

Faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi suplemen vitamin dan mineral pada atlet renang di klub renang wilayah Jakarta Selatan tahun 2009

Rian Anggraini, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=124287&lokasi=lokal>

Abstrak

Skripsi ini membahas faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi suplemen vitamin dan mineral pada atlet renang. Tidak sedikit atlet memiliki risiko defisiensi vitamin dan mineral. Untuk menjaga kesehatan dan meningkatkan performa pada saat bertanding merupakan alasan utama atlet renang mengonsumsi suplemen vitamin dan mineral. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain Cross Sectional dan pengambilan sampel dilakukan secara Purposive Sampling dengan jumlah sampel sebanyak 97. 19.6% atlet renang mengonsumsi suplemen vitamin dan mineral.

Hasil penelitian diperoleh ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan gizi atlet, frekuensi makan sayur dan frekuensi makan buah dengan konsumsi suplemen vitamin dan mineral pada atlet renang sedangkan tidak dapat dibuktikan hubungan antara umur, jenis kelamin, pendidikan dan status ekonomi dengan konsumsi suplemen pada atlet renang.

<hr>

These research address on factors which is related to the consumption of vitamin and mineral supplements to the swimming athlete. Many athletes face the risk for vitamin and mineral deficiency in order to maintain health and improve the performance during the competition is the main reason for the above consumption. Cross Sectional and Purposive Sampling are the methodology used in this research with the total responden is 97. It result show that 19.6% swimming athlete consumed vitamin and mineral supplements.

It is concluded that there is relation between nutrition knowledge, frequency of the vegetable consumption, frequency of the fruit consumption with the consumption of vitamin and mineral supplements to the swimming athlete. There is no relation between age, sex, education and economic status with the vitamin and mineral supplements consumption in the swimming athlete.