

**HUBUNGAN INDEKS MASA TUBUH (IMT) DENGAN KECEPATAN
BERJALAN PADA REMAJA DI SMA NEGERI 1 BLORA**



Disusun Untuk Memenuhi Persyaratan Dalam
Mendapatkan Gelar Sarjana Fisioterapi

Oleh :
ELSA FIAN DENNIS ALFANDY
J 120 110 035

**PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2017

HALAMAN PRASYARATAN GELAR

**HUBUNGAN INDEKS MASA TUBUH (IMT) DENGAN KECEPATAN
BERJALAN PADA REMAJA DI SMA NEGERI 1 BLORA**

Skripsi Ini Dibuat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Fisioterapi Dalam Program
S1 Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Diajukan Oleh:

Hari :

Tanggal : September 2017

ELSA FIAN DENNIS ALFANDY

J 120 110 035

**PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2017

PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI

**HUBUNGAN INDEKS MASA TUBUH (IMT) DENGAN KECEPATAN
BERJALAN PADA REMAJA DI SMA NEGERI 1 BLORA**

Skripsi Ini Telah Disetujui Untuk Dipertahankan Dalam Ujian Skripsi
Program Studi S1 Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Diajukan Oleh:

ELSA FIAN DENNIS ALFANDY
J 120 110 035

Telah disetujui oleh:

Pembimbing



Dwi Rosella Komalasari, S.Fis., M.Fis., Dipl. Cidesco

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

**HUBUNGAN INDEKS MASA TUBUH (IMT) DENGAN KECEPATAN
BERJALAN PADA REMAJA DI SMA NEGERI 1 BLORA**

Diajukan Oleh:

ELSA FIAN DENNIS ALFANDY

J 120 110 035

Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji

Pada Tanggal : 21 Agustus 2017

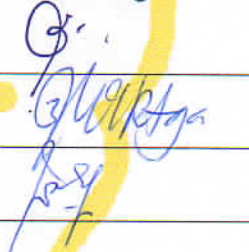
Dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Nama Penguji Skripsi:

Nama Penguji

1. Dwi Rosella Komalasari, S.Fis., M.Fis., Dipl. Cidesco
2. Wijianto, Sst.Ft., M.OR
3. Wahyuni, S.Fis., M.Kes

Tanda Tangan



Disahkan oleh
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta



Dr. Mutalazimah, SKM., M.Kes

NIK/NIDN. 786/06-1711-7301

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Elsa Fian Dennis Alfandy

NIM : J 120 110 035

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Jurusan : S1 Fisioterapi

Judul Skripsi : Hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan Kecepatan Berjalan pada Remaja di SMA Negeri 1 Blora.

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan pendidikan lainnya, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebut sumbernya. Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Surakarta, 14 Oktober 2017



Elsa Fian Dennis Alfandy

MOTTO

Jadikanlah sabar dan sholat sebagai penolongmu. Sesungguhnya yang demikian itu
sungguh berat, kecuali orang-orang yang khusus
(QS. Al-Baqarah 2 : 45).

Sabda Nabi SAW: “Allah mencintai seseorang yang apabila ia mengerjakan
suatu pekerjaan maka ia mengerjakannya dengan sungguh-sungguh”
(HR. Baihaqi).

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan rasa syukur Skripsi ini Kupersembahkan kepada:

1. Allah SWT atas kebesaran-Nya Penulis mampu menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini
2. Nabi Muhammad SAW yang selalu menjadi suritauladan bagi umat manusia
3. Bapak dan Ibuku tercinta, terimakasih atas kasih sayang dan dukungan selama ini dalam menapaki hidup ini.
4. Kakak dan adekku tercinta terima kasih atas semangat dan dukungannya.
5. Terimakasih untuk pembimbing saya Ibu Dwi Rosella Komala Sari yang telah sabar membimbing saya sampai ke titik akhir serta terimakasih kepada seluruh dosen dan staf program studi Fisioterapi.
6. Teman-teman Fisioterapi Angkatan 2011 untuk waktu dan kebersamaan yang kita lalui bersama selama ini, Sukses untuk kita semua.
7. Almamaterku yang telah memberikan kesempatan dan tempat untuk menggali ilmu sebanyak-banyaknya yang akan bermanfaat untuk diri saya maupun orang lain.
8. Semua teman-teman yang telah mengisi hari-hariku dan menemani dari awal kuliah hingga saat ini yang tidak bisa disebutkan satu persatu, terutama teman-teman diskusi saya di “Bakso Bakar depan BRI”, teman-teman musisi saya, teman-teman kos saya, ibu mbak mas warung makan tempat saya biasa makan, mbak laundry dan semua yang telah memberi dukungan kepada saya.

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah mencurahkan rahmat dan berkah sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan judul “**Hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan Kecepatan Berjalan pada Remaja di SMA Negeri 1 Blora**” Diajukan guna memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sains Terapan Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Selesainya penulisan Skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, oleh karena itu, pada kesempatan kali ini penulis menyampaikan penghargaan dan ucapan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. H. Sofyan Anif, M.Si., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. IbuDr. Mutalazimah, SKM.,M.Kes. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Ibu Isnaini, S.Fis.M.Sc, selaku Ketua Program Studi Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
4. Ibu Dwi Rosella Komalasari, S.Fis., M.Fis., Dipl. Cidescoselaku pembimbing yang telah membantu membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak/Ibu dosen Program Studi Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta, atas ilmu yang telah diberikan

