

### DAFTAR PUSTAKA

- Arief, N. A., Kuntjoro, B. F. T. dan Suroto, S. (2020) ‘Gambaran Aktifitas Fisik Dan Perilaku Pasif Mahasiswa Pendidikan Olahraga Selama Pandemi Covid-19’, *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 19(2), p. 175. doi: 10.20527/multilateral.v19i2.9564.
- Andini, A. R., & Septadina, I. S. (2016). Pengaruh Faktor Keturunan dan Gaya Hidup Terhadap Obesitas pada Murid SD Swasta di Kecamatan Ilir Timur 1 Palembang cepat saji .6 Makanan cepat saji merupakan case control dan dilakukan pada dua sekolah berat badan ( BB ) yang diukur dengan timbangan Has. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 3(2), 114– 119.
- Ariyanti dkk. (2021) *No Title การวิจัยเบื้องต้น, Persepsi Mahasiswa Terhadap Efektivitas Pembelajaran Daring Pada Mata Kuliah Statistika Matematika Selama Masa Pandemi COVID-19.* Available at:[http://www.ejurnal.its.ac.id/index.php/sains\\_seni/article/view/10544%0Ahttps://scholar.google.com/scholar?hl=endanas\\_sdt=0%2C5danq=tawuran+antar+pelajardanbtnG=%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.jfca.2019.103237](http://www.ejurnal.its.ac.id/index.php/sains_seni/article/view/10544%0Ahttps://scholar.google.com/scholar?hl=endanas_sdt=0%2C5danq=tawuran+antar+pelajardanbtnG=%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.jfca.2019.103237).
- Ariyani, N.L & Masluhiya, S.M. (2017). Keterkaitan aktivitas fisik dengan indeks massa tubuh (imt) siswa SD Kota Malang. *Jurnal Care*, Vol .5, No.3.
- Ashadi, K., Andriana, L. M., & Pramono, B. A. (2020). Pola aktivitas olahraga sebelum dan selama masa pandemi covid-19 pada mahasiswa fakultas olahraga dan fakultas non-olahraga. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 6(3), 713-728.
- Aulia, L., Wijaya, Y. M., dan Nuratri, A. E. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik Saat Pandemi Covid-19 Dengan Tingkat Nyeri Dismenore Primer. *Faletehan Health Journal*, 9(03), 285-289.
- Balitbangkes (2018) ‘Laporan\_Nasional\_RKD2018\_FINAL.pdf’, *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, p. 198. Available at: [http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan\\_Nasional\\_RKD2018\\_FINAL.pdf](http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf).

- Bayu, W. I. *dkk.* (2021) ‘Gambaran aktivitas fisik dan indeks massa tubuh calon guru pendidikan jasmani selama pandemi Covid-19 MULTILATERAL : Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga pendidikan jasmani selama pandemi Covid-19’, (June). doi: 10.20527/multilateral.v20i2.10394.
- Castrogiovanni, P. *dkk.* (2019) ‘Moderate physical activity as a prevention method for knee osteoarthritis dan the role of synoviocytes as biological key’, *International Journal of Molecular Sciences*, 20(3), pp. 1–17. doi: 10.3390/ijms20030511.
- Chen, P. *dkk.* (2020) ‘Coronavirus disease (COVID-19): The need to maintain regular physical activity while taking precautions’, *Journal of Sport dan Health Science*, 9(2), pp. 103–104. doi: 10.1016/j.jshs.2020.02.001.
- Cooney, G. M. *dkk.* (2013) ‘Exercise for depression ( Review ) SUMMARY OF FINDINGS FOR THE MAIN COMPARISON’, *The Cochrane Library*, 9(9), pp. 1–123.
- Daniati, L., Afriwardi, A., dan Ilmiawati, I. (2020). Hubungan aktivitas fisik dengan indeks massa tubuh (IMT) pada siswa SMP Negeri 1 Padang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, 1(2).
- DiPrete, T. A., & Buchmann, C. (2013). *The rise of women: The growing gender gap in education and what it means for American schools*. Russell Sage Foundation.
- DiPietro, L. *dkk.* (2019) ‘New scientific basis for the 2018 U.S. Physical Activity Guidelines’, *Journal of Sport dan Health Science*, 8(3), pp. 197–200. doi: 10.1016/j.jshs.2019.03.007.
- Effendy, S., Gunawan, M. F., Lintang, D., Argoputra, A., Anggraeni, P. D., dan Abraham, Y. B. (2018). the Relationship Between Physical Activity and Obesity Based on Body Fat Percentage in Banjaroyo Village. *International Physical Activity Jurnal Farmasi Sains Dan Komunitas*, 15(1), 29–36. <http://dx.doi.org/10.24071/jpsc.151963>.

