

SKRIPSI

ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KETAHANAN FISIK PADA PENYINTAS COVID-19 DI KABUPATEN REJANG LEBONG



OLEH

NAMA : MARIA SEPTIANI MAKNAWIJAYA

NIM : 10011381924112

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT (S1)
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2023**

SKRIPSI

ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KETAHANAN FISIK PADA PENYINTAS COVID-19 DI KABUPATEN REJANG LEBONG

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar (S1)
Sarjana Kesehatan Masyarakat pada Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya



OLEH

NAMA : MARIA SEPTIANI MAKNAWIJAYA

NIM : 10011381924112

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT (S1)
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2023**

EPIDEMIOLOGI

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS SRIWIJAYA

Skripsi, 07 Agustus 2023

Maria Septiani Maknawijaya : Dibimbing oleh Prof. Dr. Rico Januar Sitorus, S.K.M., M.Kes (Epid)

Analisis Faktor-faktor yang Mempengaruhi Ketahanan Fisik pada Penyintas Covid-19 di Kabupaten Rejang Lebong

viii + 84 halaman, 6 gambar, 30 tabel, 7 lampiran

ABSTRAK

Ketahanan fisik adalah suatu daya tahan tubuh seseorang untuk melaksanakan pekerjaan sehari-hari tanpa terjadinya kelelahan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi ketahanan fisik pada penyintas Covid-19 di Kabupaten Rejang Lebong. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain studi *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah penyintas Covid-19 yang pernah dirawat di fasilitas kesehatan yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi sebanyak 163 orang. Data yang digunakan adalah data primer yang diperoleh dari wawancara langsung dan kuesioner, serta data sekunder. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Data dianalisis secara univariat, bivariat, dan multivariat. Hasil analisis menunjukkan bahwa dari 163 responden terdapat 110 responden (67,5%) memiliki ketahanan fisik yang baik dan 53 responden (32,5%) memiliki ketahanan fisik tidak baik. Variabel yang berhubungan dengan ketahanan fisik penyintas Covid-19 adalah status gizi ($P=0,002$), jenis kelamin ($P=0,001$), status vaksinasi ($P=0,033$), riwayat hipertensi ($P=0,010$), riwayat diabetes melitus ($P=0,043$), usia ($P=0,000$). Adapun variabel yang tidak berhubungan adalah status pekerjaan ($P=0,140$). Kemudian variabel yang dominan dalam mempengaruhi ketahanan fisik penyintas Covid-19 adalah variabel usia dengan (P value 0,000; 38.522 dengan CI 95% (7,672-193,426). Dapat disimpulkan bahwa usia mempengaruhi ketahanan fisik penyintas Covid-19, oleh karena itu diperlukannya menjaga status gizi dengan usia agar ketahanan fisik bisa tetap dijaga.

Kata Kunci : Ketahanan Fisik, Penyintas Covid-19, Status Ketahanan Fisik
Kepustakaan : 54 (2009 – 2023)

EPIDEMIOLOGY

FACULTY OF PUBLIC HEALTH SRIWIJAYA UNIVERSITY

Thesis, August 7th 2023

Maria Septiani Maknawijaya : Mentored by Prof. Dr. Rico Januar Sitorus, S.K.M.,
M.Kes (Epid)

Analysis of Factors Affecting Physical Endurance in Covid-19 Survivors in Rejang Lebong Regency

viii + 84 pages, 6 pictures, 30 tables, 7 attachments

ABSTRACT

Physical endurance is a person's body resistance to carry out daily work without fatigue. The purpose of this study was to determine the factors that affect physical endurance in Covid-19 survivors in Rejang Lebong Regency. This research is a quantitative study using a cross sectional study design. The sample in this study were 163 Covid-19 survivors who had been treated in health facilities that met the inclusion and exclusion criteria. The data used are primary data obtained from direct interviews and questionnaires, and also used secondary data. Sampling in this study using purposive sampling. Data were analyzed by univariates, bivariate and multivariate. The results of the analysis showed that out of 163 respondents, 110 respondents (67,5%) had good physical endurance and 53 respondents (32,5%) had poor physical endurance. Variables related to the physical endurance of Covid-19 survivors were nutritional status ($P=0,002$), gender ($P=0,001$), vaccination status ($P=0,033$), history of hypertension ($P=0,010$), history of diabetes mellitus ($P=0,043$), and age ($P=0,000$). The unrelated variable is employment status ($P=0,140$). Then the dominant variable influencing the physical endurance of Covid-19 survivors is age with (P value $0,000$; $PR = 38.522$ with CI 95% (7,672-193,426). It can be concluded that age affects the physical endurance of Covid-19 survivors, therefore nutrition status is needed that is balanced with age so that physical endurance can be maintained.

