

Faktor-faktor yang berhubungan dengan V02 max orang usia lanjut binaan Puskesmas DKI Jakarta tahun 1998

Enik Sulistyowati, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=72384&lokasi=lokal>

Abstrak

Kesegaran jasmani merupakan salah satu tolok ukur kesehatan masyarakat. Menurut Pocock (1987: 131) kondisi kesegaran jasmani seseorang ditentukan oleh beberapa komponen yang sangat erat hubungannya dengan kesehatan (health related fitness). Orang usia lanjut mengalami penurunan komponen-komponen kesegaran jasmani.

Komponen kesegaran jasmani yang paling penting adalah daya tahan kardiorespirasi yang ditunjukkan oleh nilai V02 max. Menurut Departemen Pendidikan dan Kebudayaan (1992 ; 3) V02 max yang baik akan diperoleh dengan status gizi dan kesehatan yang baik disamping latihan fisik teratur. Hasil penelitian Astrand dan Rodahl (1986: 344) ditemukan bahwa V02 max laki-laki lebih tinggi daripada perempuan. Perbedaan ini disebabkan perbedaan massa lemak.

Tujuan penelitian ini adalah diperolehnya informasi tentang V02 max orang usia lanjut binaan puskesmas DKI Jakarta tahun 1998 dan hubungannya dengan faktor-faktor dalam dirinya yang meliputi karakteristik individu, status gizi dan status kesehatan.

Penelitian ini menggunakan rancangan belah lintang (cross sectional). Data yang digunakan adalah data sekunder. Data diambil dari rekaman hasil pemeriksaan kesehatan dan kesegaran Jasmani orang usia lanjut binaan puskesmas yang dilakukan oleh Balai Kesehatan dan Olahraga Masyarakat (BKOM) pada bulan Agustus - September 1998. Sampel dari penelitian ini adalah orang usia lanjut binaan puskesmas DKI Jakarta yang berumur diatas 55 tahun dan berhasil dilakukan pengukuran V02 max.

Dari hasil penelitian diketahui orang usia lanjut binaan puskesmas DKI Jakarta tahun 1998 yang mempunyai VO2 max kurang sebesar 70,4%. Proporsi orang usia lanjut perempuan (79,3%) jauh lebih tinggi daripada laki-laki. Rata-rata IMT orang usia lanjut binaan puskesmas DKI Jakarta tahun 1998 adalah 23,8. Rata-rata ini lebih tinggi dibandingkan orang usia lanjut di 12 kota di Indonesia tahun 1996. Rata-rata PLT orang usia lanjut perempuan 20,74 % dan laki-laki 15,87 %. Orang usia lanjut yang menderita kelainan fisik hanya 28,5%. Kelainan fisik yang diderita sebagian besar adalah jantung ringan yaitu 24,7%.

Penelitian ini menemukan tidak ada hubungan antara umur, jenis kelamin dan status kesehatan dengan V02 max. Sedangkan yang berhubungan dengan V02 max adalah status gizi menurut IMT dan status gizi menurut PLT. Berdasarkan pertimbangan statistik serta kemudahan dan kepraktisan cara pengukuran maka yang terpilih adalah variabel status gizi menurut IMT.

Nilai OR untuk orang usia lanjut yang berstatus gizi kurus tingkat ringan adalah 0,2538 (95%CI=0,1145-0,5625), untuk status gizi gemuk tingkat ringan 1,8368 (95%CI=1,0713-3,1497) dan untuk status gizi gemuk tingkat berat 5,2001 (95%CI=2,4221-11,73). Sebagai kelompok pembanding orang usia lanjut yang berstatus gizi normal. Dalam analisis ini mengabaikan variabel aktivitas fisik.

Penelitian ini menyarankan orang usia lanjut binaan puskesmas DKI Jakarta 1998 yang mempunyai status gizi gemuk harus berupaya menurunkan berat badannya dengan cara olahraga dan mengurangi konsumsi makanan terutama sumber energi. Nilai V02 max orang usia lanjut perlu ditingkatkan, dengan cara

peningkatkan pembinaan olahraga bagi orang usia lanjut. Untuk melengkapi hasil penelitian ini, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan menganalisis semua faktor yang berhubungan dengan $\dot{V}O_2$ max orang usia lanjut.

Factors Related to Maximum Oxygen Volume of Fostered Elderly People by Health Centers in Jakarta 1998 Physical fitness is one of the indicators of public health. According to Polack (1987:131) the condition of physical fitness is determined by several components that closely related to the health (health related fitness). The elderly tend to experience the decreasing of their physical fitness.

The most important component of physical fitness is the cardiorespiratory endurance as indicated by maximum oxygen volume. As stated by Departement of Education and Culture (1992:13), a good maximum oxygen volume is influenced by nutrition status and health as well as physical practice regularly. The result of Astrand and Rodahl's research (1986 : 344) found that maximum oxygen volume in men was relatively higher than in women. It was caused by the difference of body fat mass.

The purpose of this research is to obtain information of maximum oxygen volume of fostered elderly people by health centers in Jakarta 1998 and its relation to the internal factors which including individual characteristic, nutrition and health status.

The research used cross sectional design. The data used was secondary data. The data was taken from the result of health examination and physical fitness of fostered elderly people by health centers in Jakarta, conducted by the institution of Public Health and Sport in August to September 1998. The samples were fostered elderly people by health centers in Jakarta with aged of up to 55 years and had maximum oxygen volume measurement.

This research found that low maximum oxygen volume of the elderly people is 70,4%. The proportion in women (79,3%) is relatively high than in man. The average of body mass index is 23,8. This is higher than the elderly people of the other 12 towns in Indonesia 1996. The average body fat of the female elderly people is 20,74 % and male is 15,87%. The elderly with physical handicap is only 28,5%. Many of them had heart disease of 24,7%.

There is no relation between age, sex and health status with maximum oxygen volume. Factors related to maximum oxygen volume are nutrition status according to body mass index and body fat. Based on statistical analysis and practical measurement consideration, the chosen variable is nutrition status according to body mass index.

Odds ratio of the elderly people with mild thinness is 0,2538 (95% CI = 0,11145-0,5625). The elderly people with mild overweight is 1,8368 (95 % CI = 1,0713-3,1497) while those with severe overweight is 5,2001 (95 % CI = 2,4221 - 11,73). The analysis used the elderly people with normal nutrition status as comparative group. This analysis neglected the variable of physical activity.

The founding of the research suggest that fostered elderly people by health centers in Jakarta 1998 who had overweight should decrease their weight through sport and decrease food consumption particularly the food of energy source. The value of maximum oxygen volume of the elderly people is needed to increase, by increasing sport maintenance for them. Finally to develop the result of this research , the follow up research is needed by analyzing all factors related to maximum oxygen volume of the elderly people.