- Elviani, R., Anwar, C., dan Sitorus, R. J. (2021). Gambaran usia pada kejadian Covid-19. *JAMBI MEDICAL JOURNAL*" Jurnal Kedokteran dan Kesehatan", 9(2), 204-209.
- Eliyasni, R., Rahmatina, & Habibi. (2020). *Perkembangan Belajar Peserta Didik*. Malang: Literasi Nusantara.
- Ernalina, Y., Utari, L. D., dan Restuastuti, T. (2018). Different intakes of energy dan protein in stunted dan non-stunted elementary school children in Indonesia. *KnE Life Sciences*, 556-562.
- Figures, K. (2022) 'Weekly Operational Update on COVID-19', (97), pp. 1–19.
- Firdausa, S., Irwansyah, I., Ariani, R., & Nadya, A. (2021). Efek Edukasi Tatap Muka versus Media Dalam Inisiasi Insulin Terhadap Pengetahuan dan Kualitas Hidup Pasien DMT2 di Masa Pandemi Covid-19. *Journal of Medical Science*, 2(2), 79-87.
- Gao, Y. *dkk.* (2020) 'Structure of the RNA-dependent RNA polymerase from COVID-19 virus', *Science*, 368(6492), pp. 779–782. doi: 10.1126/science.abb7498.
- Ge, Y. *dkk.* (2019) 'Association of physical activity, sedentary time, dan sleep duration on the health-related quality of life of college students in Northeast China', *Health dan Quality of Life Outcomes*, 17(1), pp. 1–8. doi: 10.1186/s12955-019-1194-x.
- Guthold, R. *dkk.* (2018) 'Worldwide trends in insufficient physical activity from 2001 to 2016: a pooled analysis of 358 population-based surveys with 1.9 million participants', *The Lancet Global Health*, 6(10), pp. e1077–e1086. doi: 10.1016/S2214-109X(18)30357-7.
- Haapala, E. A. *dkk.* (2017) 'Physical activity dan sedentary time in relation to academic achievement in children', *Journal of Science dan Medicine in Sport*, 20(6), pp. 583–589. doi: 10.1016/j.jsams.2016.11.003.

- Habut, M. Y., I P S Nurmawan dan Wiryanthini, I. A. D. (2015) 'Hubungan Indeks Massa Tubuh Dan Aktivitas Fisik Terhadap Keseimbangan Dinamis Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana', *miah Fisioterapi Indonesia*, 2(1), pp. 1–7.
- Holloway, S. M. dkk. (2019) 'TACSM Abstract Acute Responses to High Intensity Interval Exercise dan Moderate Aerobic Exercise on Anaerobically dan Aerobically Trained Athletes Human Performance Laboratory; Department of Health dan Kinesiology; Texas A dan M Category : Undergraduate', p. 2100.
- Hu, W. dkk. (2020) 'Clinical characteristics of 16 patients with COVID-19 infection outside of Wuhan, China: a retrospective, single-center study', *Annals of Translational Medicine*, 8(10), pp. 642–642. doi: 10.21037/atm-20-3422.
- Imam Safi'i (2017) 'Perancangan Sistem Informasi Jurnal Perkuliahan Sebagai Upaya Monitoring dan Evaluasi Proses Pembelajaran (Studi Kasus : Prodi Teknik Industri Fakultas Teknik Universitas Kadiri)', *JATI UNIK : Jurnal Ilmiah Teknik dan Manajemen Industri*, 1(1), pp. 1–10.
- Indahsari, N. K., dan MAHALI, M. I. (2019). Hubungan Antara Kebiasaan Aktivitas Fisik dengan Indeks Massa Tubuh (Imt) pada Mahasiswa Fk-Uwks Angkatan 2016 dan 2017. *Hang Tuah Medical Journal*, 17(1), 84-93.
- Irianto, Maulang, I., & Mulyadi. (2020). The relationship between biking activities and VO2 max level in fixie Makassar community members. *Enfermeria Clinica*, 30(S6).
- Jiménez-Pavón, D., Carbonell-Baeza, A. dan Lavie, C. J. (2020) 'Physical exercise as therapy to fight against the mental dan physical consequences of COVID-19 quarantine: Special focus in older people', *Progress in Cardiovascular Diseases*, 63(3), pp. 386–388. doi: 10.1016/j.pcad.2020.03.009.

