

## ABSTRAK

Obesitas merupakan keadaan kelebihan berat badan yang terjadi karena akumulasi lemak yang berlebihan yang dapat menyebabkan beberapa manifestasi negatif bagi kesehatan. Indeks massa tubuh merupakan parameter yang digunakan dalam menentukan seorang individu obesitas atau tidak, parameter ini sering digunakan karena mudah, cepat dan tepat. Faktor yang berperan penting dalam kejadian obesitas adalah aktivitas fisik, dimana aktivitas fisik merupakan setiap pergerakan tubuh yang membutuhkan energi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi perbedaan antara aktivitas fisik ringan, sedang dan berat terhadap kejadian obesitas berdasarkan indeks massa tubuh pada warga dewasa di RW 23 & 24 Dusun Plengan, Desa Banjaroyo, Kecamatan Kalibawang, Kabupaten Kulonprogo, Yogyakarta.

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan jenis penelitian potong lintang. Pengambilan sampel dilakukan secara *non-random sampling* dengan teknik *purposive sampling* dan didapat sampel sebanyak 47 orang. Pengambilan data aktivitas fisik menggunakan kuisioner IPAQ dan perhitungan BMI dengan mengukur berat badan dan tinggi badan. Analisis data penelitian ini menggunakan SPSS dengan taraf kepercayaan 95%. Kesimpulan penelitian ini diambil dengan menggunakan uji *Chi-square* yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan bermakna ( $p\text{-value} = 0,03$ ;  $OR = 9,64$ ) antara aktivitas fisik berat dan sedang terhadap kejadian obesitas berdasarkan indeks massa tubuh di RW 23 & 24 Dusun Plengan, Desa Banjaroyo, Kecamatan Kalibawang, Kabupaten Kulonprogo, Yogyakarta.

Kata Kunci: *physical activity, obesity, body mass index*

### ABSTRACT

*Obesity is a condition of overweight which occurs due to excessive fat accumulation which can cause many negative effects for health. Body mass index (BMI) is a parameter used in determining whether an individual has obesity or not and this parameter is often used because it is convenient, rapid, and precise. The Factor which partakes an important role in the case of obesity is physical activity. Physical activity is every movement of the body that requires energy to sustain it. The purpose of this study was to identify the difference between high physical activity and moderate physical activity on obesity cases based on body mass index among adults in hamlet number 23 & 24 Plengan Village, Banjaroyo Village, Kalibawang Subdistrict, Kulonprogo Regency, Yogyakarta.*

*This research was an observational analytic research using cross sectional research type. The sampling was done by non-random sampling with purposive sampling technique and the sample was an amount of 47 people. Physical activity data collection was using IPAQ questionnaire and BMI calculation by measuring body weight and height. Analysis of this research data was using SPSS with confidence interval of 95%. The conclusion of this study was taken using Chi-square test which showed that there was a significant ( $p=0,03$ ;  $OR= 9,64$ ) difference between high physical activity and moderate physical activity on obesity cases based on body mass index in hamlet number 23 & 24 Plengan Village, Banjaroyo Village, Kalibawang Subdistrict, Kulonprogo Regency, Yogyakarta.*

*Keywords: physical activity, obesity, body mass index*

