

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN INDEKS MASA TUBUH PADA
KARYAWAN INSTITUSI OTORITAS JASA KEUANGAN JAKARTA PUSAT
TAHUN 2017 DITINJAU DARI KEDOKTERAN DAN ISLAM**

Niken Larasati¹, Achmad Sofwan², Amir Mahmud³

ABSTRAK

Latar Belakang: Jenis pekerjaan merupakan salah satu faktor yang sangat mempengaruhi kesehatan khususnya berat badan. Jenis pekerjaan secara tidak langsung maupun langsung mempengaruhi sebagian besar aktivitas fisik sehari – hari. Aktivitas fisik yang kurang, menyebabkan timbulnya Indeks Masa Tubuh yang tinggi menyebabkan berbagai penyakit. Indeks Massa Tubuh merupakan sarana yang mudah dan terjangkau yang digunakan untuk menentukan apakah berat badan individu masuk kedalam kelompok normal atau obesitas. Aktivitas Fisik yang aktif dan perhitungan antropometri berupa Indeks Masa Tubuh merupakan pencegahan. Menurut Islam mencegah lebih baik dari mengobati, dan tubuh mempunyai hak untuk dijaga serta Aktifitas fisik adalah caranya dan Indeks Massa Tubuh adalah sarananya. Apabila Tujuannya baik, maka hukumnya menjadi wajib.

Metode: Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan *survey* analitik secara *cross sectional*. Populasi dan sampel adalah Karyawan Institusi Otoritas Jasa Keuangan Jakarta Pusat dari berbagai divisi. Sampel dipilih dengan menggunakan *Accidental Sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan cara wawancara menggunakan kuisioner, pengukuran berat badan dan tinggi badan karyawan secara langsung. Analisis data dilakukan dengan uji *Kolmogorov Smirnov*.

Hasil: Dengan karyawan yang memiliki aktivitas fisik tidak aktif yang mengalami obesitas adalah 32 orang (58,2%). Dari hasil uji statistik menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov* didapatkan nilai $P = 0,043$

Simpulan: Terdapat hubungan antara Aktivitas Fisik dengan Indeks Massa Tubuh pada Karyawan Institusi Otoritas Jasa Keuangan Jakarta Pusat Tahun 2017. Menurut Islam hukum beraktivitas dan melakukan perhitungan Indeks Massa tubuh wajib. Beraktivitas Fisik tidak aktif adalah tanda kemalasan, dan menunda – nunda dalam sebuah pekerjaan dan apabila dilakukan tidak dengan niat yang baik maka tidak mendapat pahala. Sedangkan Indeks Massa Tubuh sarana pencegahan yang karena tujuannya baik maka menjadi wajib.

Kata Kunci: IMT, Aktivitas Fisik

¹Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI

²Staf pengajar bagian Anatomi Fakultas Kedokteran Universitas YARSI

³Staf pengajar bagian Agama Islam Fakultas Kedokteran Universitas YARSI

**RELATIONSHIP BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY WITH BODY MASS INDEX
IN EMPLOYEE INSTITUTIONS AUTHORITIES OF FINANCIAL SERVICES IN
CENTER OF JAKARTA 2017 REVIEWED FROM MEDICAL AND ISLAM**

Niken Larasati¹, Achmad Sofwan², Amir Mahmud³

ABSTRACT

Background: *The type of work is one of the factors that greatly affect health, especially weight. This type of work indirectly or directly affects most of the day to day physical activity. Lack of physical activity, causing the problem of obesity, the cause of various diseases. Body Mass Index is an easy and affordable means used to determine whether the individual body weight goes into normal or obese groups. Active physical activity and anthropometry calculations are for prevention. According to Islam, prevention is better than cure, and the body has the right to be preserved, physical activity is the way and Body Mass Index is the utility. If the goal is good, then its law becomes mandatory.*

Method: *This research was conducted by analytical survey approach by cross sectional. Population and samples were taken by Financial Services Authority Institution in center of Jakarta from various divisions.*

Samples were selected using Accidental Sampling. Data collection is done by interview using questionnaire, weight and height measurements directly. Data analysis was done by Kolmogorov Smirnov test.

Results: *With employees who have inactive physical activity who are obese are 32 people (58.2%). From the results of statistical tests using Kolmogorov Smirnov test obtained P value = 0.043*

Conclusion: *There is a relationship between Physical Activity with Body Mass Index on Central Jakarta Financial Services Authority Institution 2017. According to Islam, the law of activity and calculation of Body Mass Index is mandatory. Inactivity Physical activity is a sign of laziness, and procrastinating in a job and if done not with good intentions then it gets no reward, while the Body Mass Index means of prevention due to a good purpose it becomes mandatory.*

Keywords: *IMT, Physical Activity*

¹*Student of YARSI University Faculty of Medicine*

²*Staff of Anatomy YARSI University Faculty of Medicine*

³*Staff of Islamic Religion Department of YARSI University Faculty of Medicine*