- Kannan, S. *dkk.* (2020) ‘COVID-19 (Novel Coronavirus 2019) - recent trends’, *European Review for Medical dan Pharmacological Sciences*, 24(4), pp. 2006–2011. doi: 10.26355/eurrev\_202002\_20378.
- Krismawati, L. D. E., Andayani, N. L. N., dan 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(1), 29–32. <https://doi.org/10.24843/MIFI.2019.v07.i01.p05>.
- Kemenkes RI (2017) ‘Ayo Bergerak Lawan Obesitas’, *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*, p. 37. Available at: <http://p2ptm.kemkes.go.id>.
- Korczak, D. J., Madigan, S. dan Colasanto, M. (2017) ‘Children’s physical activity dan depression: A meta-analysis’, *Pediatrics*, 139(4). doi: 10.1542/peds.2016-2266.
- Krismawati, L. D. E., Danayani, N. L. N. dan Nila Wahyuni (2018) ‘HUBUNGAN ANTARA AKTIVITAS FISIK DENGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) PADA REMAJA USIA 16-18 TAHUN DI SMA NEGERI 2 DENPASAR’, pp. 25–28.
- Kusuma, M. R. H., dan Krianto, T. (2018). Pengaruh citra tubuh, perilaku makan, dan aktivitas fisik terhadap indeks massa tubuh (IMT) pada remaja: Studi kasus pada SMA Negeri 12 DKI Jakarta. *Perilaku dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion dan Behavior*, 1(1), 23-31.
- Maharani, M., Rachman, M. Z. dan Suharno, B. (2021) ‘Pengaruh Edukasi Media Video Terhadap Pengetahuan Tentang Aktivitas Fisik Bagi Pengguna’, 10(2), pp. 201–208.
- Maulidiya, E.*dkk* (2021)Perbandingan Tingkat Stress Mahasiswa Saintek dan Soshum dalam Pembelajaran Daring pada Masa Pandemi Covid-19 Berbasis Internet Of Things. *Jurnal Informatika Universitas Pamulang*, 6(4), 867-873.

- Mattioli, A. V. *dkk.* (2020) 'COVID-19 pandemic: the effects of quarantine on cardiovascular risk', *European Journal of Clinical Nutrition*, 74(6), pp. 852–855. doi: 10.1038/s41430-020-0646-z.
- Nugroho, I., Pramukanto, F. H., Negara, P. D., Purnomowati, W., dan Wuldanari, W.(2016). Promoting the rural development through the ecotourism activities in Indonesia. *American Journal of Tourism Management*, 5(1), 9-18.
- Nurmidin, M. F., Fatimawali dan Posangi, J. (2020) 'Pengaruh Pandemi Covid-19 Terhadap Aktivitas Fisik dan Penerapan Prinsip Gizi Seimbang Pada Mahasiswa Pascasarjana', *Journal of Public Health dan Community Medicine*, 1, pp. 28–32.
- Prasetya, F., Jumakil dan Sidiq, N. M. (2019) *Penguatan dan Inovasi Pelayanan Kesehatan dalam Era Revolusi Industri 4.0*. Available at: [https://www.google.co.id/books/edition/Prosiding\\_Seminar\\_Nasional\\_Kesehatan/lpPsDwAAQBAJ?hl=iddangbpv=0](https://www.google.co.id/books/edition/Prosiding_Seminar_Nasional_Kesehatan/lpPsDwAAQBAJ?hl=iddangbpv=0).
- Putra, W. N. (2017) 'Hubungan pola makan, aktivitas fisik, dan aktivitas sedentari dengan overweight di SMA Negeri 5 Surabaya', *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 5(3), pp. 298–310. doi: 10.20473/jbe.v5i3.2017.
- Popeska, B., dan Sivevska, D. (2020). The impact of the Covid 19 pandemic on the leisure time activity and personal development of the students of Faculty of Educational Sciences.
- Pratiwi, D. N., & Purnasari, G. (2022). Identifikasi Pola Konsumsi Makan dan Aktivitas Fisik Pada Mahasiswa Sebelum dan Selama Masa Pagebluk Covid-19 di Kabupaten Jember. *HARENA: Jurnal Gizi*, 3(1), 39-52.
- Putra, Y. W., dan Rizqi, A. S. (2018). Index massa tubuh (IMT) mempengaruhi aktivitas remaja putri SMP Negeri 1 Sumberlawang. *Gaster*, 16(1), 105-115.

- Rahmah, s. R. A., daneka, w., patroni, r., ismiati, i., dan darwis, d. (2021). Hubungan aktifitas fisik dengan berat badan pada remaja selama masa pandemi Covid-19 di wilayah padang harapan kota bengkulu (doctoral dissertation, poltekkes kemenkes bengkulu).
- Restuastuti, T., Chandra, F., & Batubara, H. (2020). Peran Institusi Pendidikan dalam Pengelolaan Obesitas pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 6(3), 355-362.
- RI, P. (2020). Pp Republik Indonesia Nomor 21 Tahun 2020 Tentang Pembatasan Sosial Berskala Besar Dalam Rangka Percepatan Penanganan Corona Wrus Disease 2019 (Covid-I9) Dengan, *Website*, 2019(022868), p. 8. Available at: <https://Covid19.go.id/artikel/2020/04/02/pp-no-21-tahun-2020-tentang-psbb-dalam-rangka-penanganan-Covid-19>.
- Sarana, B. *dkk.* (2017). P1.01-022 Smoking Cessation Related to Lung Resection, *Journal of Thoracic Oncology*, 12(1), pp. S461–S462. doi: 10.1016/j.jtho.2016.11.546.
- Sari, A. M., Ernalina, Y., dan Bebasari, E. (2017). Hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada siswa smpn di Pekanbaru. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Kedokteran*, 4(1), 1-8.
- Sartika, R. A. (2011). Risk Factors of Obesity in Children 5-15 Years Old. *Makara Journal of Health Research*, 15(1). <https://doi.org/10.7454/msk.v15i1.796>.
- Satgas penanganan Covid-19 (2020). analisis data Covid-19 indonesia kasus Covid-19.
- Sudibjo, P., Intan Arovah, N. dan Laksmi Ambardini, R. (2015). Tingkat Pemahaman Dan Survei Level Aktivitas Fisik, Status Kecukupan Energi Dan Status Antropometrik Mahasiswa Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fik Uny, *Medikora*, 11(2), pp. 183–203. doi: 10.21831/medikora.v11i2.2816.

