

Pengaruh SETIA (Senam Setiap Hari) terhadap IMT dan Tekanan Darah Anak Usia Sekolah Dasar 10-12 Tahun di Panti Asuhan Anak, Bali = The Impact of SETIA (Senam Setiap Hari) on BMI and Blood Pressure of Primary School Age Children Age 10-12 years at The Orphanage, Bali.

Fransiska Novita Sari, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20507549&lokasi=lokal>

Abstrak

Anak usia sekolah merupakan salah satu kelompok usia yang sangat berisiko mengalami masalah kesehatan terkait perilaku hidup sehat. Latihan fisik merupakan salah satu indikator perilaku hidup sehat untuk anak usia sekolah. Berdasarkan data yang diperoleh, anak usia sekolah merupakan salah satu kelompok usia tertinggi yang termasuk kategori kurang dalam latihan fisik. Kondisi ini dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan seperti kelebihan berat badan atau obesitas dan tekanan darah tinggi. Praktik SETIA (Senam Setiap Hari) merupakan salah satu upaya promotif untuk mengurangi risiko penyakit tidak menular pada anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh SETIA terhadap IMT dan tekanan darah anak usia sekolah. Desain penelitian ini menggunakan kuasi eksperimen jenis pretest dan posttest with control group. Jumlah responden di kelompok intervensi yaitu 33 partisipan dan 31 responden di kelompok kontrol yang diseleksi dengan simple random sampling. Analisis data menggunakan uji paired t-test dan pooled t-test. Intervensi diberikan selama 4 minggu. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh SETIA terhadap IMT (p value = 0,034) dan tekanan darah (p value = 0,004) pada anak usia sekolah usia 10-12 tahun. Penelitian ini dapat direkomendasikan sebagai salah satu bentuk upaya promotif untuk meningkatkan latihan fisik pada anak usia sekolah dan pencegahan penyakit tidak menular.

.....School-age children are one of the age groups who are very at risk of experiencing health problems related to healthy living behavior. Physical exercise is one indicator of healthy living behavior for school-aged children. Based on the data obtained, school-age children are one of the highest age groups in the category of lack of physical exercise. This condition can cause various health problems such as being overweight or obese and high blood pressure. SETIA (Daily Gymnastics) Practice is one of the promotive efforts to reduce the risk of non-communicable diseases in children. This study aims to determine the effect of SETIA on BMI and blood pressure in school-age children. The design of this study uses a quasi-experimental type of pretest and posttest with control group. The number of respondents in the intervention group was 33 participants and 31 respondents in the control group were selected by simple random sampling. Data analysis used paired t-test and pooled t-test. Interventions were given for 4 weeks. The results showed the influence of SETIA on BMI (p value = 0.034) and blood pressure and pressure (p value = 0.004) in school-aged children aged 10-12 years. This research can be recommended as a form of promotive effort to improve physical exercise in school-age children and prevention of non-communicable diseases.