

## ABSTRAK

Dwiyanti Butar Butar. Gambaran Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Obesitas Di SMA Negeri 5 Pekanbaru. Dibimbing oleh Dewi Erowati, S.Gz, MPH dan Sri Mulyani, STP, M.Si

Prevalensi kejadian obesitas di Kota Pekanbaru pada remaja yang mengalami peningkatan dari 1,6% pada tahun 2013 menjadi 4,87% pada tahun 2018. Kemajuan zaman menyebabkan remaja lebih memilih menghabiskan waktu untuk mengobrol dan bermain *smarthphone* daripada melakukan aktivitas lainnya seperti olahraga. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran aktivitas fisik di SMA Negeri 5 Pekanbaru. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode pendekatan *cross sectional*. Pengumpulan sampel dilakukan menggunakan teknik *stratified random sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 46 orang dari 880 orang populasi. Data terkait variabel dependen yaitu obesitas didapatkan melalui pengukuran antropometri dan data terkait variabel independen yaitu aktivitas fisik diperoleh melalui penyebaran kuesioner Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ). Kemudian, data yang sudah didapatkan dianalisa menggunakan analisa univariat dengan tujuan untuk menggambarkan kedua variabel. Hasil penelitian yaitu sebanyak 30 (65,2%) responden adalah perempuan, 14 (30,4%) responden mengalami obesitas, sebanyak 25 (54,3%) responden memiliki aktivitas fisik ringan dan dari 14 responden yang obesitas terdapat 12 (85,71%) responden dengan aktivitas fisik ringan.

**Kata Kunci : Aktivitas Fisik, Analisis Univariat, Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ), Obesitas, Stratified Random Sampling**

## ABSTRACT

Dwiyanti Butar Butar. Description of Physical Activity on Obesity in SMA Negeri 5 Pekanbaru. Guided by Dewi Erowati, S.Gz, MPH and Sri Mulyani, STP, M.Si

The prevalence of obesity in Pekanbaru City in adolescents which has increased from 1.6% in 2013 to 4.87% in 2018. The progress of the times causes teenagers to prefer to spend time chatting and playing smartphone instead of doing other activities such as sports. The purpose of this study is to find out the description of physical activity in SMA Negeri 5 Pekanbaru. This research is a quantitative descriptive research with the approach method cross sectional. Sample collection was carried out using the technique stratified random sampling with a total sample of 46 people from 880 population. Data related to the dependent variable, namely obesity, was obtained through anthropometric measurements and data related to the independent variable, namely physical activity, was obtained through the distribution of the Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ) questionnaire. Then, the data that has been obtained is analyzed using univariate analysis with the aim of describing both variables. The results of the study were that 30 (65.2%) respondents were female, 14 (30.4%) respondents were obese, 25 (54.3%) respondents had light physical activity and of the 14 respondents who were obese there were 12 (85, 71%) of respondents with light physical activity.

**Keywords : Physical Activity, Univariate Analysis, Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ), Obesity, Stratified Random Sampling**