- van Praag, X. *dkk* (2014). Exercise, energy intake, glucose homeostasis, dan the brain, *Journal of Neuroscience*, 34(46), pp. 15139–15149. doi: 10.1523/JNEUROSCI.2814-14.2014.
- Wang Zhou, M. (2020). Wang Zhou Nanshan Zhong Qiang Wang KeHu ZaiqiZhang Coronavirus Prevention Hdanbook 101 Science-Based Tips That Could Save Your Life-Skyhorse.pdf, *101 Science Based Tips That Could Save Your Life*, p. 25.
- Welis, W., dan Rifki, M. S. (2013). *Gizi untuk aktivitas fisik dan kebugaran*. Sukabina Press, Padang. *ISSBN 978-602-1650-02-8*.
- WHO Indonesia (2020). Coronavirus Disease Ikhtisar Kegiatan - 8, *World Health Organization*, 19(May), p. 2. Available at: <https://Covid19.who.int/>.
- Wiyananti, R. dan Wibowo, S. (2016). Prototipe Sistem Blok dalam Metode Pembelajaran Problem Based Learning (Studi Kasus di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang), *Techno COM*, 15(1), pp. 7–14.
- Woods, J. A. *dkk* (2020). The COVID-19 pandemic dan physical activity, *Sports Medicine dan Health Science*, 2(2), pp. 55–64. doi: 10.1016/j.smhs.2020.05.006.
- Wu, N. *dkk* (2019). Cardiovascular health benefits of exercise training in persons living with type 1 diabetes: A systematic review dan meta-analysis. *Journal of Clinical Medicine*, 8(2), pp. 1–26. doi: 10.3390/jcm8020253.
- Yaumil, N. (2017). Hubungan antara aktivitas fisik dengan status nutrisi anak usia sekolah di SD Bopkri Gondolayu Kota Yogyakarta. Skripsi tidak diterbitkan, Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
- Zakaria, & Arumsari. (2018). *Jeli Membangun Karakter Anak*. Bhuana Ilmu Populer.



**Lampiran 1. International Physical Activity Questionnaire (IPAQ)**

**Kuesioner Aktivitas Fisik IPAQ**

<b>BAGIAN 1 : Aktivitas Fisik Berkaitan dengan Pekerjaan di Luar Rumah</b>	
<b>Bagian pertama adalah tentang pekerjaan utama dana (maasiswa) dan kerja sukarela tanpa dibayar yang dana lakukan di luar rumah.</b>	
1. Apakah dana memiliki pekerjaan di luar rumah (utama/kerja sukarela)?	Ya(mahasiswa) Tidak →( <b>loncat ke bagian 2</b> )
<b>Pertanyaan 2 3 4 5 dan 6 berhubungan dengan pekerjaan dana dalam periode waktu 7 hari terakhir setidaknya selama 10 menit dan sebagai bagian dari pekerjaan dana</b>	
2. Berapa hari dalam seminggu terakhir dana melakukan aktivitas fisik berat seperti mengangkat barang berat $\geq 10$ kg (setara mengangkat Galon) Catatan: jika melakukan $< 10$ menit dihitung 0	.....Hari/minggu Tidak melakukan aktivitas fisik berat ( <b>loncat ke pertanyaan 4</b> )
3. Dalam sehari, berapa lama (jam, menit) dana melakukan aktivitas fisik berat?	.....Jam/hari .....Menit/hari
4. Berapa hari dalam seminggu terakhir dana melakukan aktivitas fisik ringan seperti mengangkat barang ringan? ( $<10$ kg)	.....Hari/minggu Tidak melakukan aktivitas fisik ringan ( <b>loncat ke pertanyaan 6</b> )
5. Dalam sehari berapa lama (jam, menit) dana melakukan aktivitas fisik ringan?	.....Jam/hari .....Menit/hari
6. Berapa hari dalam seminggu terakhir dana berjalan untuk pergi dan pulang dari kampus dana?	.....Hari/minggu Tidak melakukan aktivitas fisik berjalan ( <b>loncat ke BAGIAN 2</b> )

