

Korelasi antara aktivitas fisik dan asupan energi terhadap kebugaran fisik pada anak usia 7-12 tahun di DKI Jakarta tahun 2019 = The correlation between physical activity and energy intake on physical fitness in children aged 7-12 years in DKI Jakarta in 2019

Darrin Ananda Nugraha, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20516680&lokasi=lokal>

Abstrak

Latar belakang: Tingginya angka kegemukan pada anak di DKI Jakarta dapat menggambarkan angka kebugaran fisik yang rendah pada anak. Penelitian menunjukkan bahwa aktivitas fisik dan asupan energi yang cukup berpengaruh positif terhadap kekuatan genggam tangan sebagai indikator kebugaran tubuh. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui korelasi antara aktivitas fisik dan asupan energi dengan kebugaran tubuh pada anak.

Tujuan: Mengetahui korelasi antara aktivitas fisik dan asupan energi dengan kebugaran fisik pada anak usia 7-12 tahun di DKI Jakarta pada tahun 2019.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian potong lintang menggunakan data sekunder dari penelitian SEANUTS II Indonesia. Terdapat 67 sampel yang terpilih secara acak. Kekuatan genggam tangan yang diukur dengan dinamometer telah terbukti akurat untuk menggambarkan kebugaran tubuh manusia. Aktivitas fisik diukur menggunakan kuisioner PAQ-C, sedangkan asupan energi diukur menggunakan kuisioner asupan 24 jam. Data dianalisis menggunakan uji korelasi Spearman dengan batas kemaknaan $p < 0,05$.

Hasil: Rata-rata asupan energi adalah $1430,01 \pm 539,82$ kkal/hari, dan rata-rata skor aktivitas fisik adalah $2,26 \pm 0,65$. Sedangkan, median kebugaran fisik adalah 10,6 (5-22,7) Kg. Secara statistik tidak ditemukan korelasi yang bermakna, baik antara aktivitas fisik dengan kebugaran fisik ($p=0,638$ $r=-0,07$) serta antara asupan energi dengan kebugaran fisik ($p=0,572$ $r=-0,058$).

Simpulan: Tidak ditemukan korelasi antara aktivitas fisik dan asupan energi dengan kebugaran fisik anak usia 7-12 tahun di DKI Jakarta.

.....Background: The high rate of obesity in children in DKI Jakarta can describe the low level of physical fitness in children. Research shows that adequate physical activity and energy intake have a positive effect on handgrip strength as an indicator of body fitness. This study was conducted to determine the correlation between physical activity and energy intake with physical fitness in children.

Aim: To find out the correlation physical activity and energy intake with physical fitness in children aged 7-12 at Jakarta year 2019.

Methods: This is a cross-sectional study using secondary data from SEANUTS II research in Indonesia. There are 67 samples selected by random sampling. The use of a dynamometer to measure handgrip strength

has been shown to accurately describe the level of physical fitness in the human body. Physical activity was measured using the PAQ-C questionnaire, while energy intake was measured using a 24-hour food recall questionnaire. Data were analyzed using Spearman correlation methods with cut-off p-value <0.05.

Results: The average of energy intake and physical activity score is 1430.01 ± 539.82 kcal/day and 2.26 ± 0.65 respectively. Meanwhile, the median physical fitness was 10.6 (5-22.7) Kg. Statistically, there is no significant correlation between physical activity and physical fitness ($p=0.638$ $r=-0.07$), and also between energy intake and physical fitness ($p=0.572$ $r=-0.058$).

Conclusion: There is no correlation between physical activity and energy intake with the physical fitness of children aged 7-12 years in DKI Jakarta.