

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

HUBUNGAN STATUS GIZI, ASUPAN ENERGI DAN ZAT GIZI TERHADAP KECEPATAN DAN KELINCAHAN PESERTA EKSTRAKURIKULER HOKI SMAN KABUPATEN TANGERANG
NURLINA ISLAMİYATI

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=75453&lokasi=lokal>

Abstrak

Permainan hoki diketahui merupakan permainan yang membutuhkan banyak energi, dimana para pemain hoki dituntut untuk memiliki tingkat kondisi fisik yang baik yang ditunjang dengan pemenuhan kebutuhan energi dan zat gizi yang optimal agar mampu mencapai prestasi selama pertandingan. Tujuan dari penelitian ini untuk mengkaji tentang gambaran status gizi serta asupan energi dan zat gizi serta menganalisis korelasinya dengan kecepatan dan kelincahan pemain ekstrakurikuler hoki SMAN Kabupaten Tangerang. Penelitian cross-sectional pada semua pemain hoki berjumlah 70 orang. Pengukuran yang dilakukan pada penelitian ini meliputi BB, TB, IMT, asupan energi dan zat gizi serta kecepatan dan kelincahan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa status gizi IMT/U tidak berkorelasi secara signifikan terhadap kecepatan maupun kelincahan ($p=0,786$; $p=0,290$). Rata-rata asupan energi, asupan protein dan asupan karbohidrat tidak berkorelasi secara signifikan terhadap kecepatan ($p=0,751$; $p=0,510$; $p=0,778$). Sedangkan asupan lemak dan asupan kalsium tidak berkorelasi secara signifikan terhadap kelincahan ($p=0,796$; $p=0,743$). Kesimpulan dari penelitian ini adalah status gizi IMT/U, asupan energi, asupan protein dan asupan karbohidrat tidak berkaitan dengan kecepatan serta status gizi IMT/U, asupan lemak dan asupan kalsium tidak berkaitan dengan kelincahan.