

**FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR
Skripsi, 30 Januari 2024**

Indar Wira Widya¹, Hairul Anwar², Zulfikar Tahir³, Muh. Rusli Malli⁴
¹Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah
Makassar Angkatan 2020/email indarwirawidya@gmail.com ²Dosen Fakultas
Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar, ³Dosen
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar,
⁴Dosen Departemen Al-Islam Kemuhammadiyah Fakultas Kedokteran dan Ilmu
Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar

**“HUBUNGAN ANTARA TINGKAT AKTIVITAS FISIK DENGAN
PERSENTASE LEMAK TUBUH PADA WANITA USIA PRODUKTIF
PENGUNJUNG RUANG TERBUKA HIJAU (RTH) SYEKH YUSUF
DISCOVERY PERIODE DESEMBER 2023”**

ABSTRAK

Latar Belakang : Obesitas terjadi ketika jumlah lemak tubuh lebih besar dibandingkan berat badan total. Untuk mengetahui persentase lemak tubuh dapat dilakukan pengukuran persentase lemak tubuh dengan menggunakan BIA (*Bioelectrical Impedance Analysis*). Aktivitas fisik merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi persentase lemak tubuh. **Tujuan :** Mengetahui hubungan antara tingkat aktivitas fisik dengan persentase lemak tubuh pada wanita usia produktif pengunjung Ruang Terbuka Hijau (RTH) Syekh Yusuf Discovery periode Desember 2023. **Metode :** Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian ini menggunakan data primer dengan pengisian kuesioner melalui wawancara dan melakukan pengukuran persentase lemak tubuh dengan menggunakan BIA (*Bioelectrical Impedance Analysis*). **Sampel :** Pada penelitian ini, sampel diambil menggunakan metode *consecutive sampling*. **Hasil Penelitian :** Berdasarkan data yang dikumpulkan dari total 67 orang, ditemukan tingkat aktivitas fisik terbanyak pada sampel adalah aktivitas fisik sedang (70,1%) dan persentase lemak tubuh terbanyak adalah dengan kategori gemuk (46,3%). Melalui uji korelasi *kendall's tau-b* didapatkan nilai p sebesar 0,816 dimana $p > 0,05$. **Kesimpulan :** Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat aktivitas fisik dengan persentase lemak tubuh pada wanita usia produktif pengunjung Ruang Terbuka Hijau (RTH) Syekh Yusuf Discovery periode Desember 2023.

Kata Kunci : Hubungan, Aktivitas Fisik, Persentase Lemak Tubuh, Wanita Usia Produktif

**FACULTY OF MEDICINE AND HEALTH SCIENCES
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR
Skripsi, January 30th 2024**

Indar Wira Widya¹, Hairul Anwar², Zulfikar Tahir³, Muh. Rusli Malli⁴
¹Student of the Medical and Health Sciences faculty at Universitas Muhammadiyah Makassar Angkatan 2020/email indarwirawidya@gmail.com ²Lecturer of the Medical and Health Sciences faculty Universitas Muhammadiyah Makassar,
³Lecturer of the Medical and Health Sciences faculty Universitas Muhammadiyah Makassar, ⁴Lecturer of Al-Islam Kemuhammadiyah Department Medical and Health Sciences faculty Universitas Muhammadiyah Makassar

"THE RELATIONSHIP BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY LEVEL AND BODY FAT PERCENTAGE IN WOMEN OF PRODUCTIVE AGE VISITORS TO GREEN OPEN SPACE (RTH) SYEKH YUSUF DISCOVERY PERIOD DECEMBER 2023"

ABSTRACT

Background: Obesity occurs when the amount of body fat is greater than total body weight. To find out body fat percentage, body fat percentage can be measured using BIA (Bioelectrical Impedance Analysis). Physical activity is one of the factors that influences body fat percentage. **Objective:** To determine the relationship between physical activity level and body fat percentage in women of productive age who visit the Syekh Yusuf Discovery Green Open Space (RTH) for the period December 2023. **Method:** This research is an analytical observational study with a cross-sectional approach. This research uses primary data by filling out questionnaires through interviews and measuring body fat percentage using BIA (Bioelectrical Impedance Analysis). **Sample:** In this study, samples were taken using the consecutive sampling method. **Research Results:** Based on data collected from a total of 67 people, it was found that the highest level of physical activity in the sample was moderate physical activity (70.1%) and the highest percentage of body fat was in the fat category (46.3%). Through the Kendall's Tau-B correlation test, a p value of 0.816 was obtained, where $p > 0.05$. **Conclusion:** There is no significant relationship between the level of physical activity and the percentage of body fat in women of productive age who visit the Syekh Yusuf Discovery Green Open Space (RTH) for the period December 2023.

Keywords: Relationship, Physical Activity, Body Fat Percentage, Women of Productive Age