

Determinan kebugaran Kardiorespirasi pada siswa di 18 sekolah menengah atas di kota Bogor tahun 2014

Handayani, Nariyah

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=119323&lokasi=lokal>

Abstrak

Kebugaran merupakan prediktor dari penyakit degeneratif seperti penyakit kardiovaskular, diabetes mellitus dan lain sebagainya. Hasil tes kebugaran pada siswa sekolah menengah atas di kota Bogor yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan pada tahun 2014, menyebutkan 91.29% siswa berada pada tingkat kebugaran kurang dan kurang sekali. Perilaku merokok, jenis kelamin, status gizi, frekuensi olahraga, serta lingkaran pinggang, kadar lipid dan tekanan darah, diperkirakan menjadi determinan kebugaran, menurut laporan Survei Kepatuhan terhadap KTR di Kawasan Sekolah tahun 2014, terdapat 15.18% siswa yang merokok. Penelitian ini bertujuan untuk melihat apa saja determinan kebugaran kardiorespirasi pada siswa di 18 sekolah menengah atas di Kota Bogor. Desain penelitian ini cross-sectional menggunakan tiga data sekunder Dinkes Kota Bogor, tes kebugaran menggunakan metode TKJI untuk usia 16-19 tahun. Sampel penelitian didapatkan 354 responden yang tersebar pada 18 sekolah. Pada analisis regresi logistik ganda, ditemukan bahwa variabel jenis kelamin, status gizi, perilaku merokok dan lingkaran pinggang merupakan determinan kebugaran kardiorespirasi, dengan variabel jenis kelamin yang dominan berhubungan dengan kebugaran kardiorespirasi. Perlu dibuat program gerakan hidup aktif untuk penanganan masalah gemuk dan obesitas agar adanya peningkatan kebugaran jasmani. Bagi penelitian selanjutnya, perlu penggunaan metode pengukuran kebugaran TKJI secara lengkap atau dengan metode pengukuran yang lain seperti single-test, dan pengukuran aktivitas fisik yang lebih baik lagi. Kata kunci : kebugaran kardiorespirasi, remaja, status gizi, TKJI