Keywords : Physical Endurance, Covid-19 Survivors, Physical Endurance Status

Literature : 54 (2009 – 2023)

HALAMAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini dibuat dengan sejujurnya mengikuti Kaidah Etika Akademik Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya serta menjamin bebas plagiarism. Bila kemudian diketahui saya melanggar Etika Akademik maka saya bersedia dinyatakan tidak lulus/gagal.

Indralaya, 07 Agustus 2023

Yang bersangkutan



Maria Septiani Maknawijaya

NIM. 10011381924112

HALAMAN PENGESAHAN

**ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI
KETAHANAN FISIK PADA PENYINTAS COVID-19 DI
KABUPATEN REJANG LEBONG**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat

Oleh :

MARIA SEPTIANI MAKNAWIJAYA
10011381924112

Indralaya, 07 Agustus 2023

Mengetahui,
Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat



Dr. Misnaniarti, S.KM., M.KM
NIP. 197606092002122001

Pembimbing

A handwritten signature in black ink, likely belonging to Prof. Dr. Rico Januar Sitorus.

Prof. Dr. Rico Januar Sitorus,
S.KM., M.Kes (Epid)
NIP. 198101212003121002

HALAMAN PERSETUJUAN

Karya tulis ilmiah berupa Skripsi ini dengan judul "Analisis Faktor-faktor yang Mempengaruhi Ketahanan Fisik Penyintas Covid-19 di Kabupaten Rejang Lebong" telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya pada tanggal 03 Agustus 2023

Indralaya, 04 Agustus 2023

Tim Penguji Skripsi

Ketua :

1. Prof. Dr. Rostika Flora, S.Kep., M.Kes
NIP. 197109271994032004

(Rostika Flora)

Anggota :

2. Nurmalia Ermi, S.ST., M.KM
NIP. 199208022019032020
3. Prof. Dr. Rico Januar Sitorus, S.K.M., M.Kes (Epid)
NIP. 198101212003121002

(Nurmalia Ermi)

(Rico Januar Sitorus)

Mengetahui

Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat



Dr. Misnaniarti, S.K.M., M.KM.
NIP. 197606092002122001

Koordinator Program Studi
Kesehatan Masyarakat

Asmaripa Ainy, S.Si., M.Kes
NIP. 197909152006042005

RIWAYAT HIDUP

Nama penulis Maria Septiani Maknawijaya, biasa dipanggil Maria. Penulis lahir di Curup Kabupaten Rejang Lebong pada tanggal 30 September 2001 dan merupakan anak terakhir dari tiga bersaudara. Penulis beralamat di Jalan M.H Thamrin, Air Rambai, Curup, Rejang Lebong, Bengkulu.

Penulis menempuh pendidikan di SD Xaverius Curup, kemudian melanjutkan pendidikan di SMP Xaverius Curup dan dilanjutkan sekolah di SMA Xaverius Curup. Setelah itu penulis melanjutkan kuliah di Program Studi Kesehatan Masyarakat, Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya.

Selama masa studi penulis merupakan mahasiswa yang aktif dalam mengikuti seminar maupun webinar. Pernah menjadi anggota *volunteer psycircel* , pernah menjadi mahasiswa Kredensial Mikro Mahasiswa Indonesia di Universitas Prima dengan course “Surveilans Epidemiologi Molekuler Penyakit Diabetes Melitus”

KATA PENGANTAR

Segala puji dan Syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Pengasih atas segala limpahan kasih, karunia, dan kehendak-Nya sehingga Tugas Akhir Skripsi dengan judul Analisis Faktor-faktor yang Mempengaruhi Ketahanan Fisik pada Penyintas Covid-19 di Kabupaten Rejang Lebong, dapat diselesaikan dengan baik. Selesaiannya Tugas Akhir ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan dan doa dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Dr. Misnaniarti, S.KM., M.KM selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.
2. Ibu Asmaripa Ainy, S.Si., M.Kes selaku Kepala Prodi S1 Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.
3. Bapak Prof. Dr. Rico Januar Sitorus, S.KM., M.Kes (Epid) selaku pembimbing, Ibu Prof. Dr. Rostika Flora, S.Kep., M.Kes selaku penguji 1, Ibu Nurmalia Ermi S.ST., M.KM selaku penguji 2.
4. Para dosen dan staff Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.
5. Kedua orang tuaku serta kakak-kakak yang telah memberikan semangat dan motivasi serta doa dalam menyelesaikan perjuangan ini.
6. Teman-teman seperjuangan saya kelas IKM A, Peminatan Epidemiologi beserta sobat kuliah dan SMA yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah mendengarkan keluh kesah serta memberi dukungan dari segala hal yang telah mendukung penulisan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan yang mendasar pada skripsi ini. Oleh karena itu, penulis menerima semua saran dan kritik yang bersifat membangun guna penyempurnaan penulisan skripsi ini.

