

**HUBUNGAN INDEX MASSA TUBUH (IMT) TERHADAP
DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI PADA MAHASISWA/I D- III
FISIOTERAPI UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL
“VETERAN” JAKARTA TAHUN ANGKATAN 2014-2015**

Meti Nurhayati

Abstrak

Penelitian ini dilakukan untuk mengidentifikasi tingkat kebugaran jasmani mahasiswa dengan hasil pengukuran IMT dan daya ledak otot (DLO). Desain penelitian Cross Sectional menggunakan 27 sampel 14 laki – laki dan 13 perempuan, pengumpulan data melalui pengukuran IMT dan daya ledak otot menggunakan Vertical Jump Test (VJT). Teknik sampel menggunakan analisis univariat dan bivariat. Penelitian dilaksanakan di lantai 1 gedung Soepomo UPN “Veteran” Jakarta. Pengambilan data dilakukan antara bulan Januari-Juni. Hasil : hasil uji normalitas p-value 0,051 IMT dan nilai p-value 0,000 pada VJT < 0,05. Dengan hasil uji korelasi dari 27 sampel di peroleh nilai p – value IMT = 0,002 dengan korelasi pearson dan p – value VJT 0,002. Maka IMT dan Daya ledak Otot dengan tes VJT terdapat hubungan. Kesimpulan : Dari hasil penelitian dan pembahasan dapat di simpulkan bahwa adanya hubungan yang sedang pada IMT terhadap daya ledak otot dengan arah korelasi positif.

Kata kunci : IMT, DLO, VJT, Kebugaran Jasmani