

## ABSTRAK

### HUBUNGAN ANTARA AKTIVITAS FISIK DENGAN INDEKS MASSA TUBUH MAHASISWA JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI ANGGARAN 2017 PADA MASA PANDEMI COVID-19

Riana Magdalena<sup>1</sup>, Didik Rilastiyo Budi<sup>2</sup>, Neva Widanita<sup>3</sup>

**Latar Belakang :** Pada masa pandemi Covid-19 yang sedang berlangsung di dunia dan Indonesia saat ini, membuat mahasiswa Jurusan Pendidikan Jasmani Unsoed menjadi jarang bahkan tidak melakukan aktivitas fisik dan atau olahraga seperti biasanya. Hal ini dikarenakan ruang gerak yang terbatas, sehingga mengakibatkan Indeks Massa Tubuh (IMT) mereka menjadi tidak normal/ideal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara aktivitas fisik dengan indeks massa tubuh mahasiswa Pendidikan Jasmani angkatan 2017 pada masa pandemi Covid-19.

**Metodologi :** Metode penelitian menggunakan desain *cross sectional* yaitu dengan satu kali pengambilan data. Teknik pengambilan sampel berupa *purposive sampling* yang diikuti oleh 41 mahasiswa Jurusan Pendidikan Jasmani Unsoed angkatan 2017 dengan jumlah laki-laki sebanyak 31 orang dan perempuan 10 orang. Teknik analisis data menggunakan *pearson correlation*.

**Hasil Penelitian :** Berdasarkan hasil penelitian aktivitas fisik mahasiswa jurusan pendidikan jasmani Unsoed angkatan 2017 pada masa pandemi Covid-19 tingkat sedang sebesar 39% (16 orang), tingkat aktivitas fisik rendah sebesar 24,4% (10 orang) serta tingkat aktivitas fisik Tinggi sebesar 36,6% (15 orang) sedangkan Indeks Massa Tubuh (IMT) berkategori gemuk sebesar 39% (16 orang), kategori kurus 2,4% (1 orang), kategori normal sebesar 31,7% (13 orang), kategori obesitas I sebesar 24,4% (10 orang) dan kategori obesitas II sebesar 2,4% (1 orang). Analisis data menggunakan *pearson correlation* menyatakan Nilai korelasi *pearson* sebesar 0,02 ( $p < 0,05$ ).

**Kesimpulan :** Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan indeks massa tubuh (IMT) pada mahasiswa pendidikan jasmani Unsoed angkatan 2017 pada masa pandemi covid-19. Tingkat aktivitas fisik yang kurang membuat para mahasiswa pendidikan jasmani memiliki IMT yang tidak normal atau ideal (gemuk atau obesitas).

**Kata kunci :** Aktivitas Fisik, IMT, Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Covid-19

## ABSTRACT

### RELATIONSHIP BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY AND BODY MASS INDEX OF STUDENTS DEPARTMENT OF PHYSICAL EDUCATION CLASS OF 2017 IN THE COVID-19 PANDEMIC

*Riana Magdalena<sup>1</sup>, Didik Rilastiyo Budi<sup>2</sup>, Neva Widanita<sup>3</sup>*

**Background** : During the current Covid-19 pandemic in the world and Indonesia, Unsoed Physical Education Department students rarely even do physical activity and or sports as usual. due to limited range of motion, resulting in their Body Mass Index (BMI) being abnormal/ideal. This study aims to determine the relationship between physical activity and body mass index of 2017 Physical Education students during the COVID-19 pandemic.

**Methodology** : The research method used a cross sectional design, namely one time data collection. The sampling technique was purposive sampling collected from 41 unsoed physical education students from the class of 2017 consist of 31 males and 10 females. The data analysis technique being used is the pearson correlation.

**Research result** : Based on the results of research on the physical activity of students majoring in physical education Unsoed class 2017 during the covid-19 pandemic is at the moderate level of 39% (16 people), the low level of physical activity is 24.4% (10 people) and the physical activity level High was 36.6% (15 people) while Body Mass Index (BMI) was in the fat category of 39% (16 people), the thin category was 2.4% (1 person) , the normal category was 31.7% (13 people), the obesity I category was 24.4% (10 people) and the obesity II category was 2.4% (1 person). Pearson correlation analysis states 0,02 ( $p < 0,05$ ).

**Conclusion** : Based on the results of the study, it can be concluded that there is a relationship between physical activity and body mass index (BMI) in Unsoed physical education students class of 2017 during the covid-19 pandemic. Lack of physical activity level causes physical education students to have an abnormal or not ideal BMI (fat or obese).

**Keywords** : Physical Activity, BMI, Physical Education Students, Covid-19.