

Gambaran aktivitas fisik pada remaja obesitas di Karawang = The description of physical activity among obese adolescents in Karawang

Restika Hapsari, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20494403&lokasi=lokal>

Abstrak

Prevalensi obesitas pada remaja di Karawang lebih tinggi dibandingkan di antara kabupaten di Jawa Barat. Gaya hidup remaja yang tidak sehat di Karawang mengarah pada obesitas. Salah satu contoh gaya hidup yang tidak sehat adalah kurangnya latihan fisik. Remaja yang gemuk cenderung memiliki aktivitas fisik yang rendah dan berisiko mengalami tingkat obesitas yang lebih tinggi seiring bertambahnya usia. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi deskripsi aktivitas fisik pada remaja gemuk di Kabupaten Karawang. Penelitian deskriptif ini menggunakan desain cross sectional dengan 97 responden remaja dengan status gizi dianggap obesitas. Data diambil di sekolah menengah pertama dan menengah atas di Kabupaten Karawang. Metode yang digunakan dalam mengumpulkan data adalah pengukuran tinggi menggunakan microtoise dan pengukuran berat menggunakan skala berat badan digital untuk menunjukkan Indeks Massa Tubuh (BMI). Analisis yang dilakukan adalah analisis univariat dan dilanjutkan dengan menerapkan tabulasi data (crosstabb). Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas remaja yang menderita obesitas adalah remaja pria dengan obesitas kelas 1. Sementara itu, remaja perempuan juga pasif dalam melakukan aktivitas fisik. Studi ini merekomendasikan bahwa sekolah perlu melakukan program manajemen obesitas yaitu promosi aktivitas fisik untuk menjadi intervensi berbasis sekolah.

<hr>

The prevalence of obesity in adolescents in Karawang is higher than among districts in West Java. Unhealthy adolescent lifestyles in Karawang lead to obesity. One example of an unhealthy lifestyle is lack of physical exercise. Obese adolescents tend to have low physical activity and are at risk of experiencing higher levels of obesity with age. This study aims to identify the description of physical activity in obese adolescents in Karawang Regency. This descriptive study uses a cross sectional design with 97 teenage respondents with nutritional status considered obese. Data were collected at junior high and senior high schools in Karawang Regency. The method used in collecting data is height measurement using microtoise and weight measurement using a digital weight scale to show the Body Mass Index (BMI). The analysis carried out was univariate analysis and continued by applying data tabulation (crosstabb). The results showed that the majority of adolescents suffering from obesity were male adolescents with grade 1 obesity. Meanwhile, female adolescents were also passive in physical activity. This study recommends that schools need to conduct obesity management programs, namely the promotion of physical activity to become school-based interventions.