7. Dalam sehari berapa lama (jam, menit) dana biasa berjalan?	.....Jam/hari .....Menit/hari
---	----------------------------------

<b>BAGIAN 2 : Aktivitas Fisik yang Berkaitan dengan Transportasi</b>	
<b>Pertanyaan berikut adalah tentang bagaimana cara dana berpergian dari suatu tempat ke tempat yang lain termasuk ke tempat-tempat seperti pekerjaan toko ke pasar dan sebagainya dengan menggunakan jenis kendaraan bermotor: roda dua,roda empat selama 7 hari terakhir</b>	
8. Berapa hari dalam seminggu terakhir dana menaiki kendaraan bermotor roda dua, roda empat?	.....Hari/minggu Tidak menaiki kendaraan ( <b>loncat ke pertanyaan 10</b> )
9. Dalam sehari,berapa lama (jam, menit) dana menaiki kendaraan bermotor roda dua, roda empat?	.....Jam/hari .....Menit/hari
10. Berapa hari dalam seminggu terakhir dana bersepeda untuk pergi dan pulang kampus	.....Hari/minggu Tidak bersepeda ( <b>loncat ke pertanyaan 12</b> )
11. Dalam sehari,berapa lama (jam, menit) dana bersepeda untuk pergi dan pulang kampus ?	.....Jam/hari .....Menit/hari
12. Dalam seminggu terakhir berapa hari dana berjalan untuk pergi dan pulang kampus ?	.....Hari/minggu Tidak berjalan ( <b>loncat ke BAGIAN 3</b> )
13. Dalam sehari berapa lama (jam, menit) dana berjalan untukpergi dan pulang kampus?	.....Jam/hari .....Menit/hari

<b>BAGIAN 3 : Pekerjaan Rumah Tangga Perawatan Rumah dan Perawatan untuk Keluarga</b>	
<b>Pertanyaan berikut mengenai aktivitas fisik yang anda lakukan dalam 7 hari terakhir di dalam dan sekitar rumah seperti pekerjaan rumah tangga berkebun dan pekerjaan sekitar halaman pekerjaan umum pemeliharaan rumah serta merawat keluarga anda. Pertanyaan 14 16 dan 18 berkaitan dengan aktivitas fisik disekitar rumah dan di dalam rumah dalam periode waktu 7 hari terakhir yang anda lakukan setidaknya selama 10 menit pada suatu waktu</b>	
<b>Di sekitar rumah</b>	.....Hari/minggu
14. Berapa hari dalam seminggu terakhir anda melakukan aktivitas fisik berat seperti mengangkat barang berat $\geq 10$ kg (setara $\frac{1}{2}$ zak beras kecil) memindahkan perabot rumah tangga memotong kayu mencangkul disekitar rumah?	Tidak melakukan aktivitas fisik berat ( <b>loncat ke pertanyaan 16</b> )
15. Dalam sehari berapa lama (jam, menit) anda bisa melakukan aktivitas fisik berat di sekitar rumah?	.....Jam/hari .....Menit/hari
16. Berapa hari dalam seminggu terakhir anda melakukan aktivitas fisik ringan seperti mengangkat barang ringan ( $< 10$ kg) menyapu halaman atau taman mencuci mobil dan mencuci?	.....Hari/minggu Tidak melakukan aktivitas fisik ringan ( <b>loncat ke pertanyaan 18</b> )
17. Dalam sehari berapa lama (jam, menit) anda bisa melakukan aktivitas fisik ringan?	.....Jam/hari .....Menit/hari
<b>Di dalam rumah</b>	.....Hari/minggu
18. Berapa hari dalam seminggu terakhir anda melakukan aktivitas fisik ringan seperti mengangkat benda ringan $< 10$ kg, memasak, mencuci, menyapu, mengepel lantai?	Tidak melakukan aktivitas fisik ringan ( <b>loncat ke BAGIAN 4</b> )
19. Dalam sehari berapa lama (jam,menit) anda biasa melakukan aktivitas fisik ringan ?	.....Jam/hari .....Menit/hari

