



UNIVERSITAS ANDALAS

**HUBUNGAN PRILAKU MAKAN DAN INDEKS MASSA TUBUH
MENURUT UMUR (IMT/U) DENGAN TINGKAT KEBUGARAN
ATLET DI UPTD KEBAKATAN OLAHRAGA PROVINSI**

SUMATRA BARAT TAHUN 2018

Oleh :

DWI VINTI

No. BP. 1611226008

Dosen Pembimbing :

Dr. DENAS SYMOND, MCN

Dr. dr. AFRIWARDI, SpKO, MA, AIFO

**PROGRAM STUDI S1 ILMU GIZI
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG, 2018**

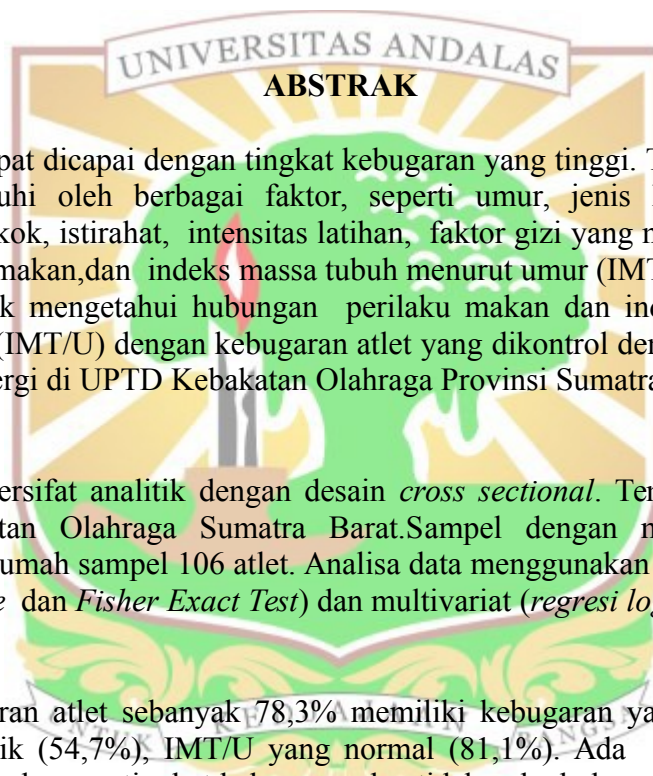
**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

Skripsi, Juli 2018

DWI VINTI, No. BP 1611226008

**HUBUNGAN PERILAKU MAKAN DAN INDEKS MASSA TUBUH
MENURUT UMUR (IMT/U) DENGAN TINGKAT KEBUGARAN ATLET DI
UPTD KEBAKATAN OLAHRAGA PROVINSI SUMATRA BARAT TAHUN
2018**

xii + 76 halaman, 28 tabel, 6 lampiran



Tujuan

Prestasi atlet dapat dicapai dengan tingkat kebugaran yang tinggi. Tingkat kebugaran dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti umur, jenis kelamin, genetik, kebiasaan merokok, istirahat, intensitas latihan, faktor gizi yang mencakup perilaku makan, asupan makan, dan indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan perilaku makan dan indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U) dengan kebugaran atlet yang dikontrol dengan aktifitas fisik serta asupan energi di UPTD Kebakatan Olahraga Provinsi Sumatra Barat.

Metode

Penelitian ini bersifat analitik dengan desain *cross sectional*. Tempat penelitian di UPTD Kebakatan Olahraga Sumatra Barat. Sampel dengan metode *purposive sampling* yang jumlah sampel 106 atlet. Analisa data menggunakan univariat, bivariat (Uji *Chi Square* dan *Fisher Exact Test*) dan multivariat (*regresi logistik ganda*).

Hasil

Tingkat kebugaran atlet sebanyak 78,3% memiliki kebugaran yang baik. Perilaku makan yang baik (54,7%), IMT/U yang normal (81,1%). Ada hubungan antara IMT/U ($p=0,13$) dengan tingkat kebugaran dan tidak ada hubungan antara perilaku makan ($p=1,00$) dengan tingkat kebugaran. Hasil uji multivariat didapatkan bahwa variabel *confounding* perilaku makan adalah asupan energi, variabel *confounding* IMT/U adalah aktifitas fisik dan asupan energi.

Kesimpulan

Tingkat kebugaran atlet di UPTD Kebakatan Olahraga Sumatra Barat tinggi. Perilaku makan tidak ada hubungan dengan kebugaran, IMT/U ada hubungan dengan kebugaran atlet. Atlet disarankan untuk selalu menjaga kebugaran baik dari aspek latihan maupun gizi.

Daftar Pustaka : 34 (1995-2016)

Kata kunci : Kebugaran, perilaku makan, IMT/U

**PUBLIC HEALTH FACULTY
ANDALAS UNIVERSITY**

Undergraduate Thesis, July 2018

DWII VINTI, No.BP 1611226008

THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY BEHAVIOR AND BODY MASS INDEX ACCORDING TO AGE (IMT / U) WITH ATLET FITNESS LEVELS IN SPORTS OF SPORTS, WEST SUMATRA PROVINCE, 2018

Xii + 76 pages, 28 tables, 6 appendix

ABSTRACK

Objective

Athletes' achievements can be achieved with a high level of fitness. The level of fitness can be influenced by various factors, such as age, gender, genetic, smoking habits, rest, intensity of exercise, nutritional factors that include eating behavior, food intake, and body mass index according to age (BMI / U). determine the relationship of eating behavior and body mass index according to age (BMI / U) with the fitness of athletes controlled by physical activity and energy intake at UPTD Sports Obedience of West Sumatra Province.

Method

This research is analytical with cross sectional design. Research site in UPTD Sports Obedience West Sumatra. Samples with purposive sampling method with a sample of 106 athletes. Data analysis using univariate, bivariate (Chi Square and Fisher Exact Test) and multivariate (multiple logistic regression).

Results

The fitness level of athletes as much as 78.3% has good fitness. Good eating behavior (54.7%), normal BMI / U (81.1%). There was a relationship between IMT / U ($p = 0.13$) with fitness level and no relationship between feeding behavior ($p = 1.00$) with fitness level. Multivariate test results found that the confounding variable of eating behavior is energy intake, and confounding variable IMT/U is physical activity and energy intake.

Conclusion

The level of fitness of athletes at UPTD Sports Obedience in West Sumatra is high. Eating behavior is not related to fitness, BMI / U is related to athlete's fitness. Athletes are advised to always maintain fitness both in terms of training and nutrition.

References : 34 (1995-2016)

Keywords : Fitness, feeding behavior, IMT / U