



LEMBAR PENGESAHAN

Judul : Hubungan Pola Aktivitas dengan Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa Keperawatan

Nama : Harisa Diyana Kamila

Menerangkan bahwa abstrak ini telah diterjemahkan dalam Bahasa Inggris oleh Lembaga Pengembangan Bahasa dan Kerja Sama (LPBK), Universitas Muhammadiyah Pekalongan Pekalongan.

Pekalongan, 19 September 2024

Disahkan oleh,
Kepala Lembaga Pengembangan Bahasa dan Kerja Sama (LPBK)



Aida Rusmariana, S.Kep., Ns., MAN

**Program Studi Sarjana Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan
Agustus, 2024**

ABSTRAK

Harisa Diyana Kamila¹, Sugiharto²

Hubungan Pola Aktivitas dengan Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa Keperawatan

Latar Belakang: Era globalisasi menghadirkan kemajuan dalam teknologi industri, terutama dalam penggunaan gadget yang canggih dan mudah diakses. Banyak mahasiswa yang menggunakan layar gadget dan media sosial secara berlebihan, yang berdampak buruk pada kesehatan fisik dan mental. Di Indonesia, sebagian besar penduduk kurang aktif secara fisik, yang dapat menyebabkan masalah kesehatan seperti obesitas dan penyakit tidak menular lainnya. Aktivitas fisik yang rendah juga berdampak pada Indeks Massa Tubuh (IMT), dimana rendahnya aktivitas fisik dapat meningkatkan berat badan dan mengakibatkan IMT yang buruk.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasional dengan pendekatan cross-sectional. Pengambilan data dilakukan dengan teknik total sampling. Sampel pada penelitian ini berjumlah 218 mahasiswa keperawatan. Analisa data dalam penelitian ini menggunakan uji *Spearman Rho*.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan pola aktivitas dengan indeks massa tubuh pada mahasiswa keperawatan

Hasil: Hasil penelitian ini menunjukkan responden dengan pola aktivitas sebagian besar rendah sebanyak 150 responden (68,8%) dan indeks massa tubuh sebagian besar normal sebanyak 113 responden (51,8%). Hasil analisa data dengan uji *spearman rho* diperoleh $p\text{ value } 0,798 > \alpha (0,05)$ tidak terdapat hubungan.

Simpulan dan saran: Tidak terdapat hubungan pola aktivitas dengan indeks massa tubuh pada mahasiswa keperawatan. Diharapkan untuk tetap menjaga aktivitas fisik sebagai bagian dari gaya hidup sehat.

Kata Kunci: *Pola Aktivitas, Indeks Massa Tubuh, Mahasiswa Keperawatan*

Daftar Pustaka: 35 (2013-2024)

ABSTRACT

Harisa Diyana Kamila¹, Sugiharto²

The Correlation between Activity Patterns and Body Mass Index in Nursing Students

Background: The era of globalization has brought advances in industrial technology, especially in the use of sophisticated and easily accessible gadgets. Many students use gadget screens and social media excessively, which has a negative impact on physical and mental health. In Indonesia, most of the population is not physically active, which causes health problems such as obesity and other non-communicable diseases. Low physical activity also has an impact on Body Mass Index (BMI), thereby increasing body weight and resulting in poor BMI.

Method: it was a correlative descriptive study with cross sectional approach. There were 218 students of Nursing as the sample using total sampling technique and Spearman Rho test was applied to analyze the data.

Objective: to investigate the correlation between activity patterns and body mass index in Nursing students.

Result: it stated the respondents who are low in activity patterns were 150 students (68,8%) and the respondents who have normal body mass index were 113 respondents (51,8%). Furthermore, from the results of data analysis using the Spearman rho test, it was obtained that the p value was $0.798 > \alpha (0.05)$, which means there is no correlation between both.

Conclusion and Suggestion: there is correlation between activity patterns and body mass index in Nursing students. However, they are suggested to keep their physical activity as the part of their healthy life style.

Keywords: *activity patterns, body mass index, Nursing students*

References: 35 (2013-2024)