Indralaya, 07 Agustus 2023

Maria Septiani Maknawijaya

NIM. 10011381924112

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN	
HALAMAN SAMPUL DALAM	
HALAMAN JUDUL	
ABSTRAK	i
<i>ABSTRACT</i>	ii
HALAMAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
RIWAYAT HIDUP	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis	5
1.4.2 Manfaat Praktis.....	5
1.5 Ruang Lingkup Penelitian.....	5
1.5.1 Lingkup Waktu.....	5
1.5.2 Lingkup Lokasi.....	5
1.5.3 Lingkup Materi.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Ketahanan Fisik.....	7
2.1.1 Definisi Ketahanan Fisik.....	7
2.1.2 Faktor-faktor Ketahanan Fisik.....	7

2.1.3	Pengukuran Ketahanan Fisik.....	12
2.2	Covid-19	15
2.2.1	Definisi.....	15
2.2.2	Penyebaran Covid-19.....	15
2.2.3	Vaksin Covid-19.....	16
2.2.4	Perilaku Pencegahan Covid-19.....	17
2.3	Penyintas Covid-19	17
2.4	Penelitian Terdahulu	19
2.5	Kerangka Teori.....	22
2.6	Kerangka Konsep	23
2.7	Definisi Operasional	24
2.8	Hipotesis Penelitian	26
BAB III	METODE PENELITIAN	27
3.1	Desain Penelitian.....	27
3.2	Lokasi Penelitian	27
3.3	Populasi dan Sampel Penelitian	27
3.3.1	Populasi Penelitian	27
3.3.2	Sampel Penelitian	28
3.3.3	Teknik Pengambilan Sampel.....	29
3.4	Jenis Cara dan Alat Pengumpulan Data.....	30
3.4.1	Jenis Data	30
3.4.2	Cara Pengumpulan Data	30
3.4.3	Alat Pengumpulan Data	31
3.4.4	Alur Penelitian.....	32
3.5	Pengolahan Data.....	33
3.6	Analisis dan Penyajian Data	33
3.6.1	Analisis Univariat	33
3.6.2	Analisis Bivariat	33
3.6.3	Analisis Multivariat	34
3.6.4	Penyajian Data.....	35
BAB IV	HASIL PENELITIAN.....	36
4.1	Gambaran Umum Kabupaten Rejang Lebong	36

4.1.1	Geografi Kabupaten Rejang Lebong	36
4.1.2	Kependudukan dan Ketenagakerjaan	37
4.1.3	Infrastruktur Pendidikan	38
4.2	Hasil Penelitian	39
4.2.2	Hasil Analisis Univariat	39
4.2.3	Hasil Analisis Bivariat	52
4.2.4	Hasil Analisis Multivariat	58
BAB V PEMBAHASAN		62
5.1	Keterbatasan Penelitian.....	62
5.2	Pembahasan.....	62
5.2.1	Faktor Resiko Ketahanan Fisik Penyintas Covid-19 di Rejang lebong	62
5.2.2	Hubungan Status Gizi dengan Ketahanan Fisik Penyintas Covid-19 ..	63
5.2.3	Hubungan Jenis Kelamin dengan Ketahanan Fisik Penyintas Covid-19	65
5.2.4	Hubungan Status Vaksinasi dengan Ketahanan Fisik Penyintas Covid- 19	66
5.2.5	Hubungan Riwayat Hipertensi dengan Ketahanan Fisik Penyintas Covid-19.....	67
5.2.6	Hubungan Riwayat Diabetes Melitus dengan Ketahanan Fisik Penyintas Covid-19.....	69
5.2.7	Hubungan Usia dengan Ketahanan Fisik Penyintas Covid-19	71
5.2.8	Hubungan Status Pekerjaan dengan Ketahanan Fisik Penyintas Covid- 19	72
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN		74
6.1	Kesimpulan	74
6.2	Saran	75
DAFTAR PUSTAKA		77
LAMPIRAN		81

