

**ANALISIS INDEKS MASSA TUBUH (IMT) ANGGOTA
MAJELIS NUR ARNI SIRAJUDIN WILAYAH PENJARINGAN
JAKARTA UTARA**




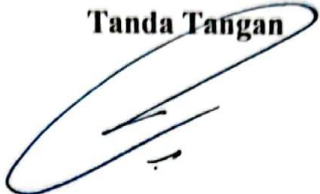
**JEFFRY HADI WIRA WIYUDHA
6815144854**

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Olahraga**






**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2022

LEMBARAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dosen Pembimbing I <u>Prof. Dr. Ramdan Pelana, S.Or., M.Or.</u> <u>NIP. 197908112005011001</u>		17/02 - 2022
Dosen Pembimbing II <u>Kuswahyudi, S.Or., M.Pd</u> <u>NIP. 198509252015041003</u>		17/02 - 2022

PERSETUJUAN PANITIA UJIAN SKIRPSI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
<u>Dr. Yasep Setiakarnawijaya., M.Kes</u> <u>NIP. 197409062001121002</u>	Ketua		21/02 - 2022
<u>Dr. Albert W.A Tangkudung, S.Sos.,M.Pd</u> <u>NIP. 198306272015041001</u>	Sekretaris		18/02 - 2022
<u>Prof. Dr. Ramdan Pelana, S.Or., M.Or.</u> <u>NIP. 197908112005011001</u>	Anggota		17/02 - 2022
<u>Kuswahyudi, S.Or., M.Pd</u> <u>NIP. 198509252015041003</u>	Anggota		17/02 - 2022
<u>Yuliasih, S.Or.,M.Pd</u> <u>NIDK. 8816100016</u>	Anggota		21/02 - 2022

Tanggal Lulus: 11 Februari 2022

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 14 Februari 2022

Yang membuat pernyataan,



Jeffry Hadi Wira Wiyudha

6815144854



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Jeffry Hadi Wira Wiyudha
NIM : 6815144854
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Keolahragaan/Prodi Ilmu Keolahragaan
Alamat email : Jeffry.123.wj@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

**"ANALISIS INDEKS MASSA TUBUH (IMT) ANGGOTA MASJELIS NUR ARNI
SIRAJUDIN WILAYAH PENJARINGAN JAKARTA UTARA**

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 25 Februari 2022

Pennulis

Jeffry Hadi Wira Wiyudha

**ANALISIS INDEKS MASSA TUBUH (IMT) ANGGOTA MAJELIS NUR
ARNI SIRAJUDIN WILAYAH PENJARINGAN JAKARTA UTARA**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui nilai Indeks Massa Tubuh (IMT) anggota Majelis Nur Arni Sirajudin di wilayah Penjaringan Jakarta Utara. Pengambilan data dilakukan pada bulan Juli 2021 di kawasan Majelis Nur Arni Sirajudin Penjaringan Jakarta Utara. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif, dengan teknik survei. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 20 orang yang berusia ≥ 20 tahun yang menjadi anggota dari Majelis Nur Arni Sirajudin Penjaringan Jakarta Utara. Pengambilan data didahului dengan pengukuran tinggi badan, kemudian dilanjutkan dengan pengukuran berat badan, dan terakhir penghitungan Indeks Massa Tubuh (IMT). Teknik pengujian hipotesis yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis statistika korelasi sederhana. Hasil penelitian menunjukkan: *Pertama*, didapatkan data tinggi badan mulai dari 1.58-1.75 (m) dengan rata-rata 1.66 (m), dan hasil testi yang berada pada kelas rata-rata sebanyak 8 testi (40%), sedangkan yang berada di bawah rata-rata sebanyak 7 testi (35%), dan yang berada di atas rata-rata sebanyak 5 testi (25%). *Kedua*, didapatkan data berat badan mulai dari 46.0-103.2 (kg) dengan rata-rata 67.48 (kg), dan hasil testi yang berada pada kelas rata-rata sebanyak 9 testi (45%), sedangkan yang berada di bawah rata-rata sebanyak 4 testi (20%), dan yang berada di atas rata-rata sebanyak 7 testi (35%). *Ketiga*, didapatkan data Indeks Massa Tubuh (IMT) mulai dari 15.77-37.45 dengan rata-rata 14.34, dan hasil testi yang berada pada kelas rata-rata sebanyak 9 testi (45%), sedangkan yang berada di bawah rata-rata sebanyak 3 testi (15%), dan yang berada di atas rata-rata sebanyak 8 testi (40%).

