

Aktivitas Fisik Sebagai Faktor Dominan Nilai Estimasi VO2Max pada Siswa/Siswi Sekolah Khusus Olahragawan Ragunan Jakarta Tahun 2013

Rante, Mison Maryanto

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=100886&lokasi=lokal>

Abstrak

Skripsi ini bertujuan untuk mengetahui faktor dominan nilai estimasi VO2max siswa/siswi Sekolah Khusus Olahragawan Ragunan Jakarta. Penelitian ini menggunakan desain studi cross sectional yang dilakukan pada 110 responden. Nilai estimasi VO2max diperoleh melalui metode pengukuran tidak langsung menggunakan tes Balke 15 menit. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata nilai estimasi VO2max responden laki-laki (47,33 $\pm$ 4,29 ml/kg/menit) lebih tinggi dibandingkan dengan responden perempuan (40,97 $\pm$ 4,54 ml/kg/menit). Variabel yang memiliki hubungan bermakna secara signifikan dengan nilai estimasi VO2max pada penelitian ini adalah jenis kelamin, status gizi (Z-skor IMT/U dan persen lemak tubuh), asupan vitamin B2, dan aktivitas fisik. Hasil analisis multivariat menggunakan uji regresi linear ganda memperoleh model prediksi nilai VO2max = 33,78 + (6,31 x jenis kelamin) - (1,52 x Z-skor IMT/U) + (2,73 x aktivitas fisik). Variabel dominan dalam menentukan besar nilai estimasi VO2max dalam penelitian ini adalah aktivitas fisik. Status gizi yang baik dan aktivitas fisik yang teratur diperlukan untuk mencapai nilai VO2max yang baik.

This study aims to determine the dominant factor estimated VO2max value of Sekolah Khusus Olahragawan Jakarta student's. This study used cross sectional design and conducted on 110 students. Estimated VO2max obtained by indirect measurement method using Balke 15 minutes test. The results showed that the average value of the estimated VO2max of male respondents (47.33 $\pm$ 4.29 ml/kg/min) is higher than female respondents (40.97 $\pm$ 4.54 ml/kg/min). Variables that have a statistically significant relationship with estimated VO2max value in this study were gender, nutritional status (Z-score BMI-for-age and percent body fat), vitamin B2 intake, and physical activity. Multivariate analysis with multiple linear regression models to obtain the predictive value of VO2max = 33.78 + (6.31 x gender) - (1.52 x Z-score BMI-for-age) + (2.73 x physical activity). Dominant variable in determining the value of the estimated VO2max in this study is a physical activity. Good nutritional status, and regular physical activity required to achieve a good VO2max value.