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu.....	19
Tabel 2. 2 Definisi Operasional.....	24
Tabel 3. 1 Perhitungan P1 dan P2 Penelitian Sebelumnya.....	28
Tabel 4. 1 Luas Wilayah Kecamatan di Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2020	36
Tabel 4. 2 Jumlah Penduduk di Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2021.....	37
Tabel 4. 3 Jumlah Penduduk Berdasarkan Jenis Kelamin dan Kelompok Umur di Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2021.....	38
Tabel 4. 4 Jumlah Sekolah yang ada Di Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2023	38
Tabel 4. 5 Deskriptif Berdasarkan Usia Responden di Kabupaten Rejang Lebong	41
Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di Kabupaten Rejang Lebong.....	41
Tabel 4. 7 Distribusi Frekuensi Status Keterpaparan Covid-19 Responden di Kabupaten Rejang Lebong.....	41
Tabel 4. 8 Distribusi Frekuensi Perilaku Pencegahan Covid-19 Responden di Kabupaten Rejang Lebong.....	44
Tabel 4. 9 Distribusi Ketahanan Fisik Penyintas Covid-19.....	48
Tabel 4. 10 Distribusi Frekuensi Status Gizi Responden di Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2023.....	49
Tabel 4. 11 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Responden di Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2023.....	50
Tabel 4. 12 Distribusi Frekuensi Status Vaksinasi Covid-19 Responden di Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2023.....	50
Tabel 4. 13 Distribusi Frekuensi Riwayat Hipertensi Responden di Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2023.....	50
Tabel 4. 14 Distribusi Frekuensi Riwayat Diabetes Melitus Responden di Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2023.....	51
Tabel 4. 15 Distribusi Rata-rata Usia Responden di Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2023.....	51
Tabel 4. 16 Distribusi Frekuensi Status Pekerjaan Responden di Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2023.....	52
Tabel 4. 17 Hubungan Status Gizi dengan Ketahanan Fisik Penyintas Covid-19 di Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2023.....	52
Tabel 4. 18 Hubungan Jenis Kelamin dengan Ketahanan Fisik Penyintas Covid-19 di Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2023.....	53
Tabel 4. 19 Hubungan Status Vaksinasi dengan Ketahanan Fisik Penyintas Covid- 19 di Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2023.....	54
Tabel 4. 20 Hubungan Riwayat Hipertensi dengan Ketahanan Fisik Penyintas Covid-19 di Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2023.....	55

Tabel 4. 21 Hubungan Riwayat Diabetes Melitus dengan Ketahanan Fisik Penyintas Covid-19 di Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2023	56
Tabel 4. 22 Hubungan Usia dengan Ketahanan Fisik Penyintas Covid-19 di Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2023	57
Tabel 4. 23 Hubungan Status Pekerjaan dengan Ketahanan Fisik Penyintas Covid- 19 di Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2023	58
Tabel 4. 24 Seleksi Bivariat dalam Pemodelan Multivariat	59
Tabel 4. 25 Pemodelan awal Analisis Faktor-faktor yang Mempengaruhi Ketahanan Fisik Penyintas Covid-19 Di Kabupaten Rejang Lebong	59
Tabel 4. 26 Hasil Analisis Pemodelan Multivariat (Uji <i>Confounding</i>)	60
Tabel 4. 27 Pemodelan Akhir Analisis Multivariat Analisis Faktor-faktor yang Mempengaruhi Ketahanan Fisik Penyintas Covid-19 di Kabupaten Rejang Lebong	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kategori Penilaian Ketahanan Fisik	15
Gambar 2. 2 Kerangka Teori.....	22
Gambar 2. 3 Kerangka Konsep.....	23
Gambar 3. 1 Alur Penelitian.....	32
Gambar 4. 1 Distribusi Frekuensi Sebaran Responden Penyintas Covid-19 di Kabupaten Rejang Lebong.....	40
Gambar 4. 2 Distribusi Frekuensi Usia Responden di Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2023.....	51

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 2. Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 3. Kuesioner

Lampiran 4. Surat Permohonan Izin Penelitian ke Dinas Kesehatan Kabupaten
Rejang Lebong

Lampiran 5. Surat Izin Penelitian dari Dinas Kesehatan Kabupaten Rejang
Lebong

Lampiran 6. Hasil Uji Cek Plagiat

Lampiran 7. Output SPSS

Lampiran 8. Dokumentasi

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Saat ini dunia sedang dilanda pandemi kejadian penyakit menular yang kita kenal dengan pandemi Covid-19. Virus yang diberi nama *corona virus disease 2019* atau yang disingkat Covid-19 pertama kali muncul di negara China tepatnya di kota Wuhan pada tahun 2019. *Corona virus disease 2019* (Covid-19) adalah penyakit menular yang disebabkan oleh *severe acute respiratory syndrome coronavirus 2* (SARS-CoV-2). Di Indonesia sendiri pertama kali terkonfirmasi kasus Covid-19 pada bulan Maret 2020 dengan kasus positif Covid-19 sebanyak 2 orang, setelah itu korban Covid-19 terus mengalami kenaikan begitu pula dampak yang ditimbulkan virus ini (Patrisya, 2021).