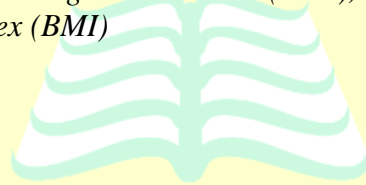
Kata Kunci : Indeks Massa Tubuh (IMT)

**ANALYSIS OF BODY MASS INDEX (BMI) MEMBERS OF THE
ASSEMBLY NUR ARNI SIRAJUDIN NETWORKING REGION OF NORTH
JAKARTA**

ABSTRACT

This study aims to determine the value of the Body Mass Index (BMI) members of the Assembly Nur Arni Sirajudin in the Penjaringan area of North Jakarta. Data collection was carried out in July 2021 in the Assembly area of Nur Arni Sirajudin Penjaringan, North Jakarta. The research method used in this research is descriptive quantitative, with survey technique. The sample used in this study amounted to 20 people aged 20 years who are members of the Assembly of Nur Arni Sirajudin Penjaringan North Jakarta. Data collection was preceded by measuring height, then followed by measuring weight, and finally calculating Body Mass Index (BMI). The hypothesis testing technique used in this study uses a simple statistical correlation analysis technique. The results showed: First, the data obtained were height ranging from 1.58-1.75 (m) with an average of 1.66 (m), and the results of the testis who were in the average class were 8 testis (40%), while those under the average was 7 testes (35%), and those above the average were 5 testis (25%). Second, the data obtained from body weight ranging from 46.0-103.2 (kg) with an average of 67.48 (kg), and the results of the testis who were in the average class were 9 testis (45%), while those who were below the average were 4 testis (20%), and those who were above the average were 7 testis (35%). Third, data obtained from Body Mass Index (BMI) ranging from 15.77-37.45 with an average of 14.34, and the results of the testis who were in the average class were 9 testis (45%), while those who were below the average were 3 testis. (15%), and 8 testis (40%).

Keywords: Body Mass Index (BMI)



UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmaanirrahiim, alhamdulillahirabbil'alamin, puji dan syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT, atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Analisis Indeks Massa Tubuh (IMT) Anggota Majelis Nur Arni Sirajudin Wilayah Penjaringan Jakarta Utara", sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Olahraga pada Program Studi Ilmu Keolahragaan (IKOR) Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta. Tidak ada kata-kata yang dapat mengungkapkan rasa hormat dan terima kasih yang tulus pada semua pihak yang telah membimbing, mendidik dan memberikan bantuan dalam bentuk apapun dalam penulisan skripsi ini. Terima kasih penulis ucapkan kepada bapak Dr. Yasep Setiakarnawijaya, M.Kes selaku Ketua Program Studi Ilmu Keolahragaan (IKOR) FIK UNJ yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian di Majelis Nur Arni Sirajudin Penjaringan Jakarta Utara.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Prof. Dr. Ramdan Pelana.,M.Or selaku pembimbing 1 dan Kuswahyudi. S.Or.,M.Pd selaku pembimbing 2 yang telah meluangkan waktu, tenaga serta pikiran untuk membimbing dan memberikan ide-ide terkait materi dan sistematika dalam penulisan skripsi ini. Tak lupa pula penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak pengurus dan anggota Majelis Nur Arni Sirajudin yang telah bersedia untuk menjadi subjek penelitian sehingga penyusunan skripsi ini dapat berjalan dengan lancar.

Terima kasih untuk keluarga tercinta, Mama (Budi Suryani) yang telah menjadi sumber inspirasi dan motivasi dalam penulisan skripsi ini, selalu memberikan semangat dan doa yang tulus dengan penuh kasih sayang. Kepada para sahabat saya (Heru, Gendon, Doddy, Kentung, Adam, Ages, Yogi serta kekasih saya Florin), terima kasih atas dorongan semangat, dukungan dan bantuan dalam penyusunan skripsi ini.

