rekomendasi WHO.

DISKUSI

Perspektif remaja di perkotaan (urban area) terkait aktivitas fisik

Pada era globalisasi seperti sekarang ini kemajuan teknologi, komunikasi, dan transportasi berkembang sangat pesat. Kebanyakan orang cenderung memilih untuk bermain gadget daripada melakukan aktivitas fisik(Rizhardi 2019).

Perspektif remaja di pedesaan (rural area) terkait aktivitas fisik

Menurut para ahli, diantaranya Joel M Charon mengemukakan bahwa perspektif merupakan kerangka konseptual, perangkat asumsi, perangkat nilai dan perangkat gagasan yang mempengaruhi persepsi seseorang sehingga pada akhirnya akan mempengaruhi tindakan seseorang dalam situasi tertentu. Sedangkan menurut Martono perspektif didefinisikan sebagai cara pandang seseorang terhadap suatu masalah yang terjadi atau sudut pandang tertentu yang digunakan dalam melihat suatu fenomena (Pratama 2017).

Berdasarkan penelitian (Wattelez et al. 2021) remaja pedesaan lebih aktif secara fisik dibandingkan remaja perkotaan. Menurut perspektif para remaja pedesaan, setidaknya mereka



melakukan aktivitas fisik selama 60 menit/hari. Terkhusus bagi remaja perempuan mereka merasa lebih bersemangat melakukan aktivitas fisik jika ditemani oleh teman atau keluarga.

Kebanyakan remaja pedesaan lebih sering melakukan aktivitas fisik di taman, trotoar, fasilitas rekreasi, kolam renang dan bangunan tertentu. Hanya saja aksesibilitas yang kurang memadai terkait dengan peralatan dan lingkungannya terkadang menjadi hambatan bagi para remaja untuk melakukan aktivitas fisik (Walker et al. 2020).

Selain itu, berbagai jenis olahraga tim, berjalan, bersepeda, angkat beban, menunggang kuda, dan aktivitas keluarga di akhir pekan dikaitkan dengan aktivitas fisik oleh remaja pedesaan. Mayoritas dari mereka aktif terlibat dalam kegiatan olahraga setelah bersekolah (Waterbury 2016).

KESIMPULAN

Remaja di perkotaan memiliki perspektif yang lebih baik tentang manfaat aktivitas fisik dibandingkan dengan remaja di pedesaan. Namun, remaja di daerah pedesaan memiliki pemahaman yang lebih baik tentang definisi aktivitas fisik. Selain itu, baik remaja di perkotaan maupun pedesaan masih kurang memahami durasi aktivitas fisik yang direkomendasikan untuk remaja.

Disarankan perlunya promosi kesehatan dan edukasi tentang manfaat aktivitas fisik bagi remaja di pedesaan. Baik remaja perkotaan maupun pedesaan membutuhkan pendidikan tentang rekomendasi PA untuk remaja.

Ucapan Terimakasih

Kami ucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada ketua dan staf LP2S atas bantuan dan penelitian untuk penelitian ini. Ucapan terima kasih juga kami haturkan kepada, kepala sekolah SMP Islam Athirah Bukit Baruga Antang dan SMPN. 01 Manuju, Gowa. Serta, seluruh siswa dan siswi yang berpartisipasi.

Sumber dana

Penelitian ini menerima hibah penelitian dari LP2S Universitas Muslim Indonesia.

Deklarasi *Conflict of Interest*

Seluruh penulis menyatakan tidak ada potensi *Conflict of Interest* dalam penelitian dan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Agency, Health Research and Development. 2013. "Basic Health Research 2013."
- Bauman, Adrian E., Rodrigo S. Reis, James F. Sallis, Jonathan C. Wells, Ruth J. F. Loos, Brian W. Martin, and Lancet Physical Activity Series Working Group. 2012. "Correlates of Physical Activity: Why Are Some People Physically Active and Others Not?" *The Lancet* 380(9838):258–71.
- Bouchard, Claude, Steven N. Blair, and William L. Haskell. 2012. *Physical Activity and Health*. Human Kinetics.
- Hallal, Pedro C., Lars Bo Andersen, Fiona C. Bull, Regina Guthold, William Haskell, Ulf Ekelund, and Lancet Physical Activity Series Working Group. 2012. "Global Physical Activity Levels:



- Surveillance Progress, Pitfalls, and Prospects.” *The Lancet* 380(9838):247–57.
- Mama, Scherezade K., Lorna H. McNeill, Sheryl A. McCurdy, Alexandra E. Evans, Pamela M. Diamond, Heather J. Adamus-Leach, and Rebecca E. Lee. 2015. “Psychosocial Factors and Theory in Physical Activity Studies in Minorities.” *American Journal of Health Behavior* 39(1):68–76.
- Peltzer, Karl, and Supa Pengpid. 2016. “Leisure Time Physical Inactivity and Sedentary Behaviour and Lifestyle Correlates among Students Aged 13–15 in the Association of Southeast Asian Nations (ASEAN) Member States, 2007–2013.” *International Journal of Environmental Research and Public Health* 13(2):217.
- Pramudita, Sofia Rahma, and Siti Rahayu Nadhiroh. 2017. “Gambaran Aktivitas Sedentari Dan Tingkat Kecukupan Gizi Pada Remaja Gizi Lebih Dan Gizi Normal.” *Media Gizi Indonesia* 12(1):1–6.
- Pratama. 2017. “Etika Administrasi.” 1–4.
- Rezende, Leandro Fornias Machado de, Maurício Rodrigues Lopes, Juan Pablo Rey-López, Victor Keihan Rodrigues Matsudo, and Olinda do Carmo Luiz. 2014. “Sedentary Behavior and Health Outcomes: An Overview of Systematic Reviews.” *PLoS One* 9(8):e105620.
- Riskesdas, Kemenkes. 2018. “Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS).” *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical* 44(8):1–200. doi: 10.1088/1751-8113/44/8/085201.
- Rizhardi, Rury. 2019. “Perbandingan Kebugaran Jasmani Antara Sekolah Di Perkotaan Dan Di Pedesaan Studi Kasus Di Sma Negeri 5 Palembang Dan Sma Negeri 2 Banyuasin 2.” *Wahana Didaktika: Jurnal Ilmu Kependidikan* 17(3):297–304.
- Saimon, Rosalia, Wan Yuen Choo, Kam Hock Chang, Chirk Jenn Ng, and Awang Bulgiba. 2015. “Physical Activity among Adolescents in an East Malaysian Rural Indigenous Community: Exploring the Influence of Neighborhood Environmental Factors.” *Asia-Pacific Journal of Public Health* 27:33S-40S. doi: 10.1177/1010539515582220.
- Walker, Ashley, Gavin Colquitt, Steve Elliott, Morgan Emter, and Li Li. 2020. “Using Participatory Action Research to Examine Barriers and Facilitators to Physical Activity among Rural Adolescents with Cerebral Palsy.” *Disability and Rehabilitation* 42(26):3838–49. doi: 10.1080/09638288.2019.1611952.
- Waterbury, Theresa. 2016. “Identifying Barriers, Perceptions and Motivations Related to Healthy Eating and Physical Activity among 6th to 8th Grade, Rural, Limited-Resource Adolescents.” *The Electronic Library* 34(1):1–5.
- Wattelez, Guillaume, Stéphane Frayon, Corinne Caillaud, and Olivier Galy. 2021. “Physical Activity in Adolescents Living in Rural and Urban New Caledonia: The Role of Socioenvironmental Factors and the Association With Weight Status.” *Frontiers in Public Health* 9(August):1–16. doi: 10.3389/fpubh.2021.623685.
- World Health Organization. 2016. *Promoting Physical Activity in The South-East Asia Region*. Sri Lanka.
- World Health Organization. n.d. “Physical Activity : Key Fact.” Retrieved (<https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>).
- Yusuf, Rezky Aulia, David Ferrandiz Mont, Wen-Hsu Lin, and Hsin-Jen Chen. 2021. “Adolescents’ Physical Activity and the Association With Perceived Social Support of Parents and Peers in Indonesia.” *Asia Pacific Journal of Public Health* 1010539521997255.