<b>BAGIAN 4 : Aktivitas Rekreasi Olahraga dan Aktivitas Fisik di Waktu Luang</b>	
<b>Pertanyaan berikut mengenai aktivitas fisik yang anda lakukan di waktu luang setidaknya selama 10 menit dalam 7 hari terakhir untuk aktivitas rekreasi berjalan olahraga dan kegiatan lainnya</b>	
20. Berapa hari dalam seminggu terakhir yang anda lakukan di waktu luang untuk aktivitas rekreasi, aktivitas berjalan, olahraga dan kegiatan lain?	.....Hari/minggu Tidak melakukan aktivitas berjalan <b>(loncat ke pertanyaan 22)</b>
21. Dalam sehari, berapa lama (jam, menit) anda melakukan aktivitas di waktu luang untuk rekreasi, aktivitas berjalan, olahraga dan kegiatan lain?	.....Jam/hari .....Menit/hari
22. Berapa hari dalam seminggu terakhir anda melakukan aktivitas fisik berat seperti aerobik, berlari, berenang cepat?	.....Hari/minggu Tidak melakukan aktivitas berat <b>(loncat ke pertanyaan 24)</b>
23. Dalam sehari, berapa lama (jam, menit) anda melakukan aktivitas fisik berat seperti aerobik, berlari, berenang cepat?	.....Jam/hari .....Menit/hari
24. Berapa hari dalam seminggu terakhir anda melakukan aktivitas fisik ringan seperti bersepeda dan berenang dengan kecepatan biasa?	.....Hari/minggu Tidak melakukan aktivitas ringan <b>(loncat ke bagian 5)</b>
25. Dalam sehari berapa lama (jam, menit) anda biasa melakukan aktivitas fisik ringan seperti bersepeda dan berenang dengan kecepatan biasa?	.....Jam/hari .....Menit/hari

<b>BAGIAN 5 : Waktu yang Digunakan untuk Duduk</b>	
<b>Pertanyaan berikut adalah tentang waktu yang biasa dilakukan untuk duduk di rumah ,di tempat kerja, mengunjungi teman ,membaca atau berbaring menonton tv</b>	
26. Dalam sehari berapa lama (Jam, menit) biasa melakukan aktivitas dalam posisi duduk di hari kuliah?	.....Jam/hari .....Menit/hari
27. Dalam sehari berapa lama (jam, menit) biasa duduk pada hari akhir pekan/tidak sedang kuliah?	.....Jam/hari .....Menit/hari

**Lampiran 2. *Informed Consent******Informed Consent***

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Umur :

Jenis kelamin :

Setelah mendapatkan penjelasan dari peneliti terkait pemeriksaan yang akan diberikan, saya Bersedia menjadi responden penelitian yang berjudul “Gambaran Aktivitaas Fisik Mahasiswa Universitas Hasanuddin Selama Pandemi *COVID-19*” yang akan dilakukan La Ode Muhammad Baitul M (C041171322) mahasiswa Program Studi S1 Fisioterapi, Fakultas Keperawatan, Universitas Hasanuddin, Makassar.

Demikian lembar persetujuan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanpa dipaksa dari pihak lain, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Makassar, Januari 2022

Yang menyatakan

Nama Responden

**Penanggung Jawab Penelitian:**


Nama : La Ode Muhammad Baitul M

Alamat : Pondok Bahar Jl. PK7, Tamalanrea, Makassar

Tlp/HP : 081344843855

Email : [Baitulm20@gmail.com](mailto:Baitulm20@gmail.com)

### Lampiran 3. Izin Penelitian



**PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI SELATAN**  
**DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**  
 Jl. Bougenville No.5 Telp. (0411) 441077 Fax. (0411) 448936  
 Website : <http://simap-new.sulselprov.go.id> Email : [ptsp@sulselprov.go.id](mailto:ptsp@sulselprov.go.id)  
 Makassar 90231

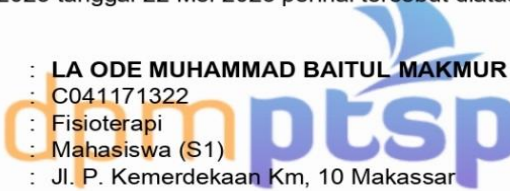
---

Nomor	: <b>17662/S.01/PTSP/2023</b>	<b>Kepada Yth.</b>
Lampiran	: -	Rektor Univ. Hasanuddin Makassar
Perihal	: <u><b>Izin penelitian</b></u>	

di-  
**Tempat**

Berdasarkan surat Dekan Fak. Keperawatan Univ. Hasanuddin Makassar Nomor : 1621/UN4.18.1/PT.01.04/2023 tanggal 22 Mei 2023 perihal tersebut diatas, mahasiswa/peneliti dibawah ini:

N a m a	: <b>LA ODE MUHAMMAD BAITUL MAKMUR</b>	
Nomor Pokok	: C041171322	
Program Studi	: Fisioterapi	
Pekerjaan/Lembaga	: Mahasiswa (S1)	
Alamat	: Jl. P. Kemerdekaan Km, 10 Makassar	



**PROVINSI SULAWESI SELATAN**

Bermaksud untuk melakukan penelitian di daerah/kantor saudara dalam rangka menyusun SKRIPSI, dengan judul :

**" GAMBARAN AKTIVITAS FISIK MAHASISWA UNIVERSITAS HASANUDDIN SELAMA PANDEMI COVID-19 "**


Yang akan dilaksanakan dari : Tgl. **26 Mei s/d 26 Juni 2023**

Sehubungan dengan hal tersebut diatas, pada prinsipnya kami **menyetujui** kegiatan dimaksud dengan ketentuan yang tertera di belakang surat izin penelitian.

