

# Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Perubahan Indeks Massa Tubuh pada Mahasiswa Tahun Pertama Universitas Indonesia = Effect of Physical Activity on Changes in Body Mass Index of Freshman Students of Faculty of Medicine Universitas Indonesia

Taris Radifan, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20504065&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

### <b>ABSTRAK</b>

Latar Belakang: Obesitas dan berat badan berlebih merupakan salah satu kondisi kesehatan yang menjadi masalah di Indonesia. Berdasarkan survey Riskesdas pada tahun 2018, sebesar 21,8% orang dewasa mengalami obesitas. Salah satu faktor yang berpengaruh ialah kurangnya aktivitas fisik, namun belum ada penelitian di Indonesia yang dapat menilai hubungan aktivitas fisik dengan peningkatan berat badan serta indeks massa tubuh pada mahasiswa tahun pertama.

Tujuan: Studi ini dilakukan untuk mengetahui hubungan tingkat aktivitas fisik dengan perubahan berat badan dan indeks massa tubuh pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.

Metode: Data perubahan indeks massa tubuh (IMT) didapatkan melalui dua kali pengukuran pada awal dan akhir tahun ajaran. Data awal merupakan data sekunder dari Klinik Makara pada awal tahun ajaran dan data akhir didapatkan melalui pengukuran yang dilakukan di RIK UI pada bulan Mei 2019. Untuk data aktivitas fisik didapatkan melalui pengisian kuisisioner Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ) pada pengambilan data akhir. Selanjutnya, dilakukan uji chi-square untuk menilai hubungan antara aktivitas fisik dengan kenaikan IMT.

Hasil: Berdasarkan hasil analisis indeks massa tubuh pada awal dan akhir penelitian, tidak ditemukan adanya perubahan yang signifikan pada indeks massa tubuh subjek ( $p>0,05$ ). Pada analisis tingkat aktivitas fisik didapatkan bahwa sekitar 27% subjek tidak melakukan aktivitas fisik sesuai dengan rekomendasi WHO, namun tidak ditemukan hubungan antara aktivitas fisik dengan perubahan indeks massa tubuh ( $p>0,05$ ).

Kesimpulan: Tidak terjadi peningkatan indeks massa tubuh yang signifikan pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia dan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan perubahan indeks massa tubuh pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.

<hr>

### <i><b>ABSTRACT</b></i>

Background: Obesity and overweight is one of the medical conditions that is still a problem in Indonesia. According to Riskesdas survey in 2018, 21,8% of adults above 18 years old are obese. One of the factor that is thought to be significant in these increases is insufficient physical activity. However, there is no study about the relationship between physical activity and the increase in body mass index and body weight in Indonesian college freshmen.

Objective: The objective of this study is to find the correlation between physical activity and the change in body weight and body mass index in freshmen of Faculty of Medicine Universitas Indonesia.

Methods: The data about change in body mass index is obtained by taking measurements at the start and the

end of the academic year. The initial data is a secondary data from Klinik Makara and the second data is a primary data obtained by taking measurement in May 2019 at UI Health Cluster. The data about physical activity is obtained using the Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ) during the second measurement. Then, chi-square test is done to find the relationship among determinants and outcome.