

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN  
KEJADIAN OBESITAS PADA  
SISWA SMAN 9 PADANG**



**Skripsi**  
**Diajukan ke Fakultas Kedokteran Universitas Andalas sebagai**  
**Pemenuhan Salah Satu Syarat Untuk mendapatkan**  
**Gelar Sarjana Kedokteran**

**Oleh :**

**NABILA NURCHALID**  
**NIM : 2010313020**

**Dosen Pembimbing:**

**Prof. Dr. dr. Masrul, M.Sc, Sp.GK(K)**  
**Prof. Dr. dr. Rizanda Machmud, M.Kes, Sp.KKLP**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**  
**UNIVERSITAS ANDALAS**  
**PADANG**

**2024**

## ABSTRACT

### **THE CORRELATION BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY LEVEL AND OBESITY INCIDENCE OF THE STUDENTS AT SMAN 9 PADANG**

By

**Nabila Nurchalid, Masrul, Rizanda Machmud, Nur Indrawati Lipoeto,**

**Yose Ramda Ilhami, Yulistini**

*Obesity was still a concerning problem threatening people all around the world. One of the reason why this incidence could occurred was because of the lack of physical activity. Physical activity is when the skeletal muscle contracts and needed calory greater than energy expenditure of the body during rest, and it causes body to move.*

*This was a cross-sectional designed research that was done to the SMAN 9 Padang students in Sumatera Barat, Indonesia. 89 respondents were picked as a sample from the total amount of 821 students of grade 10 – 11. The respondents had went through an interview with the questions from Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ) and another measurements such as height and weight measurements. The collected data was analyzed through SPSS software via Chi-Square test.*

*The results of the study shown that no students could be obese if they do intense physical activity as a routine.*

*The conclusion of this research is that there was a correlation between physical activity and obesity incidence at SMAN 9 Padang.*

**Key Word:** *Obesity, Physical Activity, Highschool Students, Gender, Socioeconomics status.*

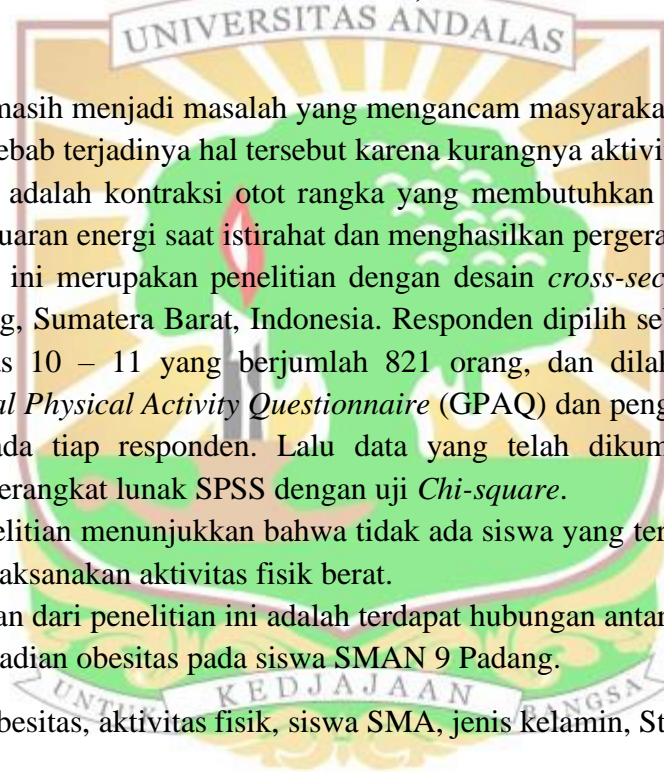
## ABSTRAK

### HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA SISWA SMAN 9 PADANG

Oleh

**Nabila Nurchalid, Masrul, Rizanda Machmud, Nur Indrawati Lipoeto,**

**Yose Ramda Ilhami, Yulistini**



Obesitas masih menjadi masalah yang mengancam masyarakat di seluruh dunia. Salah satu penyebab terjadinya hal tersebut karena kurangnya aktivitas fisik. Aktivitas fisik itu sendiri adalah kontraksi otot rangka yang membutuhkan kalori lebih besar daripada pengeluaran energi saat istirahat dan menghasilkan pergerakan tubuh.

Penelitian ini merupakan penelitian dengan desain *cross-sectional* pada siswa SMAN 9 Padang, Sumatera Barat, Indonesia. Responden dipilih sebanyak 89 sampel dari siswa kelas 10 – 11 yang berjumlah 821 orang, dan dilakukan wawancara kuesioner *Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ)* dan pengukuran tinggi dan berat badan pada tiap responden. Lalu data yang telah dikumpulkan dianalisis menggunakan perangkat lunak SPSS dengan uji *Chi-square*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada siswa yang terkena obesitas jika secara rutin melaksanakan aktivitas fisik berat.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan antara tingkat aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada siswa SMAN 9 Padang.

**Kata Kunci:** Obesitas, aktivitas fisik, siswa SMA, jenis kelamin, Status sosial ekonomi.