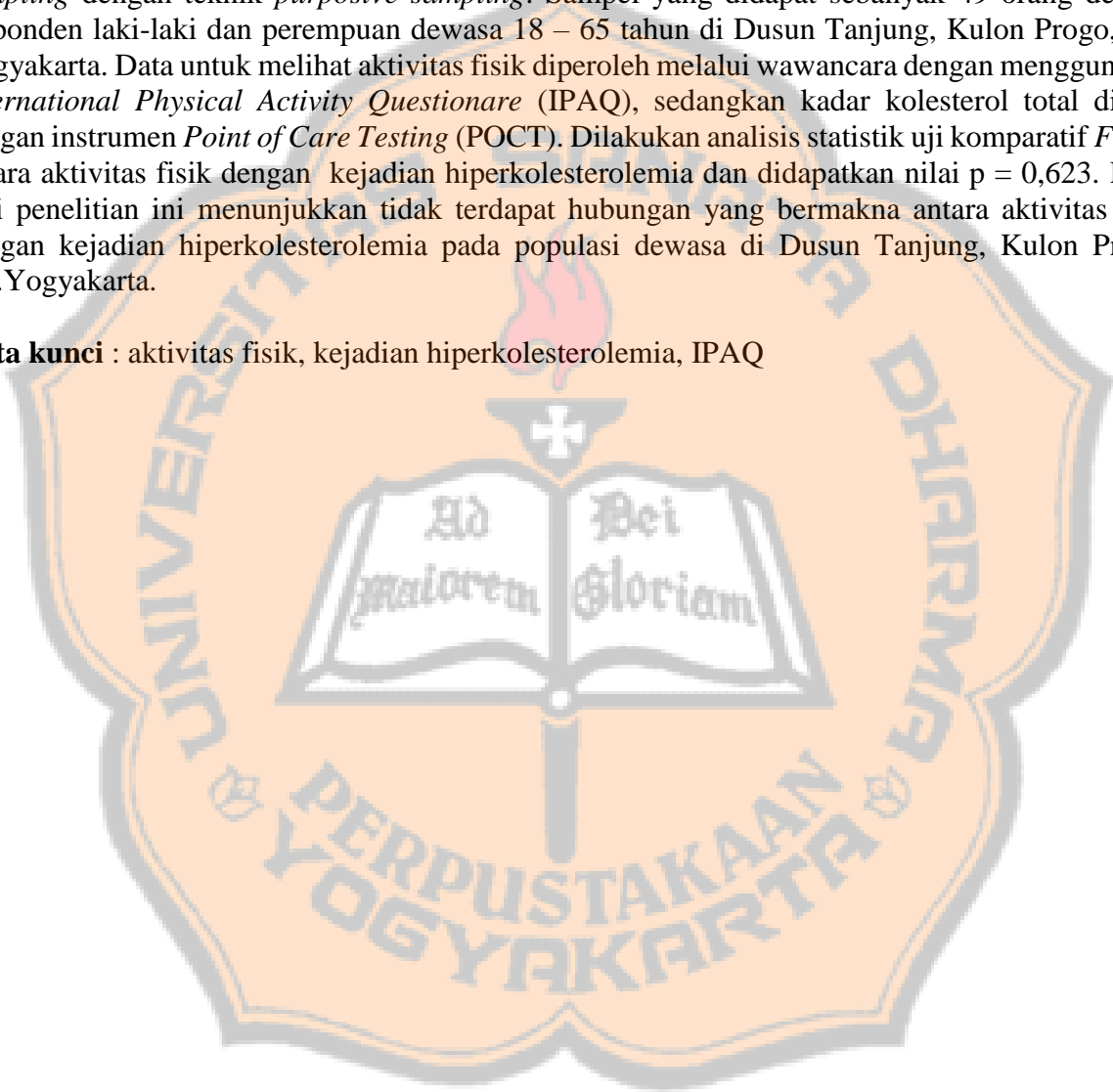


ABSTRAK

Aktivitas fisik adalah gerakan tubuh dari otot rangka yang membutuhkan pengeluaran energi. Aktivitas fisik meningkat akan meningkatkan enzim pemecah trigliserida sehingga kolesterol yang terbentuk akan lebih sedikit. Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan aktivitas fisik dengan kejadian hiperkolesterolemia pada populasi dewasa di Dusun Tanjung, Kulon Progo, D.I.Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian observasional analitik dengan rancangan penelitian *cross sectional*. Pengambilan sampel dilakukan secara *non random sampling* dengan teknik *purposive sampling*. Sampel yang didapat sebanyak 49 orang dengan responden laki-laki dan perempuan dewasa 18 – 65 tahun di Dusun Tanjung, Kulon Progo, D.I.Yogyakarta. Data untuk melihat aktivitas fisik diperoleh melalui wawancara dengan menggunakan *International Physical Activity Questionnaire (IPAQ)*, sedangkan kadar kolesterol total diukur dengan instrumen *Point of Care Testing (POCT)*. Dilakukan analisis statistik uji komparatif *Fisher* antara aktivitas fisik dengan kejadian hiperkolesterolemia dan didapatkan nilai $p = 0,623$. Hasil dari penelitian ini menunjukkan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan kejadian hiperkolesterolemia pada populasi dewasa di Dusun Tanjung, Kulon Progo, D.I.Yogyakarta.

Kata kunci : aktivitas fisik, kejadian hiperkolesterolemia, IPAQ



ABSTRACT

Physical activity is a body movement from skeletal muscle that requires energy expenditure. Increased physical activity will increase enzymes that breaks triglyceride so that there will be less cholesterol formed. This study aims to see the relationship between the physical activity with the hypercholesterolemia event among adult population in Tanjung Hamlet, Kulon Progo, D.I.Yogyakarta. This study uses a type of analytic observational research with cross sectional research design. Sampling was carried out in a non-random sampling manner with purposive sampling technique. The sample was an amount people with male and female respondents 18-65 years in Tanjung Hamlet, Kulon Progo, D.I. Yogyakarta. Data to see physical activity was obtained through interviews using the International Physical Activity Questionare (IPAQ), while total cholesterol levels were measured by means of Point Of Care Testing (POCT). Statistical analysis of fisher comparative test between physical activity and the hypercholesterolemia event was obtained and the result is $p = 0.623$. The result of this study shows that there is no significant relationship between physical activity with the hypercholesterolemia event among the adult population in Tanjung Hamlet, Kulon Progo, D.I. Yogyakarta.

Keyword : *physical activity, hypercholesterolemia event, IPAQ*

