

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP INDEKS MASSA TUBUH PADA
TENTARA KODIM 0619 PURWAKARTA TAHUN 2017
DITINJAU DARI KEDOKTERAN DAN ISLAM**

Sasya Sharfina Assaf¹, Achmad Sofwan², Amir Mahmud³

¹Mahasiswa, Fakultas Kedokteran, Universitas YARSI

²Dosen, Fakultas Kedokteran Universitas YARSI

³Dosen Agama Islam, Universitas YARSI

ABSTRAK

Latar Belakang: Berkurangnya pergerakan fisik tidak lain didorong oleh kemajuan teknologi, mulai dari dalam rumah hingga ke tempat kerja (kantor). Jenis pekerjaan seseorang mempengaruhi aktivitas fisik yang dilakukannya sehari-hari. Indeks Massa Tubuh (IMT) adalah salah satu pengukuran antropometri sederhana untuk memantau status gizi seseorang. Semakin kecil aktivitas fisik seseorang, maka Indeks Massa Tubuh (IMT) nya akan semakin besar dimana nantinya akan berdampak pada kesehatan seseorang tersebut, begitu pun sebaliknya. Menurut pandangan Islam, menjaga kesehatan saat sehat lebih baik daripada menyembuhkannya ketika sakit. Maka dari itu aktivitas yang cukup adalah langkah pencegahan seseorang untuk menghindari obesitas, dan pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) sebagai indikator perhitungannya.

Metode: Penelitian ini dilakukan secara *cross sectional*. Populasi dan sampel penelitian ini adalah Tentara KODIM 0619 Purwakarta. Sampel dipilih dengan menggunakan *Accidental Sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan melakukan wawancara dan menggunakan kuisioner, serta pengukuran berat badan dan tinggi badan tentara yang dilakukan secara langsung. Analisis data dilakukan dengan uji korelasi *Spearman*.

Hasil: Berdasarkan uji statistik korelasi *Spearman* didapatkan nilai *p-value* sebesar 0,000 yang bernilai lebih kecil jika dibandingkan dengan $\alpha=5\%$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada Tentara KODIM 0619 Purwakarta tahun 2017. Korelasi antara aktivitas fisik dan Indeks Massa Tubuh (IMT) yaitu sebesar 64.9%. Artinya bahwa hubungan antara aktivitas fisik dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) adalah hubungan yang cukup berarti.

Simpulan: Terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada Tentara KODIM 0619 Purwakarta Tahun 2017. Menurut Islam hukum sebab akibat berkaitan dengan perilaku keseharian umat muslim. Tentara yang tidak aktif maka akibatnya Indeks Massa Tubuh (IMT) nya akan tinggi pula. Namun, hukum sebab akibat tersebut walaupun kuat pengaruhnya tapi hal tersebut tidak bersifat mutlak karena sesungguhnya segala sesuatu yang terjadi adalah atas izin Allah SWT.

Kata Kunci: IMT, Aktivitas Fisik

**THE CORRELATION BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY AND BODY MASS
INDEX (BMI) IN KODIM 0619 PURWAKARTA SOLDIERS IN 2017
ACCORDING TO MEDICAL SCIENCE AND ISLAM**

Sasya Sharfina Assaf^d, Achmad Sofwan², Amir Mahmud³

¹ Student, The Faculty of Medicine, YARSI University

² Lecturer, The Faculty of Medicine, Yarsi University

³ Lecture of Islamic Studies, YARSI University

ABSTRACT

Background: The reduction of physical movement is affected by technology, either at home or a place to work (office). The type of work of a person affects their physical activity habits. Body Mass Index (BMI) is one of the simplest anthropometric measurements to monitor someone's nutritional status. The smaller physical activity of a person, their Body Mass Index (BMI) will be higher and will affect their healthy, vice versa. According to Islam, maintaining somebody's health is better than curing when they are sick. Therefore, adequate activity is necessary as a preventive way for someone to prevent obesity, and measurement of Body Mass Index (BMI) as an indicator of its calculation.

Methods: The design of this study is descriptive analytic study with cross-sectional design. Population and samples of this study are Soldiers in KODIM 0619 Purwakarta. Samples were selected by using Accidental Sampling. The data were collected by interviewing and using questionnaires, and then the measurement of army's weight and height was measured directly. Data analysis was done by Spearman correlation test.

Results: Based on Spearman correlation statistic test obtained p -value value of 0.000, which is smaller than $\alpha = (5\%)$. This shows that there is a significant correlation between physical activity and Body Mass Index (BMI) in KODIM 0619 Purwakarta Soldiers in 2017. The correlation between physical activity and Body Mass Index (IMT) is 64.9%. This means that the correlation between physical activity and Body Mass Index (BMI) is a significant correlation.

Conclusion: There is a correlation between physical activity and Body Mass Index (BMI) in KODIM 0619 Purwakarta Soldiers in 2017. According to Islam, the law of cause and effect relates to the daily behavior of Muslims. Soldiers who dont active on their daily activity then consequently their Body Mass Index (BMI) will be high too. However, the law of cause and effect despite its strong influence but it is not absolute because in fact everything that happens is by permission of Allah SWT.

Keywords: IMT, Physical Activity