

## ABSTRAK

Aktivitas fisik merupakan setiap gerakan tubuh oleh otot rangka yang membutuhkan penggunaan energi. Aktivitas fisik yang kurang dapat menjadi faktor risiko terjadinya hiperkolesterolemia. Hiperkolesterolemia merupakan faktor risiko penyebab kematian peringkat ke-enam di dunia. Hiperkolesterolemia tidak hanya menjadi permasalahan masyarakat di perkotaan tetapi juga di pedesaan dilihat dari prevalensi hiperkolesterolemia di pedesaan. Peningkatan prevalensi hiperkolesterolemia dapat dipengaruhi kurangnya aktivitas fisik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian hiperkolesterolemia pada populasi dewasa di Dusun Dlingseng, Kulon Progo, D.I. Yogyakarta.

Penelitian yang dilakukan merupakan jenis penelitian observasional analitik dengan rancangan penelitian *cross sectional*. Pengambilan sampel dilakukan secara *non-random sampling* dengan teknik *purposive sampling* dan didapat sampel sebanyak 53 orang. Pengambilan data aktivitas fisik melalui wawancara dengan protokol *International Physical Activity Questionnaire Short Form* (IPAQ-SF), sedangkan hiperkolesterolemia dilihat dari kadar kolesterol total yang diperoleh dengan pengukuran menggunakan reaksi enzimatis dengan instrumen *Point of Care Testing* (POCT). Analisis data penelitian ini menggunakan SPSS dengan taraf kepercayaan 95% menggunakan uji *Fisher*. Hasil penelitian ini menunjukkan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan kejadian hiperkolesterolemia pada populasi dewasa di Dusun Dlingseng, Kulon Progo, D.I. Yogyakarta ( $p = 0,391$ ). Untuk penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan jumlah sampel yang lebih besar dan memberikan penjelasan lebih lengkap tentang penelitian untuk meminimalisir terjadinya *recall bias*.

**Kata kunci:** aktivitas fisik, kolesterol total, hiperkolesterolemia

## ABSTRACT

Physical activity is movement by skeletal muscle that requires energy use. Less of Physical activity can cause hypercholesterolemia. Hypercholesterolemia is the sixth leading cause of mortality in the world. Hypercholesterolemia is not only problem in urban areas but also in rural areas, seen from the prevalence of hypercholesterolemia in rural areas. High prevalence of hypercholesterolemia can be affected by physical activity. The purpose of this study was to identify the relationship between physical activity with the hypercholesterolemia event among adult population in Dlingseng Village, Kulon Progo, Special Region of 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 53 people. Physical activity data collection was using IPAQ questionnaire (short version) and total cholesterol measured by using enzymatic reaction with Point of Care Testing (POCT) instrument. Analysis of this research data was using SPSS with confidence interval of 95% using Fisher Test. The results of the study showed that there is no significant relationship between physical activity with hypercholesterolemia event among adult population in Dlingseng Village, Kulon Progo, Special Region of Yogyakarta ( $p = 0,391$ ). For further study, it is recommended to use a larger of sample size and provide a more complete explanation of the research to minimize the recall bias.

**Keywords:** physical activity, total cholesterol, hypercholesterolemia