



**HUBUNGAN ASUPAN ENERGI DENGAN KESAMAPTAAN PADA
SISWA SEKOLAH CALON TAMTAMA (SECATA) DI RINDAM JAYA
CONDET JAKARTA TIMUR TAHUN 2017**

SKRIPSI

RACHMAT AMINULLAH

1310211155

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN
2017**



**HUBUNGAN ASUPAN ENERGI DENGAN KESAMAPTAAN PADA
SISWA SEKOLAH CALON TAMTAMA (SECATA) DI RINDAM JAYA
CONDET JAKARTA TIMUR TAHUN 2017**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Kedokteran**

RACHMAT AMINULLAH

1310211155

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN
2017**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Rachmat Aminullah

NRP : 1310211155

Tanggal : 20 september 2017

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 20 September 2017

Yang Menyatakan,



(Rachmat Aminullah)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rachmat Aminullah
NRP : 1310211155
Fakultas : Kedokteran
Program Studi : Sarjana Kedokteran

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

"HUBUNGAN ASUPAN ENERGI DENGAN KESAMAPTAAN PADA SISWA SEKOLAH CALON TAMTAMA (SECATA) DI RINDAM JAYA CONDET JAKARTA TIMUR TAHUN 2017".

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta
Pada tanggal : 20 September 2017

Yang menyatakan,


(Rachmat Aminullah)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Rachmat Aminullah

NRP : 1310211155

Program Studi : Sarjana Kedokteran

Judul Skripsi : Hubungan Asupan Energi dan Aktivitas Fisik dengan Kesamaptaan Pada Siswa Sekolah Calon Tamtama (SECATA) di Rindam Jaya Condet Jakarta Timur Tahun 2017.

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran pada Program Studi Kedokteran Umum, Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta

Disetujui,

dr. Lucy Widasari, M.Si

Ketua Penguji



dr. Pritha Maya Savitri, Sp.KP
Pembimbing I

dr. Mariono Reksoprodjo, Sp.OG, Sp.KP (K)
Dekan Fakultas Kedokteran

dr. Luh Eka Purwani, Sp.GK
Pembimbing II

dr. Niniek Hardini, Sp.PA
Ka Prodi Sarjana Kedokteran

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 20 September 2017

HUBUNGAN ASUPAN ENERGI DENGAN KESAMAPTAAN PADA SISWA SEKOLAH CALON TAMTAMA (SECATA) DI RINDAM JAYA CONDET JAKARTA TIMUR TAHUN 2017

Rachmat Aminullah

Abstrak

Kesamaptan adalah kondisi jasmani yang menggambarkan potensi dan kemampuan jasmani untuk melakukan tugas-tugas tertentu dengan hasil yang optimal tanpa memperlihatkan kelelahan yang berarti. Seorang tentara tamtama sangat membutuhkan kesamaptan yang baik guna menunjang kegiatan atau tugas yang ia lakukan. Ketersediaan energi dalam tubuh akan berpengaruh pada kemampuan daya tahan dan kontraksi otot serta sistem kardiovaskular. Kesamaptan dapat diraih dengan olahraga yang baik. Studi penelitian ini untuk mengetahui hubungan asupan energi dan aktivitas fisik dengan kesamaptan pada siswa sekolah calon tamtama (SECATA) di Rindam Jaya Condet. Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan desain penelitian *Cross-sectional*. Data diambil dari jadwal dan menu makanan siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *non probability sampling* dengan sampel jenuh yang berjumlah 250 orang. Analisa data hubungan asupan energi dengan kesamaptan menggunakan *Chi Square* menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna antara asupan energi dengan kesamaptan ($P=1,00$). Kesimpulan yang diperoleh yaitu tidak terdapat hubungan antara asupan energi dengan kesamaptan pada siswa sekolah calon tamtama (SECATA) di Rindam Jaya Condet Jakarta Timur Tahun 2017.

Kata Kunci: Asupan Energi, Kesamaptan

THE RELATION BETWEEN ENERGY INTAKE AND PHYSICAL ACTIVITY WITH PHYSICAL FITNESS AT SECATA STUDENTS IN RINDAM JAYA CONDET EAST JAKARTA ON 2017

Rahmat Aminullah

Abstract

Physical fitness is a physical condition that draws potential and physical ability to do various activity and work with an optimal result without showing any fatigue. An enlisted soldier needs a good physical fitness to support their activities or tasks. Energy supply in body will affect on durability and muscle contraction also cardiovascular system. Good physical fitness is achieved with good exercise. This study aims to determine the relation between energy intake and physical activity with physical fitness at enlisted soldier school (SECATA) students in Rindam Jaya Condet. This study is quantitative with Cross-sectional research design. The data is taken from the schedule and the student food menu. The sampling method using non probability sampling with saturated sample of 250 people. The data analysis of the difference between first and last of physical activity using wilcoxon test shows that there is a positive difference ($P=0,001$). Energy intake and physical activity with physical fitness using Chi Square test shows that there weren't relation that significance between energy intake with physical fitness ($P=1,00$). The conclusion obtained is that there weren't relation between energy intake with physical activity at enlisted soldier school (SECATA) students in Rindam Jaya Condet East Jakarta on 2017.

Keyword: Energy Intake, Physical Fitness

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah Semesta Alam, tiada daya dan upaya selain atas izin-Nya, serta berkat rahmat dan nikmat yang diberikan oleh-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.

