

HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DAN *WAIST HIP RATIO* TERHADAP DAYA TAHAN OTOT PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS DIPONEGORO

Abstrak

Latar Belakang: Hubungan antara kekuatan otot dengan indeks massa tubuh masih kontroversial. Hubungan antara kekuatan otot dengan *waist hip ratio* pada mahasiswa masih terbatas. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara indeks massa tubuh dan *waist hip ratio* dengan daya tahan otot.

Tujuan: Menganalisis hubungan indeks massa tubuh dan *waist hip ratio* terhadap daya tahan otot pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro

Metode: Penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan subjek penelitian yaitu 50 mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro usia 18-22 tahun. Alat analisis yang digunakan korelasi Spearman's rho.

Hasil: Mahasiswa program studi kedokteran memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan status normal (82%), *Waist Hip Ratio* dengan status normal (44%) dan daya tahan otot dengan status baik (42%). Terdapat hubungan yang bermakna antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dan daya tahan otot pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro ($p=0,001$) dengan korelasi positif kuat ($r=0,577$). Terdapat hubungan yang bermakna antara *Waist Hip Ratio* dan daya tahan otot pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro ($p=0,032$) dengan korelasi negatif cukup ($r=-0,304$).

Kesimpulan: Indeks Massa Tubuh dan *Waist Hip Ratio* berkorelasi dengan daya tahan otot pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.

Kata Kunci: Indeks Massa Tubuh, *Waist Hip Ratio*, Daya Tahan Otot