

# HUBUNGAN OBESITAS DENGAN POLA HIDUP PADA ANAK

Utari Alwi<sup>1</sup>, Erwin Santosa<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, <sup>2</sup>Bagian Anak Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

## INTISARI

Obesitas didefinisikan sebagai kelebihan berat lebih dari 20% berat badan ideal (BBI) atau berat badan yang diinginkan dan terdapatnya penimbunan lemak yang berlebihan dari yang diperlukan untuk fungsi tubuh. Dilihat dari faktor-faktor penyebab obesitas berhubungan dengan tingkat konsumsi energi anak dan jenis aktivitas yang dilakukannya<sup>1</sup>. Pola hidup dan maraknya ketersediaan akses teknologi dan transportasi memiliki kaitan yang sangat erat terhadap kejadian obesitas. Penelitian analitik mengenai pengaruh aktivitas fisik yang rendah (*sedentary activity*) terhadap obesitas telah dilakukan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan obesitas dengan pola hidup anak. Penelitian ini bersifat observasi analitik dengan pendekatan metode *observasional analytic numeric (kategorik-numeric dan kategorik-kategorik)* dengan rancangan penelitian *cross sectional*, dengan melibatkan 30 responden dan menggunakan analisis Univariat dan Bivariat. Hasil penelitian hubungan obesitas dengan pola hidup anak diperoleh nilai  $p=0,005$ . Disimpulkan bahwa aktifitas sedentari dan ketersediaan akses merupakan faktor resiko terhadap kejadian obesitas. Untuk menekan dampak obesitas ini, perlu adanya peningkatan aktifitas fisik seperti olahraga yang rutin, sehingga dapat meminimalkan resiko obesitas sentral.

**Kata Kunci:** pola hidup, obesitas

## **OBESITY RELATIONSHIPS WITH LIFE STYLE ON CHILD IN**

Utari Alwi<sup>1</sup>, Erwin Santosa<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, <sup>2</sup>Bagian Anak Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

### **ABSTRACT**

*Obesity is defined as excess weight is more than 20% of ideal body weight (BMI) or desired weight and the presence of excessive fat accumulation that is required for the function of the body. Judging from the factors that cause obesity associated with energy consumption level and type of activity that the child does<sup>1</sup>. The pattern of life and widespread availability of access and transport technologies that are closely linked to the incidence of obesity. Analytical study on the effect of low physical activity (sedentary activity) against obesity has been done.*

*This study aims to determine the relationship of obesity with lifestyle children. This study is observational analytic approach observational analytic numeric methods (categorical-numeric and categorical-categorical) with a cross-sectional study design, involving 30 respondents and using Univariate and Bivariate analysis. The results of the study the relationship of obesity with lifestyle children obtained value of  $p = 0.005$ , concluded that sedentary activities and the availability of access is a risk factor for obesity. To reduce the impact of obesity, the need for increasing physical activity such as regular exercise, so as to minimize the risk of central obesity.*

**Keyword** : life style, obesity, children.