

Hubungan Pola Konsumsi dan Aktivitas Fisik Dengan Obesitas Pada Wanita Dewasa di Kelurahan Ampel Kecamatan Semampir Kota Surabaya

ABSTRAK

Obesitas adalah masalah kesehatan dunia, bahkan WHO menyatakan bahwa obesitas menjadi epidemi global yang merupakan masalah kesehatan yang harus diatasi. Obesitas yang terjadi pada wanita dewasa disebabkan karena gaya hidup modern yang ditandai oleh pola makan western dengan ciri tinggi karbohidrat, tinggi lemak dan rendah serat disertai aktivitas fisik kurang gerak (*Sadentary*). Penelitian ini dilaksanakan bulan Januari 2018 – Juni 2018. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola konsumsi dan aktivitas fisik dengan obesitas pada wanita dewasa di Kelurahan Ampel Kecamatan Semampir Surabaya. Jenis penelitian ini adalah *studi kuantitatif analitik* dengan desain *cross-sectional Study*. Penelitian ini menggunakan kuesioner aktivitas fisik dan form SQ-FFQ yang diberikan kepada 40 wanita dewasa dan menggunakan teknik sampling jenuh (semua anggota populasi digunakan menggunakan sampel). Data yang terkumpul diolah dan dianalisis dengan menggunakan SPSS (*Uji Korelasi Spearman*). Hasil *Uji Korelasi Spearman* terdapat hubungan pola konsumsi dan aktivitas fisik dengan obesitas pada wanita dewasa di Kelurahan Ampel Kecamatan Semampir Surabaya. Pola konsumsi dengan obesitas pada wanita dewasa yaitu signifikansi $p = 0,014$ dimana 0,014 lebih kecil dari $\alpha 5\%$, maka H_0 ditolak atau ada korelasi antara pola konsumsi dengan obesitas pada wanita dewasa. Aktivitas fisik dengan obesitas pada wanita dewasa yaitu signifikansi $p = 0,021$ dimana 0,021 lebih kecil dari $\alpha 5\%$, maka H_0 ditolak atau ada korelasi antara pola konsumsi dengan obesitas pada wanita dewasa.

Kata Kunci : Obesitas, pola konsumsi, aktivitas fisik

**Relationship of Consumption Patterns and Physical Activity With
Obesity In Adult Women in Ampel
Kecamatan Semampir Kota Surabaya**

ABSTRAC

Obesity is a world health problem, even WHO states that obesity becomes a global epidemic which is a health problem that must be overcome. Obesity that occurs in adult women is due to the modern lifestyle characterized by the western diet with high carbohydrate characteristics, high fat and low fiber with sedentary physical activity. This study was conducted in January 2018 - June 2018. This study aims to determine the relationship between consumption patterns and physical activity with obesity in adult women in Ampel Village District Semampir Surabaya. This type of research is an analytical quantitative study with cross-sectional study design. This study used a physical activity questionnaire and SQ-FFQ form given to 40 adult women and used a saturated sampling technique (all members of the population were used using samples). The collected data was processed and analyzed using SPSS (spearman correlation test). Spearman correlation test result there is correlation of consumption pattern and physical activity with obesity in adult woman in Ampel sub district Semampir Surabaya. The pattern of consumption with obesity in adult women is the significance of $p = 0.014$ where 0.014 is smaller than $\alpha 5\%$, then H_0 is rejected or there is a correlation between consumption patterns with obesity in adult women. Physical activity with obesity in adult women is significance $p = 0,021$ where 0,021 smaller than $\alpha 5\%$, then H_0 is rejected or there is correlation between consumption pattern with obesity in adult woman.

Keyword : Obesity, consumption patterns, physical activity