

Perbedaan status kebugaran komposisi tubuh berdasarkan status gizi, aktivitas fisik, status merokok, dan asupan gizi pada pengemudi taksi express group tahun 2014 = Body composition fitness status difference based on nutritional status, physical activity, smoking status and nutritional intake in express group taxi driver 2014

Faizal Firdaus, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20386067&lokasi=lokal>

Abstrak

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya perbedaan status kebugaran komposisi tubuh berdasarkan status gizi, aktivitas fisik, status merokok dan asupan gizi pada pengemudi taksi Express Group Tahun 2014. Penelitian ini menggunakan desain studi cross sectional pada 96 responden. Indikator kebugaran yang digunakan adalah persen lemak tubuh sebagai representasi kebugaran komposisi tubuh (bugar dengan PLT: 6 ? 10%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa 72,9% responden memiliki tubuh yang tidak bugar. Variabel-variabel yang berhubungan dengan status kebugaran antara lain: status gizi dengan (pvalue 0,001), status merokok (0,014), asupan energi (0,004), protein (0,004), lemak (0,015), karbohidrat (0,008), zat besi (0,037), seng (0,001), vitamin B1 (0,020), vitamin B2 (0,037), vitamin B5 (0,013), dan vitamin B6 (0,028).

<hr>

ABSTRACT

This study aims to determine body composition fitness status difference based on nutritional status, physical activity, smoking status and nutritional intake of Express Group Taxi Driver 2014. This research uses cross-sectional study design on 96 respondents. Fitness indicator which is used in this study is body fat percent as to represent body composition fitness (fit status: 6 ? 10% of BFP). The result shows 72,9% of the respondents are unfit. Variables which are significantly related to fitness status are: nutritional status (pvalue 0,001), smoking status, (0,014), energy intake, (0,004), protein intake (0,004), fat intake (0,015), carbohydrate intake (0,008), iron intake (0,037), zinc intake (0,001), vitamin B1 intake (0,020), vitamin B2 intake (0,037), vitamin B5 intake (0,013), and vitamin B6 intake (0,028).