Ucapan terima kasih yang sedalam-dalamnya penulis ucapkan kepada dr. Mariono Reksoprodjo, Sp. OG, Sp. KP (K) selaku Dekan Fakultas Kedokteran UPN "Veteran" Jakarta, dr. Niniek Hardini, Sp. PA selaku Ka. PSSH Fakultas Kedokteran UPN "Veteran" Jakarta, serta dr. Pritha Maya Savitri, Sp. KP selaku dosen pembimbing I dan dr. Luh Eka Purwani, Sp. GK selaku dosen pembimbing II yang telah banyak membimbing, meyumbangkan ilmu, tenaga, dan menyediakan banyak waktu bagi penulis untuk berkonsultasi mengenai hal-hal yang bersangkutan dalam proses penulisan skripsi dan kehidupan ini. Terima kasih juga kepada dr. Lucy Widasari, M. Si selaku penguji utama sidang skripsi ini yang telah meluangkan waktu dan ilmunya. Terimakasih juga kepada Pangdam Jayakarta, Dandrindam Jaya, Pak Supriyadi, Pak Untung, Pak Krisdianto, Pak Arso, dr. Riska selaku staff Rindam Jaya. Semoga semua diberikan keberkahan oleh-Nya.

Tidak lupa ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada pihak-pihak yang telah banyak memberikan dukungan, terutama kepada Emak Ayanah, Baba Syarif Bin Miun, serta Mpok Erika, Bang Andry, Bang Riyan, Ka Lia, Bang Ridwan, dan Rahmah yang telah memberikan kebaikan, semangat yang tidak ada habisnya kepada penulis. Terutama doa yang selalu dipanjatkan untuk keberhasilan dan kesuksesan penulis.

Kepada sahabat tersayang Adam, Aduy Iso Le, Aji, Andre, Cupen, Dendy, Hafiz, Ibnu, Luthfi, Maleeh, Robi, Salim, dan semua dari Jati Squad yang memberikan semangat dan keceriaan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Antania, Cae, Genday, Iin, Indita, Manda, Nadia, Nizza, Putri, Rara, dan semua yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu, serta teman-teman Saintot Squad dan seluruh rekan sejawat angkatan 2013, 94-sampai seterusnya, Dosen, Staff, Laboran, OB FK upn "Veteran" Jakarta yang telah memberikan semangat, keceriaan, motivasi, dan persahabatan. Semoga semuanya diberikan keberkahan-Nya sepanjang hidupnya.

Jakarta, 20 September 2017

(Rachmat Aminullah)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR BAGAN	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Rumusan Masalah	3
I.3 Tujuan Penelitian	3
I.4 Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
II.1 Tamtama	5
II.2 Kesamaptan	5
II.3 Aktivitas Fisik	14
II.4 Asupan Gizi	18
II.5 Penelitian Terdahulu	25
II.6 Kerangka Teori	26
II.7 Kerangka Konsep	27
II.8 Hipotesis Penelitian	27
BAB III METODE PENELITIAN	28
III.1 Jenis dan Rancangan Penelitian	28
III.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	28
III.3 Subjek Penelitian	28
III.4 Besar Sampel	29
III.5 Tehnik Sampel	29
III.6 Identifikasi Variabel Penelitian	29
III.7 Definisi Operasional	30
III.8 Jenis dan Metode Pengumpulan Data	30
III.9 Instrumen Penelitian	31
III.10 Analisis Data	31
III.11 Protokol Penelitian	33
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	34
IV.1 Gambaran Tempat Penelitian	34
IV.2 Hasil Analisis Univariat	34
IV.3 Hasil Analisis Bivariat	37

IV.4 Pembahasan	39
IV.5 Keterbatasan Penelitian	42
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	43
V.1 Kesimpulan	43
V.2 Saran	43
DAFTAR PUSTAKA	45
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	<i>Energy cost of a variety of activities abstracted from Passmore and Dumin, 1955. Different rows with similiar activity identifiers Indicate different studies</i>	17
Tabel 2	Kategori tingkat aktivitas fisik berdasarkan nilai PAL.....	18
Tabel 3	Faktor Aktivitas Berdasarkan Jenis Kelamin.....	22
Tabel 4	Rumus AMB berdasarkan kelompok umur dan jenis kelamin	23
Tabel 5	Penelitian Terdahulu	25
Tabel 6	Definisi Operasional	30
Tabel 7	Kesamaptan Awal	35
Tabel 8	Kesamaptan Akhir.....	35
Tabel 9	Asupan Energi	36
Tabel 10	Aktivitas Fisik.....	37
Tabel 11	Perbedaan Kesamaptan Awal dengan Kesamaptan Akhir pada Siswa SECATA di Rindam Jaya Condet Tahun 2017.....	38
Tabel 12	Hubungan Asupan Energi dengan Kesamaptan pada Siswa SECATA di Rindam Jaya Condet Tahun 2017	38

DAFTAR BAGAN

Bagan 1	Kerangka Teori	26
Bagan 2	Kerangka Konsep	27
Bagan 3	Protokol Penelitian	33

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Persetujuan Proposal Pra Penelitian
- Lampiran 2 *Ethical Clearence* dari Komisi Etik FK UPN "Veteran" Jakarta
- Lampiran 3 Surat Izin Penelitian kepada Pangdam Jaya
- Lampiran 4 Persetujuan Penelitian Oleh Pangdam Jaya
- Lampiran 5 Lembar Penjelasan dan Persetujuan Tentang Penelitian
- Lampiran 6 Formulir Persetujuan (*Informed Consent*)
- Lampiran 7 Data Excel
- Lampiran 8 Excel PAL
- Lampiran 9 Jadwal Fisik Siswa
- Lampiran 10 Jadwal Materi Siswa
- Lampiran 11 Data Asupan Energi
- Lampiran 12 Daftar Menu Makan
- Lampiran 13 Tabel PAR
- Lampiran 14 Hasil Uji SPSS