6. Kedua orang tuaku yang amat kusayangi telah memberikan kasih sayang, motivasi, semangat, nasehat, do'a, dan materi yang tiada hentinya dan tiada terhitung
7. Kakak dan adek tersayangku yang sudah banyak mendukung, memberi inspirasi, nasehat, motivasi.
8. Teman-teman seperjuangan di jurusan S1 Fisioterapi angkatan 2011 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan dan penyusunan Skripsi ini jauh dari sempurna untuk itu penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun dari pembaca. Semoga Skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Surakarta, September 2017

Penulis

Elsa Fian Dennis Alfandy

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSYARATAN GELAR	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN	v
MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
ABSTRAK	xiv
ABSTRACT	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Kerangka Teori	6
1. Indeks Masa Tubuh (IMT).....	6
a. Definisi Indeks Masa Tubuh (IMT)	6
b. Kategori Indeks Masa Tubuh (IMT)	6
c. Kekurangan dan Kelebihan Indeks Masa Tubuh (IMT) .	8
d. Hal-Hal yang Mempengaruhi Indeks Masa Tubuh (IMT)	9
2. Kecepatan Berjalan	11
3. Remaja	14
B. Kerangka Pikir Penelitian	17
C. Kerangka Konsep.....	17

D. Hipotesis	18
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	19
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	20
C. Populasi dan Sampel.....	20
D. Variabel Penelitian	22
E. Definisi Konseptual	22
F. Definisi Operasional	23
G. Instrumen Penelitian	25
H. Pengolahan Data dan Analisis Data	25
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	31
1. Karakteristik Responden Penelitian	31
2. Analisis Univariat	32
3. Analisis Bivariat	34
B. Pembahasan	35
1. Analisis Univariat	35
2. Analisis Bivariat	38
C. Keterbatasan Penelitian	40
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan	41
B. Saran	41
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel II.1	Kategori Indeks Masa Tubuh (IMT)	7
Tabel III.1	Panduan Interpretasi Hasil Uji Hipotesis Berdasarkan Kekuatan Korelasi, nilai p dan arah korelasi	30
Tabel IV.1	Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Anak	31
Tabel IV.2	Distribusi Frekuensi Umur Siswa	32
Tabel IV.3	Indeks Masa Tubuh (IMT) Siswa SMA Negeri 1 Blora	33
Tabel IV.4	Kecepatan Berjalan Siswa SMA Negeri 1 Blora	34
Tabel IV.5	Hubungan antara Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan Kecepatan Jalan pada Remaja	34

DAFTAR GAMBAR

Gambar II.1 Kerangka Teori Penelitian	17
Gambar II.2 Kerangka Konsep	17

ABSTRAK

PROGRAM STUDI SARJANA FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
SKRIPSI, AGUSTUS 2017

ELSA FIAN DENNIS ALFANDY/J 120 110 035

“HUBUNGAN INDEKS MASA TUBUH (IMT) DENGAN KECEPATAN BERJALAN PADA REMAJA DI SMA NEGERI 1 BLORA”

(Dibimbing Oleh: Dwi Rosella Komalasari, SST.FT., M.Fis., Dipl. Cidesco)

Latar Belakang: Obesitas dan rendahnya tingkat kebugaran jasmani memberikan dampak pada kecepatan jalan pada remaja. Penurunan kekuatan otot pada ekstremitas bawah sering dikaitkan dengan penurunan kecepatan jalan.

Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui hubungan antara Indeks Masa Tubuh dengan kecepatan jalan pada remaja.

Metode Penelitian: Jenis penelitian dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan jenis rancangan penelitian deskriptif korelatif. Rancangan penelitian ini menggunakan pendekatan adalah *cross sectional*. Besar sampel dalam penelitian ini adalah 86 siswa SMA Negeri 1 Blora. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Random Sampling*.

Hasil Penelitian: Indeks Masa Tubuh (IMT) siswa SMA Negeri 1 Blora termasuk dalam kategori yang ideal. Siswa SMA Negeri 1 Blora mempunyai kecepatan berjalan yang termasuk dalam kategori yang sedang. Terdapat hubungan yang kuat antara Indeks Masa Tubuh dengan kecepatan jalan pada remaja ($p= 0,000$)

Kesimpulan: Indeks Masa Tubuh mempunyai hubungan dengan kecepatan berjalan pada remaja.

Kata Kunci: Indeks Masa Tubuh, kecepatan berjalan, remaja.

ABSTRACT

STUDY PROGRAM S1 PHYSIOTHERAPY
FACULTY OF HEALTH
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF SURAKARTA
THESIS, AUGUST 2017

ELSA FIAN DENNIS ALFANDY/J 120 110 035

"RELATIONSHIP BODY INDEX (IMT) WITH SPEED ON WORK ON ADOLESCENT IN SMA NEGERI 1 BLORA"

(Supervised By: Dwi Rosella Komalasari, SST.FT., M.Fis., Dipl. Cidesco)

Background: Obesity and low levels of physical fitness affect the speed of the road in adolescents. Decreased muscle strength in the lower extremities is often associated with decreased speed of the road.

Objective: To find out the relationship between Body Index and the speed of the road in adolescents.

Methods: The type of research in this study is quantitative research with the type of descriptive correlative research design. The design of this study using the approach is cross sectional. The sample size in this research is 86 students of SMA Negeri 1 Blora. The sampling technique used is Random Sampling.

Results: The Body Mass Index (IMT) of SMA Negeri 1 Blora students is included in the ideal category. Students of SMA Negeri 1 Blora have a running speed that belongs to the moderate category. There was a strong relationship between the Body Mass Index and the speed of the path in adolescents ($p = 0,000$).

Conclusion: The Body Time Index has a relationship with the speed of walking in adolescents.

Keywords: Body Performance Index, walking speed, adolescence