

ABSTRAK

Aktivitas fisik yang kurang dapat menjadi faktor pemicu terjadinya obesitas. Indikator sederhana yang digunakan untuk mengkategorikan obesitas dapat dilakukan menggunakan *Body Mass Index* (BMI) dengan klasifikasi menurut kriteria orang Asia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada orang dewasa di RW 20 Dusun Dlingseng, Kecamatan Banjaroyo, Kabupaten Kulon Progo, Yogyakarta. Jenis penelitian ini adalah observasional dengan rancangan penelitian potong melintang (*cross sectional*) pada 42 responden. Pengambilan sampel dilakukan secara *non random sampling* dengan teknik *purposive sampling*. Subjek penelitian adalah laki-laki dan perempuan usia 18-65 tahun. Pengukuran aktivitas fisik dilakukan dengan wawancara menggunakan kuesioner IPAQ versi *Short-Form* (IPAQ-SF). Nilai BMI didapatkan dari perhitungan pengukuran tinggi badan dan berat badan. Data penelitian ini dianalisis menggunakan *software* komputer dengan taraf kepercayaan 95% dengan menggunakan uji *Fisher*. Hasil dari penelitian menunjukkan hubungan yang tidak bermakna antara aktivitas fisik terhadap kejadian obesitas berdasarkan *Body Mass Index* ($p=0,650$) pada masyarakat di RW 20 Dusun Dlingseng Banjaroyo Kalibawang Kulon Progo Yogyakarta.

Kata kunci : aktivitas fisik, obesitas, *body mass index*.

ABSTRACT

Lack of physical activities happens to trigger obesity. Body Mass Index (BMI) that classified using Asian criteria can be used as a simple indicator to categorize obesity. This study aims to conduct the relation between physical activities and obesity on adults in RW 20 Dusun Dlingseng, Kecamatan Banjaroyo, Kabupaten Kulon Progo, Yogyakarta. This research is an cross sectional observasional study towards 42 participants. Sampling was done by using random sampling and purposive sampling technique. Research subjects are men and women aged from 18-65 years old. Physical Activities measurement was conducted by interview using IPAQ Short-Form (IPAQ-SF) questionnaires. BMI was calculated based on height and weight measurements. The data was analyzed by using computer software with 95% reliability tested by Fisher tes. The result shows there is hubungan tidak bermakna between physical activities towards obesity based on Body Mass Index ($p=0,650$) towards people in RW 20 Dusun Dlingseng Banjaroyo Kalibawang Kulon Progo Yogyakarta.

Kata kunci : physical activity, Obesity, body mass index

