

USIA DEWASA 30-49 TAHUN DI DESA JATIREJO KECAMATAN JATIREJO KABUPATEN MOJOKERTO

Oleh :

Novan Rusdiawan

ABSTRAK

Obesitas merupakan salah satu permasalahan gizi yang prevalensinya terus meningkat di Indonesia, di samping permasalahan gizi kurang yang belum dapat teratasi. Data Riset kesehatan dasar (Riskesdas) oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) tahun 2018 obesitas pada dewasa mengalami kenaikan yang signifikan yaitu pada tahun 2007 sebanyak (10,5%), pada tahun 2013 sebanyak (14,8%) dan pada tahun 2018 sebanyak (21,8%). Prevalensi obesitas di Jawa Timur sendiri sebesar 15,48% dan di Kabupaten Mojokerto cakupan obesitas sebesar 24%. Dalam profil Puskesmas Jatirejo pada tahun 2017 terdapat kasus obesitas sebesar 0,86% atau sebanyak 404 kasus obesitas. Obesitas bukan hanya terkait masalah banyaknya mengkonsumsi makanan tapi juga kurangnya aktifitas fisik. Tujuan penelitian ini adalah mengidentifikasi aktivitas fisik dan kejadian obesitas. Jenis penelitian ini deskriptif dengan pendekatan cross sectional. Penelitian ini dilaksanakan di Desa Jatirejo, Kecamatan Jatirejo, Kabupaten Mojokerto dengan sampel sebesar 42 orang yang di ambil berdasarkan proporsional random sampling. Analisis data ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi dan tabulasi silang. Hasil penelitian dapat diketahui bahwa responden dengan kejadian obesitas berjenis kelamin perempuan dengan kategori kelebihan berat badan tingkat berat sebanyak 9 orang (81,8%) dan kelebihan berat badan tingkat ringan sebanyak 15 orang (88,2%) dengan mayoritas kelompok umur 35 – 39 tahun sebanyak 17 orang baik laki-laki maupun perempuan. Berdasarkan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas, responden memiliki aktivitas fisik dengan kategori ringan sebanyak 42 orang (100%). Saran yang dapat diberikan pada responden adalah supaya melakukan aktivitas fisik di luar rumah seperti olahraga dan pola konsumsi yang diatur.

Kata Kunci : obesitas, status gizi, aktivitas fisik

**DESCRIPTION OF PHYSICAL ACTIVITIES AND OBESITY EVENTS IN
ADULT 30-49 YEARS AT THE JATIREJO VILLAGE JATIREJO DISTRICT
MOJOKERTO REGENCY**

By :

Novan Rusdiawan

ABSTRACT

Obesity is one of the nutritional problems whose prevalence continues to increase in Indonesia, in addition to malnutrition problems that have not been overcome. Data on basic health research (Riskesdas) by the Ministry of Health of the Republic of Indonesia (MOH) in 2018 obesity in adults experienced a significant increase, namely in 2007 (10.5%), in 2013 as much (14.8%) and in 2018 (21.8%). The prevalence of obesity in East Java alone is 15.48% and in Mojokerto Regency the coverage of obesity is 24%. In the profile of Jatirejo Community Health Center in 2017 there were cases of obesity by 0.86% or as many as 404 cases of obesity. Obesity is not only related to the problem of consuming lots of food but also the lack of physical activity. The purpose of this study was to identify physical activity and the incidence of obesity. This type of research was descriptive with a cross sectional approach. This research was conducted in Jatirejo Village, Jatirejo District, Mojokerto Regency with a sample of 43 people taken based on proportional random sampling. Data analysis is displayed in the form of frequency distribution and cross tabulation. The results of this study can be seen that the respondents with the incidence of obesity are overweight women with a severe level of 9 people (81.8%) and mild levels of overweight 15 people (88.2%) with the majority of age groups 35-39 year as many as 17 people both men and women. Based on physical activity with the incidence of obesity, respondents had a physical activity with a mild category of 42 people (100%). The advice that can be given to respondents is to do physical activities outside the home such as sports and regulated consumption patterns.

Keywords : *obesity, nutritional status, physical activity*