

## DAFTAR PUSTAKA

- Alfarisi, R. and Rivai, P.P. (2017) 'Hubungan Indeks Massa Tubuh Terhadap Ketahanan Kardiorespirasi Diukur Dari Vo2max Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati', *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*, 4, pp. 67–73. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.33024/v4i2.773>.
- Almirra, I.R. (2018) *Perbedaan Perilaku Makan Pada Orang Dewasa Berdasarkan Status Gizi Di Kota Malang*.
- Arita Aurelia (2024) *Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh Dengan Dismenorea Dan Kualitas Tidur Pada Mahasiswi Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin*.
- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan (2023) *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 Dalam Angka*. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. Available at: [https://drive.google.com/file/d/1rjNDG\\_f8xG6-Y9wmhJUnXhJ-vUFevVJC/view](https://drive.google.com/file/d/1rjNDG_f8xG6-Y9wmhJUnXhJ-vUFevVJC/view) (Accessed: 22 September 2024).
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (2019) *Laporan Provinsi Sulawesi Selatan Riset Kesehatan Dasar 2018*. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan 2019. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.24912/ep.v27i1.12160>.
- Ciardullo, S. *et al.* (2023) 'Differential Association of Sex Hormones with Metabolic Parameters and Body Composition in Men and Women from the United States', *Journal of Clinical Medicine*, 12(14). Available at: <https://doi.org/10.3390/jcm12144783>.
- Dewi, K.S.P. *et al.* (2022) 'Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Aktivitas Fisik dengan Daya Tahan Kardiovaskuler pada Remaja di Denpasar', *Majalah Ilmiah Fisioterapi Indonesia*, 10(1), pp. 38–42. Available at: <https://doi.org/10.24843/mifi.2022.v10.i01.p08>.
- Dewi, R.C., Rimawati, N. and Purbodjati (2021) 'Body Mass Index, Physical Activity, and Physical Fitness of Adolescence', *Journal of Public Health Research*, 10(2), p. jphr.2021.2230. Available at: <https://doi.org/10.4081/jphr.2021.2230>.
- Eviana, R. (2016) *Hubungan Status Gizi dengan VO2 Max Anak Sekolah Dasar*.
- Fadillah, A.N. (2022) *Hubungan antara Sedentary Lifestyle terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani pada Remaja di SMAN 5 Makassar*. Available at: <http://repository.unhas.ac.id:443/id/eprint/14657>.
- Faiq, A.R., Zulhamidah, Y. and Widayanti, E. (2018) *Gambaran Sedentary Behaviour dan Indeks Massa Tubuh Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI di Masa Pendidikan Tahun Pertama dan Kedua*, MAJALAH SAINSTEKES.
- Ghomim, S. (2017) *Hubungan Antara Kebugaran (Six Minute Walking Test) Dengan Aktivitas Fisik, Status Gizi, Asupan Nutrisi, Status Kesehatan Dan Perilaku Merokok Pada Calon Jamaah Haji Di Desa Mojosari*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.

