

Identifikasi faktor kesegaran jasmani pejabat struktural Dinas Kesehatan Propinsi Nanggroe Aceh Darussalam dengan menggunakan pemodelan

Alfridsyah, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=70681&lokasi=lokal>

Abstrak

Kesegaran jasmani merupakan salah satu faktor yang menenukkan produktifitas kerja yang dapat diartikan sebagai kemampuan atau kesanggupan seseorang untuk melakukan penyesuaian (adaptasi) terhadap tugas-tugas yang diberikan kepadanya dengan mudah tanpa menimbulkan kelelahan yang berlebihan dan masih mempunyai sisa atau cadangan tenaga untuk menikmati waktu senggangnya guna keperluan yang mendadak. Hasil dari beberapa penelitian menunjukkan bahwa sebahagian besar tenaga kerja mempunyai tingkat kesegaran jasmani kurang.

Pejabat struktural di Dinas Kesehatan Propinsi Nanggroe Aceh Darussalam merupakan sumber daya manusia yang potensial dalam pembangunan dibidang kesehatan. Untuk itu dilakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui gambaran kesegaran jasmani dan faktor-faktor yang mempengaruhinya dengan menggunakan strategi pemodelan. Rancangan penelitian yang digunakan adalah cross sectional dengan jumlah sampel 66 orang. Variabel yang diteliti adalah kesegaran jasmani, indeks massa tubuh (IMT), rasio lingkar pinggang pinggul (RLPP), persen lemak tubuh (PLT), tekanan darah diastolik (TDD), kelompok umur, jenis kelamin, kebiasaan merokok dan kebiasaan makan yang meliputi kebiasaan makan pagi, makan sayuran, makan berlemak dan kebiasaan memakan makanan "trendy". Dalam melakukan strategi pemodelan diiakukan dengan uji regresi logistik ganda.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kesegaran jasmani pejabat struktural sebahagian besar (69,7 %) berada pada kategori kurang. Sedangkan keadaan status gizi berdasarkan IMT 51,5 % berada dalam kategori lebih, berdasarkan RLPP 40,9 % berkategori lebih, berdasarkan PLT 87,9 % berada dalam kategori lebih. Sedangkan untuk TDD 27,3 % berada pada kategori tinggi. Gambaran umur rata-rata responden $47 \pm 4,78$ dan 75 % berjenis kelamin perempuan, 31,9 % dari responden mempunyai kebiasaan merokok. Untuk kebiasaan makan pagi diketahui 11,1 % jarang sarapan pagi, 9,7 % jarang mengkonsumsi sayuran, 15,3 % sering mengkonsumsi makanan trendy dan 55,6 % sering mengkonsumsi makanan berlemak. Berdasarkan uji chi square menunjukkan ada hubungan antara status gizi (EMT, RLPP, PLT) dengan tingkat kesegaran jasmani.

Berdasarkan analisis regresi logistik ganda dengan strategi pemodelan, variabel yang signifikan berhubungan dengan kesegaran jasmani adalah RLPP dan PLT. Sedangkan variabel yang paling berpengaruh terhadap kesegaran jasmani adalah PLT. Adapun risiko yang didapat adalah pejabat struktural yang memiliki RLPP lebih/tinggi mempunyai risiko 5,07 kali untuk mengalami kesegaran jasmani kurang dibandingkan dengan temannya yang mempunyai RLPP normal setelah dikontrol dengan variabel PLT dan pejabat struktural yang memiliki PLT tinggi lebih mempunyai risiko 6,98 kali untuk mengalami kesegaran kurang dibandingkan temannya yang mempunyai PLT normal setelah dikontrol oleh variabel RLPP.

Berdasarkan hasil penelitian disarankan agar Dinas Kesehatan Propinsi Nanggroe Aceh Darussalam mengantisipasi kesegaran jasmani kurang dengan mengurangi faktor risiko status gizi (PLT) melalui peningkatan aktifitas fisik dengan menggalakkan program olah raga dan pengaturan makanan yang adekuat

serta diadakannya pemeriksaan kesehatan fisik secara berkala agar setiap pegawai dapat memonitoring keadaan kesehatannya. Selain itu diperlukan penelitian lanjutan dengan menggunakan rancangan yang berbeda dan meliputi variabel aktifitas fisik serta menggunakan semua aspek pengukuran kesegaran jasmani, sehingga dapat diketahui dengan pasti hubungan sebab akibat dari kesegaran jasmani.

.....Physical fitness is one of the factors that influence one's productivity which can be defined as one's ability or competence to adapt with tasks given to him or her easily without creating excessive fatigue and he or she still has reserve energy that can be used for leisure or unexpected activity. A number of studies reveal that most workers have poor physical fitness.

Structural officials in Health Department of Nanggroe Aceh Darussalam Province are potential human resources in health development. For that reason, this study was conducted to obtain a description of physical fitness and factors that influence it by using modeling strategy. The research design used was cross sectional with 66 people as sample. The variables under study included physical fitness, Body Mass Index (BMI), Waist-hip Circumference Ratio (WCR), Body Fat Percentage (BFP), Diastolic Blood Pressure (DBP), age group, sex, smoking habit and eating habit including habits of breakfasting, eating vegetable, eating fatty meals, and eating "trendy" meals. Double logistic regression test was used in employing modeling strategy.

Research result shows that level of structural officials' physical fitness was mostly (69.7%) under poor category. While their nutrition status based on BMI was 51.5% under excessive category; based on WCR 40.9% was under excessive category; based on BFP 87.9% was under excessive category. While for DBP, 27.3% was under high category. Average age of respondents 47 ± 4.78 and 75% was female; 31.9% of respondents had smoking habit. The study also discovered that 11.1% rarely took breakfast, 9.7% rarely consumed vegetable, 15.3% often consumed trendy meals and 55.6% often consumed fatty meals. Based on chi square test, there is a correlation between nutrition status (BMI, WCR, BFP) and level of physical fitness.

According to double logistic regression analysis by modeling strategy, variables that significantly correlate to physical fitness are WCR and BFP. While variable that is most influencing on physical fitness is BFP. In addition, the study shows that structural officials who has excessive/high WCR tend to risk 5.07 times experiencing poor physical fitness compared to fellow official who have normal WCR after having been controlled by BFP variable, and structural officials who have high/excessive BFP tend to risk 6.98 times experiencing poor physical fitness compared to fellow officials who have normal BFP after having been controlled by WCR variable.

Based on the study result, it is recommended that the Health Department of Nanggroe Aceh Darussalam Province anticipate the poor physical fitness by reducing nutrition status risk factor (BFP) through encouraging physical activities by promoting adequate body exercises and meal diet and regularly running general check-up so that each official can monitor his or her health. Moreover, further study needs to be conducted by using different design and encompassing physical activity variable and using all aspects of physical fitness assessment so that the cause-effect relation of physical fitness can be identified more precisely.