

## ABSTRAK

### HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP KEBUGARAN JASMANI SD N 1 PERUMNAS WAY HALIM BANDAR LAMPUNG PASCA PANDEMI COVID-19

OLEH

ANDRIAN MARDIANTO

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui besarnya hubungan indeks massa tubuh (IMT) dan aktivitas fisik terhadap kebugaran jasmani siswa SD N 1 Perumnas Way Halim Bandar Lampung.

Penelitian ini menggunakan metode *survey* dengan pendekatan kuantitatif korelasional. Populasi kelas VI dengan jumlah 110. Sampel yang digunakan 20% dari populasi. Teknik pengumpulan data IMT yaitu timbangan digital dan alat ukur tinggi badan, aktivitas fisik menggunakan kuesioner yang dikembangkan oleh WHO yaitu *Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ)*, kemudian instrument kebugaran jasmani menggunakan tes TKJI untuk usia 10-12 tahun. Analisis data menggunakan uji korelasi *product moment*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 1) Ada hubungan indeks massa tubuh (IMT) dengan kebugaran jasmani pada peserta didik Kelas 6 SDN 1 Perumnas Way Halim Bandar Lampung Pasca Pandemi Covid-19, dengan nilai  $r_{x1,y} = 0,646 > r_{(0,05)(22)} = 0,423$ , 2) Ada hubungan yang signifikan aktivitas fisik dengan kebugaran jasmani peserta didik Kelas 6 SDN 1 Perumnas Way Halim Bandar Lampung Pasca Pandemi Covid-19, dengan nilai  $r_{x2,y} = 0,699 > r_{(0,05)(22)} = 0,423$ , 3) Ada hubungan yang signifikan antara indeks massa tubuh (IMT) dan aktivitas fisik terhadap kebugaran jasmani, yang terbukti nilai  $r_{x1x2,y} 0,801 > r_{(0,05)(22)} 0,423$ .

**Kata Kunci:** aktivitas fisik, indeks massa tubuh, kebugaran jasmani.

## **ABSTRACT**

### **THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY MASS INDEX AND PHYSICAL ACTIVITY TO PHYSICAL FITNESS AT SD N 1 PERUMNAS WAY HALIM BANDAR LAMPUNG POST PANDEMIC COVID-19**

*By*

**ANDRIAN MARDIANTO**

*This study aims to determine the relationship between body mass index (BMI) and physical activity on the physical fitness of students at SD N 1 Perumnas Way Halim Bandar Lampung.*

*This research uses a survey method with a correlational quantitative approach. The population is in class VI, with a total of 110. The sample used is 20% of the population. BMI data collection techniques, namely digital scales and height measuring devices; physical activity using a questionnaire developed by WHO, namely the Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ); and physical fitness instruments using the TKJI test for ages 10–12 years Data analysis used the product moment correlation test.*

*The results of this study indicate that 1) There is a relationship between body mass index (BMI) and physical fitness in Grade 6 students at SDN 1 Perumnas Way Halim Bandar Lampung after the COVID-19 pandemic, with a value of  $r_{x1,y} = 0.646 > r_{(0.05)(22)} = 0.423$ , 2) There is a significant relationship between physical activity and physical fitness of Grade 6 students at SDN 1 Perumnas Way Halim Bandar Lampung after the COVID-19 pandemic, with a value of  $r_{x2,y} = 0.699 > r_{(0.05)(22)} = 0.423$ , 3) There is a significant relationship between body mass index (BMI) and physical activity on physical fitness, which is proven by the value of  $r_{x1x2,y} 0.801 > r_{(0.05)(22)} 0.423$ .*

**Keywords:** *body mass index, physical activity, physical fitness.*