

**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN TINGKAT
KEBUGARAN JASMANI PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS PADANG KANDIS KABUPATEN LIMA PULUH KOTA**



Skripsi

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

Oleh:

HAFIZA FAUZIA NABILLAH

NIM : 1810312085

Pembimbing:

1. Dr. dr. Eka Fithra Elfi, Sp.JP(K)
2. dr. Fika Tri Anggraini, M.Sc, Ph.D

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG**

2021

ABSTRACT

THE RELATION BETWEEN BODY MASS INDEX WITH PHYSICAL FITNESS LEVEL IN ELDERLY AT WORKING AREA OF PUSKESMAS PADANG KANDIS KABUPATEN LIMA PULUH KOTA

By
Hafiza Fauzia Nabillah

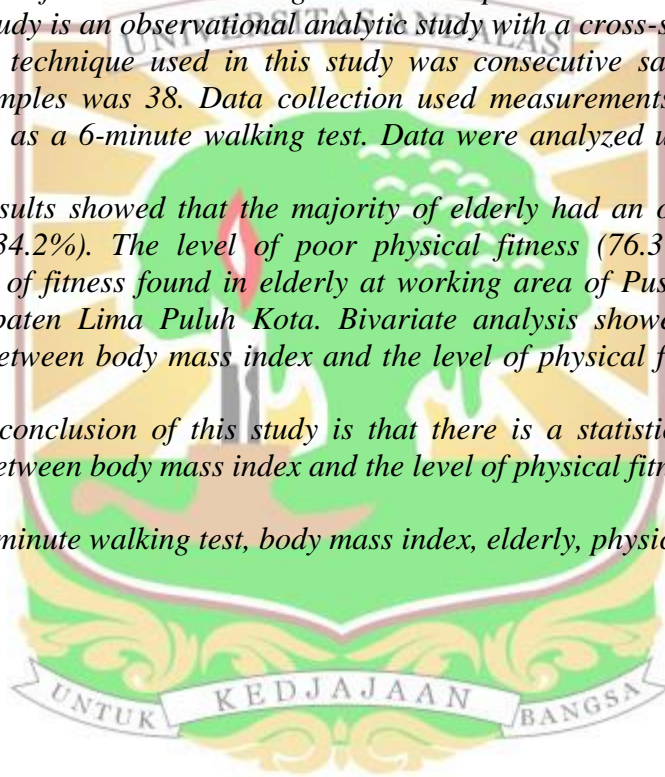
Body Mass Index (BMI) is a measuring tool used to determine person's nutritional status. Elderly with BMI overweight and obesity tend to be at risk of having a poor level of physical fitness. This study conducted to determine the relationship between body mass index and the level of physical fitness in elderly at working area of Puskesmas Padang Kandis Kabupaten Lima Puluh Kota.

This study is an observational analytic study with a cross-sectional design. The sampling technique used in this study was consecutive sampling and the number of samples was 38. Data collection used measurements of weight and height as well as a 6-minute walking test. Data were analyzed using chi-square test.

The results showed that the majority of elderly had an overweight body mass index (34.2%). The level of poor physical fitness (76.3%) is the most common level of fitness found in elderly at working area of Puskesmas Padang Kandis Kabupaten Lima Puluh Kota. Bivariate analysis showed a significant relationship between body mass index and the level of physical fitness in elderly ($p = 0.036$).

The conclusion of this study is that there is a statistically significant relationship between body mass index and the level of physical fitness in elderly.

Keywords: 6 minute walking test, body mass index, elderly, physical fitness level



ABSTRAK

HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN TINGKAT KEBUGARAN JASMANI PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PADANG KANDIS KABUPATEN LIMA PULUH KOTA

Oleh
Hafiza Fauzia Nabillah

Indeks Massa Tubuh (IMT) merupakan alat ukur yang digunakan untuk menentukan status gizi seseorang. Lansia dengan IMT *overweight* dan obesitas cenderung berisiko memiliki tingkat kebugaran jasmani yang buruk. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan indeks massa tubuh dengan tingkat kebugaran jasmani pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Padang Kandis Kabupaten Lima Puluh Kota.

Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan desain potong lintang. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan *consecutive sampling* dan jumlah sampel sebanyak 38 lansia. Pengumpulan data menggunakan pengukuran berat badan dan tinggi badan serta tes jalan 6 menit. Data dianalisis menggunakan uji *chi-square*.

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas lansia memiliki indeks massa tubuh *overweight* (34,2%). Tingkat kebugaran jasmani buruk (76,3%) merupakan tingkat kebugaran yang banyak ditemukan pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Padang Kandis Kabupaten Lima Puluh Kota. Analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara indeks massa tubuh dengan tingkat kebugaran jasmani lansia ($p = 0,036$).

Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara indeks massa tubuh dengan tingkat kebugaran jasmani pada lansia.

Kata Kunci: Tes jalan 6 menit, indeks massa tubuh, lansia, tingkat kebugaran jasmani

