

## **PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Sri Sulastri

NIM : 20160310135

Program Studi : Pendidikan Dokter

Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UMY

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang penulis tulis ini benar-benar merupakan hasil karya penulis sendiri dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi manapun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks yang dicantumkan dalam Daftar Pustaka dibagian akhir Karya Tulis Ilmiah ini.

Apabila dikemduain hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka penulis bersdia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, 20 November 2019

Yang membuat pernyataan,

Sri Sulastri

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kami panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga kami dapat menyelesaikan karya tulis yang berjudul “Hubungan antara Tingkat Aktivitas Fisik dengan Jenis Kelamin, Prodi, dan Tempat Tinggal pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta” dengan lancar dan tepat waktu.

Pada kesempatan ini kami mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dr. dr. Wiwik Kusumawati, M.Kes, selaku dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
2. Dr. dr. Sri Sundar, M.Kes, selaku ketua Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah
3. Dr. dr. Arlina Dewi, M.Kes, selaku pembimbing kami yang sabar dalam memberikan bimbingan, waktu, tenaga, dan pikiran agar karya tulis ini dapat terlaksana dengan lancar
4. dr. Titiek Hidayati, M.Kes, FSICM, FISPH yang telah memberikan saran dalam penelitian ini sehingga penelitian ini dapat menjadi lebih baik
5. Kedua orang tua, Aca & Titin Suhati yang saya cintai telah memberikan dukungan moral dan spiritual bagi penulis
6. Teman satu penelitian yang telah memberikan bantuan dan motivasi untuk menyelesaikan penelitian ini

7. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang telah mendukung dan melancarkan karya tulis ilmiah ini
8. Semua pihak yang tidak dapat di sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah (KTI) ini masih banyak kekurangannya, sehingga penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi penyempurnaan dan peningkatan kualitas KTI ini. Akhir kata, penulis mengharapkan KTI ini dapat diterima dan penelitian dapat berjalan dengan lancar.

Yogyakarta , 20 November 2019

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN KTI .....</b>	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>viii</b>
<b>INTISARI.....</b>	<b>ix</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>x</b>
<b>BAB 1 .....</b>	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
<b>A. Latar belakang.....</b>	<b>1</b>
<b>B. Rumusan masalah.....</b>	<b>5</b>
<b>C. Tujuan penelitian.....</b>	<b>5</b>
1. Tujuan umum : .....	5
2. Tujuan khusus: .....	5
<b>D. Manfaat Penelitian .....</b>	<b>6</b>
<b>E. Keaslian penelitian.....</b>	<b>7</b>
<b>BAB II .....</b>	<b>10</b>
<b>TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>10</b>
<b>A. Aktivitas Fisik .....</b>	<b>10</b>
1. Pengertian Aktivitas Fisik.....	10
2. Klasifikasi aktifitas fisik .....	11
3. Manfaat aktivitas fisik terhadap kesehatan .....	13
4. Tipe – tipe aktivitas fisik .....	14
5. Faktor – faktor yang mempengaruhi aktivitas fisik .....	16
<b>B. Jenis kelamin .....</b>	<b>17</b>
<b>C. Tempat tinggal .....</b>	<b>18</b>
<b>D. Program studi .....</b>	<b>18</b>
<b>E. Kerangka teori .....</b>	<b>19</b>
<b>F. Kerangka konsep .....</b>	<b>20</b>
<b>G. Hipotesis.....</b>	<b>20</b>
<b>BAB III.....</b>	<b>21</b>
<b>METODE PENELITIAN .....</b>	<b>21</b>
<b>A. Desain Penelitian.....</b>	<b>21</b>
<b>B. Populasi dan Sampel.....</b>	<b>21</b>

1. Populasi .....	21
2. Sampel .....	22
<b>C. Lokasi dan Waktu Penelitian .....</b>	<b>22</b>
1. Lokasi penelitian .....	22
2. Waktu penelitian .....	23
<b>D. Variabel dan Definisi Operasional .....</b>	<b>23</b>
<b>E. Definisi operasional .....</b>	<b>24</b>
<b>F. Instrumen penelitian .....</b>	<b>25</b>
<b>G. Cara pengumpulan data .....</b>	<b>26</b>
<b>H. Uji validitas dan reliabilitas .....</b>	<b>27</b>
<b>I. Analisis data .....</b>	<b>28</b>
<b>J. Etik Penelitian .....</b>	<b>29</b>
<b>BAB IV .....</b>	<b>30</b>
<b>A. Hasil Penelitian .....</b>	<b>30</b>
1. Deskripsi Wilayah Penelitian .....	30
2. Subjek Penelitian .....	30
<b>B. Pembahasan .....</b>	<b>36</b>
1. Hubungan antara Aktivitas Fisik dengan Jenis Kelamin .....	36
2. Hubungan antara Aktivitas Fisik dengan Tempat Tinggal .....	38
3. Hubungan antara aktivitas fisik dengan prodi .....	40
<b>C. Keterbatasan penelitian .....</b>	<b>41</b>
<b>BAB 5 .....</b>	<b>42</b>
<b>A. Kesimpulan .....</b>	<b>42</b>
<b>B. Saran .....</b>	<b>42</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>44</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>50</b>
1. Lampiran 1. Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ) bahasa Inggris 51	
2. Lampiran 2. Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ) bahasa Indonesia .....	53
<b>Lampiran 3. Surat Persetujuan Etik KEPK FKIK UMY .....</b>	<b>55</b>
<b>Lampiran 4. Hasil Analisis Data Penelitian .....</b>	<b>56</b>

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian .....	7
Tabel 4.1 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis kelamin.....	34
Tabel 4.2 Distribusi responden berdasarkan tempat tinggal.....	34
Tabel 4.3 Distribusi responden berdasarkan program studi.....	35
Tabel 4.4 Distribusi responden berdasarkan aktivitas fisik.....	35
Tabel 4.5 Hubungan antara Aktifitas Fisik dengN Jenis Kelamin .....	36
Tabel 4.6 Hubungan antara Aktifitas Fisik dengan tempat tinggal.....	37
Tabel 4.7 Hubungan antara Aktifitas Fisik dengan Program Studi.....	38

**KARYA TULIS ILMIAH**

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT AKTIVITAS FISIK  
DENGAN JENIS KELAMIN, PRODI, DAN TEMPAT  
TINGGAL PADA MAHASISWA UNIVERSITAS  
MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

Diajukan untuk memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Derajat Sarjana  
Pendidikan Dokter pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



**Disusun oleh**  
**SRI SULASTRI**  
**20160310135**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN**  
**FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

**2019**