

## **ABSTRACT**

### **THE RELATIONSHIP OF PHYSICAL ACTIVITY AND THE INCIDENCE OF OBESITY IN ADOLESCENTS OF SMP NEGERI 36 SUEABAYA**

*(Correlation study at SMP Negeri 36 Surabaya)*

**Renata Kadi Wannu**  
**(202202057)**

*Adequate physical activity can reduce the risk of high blood pressure (BP), coronary heart disease (CHD), stroke, diabetes and cancer. The phenomenon that emerged at SMP Negeri 36 Surabaya was that many teenagers had obese body proportions due to lack of physical activity. The aim of the research was to determine the relationship between physical activity and the incidence of obesity in adolescents at SMP Negeri 36 Surabaya. This research uses a correlation study with a cross-sectional approach. The population in this study were teenagers from SMP Negeri 36 Surabaya with a sample of 53 respondents taken using cluster random sampling. Physical activity was assessed using the PAQ-A (Physical Activity Questionnaire Adolescents) questionnaire and obesity using BMI measurement. The independent variable in this study is physical activity and the dependent variable is the incidence of obesity. Data analysis uses the Spearman rank test. The research results showed that 57% of respondents had light physical activity, 39.3% of respondents had moderate activity, 21% of respondents were obese and 79% of respondents were not obese. The statistical test results showed that  $p=0.872$  with a value of  $\alpha=0.05$  where  $p>a$  which shows that there is no relationship between physical activity and the incidence of obesity in students at SMP Negeri 36 Surabaya. This happens because basically there are other factors that causes obesity so further research is needed. Researchers provide suggestions for future researchers to assess other factors that can influence obesity.*

**Keywords:** *Physical Activity, Obesity Incident, Adolescents*

## ABSTRAK

### HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA SMP NEGERI 36 SURABAYA

(Studi korelasi di SMP Negeri 36 Surabaya)

**Renata Kadi Wannu**  
**(202202057)**

Aktivitas fisik yang cukup dapat mengurangi risiko tekanan darah tinggi (TD), penyakit jantung koroner (PJK), stroke, diabetes, dan kanker. Fenomena yang muncul di SMP Negeri 36 Surabaya adalah banyak remaja yang memiliki proporsi tubuh obesitas karena kurang melakukan aktivitas fisik. Tujuan penelitian untuk mengetahui adanya hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada remaja di SMP Negeri 36 Surabaya. Penelitian ini menggunakan studi korelasi dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah remaja SMP Negeri 36 Surabaya dengan jumlah sampel 53 responden yang diambil secara *cluster random sampling*. Aktivitas fisik dinilai dengan menggunakan kuesioner PAQ-A (*Physical Activity Questionnaire Adolescents*) dan obesitas menggunakan pengukuran IMT/U. Variabel bebas pada penelitian ini adalah Aktivitas fisik dan variabel terikatnya adalah kejadian obesitas. Data analisa menggunakan uji rank spearman. Hasil penelitian yang didapatkan aktivitas fisik ringan sebanyak 57% responden, aktivitas sedang sebanyak 39,3% responden, yang mengalami obesitas sebanyak 21% orang dan tidak obesitas sebanyak 79% responden. Hasil uji statistik didapatkan hasil  $p=0,872$  dengan nilai  $\alpha=0,05$  dimana  $p>\alpha$  yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada siswa/siswi SMP Negeri 36 Surabaya hal ini terjadi karena pada dasarnya ada faktor lain yang menyebabkan obesitas sehingga dilakukan penelitian lebih lanjut. Peneliti memberikan saran bagi peneliti selanjutnya agar dapat menilai faktor lain yang dapat mempengaruhi obesitas.

**Kata Kunci:** Aktivitas Fisik, Kejadian Obesitas, Remaja