

## Proporsi dan Karakteristik Ketersediaan Energi yang Rendah pada Penari Elit Wanita di Sekolah Tari X Jakarta = Proportion and Characteristics of Low Energy Availability Risk in Female Elite Dancers at X Dance School Jakarta.

Ria Lestari, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20524379&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Ketersediaan energi yang rendah merupakan gangguan kesehatan yang sering ditemukan pada atlet dan prevalensinya lebih tinggi di olahraga yang mementingkan estetika seperti menari. Karakteristik ketersediaan energi yang rendah yang sering ditemui pada penari itu adalah gangguan menstruasi, cedera muskuloskeletal dan gangguan pencernaan. Untuk pertama kalinya, studi ini mengevaluasi proporsi dan karakteristik ketersediaan energi yang rendah serta melihat korelasinya pada penari elit wanita di sekolah tari X Jakarta. Studi ini merupakan studi potong lintang pada 22 penari elit wanita di sekolah tari X Jakarta. Ketersediaan energi yang rendah dinilai dengan kuesioner ketersediaan energi yang rendah, pengukuran komposisi tubuh dengan metode *bioimpedance analysis* dan pengambilan biomarker hormon T<sub>3</sub> total dan kortisol. Perilaku makan para penari dinilai dengan kuesioner EAT-26. Pengambilan data melalui kuisisioner yang disebarluaskan secara daring. Sebanyak 36,3% penari elit wanita memiliki risiko ketersediaan energi yang rendah sehingga kesehatan dan performa mereka bermasalah. Ditemukan adanya hubungan yang bermakna antara skor EAT-26 dengan penari yang berisiko ketersediaan energi yang rendah ( $p < 0,05$ ). Karakteristik ketersediaan energi yang rendah yang terbanyak adalah gangguan menstruasi, kemudian disfungsi pencernaan dan yang terakhir adalah cedera muskuloskeletal. Sebagai studi pilot, penelitian ini memperlihatkan bahwa kuesioner ketersediaan energi yang rendah dan EAT-26 dapat memaparkan gejala fisiologis dan psikologis pada penari elit wanita.

.....Low energy availability is a health problem that is often found in athletes and its prevalence is higher in aesthetic sports, such as dancing. Characteristics of low energy availability that are often encountered in dancers are menstrual disturbance, musculoskeletal injuries, and digestive dysfunction. For the first time, this study evaluates the proportion and characteristics of low energy availability and its correlation between elite female dancers at X dance school in Jakarta. This study is a cross-sectional study with a total sampling of 22 elite female dancers at X dance school Jakarta. Low energy availability was assessed by using a low energy availability questionnaire, the dancer's body composition was measured using the bioimpedance analysis method and blood sample of total T<sub>3</sub> and cortisol were also checked. The dancer's eating behavior was assessed using the EAT-26 questionnaire. The questionnaires were distributed online. As many as 36.3% of female elite dancers have a risk of low energy availability, thus, they have problem in their health and performance. It was found that there was a significant relationship between the EAT-26 score and dancers with risk of low energy availability ( $p < 0.05$ ). The most common characteristic of low energy availability is menstrual disorders. The second is digestive dysfunction and the last is musculoskeletal injury. As a pilot study, this study demonstrated that the low energy availability questionnaire and the EAT-26 can describe physiological and psychological symptoms in female elite

dancers.

**Keywords:** Dancers, low energy availability, menstrual disorders, digestive dysfunction, musculoskeletal injuries