

**ABSTRACT**

*Background:* The percentage of overweight and obesity in age 13-15 keeps increasing. There are a lot of risk factors, one of the factor is the lack of physical activity done.

*Purpose:* The purpose of this study was to determine the relationship between sedentary lifestyle towards body mass index in age 13-15 in Al Falah Deltasari Junior High School

*Method:* This study is an analitic observational study with cross-sectional approach. The study used international physical activity questionnaire (IPAQ) given to 246 students of Al Falah Deltasari Junior High School.

*Result:* The percentage of students with normal BMI is only 54.07% and the percentage of students with sedentary lifestyle is 39.02%. Using Pearson Correlation, it was found that there is relationship between sedentary lifestyle towards body mass index in age 13-15. (The value of  $p=0.000319$  with a value of  $\alpha = 0.05, p < \alpha$ )

*Conclusion:* There is relationship between sedentary lifestyle towards body mass index in age 13-15

***Keywords:* body mass index, sedentary, children**

**ABSTRAK**

*Latar belakang:* Peningkatan prevalensi gemuk dan obesitas pada anak usia 13-15 tahun terus meningkat. Peningkatan prevalensi gemuk dan obesitas ini disebabkan oleh banyak hal, salah satunya rendahnya aktivitas fisik.

*Tujuan:* Tujuan dari penelitian ini adalah mencari tahu hubungan gaya hidup sedentari terhadap indeks massa tubuh pada usia 13-15 tahun di SMP Al Falah Deltasari

*Metode:* Penelitian ini adalah penelitian analitik observational dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian ini menggunakan *international physical activity questionnaire (IPAQ)* yang diberikan kepada 246 murid di SMP Al Falah Deltasari.

*Hasil:* Persentase murid dengan IMT normal hanya 54.07% dan persentase muid dengan gaya hidup sedentary sebanyak 39.02%. Dengan menggunakan korelasi pearson didapatkan ada hubungan gaya hidup sedentari terhadap indeks massa tubuh. (Nilai  $p=-0.000319$  dengan nilai of  $\alpha = 0.05$ ,  $p<\alpha$ )

*Kesimpulan:* Terdapat hubungan gaya hidup sedentari terhadap indeks massa tubuh pada anak usia 13-15 tahun.

***Kata Kunci:* indeks massa tubuh, sedentari, anak**