

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA ANAK DI SD NEGERI 2 REDIN, GEBANG, PURWOREJO

Aan Fitriyani¹, Yanita Trisetyaningsih²

INTISARI

Latar Belakang: Obesitas adalah suatu kelainan akibat penimbunan jaringan lemak tubuh yang berlebihan. Obesitas pada umumnya diakibatkan oleh ketidakseimbangan antara asupan dan penggunaan energi, dimana asupan lebih besar daripada penggunaan energi. Obesitas disebabkan oleh banyak faktor terutama faktor genetik dan faktor lingkungan. Salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya obesitas pada seseorang adalah aktivitas fisik.

Tujuan: Mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada anak di SD Negeri 2 Redin, Gebang, Purworejo.

Metode: Penelitian *survei analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Populasi penelitian 79 siswa/siswi kelas 3, 4 dan 5 di SD Negeri 2 Redin, Gebang, Purworejo. Metode pengumpulan data yaitu menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan untuk mengetahui BMI, dan membagikan kuesioner untuk mengetahui aktivitas fisik. Dalam penelitian ini alat yang digunakan adalah timbangan berat badan dan alat ukur tinggi badan (*stature meter*). Uji hipotesis dalam penelitian ini adalah uji *Kendall Tau*.

Hasil: Dari 79 siswa/siswi terdapat 28 siswa/siswi yang mengalami obesitas, 25 siswa/siswi (31,6%) mengalami obesitas dengan aktivitas fisik ringan, dan 3 siswa/siswi (10,7%) mengalami obesitas dengan aktivitas sedang dengan $p = 0,000 < 0,05$ dengan keeratan hubungan 0,855.

Kesimpulan: Ada hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada anak dengan keeratan hubungan yang sangat kuat, agar anak bisa menyeimbangkan aktivitas fisiknya di SD Negeri 2 Redin, Gebang, Purworejo.

Kata kunci : Aktivitas Fisik, Obesitas, Status Gizi

¹Mahasiswa PSIK STIKES Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

²Dosen STIKES Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

PHYSICAL ACTIVITY RELATIONSHIP WITH OBESITY OF OBESITY ON CHILDREN IN SD NEGERI 2 REDIN, GEBANG, PURWOREJO

Aan Fitriyani¹, Yanita Trisetyaningsih²

Abstract

Background: Obesity is a disorder caused by excessive accumulation of body fat tissue. Obesity is generally caused by an imbalance between intake and energy use, where intake is greater than energy use. Obesity is caused by many factors, especially genetic factors and environmental factors. One of the factors that influence the occurrence of obesity in a person is physical activity.

Objective: To know the relationship of Physical Activity with the incidence of obesity in children in SD Negeri 2 Redin, Gebang, Purworejo.

Methods: Analytic survey research with cross sectional approach. The sampling technique uses total sampling. The study population was 79 students of 3rd, 4th and 5th grade in SD Negeri 2 Redin, Gebang, Purworejo. Methods of data collection are weighing weight and measuring height to know BMI, and distributing questionnaires to know physical activity. In this research the tool used is weight scales and measuring instrument height (stature meter). Hypothesis test in this research is Kendall Tau test.

Results: From 79 students there are 28 students who are obese, 25 students (31,6%) experienced obesity with mild activity, and 3 students (10,7%) were obese with moderate activity with $p = 0,000 < 0,05$ with close association 0,855 was a very strong relationship .

Conclusion: There was a significant correlation between physical activity with the incidence of obesity in children with a very strong relationship equation so that children can balance physical activity in SD Negeri 2 Redin, Gebang, Purworejo.

Keywords: Physical Activity, Obesity, Nutritional Status

¹Students PSIK STIKES General Achmad Yani Yogyakarta

²Staff Lecturer STIKES General Achmad Yani Yogyakarta