

# **HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN FLEKSIBILITAS TUBUH PADA ANAK USIA 7-12 TAHUN DI SEKOLAH DASAR NEGERI LIMO 1**

**Astri Anggraini**

## **Abstrak**

Fleksibilitas tubuh merupakan komponen dalam aktivitas fisik yang sangat penting dalam keterampilan motorik anak usia 7-12 yang masih dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan. Indeks massa tubuh menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat fleksibilitas pada anak, karena kadar lemak yang berlebih akan menghambat aktivitas fisik pada anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan indeks massa tubuh dengan fleksibilitas tubuh pada anak usia 7-12 tahun. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif korelatif dengan desain cross sectional. Populasi pada siswa Sekolah Dasar Negeri yang berusia 7-12 tahun dengan jumlah sampel 153 orang dengan teknik random sampling. Parameter yang digunakan adalah beighton scale. Analisis data menggunakan uji univariat dan bivariat. Pada uji normalitas hasilnya adalah data tidak berdistribusi normal pada indeks massa tubuh dengan fleksibilitas tubuh ( $p < 0,05$ ). Sedangkan analisa bivariat yang menggunakan uji korelasi memperoleh hasil  $p = 0,789$  ( $p > 0,05$ ) dan hasil uji Spearman rho's adalah  $-0,022$  yang menunjukkan bahwa tidak adanya hubungan antara indeks massa tubu dengan fleksibilitas tubuh.

**Kata Kunci** : Indeks Massa Tubuh, Anak, Fleksibilitas , Cross Sectional

# **CORRELATION BETWEEN BODY MASS INDEX AND BODY FLEXIBILITY IN CHILDREN OF AGE 7-12 YEARS IN LIMO 1 ELEMENTARY SCHOOL**

**Astri Anggraini**

## **Abstract**

Body flexibility is a component in physical activity that is very important in motor skills of children aged 7-12 who are still in the stage of growth and development. Body mass index is one of the factors that influence the level of flexibility in children, because excessive fat content will inhibit physical activity in children. This study aims to determine whether there is a relationship between body mass index and body flexibility in children aged 7-12 years. This research is a descriptive correlative study with a cross sectional design. The population in Primary School students aged 7-12 years with a sample of 153 people with random sampling technique. The parameter used is the beighton scale. Data analysis using statistical tests univariate and bivariate. On the normality test the results from the data are not normally distributed on body mass index with body flexibility ( $p < 0.05$ ). While the bivariate analysis using the correlation test obtained results  $p = 0.789$  ( $p > 0.05$ ) and the results of the Spearman rho's test were  $-0.022$  which showed that there was no relationship between the body mass index and body flexibility.

**Keywords** : Body Mass Index, Children, Flexibility, Cross Sectional