- Gunalam, I.F. and Lontoh, S.O. (2021) 'Pendahuluan Tingkat Kebugaran Fisik Dengan Six Minute Walk Test Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara', *Ebers Papyrus*, 27(1), pp. 100–115. Available at: <https://doi.org/10.24912/ep.v27i1.12160>.
- Haam, J.H. *et al.* (2023) 'Diagnosis of Obesity: 2022 Update of Clinical Practice Guidelines for Obesity by the Korean Society for the Study of Obesity', *Journal of Obesity and Metabolic Syndrome*. Korean Society for the Study of Obesity, pp. 121–129. Available at: <https://doi.org/10.7570/jomes23031>.
- Handayani, N.D. (2022) *Dietary Patterns And Ultra-Processed Foods Consumption In Modern And Traditional Populations In South Sulawesi: Analysis On Nutritional Status And Body Composition*.
- Karaeng, W. (2022) *Hubungan Perilaku Sedenter Dengan Nyeri Muskuloskeletal Pada Mahasiswa Yang Mengikuti Perkuliahan Sistem Blok*. Universitas Hasanuddin. Available at: <http://repository.unhas.ac.id:443/id/eprint/14611> (Accessed: 20 March 2024).
- Kementerian Kesehatan RI (2013) *Riset Kesehatan Dasar Dalam Angka Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2013*. 2nd edn.
- Krismawati, L.D.E., Andayani, N.L.N. and Wahyuni, N. (2019) 'Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) Pada Remaja Usia 16-18 Tahun Di SMA Negeri 2 Denpasar', *Majalah Ilmiah Fisioterapi Indonesia*, 7, pp. 29–32.
- Kulinski, J.P. *et al.* (2014) 'Association between cardiorespiratory fitness and accelerometer-derived physical activity and sedentary time in the general population', *Mayo Clinic Proceedings*, 89(8), pp. 1063–1071. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.mayocp.2014.04.019>.
- Kurniawan, W. *et al.* (2024) 'Hubungan Jenis Kelamin, Indeks Massa Tubuh, Lama Latihan dan Tipe Cabang Olahraga dengan Volume Oksigen Maksimal (VO2Max) Pada Atlet Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar (PPLP) NTB', *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 4(4), pp. 1523–1535. Available at: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i4.14223>.
- Kusuma, M.N.H., Syafei, M. and Rilastiyo, D. (2019) 'The Effect of Nutritional Status, Level of Physical Activity and Hemoglobins on Physical Endurance', *JUARA : Jurnal Olahraga*, 4(2), p. 186. Available at: <https://doi.org/10.33222/juara.v4i2.607>.
- De Moraes, A.C.F. *et al.* (2020) 'Reliability and validity of a sedentary behavior questionnaire for South American pediatric population: SAYCARE study', *BMC Medical Research Methodology*, 20(1). Available at: <https://doi.org/10.1186/s12874-019-0893-7>.
- Mouser, J.G., Loprinzi, P.D. and Loenneke, J.P. (2016) 'The association between physiologic testosterone levels, lean mass, and fat mass in a nationally representative sample of men in the United States', *Steroids*, 115, pp. 62–66. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.steroids.2016.08.009>.

- Musdalifa, Darwis and Fajriansi, A. (2021) 'Pengaruh Tingkat Stres Dan Pola Makan Terhadap Penderita Gangguan Sistem Pencernaan', *Jurnal Ilmiah Mahasiswa dan Penelitian Keperawatan*, 1, pp. 345–351.
- Musdalifah (2022) *Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Kebugaran Kardiorespirasi pada Siswa Sekolah Menengah Atas IT Pondok Pesantren Putri Darul Istiqamah Maros*. Universitas Hasanuddin. Available at: <https://repository.unhas.ac.id/id/eprint/17832/> (Accessed: 24 March 2024).
- Nurhayati, T. *et al.* (2019) *Korelasi Aktivitas Fisik dan Komposisi Tubuh dengan Daya Tahan Jantung Paru*, *Jurnal Ilmu Faal Olahraga*.
- Nusdwiningtyas, N. (2018) *Six Minute Walking Distance Cut-off Point in Indonesian (Mongoloid) Population Nilai Acuan Jarak Tempuh Uji Jalan Menit pada Populasi Indonesia (Mongoloid)*, *J Indon Med Assoc*.
- P2PTM Kemenkes RI (2018) *Klasifikasi Obesitas Setelah Pengukuran IMT*. Available at: <https://p2ptm.kemkes.go.id/klasifikasi-obesitas-setelah-pengukuran-imt> (Accessed: 24 March 2024).
- Park, J.H. *et al.* (2020) 'Sedentary Lifestyle: Overview of Updated Evidence of Potential Health Risks', *Korean Journal of Family Medicine*, 41(6), pp. 365–373. Available at: <https://doi.org/10.4082/KJFM.20.0165>.
- Rachman, S.A., Sawitri, E. and Nugroho, H. (2019) 'Hubungan Screen Time dengan Ketahanan Kardiorespirasi pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Mulawarman', *Jurnal Medika Karya Ilmiah Kesehatan*, 1, pp. 1–11. Available at: <https://doi.org/10.35728/jmkik.v%ix>.
- Rosenberg, D.E. *et al.* (2010) 'Reliability and Validity of the Sedentary Behavior Questionnaire (SBQ) for Adults', *Journal of Physical Activity and Health*, 7(6), pp. 697–705. Available at: <https://doi.org/10.1123/jpah.7.6.697>.
- Sagita, N.M.I. *et al.* (2023) 'Tingkat Sedentary Life Terhadap Kebugaran Kardiovaskuler Remaja', *Majalah Ilmiah Fisioterapi Indonesia*, 11(2), p. 133. Available at: <https://doi.org/10.24843/mifi.2023.v11.i02.p05>.
- Santoso, A.M. *et al.* (2024) 'Gambaran Sedentary Lifestyle Pada Mahasiswa Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Selama Masa Transisi Pandemi Covid-19', *Jurnal Medika Udayana*, 13, pp. 55–63. Available at: <https://doi.org/10.24843.MU.2024.V13.i06.P09>.
- Septi, A. (2024) *Korelasi Skor Aktivitas Fisik Dengan Jarak 6-Minute Walking Test Pada Mahasiswa Yang Tidak Aktif Berolahraga*.
- Sudirman, S.Y.R. (2020) *Gambaran Status Gizi Secara Antropometri Mahasiswa Kedokteran Umum Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2018*.
- Sugandhi, A. *et al.* (2022) 'Hubungan Perilaku Sedentari terhadap Indeks Massa Tubuh dan Lingkar Pinggang pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Kedokteran Universitas Udayana Angkatan 2019 – 2020', 11(4). Available at: <https://doi.org/10.24843.MU.2022.V11.i5.P15>.