Demikian Surat Keterangan ini diberikan agar dipergunakan sebagaimana mestinya.

Diterbitkan di Makassar  
Pada Tanggal 26 Mei 2023

**A.n. GUBERNUR SULAWESI SELATAN**  
**PLT. KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU**  
**SATU PINTU PROVINSI SULAWESI SELATAN**



**Drs. MUH SALEH, M.Si.**  
 Pangkat : PEMBINA UTAMA MUDA  
 Nip : 19690717 199112 1002

Tembusan Yth

1. Dekan Fak. Keperawatan Univ. Hasanuddin Makassar di Makassar;
2. *Pertinggal.*

## Lampiran 4. Surat Keterangan Lolos Kaji Etik



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS HASANUDDIN  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
Jln.Perintis Kemerdekaan Km.10 Makassar 90245, Telp.(0411) 585658,  
E-mail : [fk.unhas@gmail.com](mailto:fk.unhas@gmail.com), website: <https://fk.unhas.ac.id/>

### REKOMENDASI PERSETUJUAN ETIK

Nomor :3252/UN4.14.1/TP.01.02/2023

Tanggal : 10 April 2023

Dengan ini Menyatakan bahwa Protokol dan Dokumen yang Berhubungan dengan Protokol berikut ini telah mendapatkan Persetujuan Etik :

No.Protokol	5423091055	No. Sponsor Protokol	
Peneliti Utama	<b>La Ode Muhammad Baitul Makmur</b>	Sponsor	Pribadi
Judul Peneliti	<b>Gambaran Aktivitas Fisik Mahasiswa Univeristas Hasanuddin Tahun 2022 Selama Pandemi COVID-19</b>		
No.Versi Protokol	1	Tanggal Versi	03 Maret 2023
No.Versi PSP	1	Tanggal Versi	03 Maret 2023
Tempat Penelitian	<b>Univeristas Hasanuddin</b>		
Judul Review	<input checked="" type="checkbox"/> Exempted <input type="checkbox"/> Expedited <input type="checkbox"/> Fullboard	Masa Berlaku <b>10 April 2023</b> Sampai <b>10 April 2024</b>	Frekuensi review lanjutan
Ketua Komisi Etik Penelitian	Nama : Prof.dr.Veni Hadju,M.Sc,Ph.D	Tanda tangan 	Tanggal <b>10 April 2023</b> 
Sekretaris komisi Etik Penelitian	Nama : Dr. Wahiduddin, SKM.,M.Kes	Tanda tangan 	Tanggal <b>10 April 2023</b> 

Kewajiban Peneliti Utama :

1. Menyerahkan Amandemen Protokol untuk persetujuan sebelum di implementasikan
2. Menyerahkan Laporan SAE ke Komisi Etik dalam 24 Jam dan dilengkapi dalam 7 hari dan Laporan SUSAR dalam 72 Jam setelah Peneliti Utama menerima laporan
3. Menyerahkan Laporan Kemajuan (progress report) setiap 6 bulan untuk penelitian resiko tinggi dan setiap setahun untuk penelitian resiko rendah
4. Menyerahkan laporan akhir setelah Penelitian berakhir
5. Melaporakan penyimpangan dari protocol yang disetujui (protocol deviation/violation)
6. Mematuhi semua peraturan yang ditentukan





## Lampiran 5. Hasil Data SPSS

### 1. Distribusi Kelompok Fakultas, Jenis Kelamin Dan Usia Responden

		Usia			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	Remaja (18-25 tahun)	237	100,0	100,0	100,0

		Jenis_Kelamin			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	Laki-laki	56	23,6	23,6	23,6
	Perempuan	181	76,4	76,4	100,0
	Total	237	100,0	100,0	

		Kelompok_Fakultas			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	SAINTEK	206	86,9	86,9	86,9
	SOSHUM	31	13,1	13,1	100,0
	Total	237	100,0	100,0	

### 2. Distribusi Berdasarkan IMT

		IMT			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	Kurus Sekali	21	8,9	8,9	8,9
	Kurus	46	19,4	19,4	28,3
	Normal	144	60,8	60,8	89,0
	Gemuk	17	7,2	7,2	96,2
	Obesitas	9	3,8	3,8	100,0
	Total	237	100,0	100,0	

## 3. Distribusi Berdasarkan Aktivitas Fisik

		Aktivitas_Fisik			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Aktivitas tinggi (>3.000 METS)	215	90,7	90,7	90,7
	Aktivitas sedang (600-3.000 METS)	17	7,2	7,2	97,9
	Aktivitas rendah (< 600 METS)	5	2,1	2,1	100,0
	Total	237	100,0	100,0	

