

ABSTRACT

THE REALTIONSHIP OF PHYSICAL ACTIVITY AND INCIDENCE OF METABOLIC SYNDROME IN OBESE EMPLOYEES IN PADANG X RESTAURANT IN BANDAR LAMPUNG

By

FAJRIAN NOOR KUSNADI

Metabolic syndrome is a collection of metabolic risk factors that are directly related to the occurrence of artheroserotic cardiovascular disease. The prevalence of metabolic syndrome increases every year with a worldwide prevalence of about 20 – 25%. Metabolic syndrome factors are lifestyle changes, such as high consumption of alcoholic beverages, smoking habits, high consumption of fatty foods, low consumption of vegetables and fruits, and low physical activity.

The risk of eating fatty foods in high quantities is in people who like padang specialties. This study aims to find out the relationship of physical activity with the incidence of metabolic syndrome in obese employees in padang X restaurant in Bandar Lampung. This type of research is an observational study with a cross sectional method. The sample selection technique in this study was a total sampling with a total of 35 respondents.

Data processing is done with a chi square test on SPSS with a $p < 0.005$ which means there is a relationship between physical activity and metabolic syndrome. The OR score was obtained a value of 7.33, meaning that respondents who did low activity had a risk of metabolic syndrome by 7.33 times greater than respondents who did high activity.

Keywords : Metabolic syndrome, physical activity, padang restaurant, obesity

ABSTRAK

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN SINDROMA METABOLIK PADA PEGAWAI OBESITAS RUMAH MAKAN PADANG X BANDAR LAMPUNG

Oleh

FAJRIAN NOOR KUSNADI

Sindrom metabolik merupakan suatu kumpulan faktor risiko metabolik yang berkaitan langsung terhadap terjadinya penyakit kardiovaskuler arteriosklerotik. Prevalensi sindrom metabolik meningkat setiap tahun dengan prevalensi di dunia sekitar 20 – 25 %. Faktor sindrom metabolik adalah perubahan gaya-hidup, seperti konsumsi minuman beralkohol yang tinggi, kebiasaan merokok, konsumsi makanan berlemak yang tinggi, konsumsi sayuran dan buah yang rendah, dan aktivitas fisik yang rendah.

Resiko untuk mengonsumsi makanan-makanan berlemak dalam jumlah yang tinggi ada pada orang yang menyukai masakan khas padang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan Kejadian sindrom metabolik pada pegawai obesitas di rumah makan padang X Bandar Lampung. Jenis penelitian ini adalah penelitian observasional dengan metode cross sectional. Teknik pemilihan sample pada penelitian ini adalah total sampling dengan jumlah 35 responden.

Pengolahan data dilakukan dengan uji chi square pada SPSS dengan hasil $p < 0,005$ yang berarti ada hubungan antara aktivitas fisik dengan sindrom metabolic. Nilai OR diperoleh nilai 7,33, artinya responden yang melakukan aktivitas rendah memiliki risiko mengalami sindrom metabolik sebesar 7,33 kali lebih besar dibandingkan dengan responden yang melakukan aktivitas tinggi.

Kata kunci : Sindrom metabolik, aktivitas fisik, rumah makan padang, obesitas