- Taheri, M. *et al.* (2022) *Association between BMI and health-related physical fitness: A cross-sectional study in Chinese high school students*. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.1047501>.
- Utamayasa, I.G.D. *et al.* (2022) 'Dampak dari Latihan Intensitas Sedang dan Intensitas Submaksimal terhadap Kebugaran Kardiorespirasi pada Wanita Muda', *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 8, pp. 327–335. Available at: <https://doi.org/10.5281/zenodo.6762606>.
- Wenni, A.A. *et al.* (2023) 'Hubungan Aktivitas Fisik Dan Sedentary Lifestyle Dengan Status Gizi Mahasiswa Program Profesi Dokter Angkatan 2017 FK UMI', *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 3, pp. 444–451.
- World Health Organization (2000) *The Asia-Pacific Perspective: Redefining Obesity and Its Treatment*.
- World Health Organization (2024) *Physical Activity*. Available at: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity> (Accessed: 22 September 2024).

## LAMPIRAN

### Lampiran 1 Sedentary Behaviour Questionnaire

<b>SEDENTARY BEHAVIOR: Hari Kerja</b>									
<b>Pada HARI KERJA, berapa banyak waktu yang Anda habiskan (dari bangun tidur hingga tidur lagi) untuk melakukan hal berikut?</b>									
	<b>Tidak ada</b>	<b>15 menit atau kurang</b>	<b>30 menit</b>	<b>1 jam</b>	<b>2 jam</b>	<b>3 jam</b>	<b>4 jam</b>	<b>5 jam</b>	<b>6 jam atau lebih</b>
1. Menonton TV (termasuk video, DVD).									
2. Bermain computer atau video games.									
3. Duduk sambil mendengarkan music, radio, atau CD.									
4. Duduk dan berbicara di telepon.									
5. Melakukan pekerjaan administrasi atau komputer (pekerjaan perkuliahan, email, pembayaran tagihan, dll).									
6. Duduk sambil membaca buku atau majalah.									
7. Bermain music instrumen.									
8. Melakukan kegiatan seni atau craft.									
9. Duduk dan berkendara (sepeda motor, mobil atau kendaraan umum).									

### SEDENTARY BEHAVIOR: Akhir Pekan

**Pada AKHIR PEKAN, berapa banyak waktu yang Anda habiskan (dari bangun tidur hingga tidur lagi) untuk melakukan hal berikut?**

	Tidak ada	15 menit atau kurang	30 menit	1 jam	2 jam	3 jam	4 jam	5 jam	6 jam atau lebih
1. Menonton TV (termasuk video, DVD).									
2. Bermain computer atau video games.									
3. Duduk sambil mendengarkan music, radio, atau CD.									
4. Duduk dan berbicara di telepon.									
5. Melakukan pekerjaan administrasi atau komputer (pekerjaan perkuliahan, email, pembayaran tagihan, dll).									
6. Duduk sambil membaca buku atau majalah.									
7. Bermain music instrumen.									
8. Melakukan kegiatan seni atau craft.									
9. Duduk dan berkendara (sepeda motor, mobil atau kendaraan umum).									