Demikian yang dapat penulis sampaikan, terima kasih kepada semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah membantu, mendukung dan

memberikan semangat. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan, oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan.

Semoga skripsi ini dapat bermanfaat, dan penulis mohon maaf jika terdapat kekurangan baik dari segi isi maupun penulisan.

Jakarta, 23 Juni 2021

Penulis,

Jeffry Hadi Wira Wiyudha

NIM. 6815144854



DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	6
1.3 Pembatasan Masalah	7
1.4 Perumusan Masalah	7
1.5 Kegunaan Penelitian.....	7
BAB II KERANGKA TEORITIS, KERANGKA BERPIKIR DAN PENGAJUAN HIPOTESIS	9
2.1 Kerangka Teoritis	9
2.1.1 Pengertian Indeks Massa Tubuh	9
2.1.2 Komponen Indeks Massa Tubuh	13
2.1.3 Faktor-faktor yang berhubungan dengan IMT.....	18
2.1.4 Klasifikasi Indeks Massa Tubuh	28
2.1.5 Kelebihan dan Kekurangan Pengukuran IMT.....	30
2.2 Kerangka Berpikir.....	32
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	34
3.1 Tujuan Penelitian	34
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian	34
3.2.1 Tempat Penelitian.....	34
3.2.2 Waktu Penelitian	34
3.3 Metode Penelitian.....	34
3.4 Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel	35

3.4.1 Populasi.....	35
3.4.2 Sampel.....	35
3.5 Instrumen Penelitian.....	36
3.6 Teknik Pengumpulan Data.....	36
3.7 Teknik Analisis Data.....	37
BAB IV HASIL PENELITIAN	38
4.1 Deskripsi Data Penelitian.....	38
4.1.1 Variabel Tinggi Badan.....	39
4.1.2 Variabel Berat Badan.....	40
4.1.3 Variabel Indeks Massa Tubuh (IMT).....	41
4.2 Keterbatasan Penelitian.....	41
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	44
5.1 Kesimpulan.....	44
5.2 Saran.....	45
5.2.1 Bagi Pihak Majelis Nur Arni Sirajudin.....	45
5.2.2 Bagi Anggota.....	45
5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya.....	46
DAFTAR PUSTAKA	47
LAMPIRAN.....	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Batas Ambang Indeks Massa Tubuh (IMT).....	2
Gambar 2.1 Rumus Perhitungan IMT.....	10
Gambar 2.2 Rumus Formula Lorentz.....	16
Gambar 4.1 Histogram Tinggi Badan.....	40
Gambar 4.2 Histogram Berat Badan.....	41
Gambar 4.3 Histogram Indeks Massa Tubuh (IMT).....	42
Gambar 5.1 Pengambilan Data Tinggi Badan.....	61
Gambar 5.2 Pengambilan Data Berat Badan.....	61



DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Angka Kecukupan Gizi Kemenkes RI.....	3
Tabel 1.2 Data Anggota Majelis Nur Arni Sirajudin.....	5
Tabel 2.1 Klasifikasi Indeks Massa Tubuh (IMT).....	29
Tabel 2.2 IMT Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin	29
Tabel 4.1 Deskripsi Data Penelitian.....	38
Tabel 4.2 Distribusi Tinggi Badan.....	39
Tabel 4.3 Distribusi Berat Badan.....	40
Tabel 4.4 Distribusi Indeks Massa Tubuh (IMT).....	42
Tabel 4.5 Status IMT Anggota Majelis Nur Arni Sirajudin	43



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Data Lapangan.....	50
Lampiran 2. Hasil Penghitungan Variabel.....	52
Lampiran 3. Lembar Persetujuan Sidang.....	58
Lampiran 4. Surat Permohonan Izin Penelitian.....	59
Lampiran 5. Surat Keterangan Penelitian.....	60
Lampiran 6. Dokumentasi Pengambilan Data.....	61
Lampiran 7. Riwayat Hidup.....	62

