

# Hubungan Status Gizi Pegawai Nonstaf Universitas Indonesia Depok dengan Tingkat Kebugaran Menggunakan Metode Uji Jalan 6 Menit = The Relationship of Nutritional Status of NonStaff UI Depok Employees with Fitness Level Using the 6 Minute walking Test Method

Neny Husnaini Zain, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20516722&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Kesehatan tidak dapat dipisahkan dengan dengan asupan gizi yang kita konsumsi setiap hari. Seseorang dengan status gizi yang baik maka sejatinya juga memiliki kualitas kebugaran tubuh yang baik pula. Untuk menilai suatu kebugaran seseorang dapat menggunakan metode uji jalan 6 menit. Penelitian ini ingin mengetahui korelasi antara status gizi dengan tingkat kebugaran pada petugas kebersihan luar Universitas Indonesia yang merupakan rujukan data karena belum pernah dilakukan sebelumnya. penelitian ini menggunakan desain potong lintang dimana status gizi subjek didapatkan dari hasil perhitungan IMT dengan terlebih dahulu mengukur berat dan tinggi badan subjek. Tingkat kebugaran didapka dengan perhitungan presentase hasil uji jalan 6 menit yang berupa jarak tempuh dan prediksi uji jalan 6 menit yang disesuaikan dengan pedoman ATS. Kemudian data status gizi dan tingkat kebugaran dianalisis korelasinya dengan uji kruskall wallis. Hubungan antara status gizi dengan tingkat kebugaran pegawai nonstaf Universitas Indonesia Depok tidak memiliki korelasi ( $P > 0,05$ ).

.....The health of one's body is inseparable from the nutrition we consume each day. A person with a good nutritional status would make a good quality of life and a fit body. Physical fitness can be measured using The 6 Minute Walking Test. This study investigates the correlation between nutritional status and the fitness level of the cleaners in Universitas Indonesia which is a reference data since the study has not been conducted before. This study used a cross-sectional method, in which the subjects' nutritional status was acquired by the calculation of IMT after taking the data of the subjects' body weight and height. The fitness level was calculated from the percentage of the result from The 6 Minute Walking Test and the prediction value of The 6 Minute Walking Test according to the guidelines from ATS. Furthermore, the correlation between the data of the nutritional status and the fitness level were analyzed using Kruskal Wallis Test. There was no significant correlation between the nutritional status and the fitness level of the Non-Staff Employees at Universitas Indonesia Depok ( $P > 0,05$ )