Lampiran 2 Data Responden

<b>RESPONDEN</b>	<b>6MWT</b>	<b>IMT</b>	<b>SBQ</b>
1	300	25.89	7.5
2	300	19.74	7.7
3	330.5	21.02	3.35
4	340	19.74	7.4875
5	340	19.53	3.45
6	342.1	25.64	5.7
7	346.4	20.37	5.3625
8	346.9	25.52	4.55
9	356.4	25.52	3.8
10	360	21.59	3.575
11	360	22.64	05.05
12	369	18.89	03.05
13	370	20.66	6.225
14	372.8	21.42	3.9
15	373.2	23.57	6.75
16	374.1	30.00	3.125
17	374.7	18.56	5.275
18	375	22.56	3.325
19	378.4	19.46	7
20	380	25.65	3.95
21	388.1	19.69	3.75
22	389.6	22.23	5.4
23	393.2	25.04	3.1
24	400	23.05	5.625
25	400	26.87	4.775
26	404	25.16	04.05
27	408.8	19.06	5.6
28	409.6	24.46	3.45
29	410	22.06	3.3
30	415.3	26.29	3.575
31	420	20.32	3.65
32	420	22.27	3.25

<b>33</b>	420	18.16	3.475
<b>34</b>	420	26.97	4.8
<b>35</b>	426.4	22.94	4.8
<b>36</b>	434.8	18.74	4.55
<b>37</b>	436	25.09	4.775
<b>38</b>	437.7	18.56	2.475
<b>39</b>	438.6	26.88	4
<b>40</b>	440	20.39	3
<b>41</b>	440	20.78	3.725
<b>42</b>	440	17.99	4.1
<b>43</b>	440	19.41	6.525
<b>44</b>	440	25.06	3.525
<b>45</b>	440	17.54	6.425
<b>46</b>	447.2	24.35	4.7
<b>47</b>	451.1	26.53	5.425
<b>48</b>	455.2	22.98	3.15
<b>49</b>	455.6	25.51	5.075
<b>50</b>	460	17.81	5.775
<b>51</b>	467.2	20.78	3.225
<b>52</b>	476.4	26.99	4.7625
<b>53</b>	476.8	23.42	3.925
<b>54</b>	477.6	23.15	3.325
<b>55</b>	478.4	21.27	4.625
<b>56</b>	479.2	25.89	3.275
<b>57</b>	480	17.03	3.475
<b>58</b>	480	21.31	4.1
<b>59</b>	480	25.42	3.275
<b>60</b>	480	18.09	3.2
<b>61</b>	482.8	25.68	3.775
<b>62</b>	485.4	20.31	5.25
<b>63</b>	485.7	26.74	3.1
<b>64</b>	489.6	20.04	5.2
<b>65</b>	494.1	22.63	4.3
<b>66</b>	495	24.88	4.925



<b>67</b>	500	18.91	4.25
<b>68</b>	500	18.69	1.8
<b>69</b>	503.2	18.16	4.075
<b>70</b>	528.7	18.29	4.9
<b>71</b>	533.5	20.53	3.1625
<b>72</b>	533.5	17.59	05.05
<b>73</b>	540	18.17	5.9
<b>74</b>	560	21.75	2.4
<b>75</b>	562.8	17.04	4.7
<b>76</b>	566.9	23.40	5.45
<b>77</b>	580	21.57	1.7
<b>78</b>	592	22.09	4.075
<b>79</b>	603.6	20.86	5.1125
<b>80</b>	620	20.27	4.375
<b>81</b>	620	23.83	4.1
<b>82</b>	620	17.77	4.35
<b>83</b>	640	17.56	4.575
<b>84</b>	682.7	23.69	4.25

Lampiran 3 Hasil Analisa Statistik SPSS

**JK**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	L	20	23.8	23.8	23.8
	P	64	76.2	76.2	100.0
	Total	84	100.0	100.0	

**Kelas**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	A	36	42.9	42.9	42.9
	B	47	56.0	56.0	98.8
	C	1	1.2	1.2	100.0
	Total	84	100.0	100.0	

**Kat\_SBQ**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	4	4.8	4.8	4.8
	Sedang	72	85.7	85.7	90.5
	Tinggi	8	9.5	9.5	100.0
	Total	84	100.0	100.0	

**Kat\_IMT**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurus	13	15.5	15.5	15.5
	Normal	53	63.1	63.1	78.6
	Gemuk	17	20.2	20.2	98.8
	Obese	1	1.2	1.2	100.0
	Total	84	100.0	100.0	

