

**HUBUNGAN *WAIST TO HIP RATIO* DENGAN TINGKAT KEBUGARAN JASMANI  
SISWA KELAS IV DAN V SDN 13 SUNGAI PISANG  
KOTA PADANG**



Skripsi  
Diajukan ke Fakultas Kedokteran Universitas Andalas sebagai  
Pemenuhan Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan  
Gelar Sarjana Kedokteran

Oleh

SELVY FARADILA

NIM: 1710311055

Pembimbing:

1. Dr. Fika Tri Anggraini, M.Sc, Ph.D
2. Prof. Dr. Arni Amir, MS

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS ANDALAS  
PADANG  
2022**

**ABSTRACT**  
**RELATIONSHIP OF WAIST TO HIP RATIO AND PHYSICAL FITNESS**  
**LEVEL IN STUDENTS OF ELEMENTARY SCHOOL 13 SUNGAI**  
**PISANG PADANG CITY**

By

**Selvy Faradila, Fika Tri Anggraini, Arni Amir, Miftah Irramah, Afdal,**  
**Liganda Endo Mahata, Afriwardi**

*Physical fitness is an important component in carrying out routine activities. The better the level of physical fitness of a person, the greater his physical ability and work productivity. One that affects the level of physical activity is the waist to hip ratio. Children with good physical fitness and have a normal waist to hip ratio can avoid various health problems in the future. This study aims to determine the relationship between the waist to hip ratio and the level of physical fitness of the fourth and fifth graders of SDN 13 Sungai Pisang, Padang City.*

*This analytical observational study with cross-sectional design and using all populations as samples (total sampling). This research was conducted at elementary school 13 Sungai Pisang, Padang on March 2020-April 2022. Physical Fitness were measured using the Indonesian Physical Fitness Test (TKJI) and measure waist to hip ratio based on World Health Organization (WHO).*

*The result showed that respondents aged 10-12 years with the most physical fitness levels were at a low level. The mean value of waist to hip ratio was central obesity (51,6%). There was significant relationship between waist to hip ratio and physical fitness ( $p=0,0012$ ). In conclusion, this study shows that there was significant relationship between waist to hip ratio and physical fitness in students of SDN 13 Sungai Pisang, Padang City.*

**Keywords :** *Physical Fitness, Waist to Hip Ratio*



**ABSTRAK**  
**HUBUNGAN WAIST TO HIP RATIO DENGAN TINGKAT KEBUGARAN**  
**JASMANI SISWA KELAS IV DAN V SDN 13 SUNGAI PISANG KOTA**  
**PADANG**

Oleh

**Selvy Faradila, Fika Tri Anggraini, Arni Amir, Miftah Irramah, Afdal,**  
**Liganda Endo Mahata, Afriwardi**

Kebugaran jasmani merupakan komponen penting dalam melaksanakan aktivitas rutin. Semakin baik tingkat kebugaran jasmani seseorang, semakin besar kemampuan fisik dan produktivitas kerjanya. Salah satu yang memengaruhi tingkat aktivitas fisik yaitu *waist to hip ratio*. Anak dengan kebugaran jasmani yang baik serta memiliki *waist to hip ratio* yang normal dapat terhindar dari berbagai masalah kesehatan di masa mendatang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *waist to hip ratio* dengan tingkat kebugaran jasmani siswa kelas IV dan V SDN 13 Sungai Pisang Kota Padang.

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan desain *cross-sectional* dan menggunakan semua populasi sebagai sampel (*total sampling*). Penelitian ini dilaksanakan di SDN 13 Sungai Pisang, Kota Padang pada bulan Maret 2020 - April 2022. Pengumpulan data untuk kebugaran jasmani menggunakan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI) dan *waist to hip ratio* diukur berdasarkan cara pengukuran menurut *World Health Organization*. Analisis data menggunakan analisis *Chi-Square*.

Hasil penelitian didapatkan responden dengan tingkat kebugaran jasmani terbanyak berada pada tingkat kurang yaitu sebanyak 45,2%. Nilai *waist to hip ratio* menunjukkan mayoritas responden mengalami obesitas sentral yaitu sebanyak 51,6%. Terdapat hubungan bermakna antara *waist to hip ratio* dengan tingkat kebugaran jasmani dengan nilai  $p=0,012$ . Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan *waist to hip ratio* dengan tingkat kebugaran jasmani siswa kelas IV dan V SDN 13 Sungai Pisang Kota Padang.

**Kata kunci :** *Waist to Hip Ratio*, Kebugaran Jasmani