

ABSTRACT

THE RELATION BETWEEN SEDENTARY ACTIVITY AND FOOD INTAKE WITH OBESITY INCIDENCES ON EMPLOYEES IN LAMPUNG UNIVERSITY

By

WIVAN HAVILIAN DJOHAN

Background: The incidence of obesity in Indonesia has increased every year. It was recorded in 2007 as much as 18.8% and increased in 2013 as much as 26.6%. Some of the factors that affect obesity are food intake and sedentary behavior. One example of work field that includes sedentary behaviour is civil servants (PNS). Civil servants occupy the first rank of work with a high prevalence of obesity 27.3% in Indonesia.

Objective: To investigate the relation between sedentary activity and food intake with obesity incidences on employees in Lampung University.

Method: The design of this study was observational analytic with cross sectional approach. There were 215 respondents who follow this research that taken using stratified proportionate random sampling. The study data were collected with 2x24 hour food recall, GPPAQ questionnaire to assess sedentary behaviour , and physical examination to assess nutritional status. The data tested using chi square test with 95% CI ($\alpha = 5\%$).

Result: The results showed that 50.2% were obese, with more intake of food 27.9%, sedentary behavior 77.6%, there was a relationship between food intake ($p= 0,000$), carbohidrat ($p= 0.000$), protein ($p= 0.000$), fat ($p= 0.003$) and sedentary behavior ($p= 0.002$) with the incidence of obesity.

Conclusion: There is relationship between sedentary activity and food intake with obesity incidences on employees in Lampung University

Keywords: employees, food intake, obesity, sedentary

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA PERILAKU SEDENTARI DAN ASUPAN MAKAN DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA KARYAWAN DI UNIVERSITAS LAMPUNG

Oleh

WIVAN HAVILIAN DJOHAN

Latar belakang: Kejadian obesitas di Indonesia mengalami peningkatan tiap tahunnya. Tercatat pada tahun 2007 sebanyak 18,8% dan meningkat pada tahun 2013 menjadi 26,6%. Beberapa faktor yang mempengaruhi obesitas adalah asupan makan dan perilaku sedentari. Salah satu contoh pekerjaan yang termasuk perilaku sedentari adalah pegawai negeri sipil (PNS). PNS menempati peringkat pertama pekerjaan dengan prevalensi obesitas yang tinggi 27,3% di Indonesia

Objektif: Mengetahui hubungan antara perilaku sedentari dan asupan makan dengan kejadian obesitas pada karyawan di Universitas Lampung.

Metode penelitian: Desain penelitian ini adalah analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Terdapat 215 responden yang mengikuti penelitian ini yang diambil dengan menggunakan *stratified proportionate random sampling*. Data penelitian dikumpulkan dengan *food recall* 2x24 jam, kuisioner GPPAQ untuk menilai perilaku sedentari, dan pemeriksaan fisik untuk menilai status gizi. Data diuji menggunakan *chi square test* dengan CI 95% ($\alpha=5\%$).

Hasil penelitian : Hasil penelitian menunjukkan bahwa 50,2% mengalami obesitas, dengan asupan makan lebih 27,9%, perilaku sedentari 77,6%, terdapat hubungan antara asupan energi ($p=0,000$), karbohidrat ($p=0,000$) protein ($p=0,003$) lemak ($p=0,000$) dan perilaku sedentari ($p=0,002$) dengan kejadian obesitas.

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara perilaku sedentari dan asupan makan tentang dengan kejadian obesitas.

Kata Kunci: Asupan makan, karyawan, obesitas, sedentari