## 4. Crosstabulation Tingkat Aktivitas Fisik Dan Kelompok Fakultas

## Aktivitas\_Fisik \* Kelompok\_Fakultas Crosstabulation

		Kelompok_Fakultas			
			SAINTEK	SOSHUM	Total
Aktivitas_Fisik	Aktivitas tinggi (>3.000 METS)	Count	184	31	215
		Expected Count	186,9	28,1	215,0
		% within Aktivitas_Fisik	85,6%	14,4%	100,0%
		% within Kelompok_Fakultas	89,3%	100,0%	90,7%
		% of Total	77,6%	13,1%	90,7%
	Aktivitas sedang (600-3.000 METS)	Count	17	0	17
		Expected Count	14,8	2,2	17,0
		% within Aktivitas_Fisik	100,0%	0,0%	100,0%
		% within Kelompok_Fakultas	8,3%	0,0%	7,2%
		% of Total	7,2%	0,0%	7,2%
	Aktivitas rendah (< 600 METS)	Count	5	0	5
		Expected Count	4,3	,7	5,0
		% within Aktivitas_Fisik	100,0%	0,0%	100,0%
% within Kelompok_Fakultas		2,4%	0,0%	2,1%	
Total	Count	206	31	237	
	Expected Count	206,0	31,0	237,0	
	% within Aktivitas_Fisik	86,9%	13,1%	100,0%	
	% within Kelompok_Fakultas	100,0%	100,0%	100,0%	
	% of Total	86,9%	13,1%	100,0%	

## 5. Crosstabulation Tingkat Aktivitas Fisik Dan Jenis Kelamin

Aktivitas\_Fisik \* Jenis\_Kelamin Crosstabulation

		Jenis_Kelamin		Total	
		Laki-laki	Perempuan		
Aktivitas_Fisik	Aktivitas tinggi (>3.000 METS)	Count	55	160	215
		Expected Count	50,8	164,2	215,0
		% within Aktivitas_Fisik	25,6%	74,4%	100,0%
		% within Jenis_Kelamin	98,2%	88,4%	90,7%
	Aktivitas sedang (600-3.000 METS)	Count	1	16	17
		Expected Count	4,0	13,0	17,0
		% within Aktivitas_Fisik	5,9%	94,1%	100,0%
		% within Jenis_Kelamin	1,8%	8,8%	7,2%
	Aktivitas rendah (< 600 METS)	Count	0	5	5
		Expected Count	1,2	3,8	5,0
		% within Aktivitas_Fisik	0,0%	100,0%	100,0%
		% within Jenis_Kelamin	0,0%	2,8%	2,1%
Total	Count	56	181	237	
	Expected Count	56,0	181,0	237,0	
	% within Aktivitas_Fisik	23,6%	76,4%	100,0%	
	% within Jenis_Kelamin	100,0%	100,0%	100,0%	
		% of Total	23,6%	76,4%	100,0%

## 6. Crosstabulation Tingkat Aktivitas Fisik Dan IMT

Aktivitas\_Fisik \* IMT Crosstabulation

		IMT					Total	
		Kurus Sekali	Kurus	Normal	Gemuk	Obesitas		
Aktivitas_Fisik	Aktivitas tinggi (>3.000 METS)	Count	18	43	131	15	8	215
		Expected Count	19,1	41,7	130,6	15,4	8,2	215,0
		% within Aktivitas_Fisik	8,4%	20,0%	60,9%	7,0%	3,7%	100,0%
		% within IMT	85,7%	93,5%	91,0%	88,2%	88,9%	90,7%
	Aktivitas sedang (600-3.000 METS)	Count	3	3	9	1	1	17
		Expected Count	1,5	3,3	10,3	1,2	,6	17,0
		% within Aktivitas_Fisik	7,6%	18,1%	55,3%	6,3%	3,4%	90,7%
		% within IMT	0,0%	0,0%	60,0%	20,0%	0,0%	100,0%

Total	% within Aktivitas_Fisik	17,6%	17,6%	62,9%	6,9%	6,9%	100,0%
	% within IMT	14,9%	6,5%	6,3%	5,9%	11,1%	7,2%
	% of Total	1,3%	1,3%	3,8%	0,4%	0,4%	7,2%
	Count	0	0	4	1	0	5
	Expected Count	,4	1,0	3,0	,4	,2	5,0
	% within Aktivitas_Fisik	0,0%	0,0%	60,0%	20,0%	0,0%	100,0%
	% within IMT	0,0%	0,0%	2,8%	5,9%	0,0%	2,1%
	% of Total	0,0%	0,0%	1,7%	0,4%	0,0%	3,1%
	Count	21	46	144	17	9	237
	Expected Count	21,0	46,0	144,0	17,0	9,0	237,0
	% within Aktivitas_Fisik	8,9%	19,4%	60,8%	7,2%	3,8%	100,0%
	% within IMT	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
% of Total	8,9%	19,4%	60,8%	7,2%	3,8%	100,0%	

## Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian

