

**HUBUNGAN TEBAL LEMAK BAWAH KULIT DENGAN TINGKAT
KEBUGARAN JASMANI PADA SISWA SDN 13 SUNGAI PISANG**



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

Oleh
INTAN NURWIDA HAYATI YASRIAL
NIM. 1710311039

Pembimbing :
dr. Lili Irawati, M.Biomed
dr. Ilmiawati, PhD

FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG
2020

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP OF SKINFOLD THICKNESS WITH THE LEVEL OF PHYSICAL FITNESS OF SDN 13 SUNGAI PISANG STUDENTS

By
Intan Nurwida Hayati Yasrial

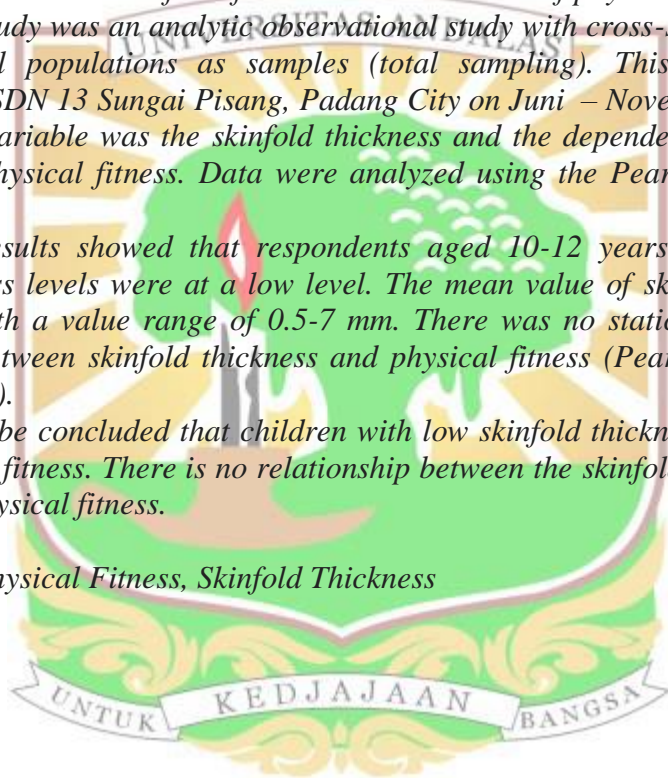
Physical fitness is a condition in which a person's body is able to carry out activities actively and swiftly without causing significant fatigue, and still has energy reserves to fill spare time. The higher a person's physical fitness, the greater his physical ability and work productivity. Skinfold thickness is known as one of the factors that can affect the level of physical fitness. This study aimed to determine the correlation of skinfold thickness and level of physical fitness.

This study was an analytic observational study with cross-sectional design and using all populations as samples (total sampling). This research was conducted at SDN 13 Sungai Pisang, Padang City on Juni – November 2020. The independent variable was the skinfold thickness and the dependent variable was the level of physical fitness. Data were analyzed using the Pearson correlation test.

The results showed that respondents aged 10-12 years with the most physical fitness levels were at a low level. The mean value of skinfold thickness was 2 mm with a value range of 0.5-7 mm. There was no statically significant correlation between skinfold thickness and physical fitness (Pearson $r = -0.124$ and $p = 0.380$).

It can be concluded that children with low skinfold thickness do not have good physical fitness. There is no relationship between the skinfold thickness with the level of physical fitness.

Keywords: *Physical Fitness, Skinfold Thickness*



ABSTRAK

HUBUNGAN TEBAL LEMAK BAWAH KULIT DENGAN TINGKAT KEBUGARAN JASMANI PADA SISWA SDN 13 SUNGAI PISANG

Oleh
Intan Nurwida Hayati Yasrial

Kebugaran jasmani adalah kondisi yang berupa kemampuan tubuh seseorang untuk melakukan kegiatan sehari – hari dengan giat dan sigap tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti, serta masih memiliki cadangan energi untuk mengisi waktu luang. Semakin tinggi derajat kebugaran jasmani seseorang, semakin besar kemampuan fisik dan produktivitas kerjanya. Tebal lemak bawah kulit diketahui sebagai salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tingkat kebugaran jasmani. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tebal lemak bawah kulit dengan tingkat kebugaran jasmani.

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 Juni – November 2020. Variabel bebas adalah tebal lemak bawah kulit dan variabel terikat adalah tingkat kebugaran jasmani. Analisis data menggunakan uji korelasi *Pearson*.

Hasil penelitian didapatkan responden dengan rentang usia 10 – 12 tahun dengan tingkat kebugaran jasmani terbanyak berada pada tingkat kurang. Nilai tengah tebal lemak bawah kulit adalah 2 mm dengan rentang nilai 0,5 – 7 mm. Tidak didapatkan korelasi antara tebal lemak bawah kulit dengan kebugaran jasmani yang bermakna secara statistik (Pearson $r = -0,124$ dan $p = 0,380$).

Dapat disimpulkan bahwa anak – anak dengan tebal lemak bawah kulit yang rendah tidak memiliki kebugaran jasmani yang baik. Tidak terdapat hubungan antara tebal lemak bawah kulit dengan tingkat kebugaran jasmani.

Kata Kunci : Kebugaran Jasmani, Tebal Lemak Bawah Kulit.