

HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN KECEPATAN BERJALAN PADA SISWA SMK KESEHATAN DI DEPOK

Nurul Fadilah

Abstrak

Indeks massa tubuh merupakan metode pengukuran statistik yang menggunakan berat badan dan tinggi badan untuk menilai serta memperkirakan lemak pada tubuh pria maupun wanita dari berbagai usia. Kecepatan berjalan merupakan durasi yang diperlukan seseorang saat menempuh jarak tertentu dan umumnya kecepatan berjalan ini dinyatakan dalam satuan m/s atau meter per detik. Kecepatan berjalan juga merupakan ukuran dasar saat berjalan yang menentukan kemampuan dasar berjalan seseorang. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara indeks massa tubuh dengan kecepatan berjalan pada siswa SMK kesehatan di depok. Desain dalam penelitian ini menggunakan penelitian jenis korelasi. Selain itu pendekatan penelitian ini dilakukan dengan pendekatan *cross sectional study* dengan sampel responden siswa SMK Kesehatan di depok. Hasil penelitian ini siswa SMK Kesehatan di Depok mayoritas memiliki indeks massa tubuh normal dan memiliki kecepatan berjalan yang lambat. terdapat hubungan yang signifikan antara indeks massa tubuh dengan kecepatan berjalan pada siswa SMK Kesehatan di Depok dengan nilai $p=0,013$ yang berarti nilai $p<0,05$ Kesimpulan indeks massa tubuh berhubungan dengan kecepatan berjalan pada siswa SMK Kesehatan di Depok.

Kata Kunci : Indeks massa tubuh, Kecepatan berjalan, Remaja

THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY MASS INDEX AND WALKING SPEED OF STUDENTS HEALTH VOCATIONAL IN DEPOK

Nurul Fadilah

Abstract

Body mass index is a statistical measurement method that uses weight and height to assess and estimate body fat in men and women of various ages. Walking speed is the duration required for a person to cover a certain distance and generally, this walking speed is expressed in units of m/s or meters per second. Walking speed is also a basic measure of walking that determines a person's basic walking ability. The purpose of this study was to determine the relationship between body mass index and walking speed in health vocational students in Depok. The design in this study uses a type of correlation research. In addition, this research approach was carried out with a cross-sectional study approach with a sample of respondents from SMK Health students in Depok. The results of this study were the majority of Health Vocational School students in Depok had a normal body mass index and had a slow walking speed. There is a significant relationship between body mass index and walking speed in health vocational students in Depok with a value of $p = 0.013$, which means $p < 0.05$. In Conclusion, body mass index is related to walking speed in health vocational students in Depok.

Keywords : Body mass index, walking speed, adolescent