

Faktor Dominan Status Kebugaran Kardiorespiratori Pada Aparatur Sipil Negara di Wilayah Kerja Kantor Walikota Jakarta Utara Tahun 2018

Yusriaty, Lenni

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=130327&lokasi=lokal>

Abstrak

Kebugaran kardiorespiratori rendah menjadi salah satu faktor yang berhubungan dengan kejadian penyakit kardiometabolik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proporsistatus kebugaran kardiorespiratori dan dibuktikannya ada faktor dominan terhadapstatus kebugaran kardiorespiratori pada Aparatur Sipil Negara di wilayah kerja KantorWalikota Jakarta Utara tahun 2018. Responden penelitian ini adalah 152 orang. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional. Pengambilan data status kebugaran kardiorespiratori menggunakan tes bangku 3 menit YMCA, IMT ditentukan berdasarkan pengukuran berat badan dan tinggi badan, aktifitas fisik dengan kuesioner GPAQ, asupan gizi dihitung dengan food recall 2x24 jam, kebiasaan merokok dengan pengisian kuesioner dan kualitas tidur dengan kuesioner PSQI. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 59,2% pegawai tidak bugar. Uji chi-square menunjukkan adanya perbedaan bermakna pada aktifitas fisik ($p=0,001$), IMT ($p=0,009$), asupan karbohidrat ($p=0,001$), asupan lemak ($p=0,02$), dan kualitas tidur ($p=0,049$). Analisis regresi logistik ganda menunjukkan bahwa aktifitas fisik ($p\text{-value} = 0,001$, $OR=6,008$) merupakan faktor yang paling dominan berhubungan dengan kebugaran kardiorespiratori.
 Kata kunci: Kebugaran Kardiorespiratori , Aktifitas fisik, Tes bangku 3 menit YMCA, IMT, Karbohidrat.