

# Hubungan Aktivitas Fisik dengan Obesitas Sentral Pada Wanita Usia Dewasa di Provinsi DKI Jakarta Tahun 2018 = Relationship Physical Activity with Central Obesity among Adult-Age Women in DKI Jakarta Province 2018

Wardah Hanifah, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920544061&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Wanita memiliki risiko lebih tinggi mengalami obesitas sentral dibandingkan pria. Prevalensi obesitas sentral terus meningkat khususnya pada kelompok usia dewasa dan tinggal di perkotaan. Obesitas sentral dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satunya adalah aktivitas fisik yang memiliki banyak manfaat untuk kesehatan. Namun, wanita cenderung kurang aktivitas fisik sehingga risiko mengalami obesitas sentral semakin besar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara aktivitas fisik dengan obesitas sentral pada wanita usia dewasa (18 tahun) di Provinsi DKI Jakarta. Penelitian ini berdesain studi cross sectional menggunakan data Riskesdas 2018. Sebanyak 2.922 subjek memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Hasil analisis dengan regresi cox menunjukkan perbedaan dari penelitian terdahulu yaitu tidak terdapat hubungan secara statistik antara aktivitas fisik sedang (APR=1,04 ; 95%=0,81-1,34) dan aktivitas fisik ringan (APR=0,99 ; 95% CI=0,76-1,29) dengan obesitas sentral pada wanita usia dewasa di Provinsi DKI Jakarta setelah dikontrol oleh variabel usia, pendidikan, pekerjaan, serta konsumsi buah dan sayur. Meskipun begitu, aktivitas fisik tetap memberi manfaat untuk kesehatan. Memperkuat intensitas aktivitas fisik, skrining kesehatan secara rutin khususnya pengukuran lingkaran perut, serta membiasakan aktivitas fisik cukup sejak dini untuk meningkatkan aktivitas fisik dan mencegah obesitas sentral pada kelompok wanita usia dewasa.

.....Women has a higher risk of developing central obesity than men. The prevalence of central obesity continues to increase, especially in the adult age group and those living in urban areas. Central obesity is influenced by many factors, one of which is physical activity which has many health benefits. However, women tend to lack physical activity and the risk of women developing central obesity is greater. This study aims to determine the relationship between physical activity and central obesity in the adult women (18 years) in DKI Jakarta Province. This research has a cross-sectional study design using Riskesdas data on 2018. A total of 2,922 subjects met the inclusion and exclusion criteria. The results of the analysis using cox regression show a difference from previous research that there is no statistical relationship between moderate physical activity (APR = 1.04 ; 95% CI =0.81-1,34) and low physical activity (APR = 0.99 ; 95% CI = 0.76-1.29) with central obesity in the adult women population in DKI Jakarta Province after controlled by the age, education, occupation, consumption of fruit and vegetables variables. Even so, physical activity still provides health benefits. Strengthening the intensity of physical activity, regular health screening especially waist circumference, and getting used to sufficient physical activity from an early age to increase physical activity and prevent central obesity in adult women.