**Crosstab**

		Kat_SBQ			Total	
		Rendah	Sedang	Tinggi		
JK	L	Count	3	17	0	20
		% within JK	15.0%	85.0%	0.0%	100.0%
		% within Kat_SBQ	75.0%	23.6%	0.0%	23.8%
		% of Total	3.6%	20.2%	0.0%	23.8%
P	Count	Count	1	55	8	64
		% within JK	1.6%	85.9%	12.5%	100.0%
		% within Kat_SBQ	25.0%	76.4%	100.0%	76.2%
		% of Total	1.2%	65.5%	9.5%	76.2%
Total	Count	Count	4	72	8	84
		% within JK	4.8%	85.7%	9.5%	100.0%
		% within Kat_SBQ	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	4.8%	85.7%	9.5%	100.0%

**Crosstab**

		Kat_IMT				Total	
		Kurus	Normal	Gemuk	Obese		
JK	L	Count	5	12	3	0	20
		% within JK	25.0%	60.0%	15.0%	0.0%	100.0%
		% within Kat_IMT	38.5%	22.6%	17.6%	0.0%	23.8%
		% of Total	6.0%	14.3%	3.6%	0.0%	23.8%
P		Count	8	41	14	1	64
		% within JK	12.5%	64.1%	21.9%	1.6%	100.0%
		% within Kat_IMT	61.5%	77.4%	82.4%	100.0%	76.2%
		% of Total	9.5%	48.8%	16.7%	1.2%	76.2%
Total		Count	13	53	17	1	84
		% within JK	15.5%	63.1%	20.2%	1.2%	100.0%
		% within Kat_IMT	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	15.5%	63.1%	20.2%	1.2%	100.0%

**Statistics**

		Num_6MWT_P	Num_6MWT_L
N	Valid	64	20
	Missing	20	64
Mean		422.3594	541.7400
Median		423.2000	561.4000
Std. Deviation		53.65176	89.85564
Minimum		300.00	342.10
Maximum		533.50	682.70

**Statistics**

		Num_6MWT_ SBQ_R	Num_6MWT_ SBQ_S	Num_6MWT_ SBQ_T
N	Valid	4	72	8
	Missing	80	12	76
Mean		519.4250	456.2014	367.7000
Median		530.0000	443.6000	371.6000
Std. Deviation		64.21829	78.97483	54.16704
Minimum		437.70	330.50	300.00
Maximum		580.00	682.70	440.00

**Statistics**

		Num_6MWT_ IMT_K	Num_6MWT_ IMT_N	Num_6MWT_ IMT_G	Num_6MWT_ IMT_O
N	Valid	13	53	17	1
	Missing	71	31	67	83
Mean		511.4000	449.8000	412.0059	374.1000
Median		503.2000	440.0000	415.3000	374.1000
Std. Deviation		68.19735	84.39897	53.87760	

Minimum	420.00	300.00	300.00	374.10
Maximum	640.00	682.70	485.70	374.10

### Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Num_6MWT	.088	84	.152	.966	84	.025
Num_SBQ	.090	84	.093	.966	84	.025
Num_IMT	.072	84	.200 <sup>*</sup>	.964	84	.019

\*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

### Correlations

		Num_6MWT	Num_SBQ	Num_IMT
Num_6MWT	Pearson Correlation	1	-.234 <sup>*</sup>	-.215 <sup>*</sup>
	Sig. (2-tailed)		.033	.049
	N	84	84	84
Num_SBQ	Pearson Correlation	-.234 <sup>*</sup>	1	-.081
	Sig. (2-tailed)	.033		.465
	N	84	84	84
Num_IMT	Pearson Correlation	-.215 <sup>*</sup>	-.081	1
	Sig. (2-tailed)	.049	.465	
	N	84	84	84

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

### Coefficients<sup>a</sup>

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.	Collinearity Statistics VIF
	B	Std. Error				
1 (Constant)	518.245	32.220		16.084	.000	
Num_SBQ	-15.403	7.083	-.234	-2.175	.033	1.000

a. Dependent Variable: Num\_6MWT

### Coefficients<sup>a</sup>

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error				Tolerance	VIF
1 (Constant)	579.119	64.895		8.924	.000		
Num_IMT	-5.876	2.944	-.215	-1.996	.049	1.000	1.000

a. Dependent Variable: Num\_6MWT