

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA USIA DEWASA DI PUSKESMAS BANYUANYAR

Trisia Tya Nisa¹, Dewi Kartika Sari²

trissiatya@gmail.com

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang: Angka obesitas di dunia cukup tinggi sebanyak 1 miliar jiwa. Obesitas paling banyak dialami oleh usia dewasa sebanyak 650 juta jiwa. Hal ini disebabkan karena aktivitas fisik yang rendah. Dampak obesitas antara lain diabetes dan penyakit jantung. **Tujuan** penelitian adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada usia dewasa di Puskesmas Banyuanyar. **Metode** ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasi, menggunakan pendekatan *cross sectional*, tehnik pengambilan data menggunakan *purposive sampling*, sampel 85 responden, instrument yang digunakan untuk mengukur aktivitas fisik menggunakan kuesioner *Global Physical Activity Questionnaire* (GPAQ) dan IMT diukur menggunakan rumus hasil pembagian berat badan (kg) dengan kuadrat tinggi badan (m^2). **Hasil** hasil analisis univariat diketahui aktivitas fisik dalam kategori rendah sebanyak 47,1% responden, obesitas kelas 2 sebanyak 30,6% responden. Hasil bivariat menunjukkan bahwa hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada usia dewasa diperoleh nilai *p-value* 0,007 ($<0,05$). **Kesimpulan** terdapat hubungan aktivitas fisik kejadian obesitas pada usia dewasa di Puskesmas Banyuanyar.

Kata Kunci : Aktivitas fisik, Obesitas, IMT