

STUDI AKTIVITAS FISIK, SOMATOTIPE DAN INDEKS MASSA BADAN PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS TARUNA NUSANTARA

INTISARI

Aulia Fitri¹,
Neni Trilusiana², Istiti Kandarina³

Latar belakang: Data Susenas menyebutkan 75% orang Indonesia memiliki aktivitas fisik rendah. Aktivitas fisik mempengaruhi pertumbuhan terutama pada masa remaja dimana terjadi *adolescence growth spurt*. Penurunan aktivitas fisik dapat menyebabkan peningkatan komposisi badan yang berlanjut pada risiko penyakit kronis dan dapat meningkatkan angka mortalitas dan morbiditas. Komposisi badan dapat diukur secara langsung dengan pengukuran Antropometri berupa indeks massa badan dan somatotipe.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan mengetahui perbedaan aktivitas fisik, komponen somatotipe, dan indeks massa badan antara siswa laki-laki dan perempuan usia 15-18 tahun dan mengkaji hubungan aktivitas fisik terhadap komponen somatotipe dan indeks massa badan.

Metode: penelitian deskriptif analitik *cross sectional* dengan menggunakan kuisioner dan pengukuran antropometri pada siswa SMA Taruna Nusantara Magelang.

Hasil: Hasil uji beda rerata menunjukkan perbedaan yang signifikan antara ukuran antropometri, aktivitas fisik dan komponen somatotipe remaja laki-laki dan perempuan (nilai $p=0,000$), sedangkan berdasarkan usia terdapat perbedaan signifikan aktivitas fisik (nilai $p=0,000$). Pada *Spearman correlation* menunjukkan hubungan bermakna antara aktivitas fisik dengan komponen somatotipe (endomorfi nilai $p = 0,001$; $r = -0,224$ dan mesomorfi nilai $p=0,001$; $r=0,202$).

Kesimpulan: Terdapat beda rerata antara ukuran antropometri, aktivitas fisik dan komponen somatotipe remaja laki-laki dan perempuan dan berdasarkan usia terdapat perbedaan signifikan aktivitas fisik. Terdapat hubungan bermakna antara aktivitas fisik dengan komponen somatotipe (endomorfi dan mesomorfi).

Kata kunci: Aktivitas fisik, Somatotipe, Indeks Massa Badan, Antropometri, Remaja

¹ Mahasiswa S1 Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran UGM

² Bagian Anatomi, Antropologi dan Embriologi Fakultas Kedokteran UGM

³ Bagian Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran UGM

STUDY ON PHYSICAL ACTIVITY, SOMATOTYPE AND BODY MASS INDEX IN HIGH
SCHOOL STUDENTS TARUNA NUSANTARA

ABSTRACT

Aulia Fitri¹,
Neni Trilusiana², Istiti Kandarina³

Background: Susenas mention that 75% of Indonesian people have lower levels of physical activity. Physical activity affects the growth especially in adolescence where there is adolescence growth spurt. Decreased physical activity may lead to an increase in body composition that continues on the risk of chronic disease and may increase mortality and morbidity. Body composition can be measured directly with anthropometric measurements such as body mass index and somatotype.

Objective: This study aims to determine differences in physical activity, somatotype components, and body mass index among students boys and girls aged 15-18 years and examines the relationship of physical activity to somatotype components and body mass index.

Methods: Cross sectional descriptive analytic research using questionnaires and anthropometric measurements on students Taruna Nusantara Magelang.

Results: The results of the mean difference test showed a significant difference between the size of anthropometry, physical activity and components somatotype adolescent males and females ($p = 0,000$), whereas there were significant differences in age of physical activity ($p = 0,000$). Spearman correlation showed a significant relationship between physical activity with components somatotype (endomorph value of $p = 0,001$; $r = -0,224$ and mesomorphy $p = 0,001$; $r = 0,202$).

Conclusion: There are difference between the average size of anthropometry, physical activity and components somatotype teenage boys and women and there is a significant difference in age of physical activity. There are significant relationship between physical activity and components of somatotype (endomorph and mesomorphy).

Keywords: Physical activity, Somatotype, Body Mass Index, Anthropometry, Teenager

¹ Undergraduate Medical Students Faculty of Medicine

² Anatomy, Anthropology and Embryology Department, Faculty of Medicine

³ Public Health Department, Faculty of Medicine