

Hubungan Persentase Lemak Tubuh dan Kelenturan Punggung Bawah pada Anak Usia Sekolah di Provinsi DKI Jakarta serta Faktor-Faktor yang Memengaruhi = The Effect of Body Fat Percentages on Lower Back Flexibility in School-age Children in DKI Jakarta Province and The Affecting Factors

Radea Renoza, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920516250&lokasi=lokal>

Abstrak

TUJUAN: Modernisasi dan otomatisasi di hampir semua aspek kehidupan manusia semakin mendorong manusia untuk berperilaku sedenter dan memiliki aktivitas fisik yang rendah. Rendahnya tingkat aktivitas fisik masyarakat Indonesia terlihat dari data Riskesdas 2018 yang menyebutkan 64,4% anak usia 10—14 tahun tergolong memiliki aktivitas fisik kurang dari cukup. Dengan kurangnya aktivitas fisik, persentase lemak tubuh seseorang dapat meningkat. Persentase lemak tubuh dikatakan berkorelasi negatif dengan kelenturan punggung bawah (fleksibilitas) seseorang. Oleh karena itu, dengan meningkatnya persentase lemak tubuh, risiko anak-anak untuk mengalami cedera, sakit punggung, sakit leher, dan masalah postur juga akan meningkat karena kelenturan punggung bawah (fleksibilitas) yang berkurang.

METODE: Penelitian ini dilakukan dengan desain potong lintang dengan menggunakan data SEANUTS 2.0 (Survei Nutrisi Asia Tenggara). Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan simple random sampling. Data dianalisis secara univariat, bivariat, dan multivariat. Sampel terdiri dari 102 anak usia sekolah (6—12 tahun): 40 (39,2%) laki-laki dan 62 perempuan (60,2%) dari Provinsi DKI Jakarta.

HASIL: Analisis bivariat menunjukkan bahwa hanya usia, tinggi badan, dan panjang tungkai yang memiliki hubungan signifikan dengan kelenturan punggung bawah. Regresi linier berganda menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi kelenturan punggung bawah adalah tinggi badan.

SIMPULAN: Faktor yang memengaruhi kelenturan punggung bawah anak usia sekolah di Provinsi DKI Jakarta adalah tinggi badan.

.....**OBJECTIVE:** Modernization and automation in almost every aspect of human life have increasingly push humans to behave sedentary dan having low level of physical activity. The low level of physical activity of the Indonesian can be seen by data from Riskesdas 2018 which states that 64.4% of children aged 10—14 years are classified as having less than sufficient physical activity. With a lack of physical activity, a person can develop increasing body fat percentage. Body fat percentage is said to have a negative correlation with a person's flexibility. Therefore, as the body fat percentage increases, a children's risk of getting injuries, back pain, neck pain, and posture problems will also increase due to decreased flexibility.

METHODS: This study is conducted with a cross-sectional design with the use of SEANUTS 2.0 (South-East Asian Nutrition Survey) data. The sampling technique was done by simple random sampling. The data were analyzed in univariate, bivariate, and multivariate analysis. The sample consisted of 102 school-age children (6—12 years old): 40 (39,2%) boys and 62 girls (60,2%) from DKI Jakarta Province.

RESULTS: The bivariate analysis showed that only age, height, and leg length had a significant relationship with lower back flexibility. The multiple linear regression showed that factor influencing lower back flexibility is heigh.

CONCLUSION: Only one factor is influencing the lower back flexibility of school-age children in DKI

Jakarta Province, which is height.