

# HUBUNGAN ANTARA INDEKS MASSA TUBUH DENGAN KESEIMBANGAN PADA SISWI ULYA PKPPS SYA'AIRULLAH BEKASI

Malicha Aulia Ramadhani

## Abstrak

**Latar Belakang:** Kebiasaan makan tanpa memperhatikan kuantitas serta gizi dan nutrisi dapat menyebabkan terjadinya kenaikan berat badan. Terjadinya kenaikan berat badan terus menerus dalam jangka waktu yang panjang dapat menyebabkan obesitas. Berdasarkan data Riskesdas 2018 menunjukkan angka 21,8 persen untuk obesitas di Indonesia. Angka itu terus beranjak naik sejak Riskesdas 2007 sebesar 10,5% dan 14,8% pada Riskesdas 2013. Hal ini tentunya juga perlu kita perhatikan, dimana angka obesitas di Indonesia terus bertambah di setiap tahunnya. Hal itu tentunya dipengaruhi oleh banyak faktor-faktor penyebab yang mengakibatkan terjadinya obesitas, terutama obesitas pada remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara Indeks Massa Tubuh dan Keseimbangan pada siswi Ulya PKPPS Sya'airullah Bekasi. **Desain:** Desain penelitian yang digunakan peneliti pada penelitian ini ialah menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi yang menjadi objek penelitian berjumlah 37 siswi. **Hasil:** Penelitian ini menggunakan SPSS 23 dan didapatkan hasil  $p = 0,011$  pada keseimbangan correlation coefficient antara IMT dengan Keseimbangan statis sebesar 0,412 sedangkan correlation coefficient antara IMT dengan keseimbangan dinamis sebesar 0,412. kesimpulan terdapat hubungan yang searah antara IMT dengan keseimbangan.

**Kata Kunci:** Siswi; Indeks massa tubuh; Keseimbangan.

# **THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY MASS INDEX AND BALANCE IN FEMALE STUDENTS ULYA PKPPS SYA'AIRULLAH BEKASI**

**Malicha Aulia Ramadhani**

## **Abstract**

**Background:** Eating habits without regard to quantity and nutrition can cause weight gain. Continuous weight gain over a long period of time can lead to obesity. Based on the 2018 Riskesdas data, it shows a figure of 21.8 percent for obesity in Indonesia. This figure has continued to rise since the 2007 Riskesdas by 10.5 percent and 14.8 percent in the 2013 Riskesdas. Of course, we also need to pay attention to this, where the obesity rate in Indonesia continues to increase every year. This is of course influenced by many causal factors that lead to obesity, especially obesity in adolescents. This study aims to determine the relationship between Body Mass Index and Balance in female students of Ulya PKPPS Sya'airullah Bekasi. **Design:** The research design used by researchers in this study was to use a correlational quantitative research method with a cross sectional approach. The population that became the object of research was 37 female students. **Result:** This study used SPSS 23 and the results obtained were  $p = 0.011$  for the balanced correlation coefficient between BMI and static balance of 0.412, while the correlation coefficient between BMI and dynamic balance was 0.412. It was concluded that there is a unidirectional relationship between BMI and balance.

**Keywords:** Female students; Body mass index; Balance.