

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA**

**Skripsi, Januari 2023**

**MUHAMAD PANDJI RAIHAN, No. NRP 2010211034**

**HUBUNGAN ANTARA INDEKS MASSA TUBUH DAN TINGKAT AKTIVITAS FISIK DENGAN HANDGRIP STRENGTH PADA MAHASISWA AKTIF FK UPNVJ TAHUN AKADEMIK 2023/2024**

RINCIAN HALAMAN (77 halaman, 12 tabel, 10 gambar, 9 lampiran)

### **ABSTRAK**

Masalah kesehatan tentang status gizi sering berkaitan dengan indeks massa tubuh dan tingkat aktivitas fisik seseorang sehingga dibutuhkan alat skrining secara dini sebagai langkah preventif. Kecukupan status gizi sering dievaluasi melalui antropometri. Beberapa peneliti berpendapat bahwa dalam mengevaluasi status gizi dapat menggunakan *handgrip strength test*. Parameter *handgrip strength* merupakan model penilaian status gizi yang diusulkan sebagai alat skrining oleh komunitas nutrisi di Amerika (ASPEN). Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara IMT dan tingkat aktivitas fisik dengan *handgrip strength* pada mahasiswa aktif FK UPNVJ. Desain penelitian ini adalah *cross sectional* dengan teknik *random sampling* menggunakan sampel pada 55 mahasiswa sebagai responden. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa responden dengan IMT normal (66,7%) dan *overweight* (69,2%) serta tingkat aktivitas sedang (76,9%) dan tinggi (70,6%) mayoritas memiliki *handgrip strength* sedang. Berdasarkan hasil uji *fisher exact* didapatkan IMT ( $p = 0,001$ ) dan tingkat aktivitas fisik ( $p = 0,001$ ) secara statistik didapatkan kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara IMT dan tingkat aktivitas fisik dengan *handgrip strength*.

**Daftar Pustaka:** 44 (2016 – 2023)

**Kata Kunci** : Indeks massa tubuh, tingkat aktivitas fisik, *handgrip strenght*

**FACULTY OF MEDICINE  
UNIVERSITY PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA**

**Undergraduate Thesis, Januari 2023**

**MUHAMAD PANDJI RAIHAN, No. NRP 2010211034**

**THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY MASS INDEX AND PHYSICAL  
ACTIVITY LEVEL WITH HANDGRIP STRENGTH IN ACTIVE STUDENTS OF  
UPNVJ FACULTY IN ACADEMIC YEAR 2023/2024**

PAGE DETAIL (77 pages, 12 tables, 10 pictures, 9 appendices)

**ABSTRACT**

*Health concerns about nutritional status are often related to a person's body mass index and physical activity level, so early screening tools are needed as a preventive measure. The adequacy of nutritional status is often evaluated through anthropometry. Some researchers argue that in evaluating nutritional status can use the handgrip strength test. The handgrip strength parameter is a nutritional status assessment model proposed as a screening tool by the American nutrition community (ASPEN). This study aims to determine the relationship between BMI and physical activity level with handgrip strength in active students of FK UPNVJ. The design of this study was cross sectional with random sampling technique using a sample of 55 students as respondents. The results showed that respondents with normal BMI (66.7%) and overweight (69.2%) and moderate (76.9%) and high (70.6%) activity levels had moderate handgrip strength. Based on the results of the fisher exact test, BMI ( $p = 0.001$ ) and physical activity level ( $p = 0.001$ ) statistically concluded that there is a significant relationship between BMI and physical activity level with handgrip strength. .*

**Reference** : 44 (2016-2023)

**Keywords** : *Body mass index, physical activity level, handgrip strength*