

ABSTRAK

Latar Belakang: Lemak yang tersimpan berlebihan di dalam rongga perut atau biasa disebut kejadian obesitas abdominal, ternyata lebih berbahaya dibanding lemak yang tersimpan dibagian tubuh yang lain. Obesitas abdominal terjadi karena adanya ketidakseimbangan energi antara kalori yang dikonsumsi (pola makan) dan kalori yang dikeluarkan (aktivitas fisik).

Tujuan: Mengetahui pengaruh riwayat konsumsi makanan berisiko terhadap obesitas abdominal berdasarkan aktivitas fisik pada orang dewasa di Kabupaten Sleman yang menjadi subjek HDSS Sleman.

Metode: Penelitian kuantitatif dengan desain studi *cohort retrospective*. Data yang digunakan adalah data sekunder HDSS Sleman siklus 2 (tahun 2016) kemudian diikuti sampai siklus 4 (tahun 2018). Riwayat konsumsi makanan berisiko diukur pada siklus 2 sedangkan aktivitas fisik dan obesitas abdominal diukur pada siklus 4. Sampel terdiri atas 1.637 orang dewasa (19-60 tahun) yang *eligible* sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Data dianalisis menggunakan uji regresi logistik.

Hasil: Dari 1.637 responden yang dianalisis, mayoritasnya adalah perempuan (74,71%), usia 46-60 tahun (53,88%), menikah (85,4%), tinggal di perkotaan (84,06%), memiliki status sosial ekonomi tinggi (42,09%), riwayat konsumsi makanan berisikonya tinggi (50,46%) dan mengalami obesitas abdominal (59,01%). Riwayat konsumsi makanan berisiko tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap obesitas abdominal baik pada responden yang aktivitas fisiknya cukup ($p\text{-value}:0,489$; OR:0,93; 95%CI:0,76-1,13) maupun pada responden yang aktivitas fisiknya kurang ($p\text{-value}:0,974$; OR:1,01; 95%CI:0,40-2,56). Aktivitas fisik memiliki pengaruh yang lebih kuat terhadap terjadinya obesitas abdominal dibandingkan riwayat konsumsi makanan berisiko. Aktivitas fisik, jenis kelamin, usia dan wilayah tempat tinggal memiliki pengaruh yang signifikan terhadap obesitas abdominal.

Kesimpulan: Aktivitas fisik memiliki pengaruh yang lebih kuat terhadap terjadinya obesitas abdominal dibandingkan riwayat konsumsi makanan berisiko. Perlu adanya pemantauan aktivitas fisik serta asupan makanan kelompok berisiko (perempuan, usia >45 tahun, dan tinggal di perkotaan) secara berkala setiap bulan.

Kata kunci: Obesitas Abdominal, Makanan Berisiko, Aktivitas Fisik, Dewasa, HDSS Sleman.

ABSTRACT

Background: Excessive fat accumulation within the abdominal cavity, commonly referred to as abdominal obesity, is more harmful than fat stored in other body regions. Abdominal obesity occurs due to an energy imbalance between calories consumed (dietary patterns) and calories expended (physical activity).

Objective: To investigate the effect of risky food consumption history on abdominal obesity based on physical activity among adults in Sleman Regency participating in the HDSS Sleman study.

Methods: Quantitative research with a retrospective cohort study design. The data used are secondary data from the HDSS Sleman cycle 2 (year 2016), which were then followed up to cycle 4 (year 2018). Risky food consumption history was measured in cycle 2, while physical activity and abdominal obesity were measured in cycle 4. The sample consisted of 1.637 adults (aged 19-60) who were eligible according to the inclusion and exclusion criteria. The data were analyzed using logistic regression tests.

Results: Of the 1.637 respondents analyzed, the majority were female (74,71%), aged between 46-60 years (53,88%), married (85,4%), residing in urban areas (84,06%), with a high socioeconomic status (42,09%), a high history of risky food consumption (50,46%), and experiencing abdominal obesity (59,01%). The history of risky food consumption showed no significant effect on abdominal obesity, both in respondents with adequate physical activity (p-value:0,489; OR:0,93; 95%CI:0,76-1,13) and those with insufficient physical activity (p-value:0,974; OR:1,01; 95%CI:0,40-2,56). Physical activity has a stronger effect on the occurrence of abdominal obesity compared to the history of risky food consumption. Physical activity, gender, age, and residential area were found to have significant effects on abdominal obesity.

Conclusion: Physical activity has a stronger effect on the occurrence of abdominal obesity compared to the history of risky food consumption. There is a need for regular monthly monitoring of physical activity and food intake among at-risk groups (women, over 45 years old, and living in urban areas).

Keywords: Abdominal Obesity, Risky Food, Physical Activity, Adults, HDSS Sleman.