

## ABSTRAK

### **PENGARUH AKTIVITAS FISIK TERHADAP INDEKS MASSA TUBUH (IMT) PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN MARANATHA ANGKATAN 2018 SELAMA PANDEMI COVID-19**

Tria Ananda Putri, 2021

Pembimbing 1 : Wenny Waty, dr., M.Pd.Ked

Pembimbing 2 : The, Fransiska Eltania, dr., M.Kes.A3M

Sejak adanya pandemi COVID-19, awal April 2020 Pemerintah Indonesia menetapkan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) untuk memutus rantai penyebaran COVID-19. Dampak dari PSBB ini berpengaruh terhadap perubahan gaya hidup seperti berkurangnya aktivitas fisik. Pada penelitian ini dilakukan untuk melanjutkan penelitian sebelumnya terkait pengaruh aktivitas fisik terhadap IMT khususnya pada mahasiswa FK UKM angkatan 2018 selama masa pandemi COVID-19. Pada penelitian ini dilakukan dengan menyebarkan kuisioner berdasarkan IPAQ secara *online* melalui *Google Form*. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan program *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS) 25.0, dengan analisis univariat dan bivariat. Uji *Pearson-chi square* digunakan untuk membandingkan karakteristik dua kelompok penelitian untuk data kategorik. Kemudian untuk analisis hubungan antara dua variabel dengan skala data ordinal maka digunakan uji korelasi Spearman. Hasil penelitian untuk variabel aktivitas fisik terhadap IMT didapatkan *p-value* = 0.809 (>0.05) sehingga dinyatakan tidak terdapat korelasi antara aktivitas fisik terhadap IMT pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha Angkatan 2018 selama pandemi Covid-19.

**Kata kunci** : Aktivitas fisik; Indeks Massa Tubuh (IMT); IPAQ; SPSS; Uji *Pearson-chi square*.

## ABSTRACT

### THE EFFECT OF PHYSICAL ACTIVITY ON BODY MASS INDEX (BMI) IN CLASS OF 2018 STUDENTS OF FACULTY OF MEDICINE OF MARANATHA CHRISTIAN UNIVERSITY FOR 2018 DURING THE COVID -19 PANDEMIC

Tria Ananda Putri, 2021

1<sup>st</sup> lecturer : Wenny Waty, dr., M.Pd.Ked

2<sup>nd</sup> lecturer : The, Fransiska Eltania, dr., M.Kes.A3M

*Since the outbreak of the COVID-19 pandemic, in early April 2020 the Government of Indonesia established Large-Scale Social Restrictions (PSBB) to break the chain of spread of COVID-19. The impact of this PSBB affects lifestyle changes such as reduced physical activity. This study was conducted to continue previous research related to the effect of physical activity on BMI, especially in 2018 UKM FK students during the COVID-19 pandemic. This research was conducted by distributing questionnaires based on IPAQ online via Google Form. The data obtained were analyzed using the Statistical Package for Social Sciences (SPSS) 25.0, with univariate and bivariate analysis. Pearson-chi square test was used to compare the characteristics of the two research groups for categorical data. Then to analyze the relationship between two variables with ordinal data scale, the Spearman correlation test was used. The results of the study for the physical activity variable on BMI obtained  $p\text{-value} = 0.809 (> 0.05)$ , the R value was 0.017 so that it was stated that there was no correlation between physical activity on BMI.*

**Keywords:** *Physical Activity; Body Mass Index (BMI); IPAQ; SPSS; Pearson-chi square test.*

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN.....</b>	<b>i</b>
LEMBAR PERSETUJUAN HASIL REVISI.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN .....	iii
ABSTRAK .....	iv
ABSTRACT .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
<b>BAB I_PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
<b>1.1 Latar Belakang.....</b>	<b>1</b>
<b>1.2 Identifikasi Masalah .....</b>	<b>3</b>
<b>1.3 Tujuan.....</b>	<b>3</b>
<b>1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah.....</b>	<b>3</b>
<b>1.5 Kerangka Pemikiran dan Hipotesis .....</b>	<b>3</b>
<b>1.5.1 Kerangka Pemikiran .....</b>	<b>3</b>
<b>1.5.2 Hipotesis Penelitian .....</b>	<b>5</b>
<b>BAB II_TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>6</b>
<b>2.1 Aktivitas fisik .....</b>	<b>6</b>
<b>2.1.1 Definisi .....</b>	<b>6</b>
<b>2.1.2 International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) .....</b>	<b>8</b>
<b>2.2 Indeks Massa Tubuh .....</b>	<b>9</b>
<b>2.2.1 Faktor yang Mempengaruhi IMT .....</b>	<b>9</b>
<b>BAB III_BAHAN DAN METODE PENELITIAN.....</b>	<b>11</b>
<b>3.1 Alat dan Bahan Penelitian .....</b>	<b>11</b>
<b>3.2 Subjek / Objek Penelitian .....</b>	<b>11</b>
<b>3.3 Lokasi dan Waktu Penelitian .....</b>	<b>11</b>
<b>3.3.1 Lokasi Penelitian.....</b>	<b>11</b>
<b>3.3.2 Waktu Penelitian.....</b>	<b>11</b>
<b>3.4 Prosedur Penelitian .....</b>	<b>12</b>

<b>3.5</b>	<b>Besar Sampel.....</b>	<b>12</b>
<b>3.6</b>	<b>Rancangan Penelitian.....</b>	<b>12</b>
<b>3.6.1</b>	<b>Desain Penelitian.....</b>	<b>12</b>
<b>3.6.2</b>	<b>Variabel Penelitian .....</b>	<b>12</b>
<b>3.6.3</b>	<b>Definisi Operasional .....</b>	<b>13</b>
<b>3.7</b>	<b>Analisis Data .....</b>	<b>15</b>
<b>3.8</b>	<b>Hipotesis Penelitian .....</b>	<b>16</b>
<b>3.9</b>	<b>Etik Penelitian.....</b>	<b>16</b>
<b>BAB IV</b>	<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>17</b>
<b>4.1</b>	<b>Analisis Univariat.....</b>	<b>17</b>
<b>4.1.1</b>	<b>Katakarakteristik Subjek Penelitian .....</b>	<b>17</b>
<b>4.2</b>	<b>Analisis Bivariat .....</b>	<b>21</b>
<b>4.2.1</b>	<b>Hubungan Aktivitas fisik terhadap Indeks Massa Tubuh (IMT) .....</b>	<b>21</b>
<b>4.3</b>	<b>Pembahasan .....</b>	<b>22</b>
<b>BAB V</b>	<b>SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>24</b>
<b>5.1</b>	<b>Simpulan.....</b>	<b>24</b>
<b>5.2</b>	<b>Saran.....</b>	<b>24</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	<b>.....</b>	<b>25</b>
<b>RIWAYAT HIDUP</b>	<b>.....</b>	<b>36</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Karakteristik usia responden .....	19
Gambar 4. 2 Karakteristik jenis kelamin responden .....	19
Gambar 4. 3 Karakteristik aktivitas fisik responden .....	20
Gambar 4. 4 Karakteristik IMT responden .....	21
Gambar 4. 5 Karakteristik peningkatan berat badan responden .....	21



## DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Karakteristik Responden Penelitian .....	17
Tabel 4. 2 Korelasi Aktivitas Fisik dengan Indeks Massa Tubuh (IMT).....	22



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Ethical clearance.....	28
Lampiran 2 SPSS .....	33

