

## ABSTRAK

Manusia yang sehat didukung proses pertumbuhan dan perkembangan yang baik. Hal tersebut dapat dilakukan dengan menjaga kebugaran dan status gizi. Masalah kekurangan dan kelebihan gizi pada anak dapat mempengaruhi aktivitas dan menimbulkan risiko penyakit kardiovaskular kemudian hari. Penyakit kardiovaskular dapat dicegah dengan menjaga kebugaran kardiorespirasi. Kebugaran kardiorespirasi dapat diukur dengan *Volume Oxygen Maximal* ( $VO_2 max$ ). Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan kebugaran jasmani dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada siswa SD Negeri 001 Merdeka, Kota Bandung. Metode penelitian adalah analitik observasional dengan rancangan *cross sectional*. Subjek penelitian diambil dengan *purposive sampling* sebanyak 48 responden yang diberi perlakuan *Kasch Pulse Recovery Step Test*. Pengolahan data menggunakan uji korelasi *Spearman* hasil penelitian diketahui bahwa indeks massa tubuh sebagian besar normal, dan kebugaran jasmani yang diukur melalui  $VO_2 max$  sebagian besar sangat baik. Hasil perhitungan korelasi *Spearman* menunjukkan tidak terdapat hubungan signifikan antara kebugaran jasmani dengan indeks massa tubuh (IMT) pada siswa SDN 001 Merdeka Kota Bandung dengan nilai  $p = 0,058$  (nilai  $p > 0,05$ ). Faktor-faktor lain, misalnya aktivitas fisik sehari-hari dan komposisi tubuh dapat berpengaruh terhadap kebugaran jasmani.

**Kata kunci:** Indeks Massa Tubuh, Kebugaran Jasmani

## **ABSTRACT**

*Healthy humans are formed through a process of good growth and development. This can be done by measuring fitness and nutritional status. The problem of malnutrition and excess nutrition in children can affect the activity and pose a risk of cardiovascular disease later in life. Cardiovascular disease can be prevented by maintaining cardiorespiratory fitness. Cardiorespiratory fitness can be measured by Maximum Oxygen Volume (VO<sub>2</sub> max). The purpose of this study was to analyze the relationship of physical fitness with Body Mass Index (BMI) for students at SD Negeri 001 Merdeka, Bandung. The research method was observational analytic with a cross sectional design. Research subjects were taken by purposive sampling of 48 respondents who were treated with the Kasch Pulse Recovery Step Test. Data processing using Spearman correlation test results showed that the body mass index was mostly normal, and physical fitness measured through VO<sub>2</sub> max was mostly very good. Spearman correlation calculation results show there is no significant relationship between physical fitness with body mass index (BMI) on students of SDN 001 Merdeka, Bandung City with  $p$  value = 0.058 ( $p$  value > 0.05). Other factors for example, daily physical activity and body composition can affect physical fitness.*

**Keywords:** *Body Mass Indeks, Physical Fitness*