Kasus Covid-19 mengalami kenaikan di Indonesia pada kurun waktu April 2022 – April 2023 dengan 6.023.924 orang terkonfirmasi positif pada April 2022 dan 6.774.721 orang terkonfirmasi positif pada April 2023 (Kemenkes RI, 2022) dan (Kemenkes RI, 2023) . Kabupaten Rejang Lebong merupakan salah kabupaten di Provinsi Bengkulu yang memiliki angka kasus Covid-19 yang terus mengalami peningkatan setiap bulannya. Jumlah kasus Covid-19 pada bulan April 2023 yaitu sebanyak 4.443 kasus (Dinkes Bengkulu, 2023).

Dengan meningkatnya angka terkonfirmasi positif Covid-19, hal tersebut juga akan menyebabkan angka penyintas Covid-19 juga bertambah. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Bengkulu, angka penyintas Covid-19 di Kabupaten Rejang Lebong juga mengalami kenaikan jumlah penyintas Covid-19 pada 30 April 2023 sebanyak 4.398 orang. Peningkatan angka kesembuhan akibat Covid-19 secara global, nasional bahkan regional merupakan pertanda baik dalam penanganan kasus Covid-19, tetapi adanya peningkatan dalam angka kesembuhan tersebut diikuti dengan laporan *long term* Covid-19 (gejala berkepanjangan) (Nalbandian *et al.*, 2021).

Gejala berkepanjangan pada Covid-19 ini berupa kesesakan napas, batuk, pilek hingga ketahanan fisik yang berkurang, berdasarkan penelitian di Amerika Serikat yang dilakukan oleh *Center for Disease Control and Prevention* (CDC) masyarakat dengan usia ≥ 65 menunjukkan bahwa keluhan gejala berkepanjangan 65.9% lebih tinggi dialami oleh responden yang pernah terkonfirmasi dengan gejala Covid-19 (Wanga *et al.*, 2021). Selain itu penyintas Covid-19 juga dapat mengalami penurunan kualitas hidupnya. Kualitas hidup merupakan fenomena dalam jangkauan besar yang berlandaskan kondisi fisik seseorang, psikologis, tingkat kemandirian, dan hubungan seseorang dengan lingkungannya (Marviana, 2020).

Salah satu faktor kualitas hidup adalah kondisi atau ketahanan fisik seseorang. Ketahanan fisik adalah suatu daya tahan tubuh seseorang untuk melaksanakan pekerjaan sehari-hari tanpa terjadinya kelelahan (Sita, 2018). Adapun faktor yang mempengaruhi ketahanan fisik adalah usia, jenis kelamin, aktivitas fisik, keturunan, kebiasaan hidup, komposisi tubuh, serta status kesehatan. Sedangkan menurut (Zulfa, 2020) faktor yang mempengaruhi ketahanan fisik adalah status gizi, umur, serta jenis kelamin. Aktivitas fisik atau latihan fisik yang baik, benar, terukur dan teratur dapat meningkatkan derajat kesehatan dan ketahanan fisik (Widiarista, 2016)

Namun pada pasien penyintas Covid-19, terdapat beberapa masalah terkait ketahanan fisik. Berdasarkan penelitian Lucas (2022) menyatakan bahwa penyintas Covid-19 setelah satu tahun keluar dari rumah sakit memiliki VO2Max yang sedikit menurun. Nilai VO2Max pada pengujian setelah 6 bulan menunjukkan nilai 82 % dan 81 % pada 12 bulan. Demikian pula, sementara 76% pasien menunjukkan gangguan VO2Max (<85% diprediksi) pada 3 bulan, jumlah ini menurun menjadi 60% pada 6 bulan. Khususnya, pada 12 bulan 60% pasien masih mengalami penurunan VO2Max setelah keluar dari rumah sakit. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pada 6 bulan setelah infeksi akut, penyintas Covid-19 sebagian besar bermasalah dengan kelelahan atau kelemahan otot (63%), kesulitan tidur (26%), dan kecemasan atau depresi (23%) (Ramanathan, 2020). Dalam penelitian Barbara (2022), pada 3 bulan setelah keluar dari rumah sakit, setengah dari pasien

yang selamat dari Covid-19 menunjukkan penurunan kebugaran kardiorespirasi yang signifikan, terutama disebabkan oleh gangguan otot kaki. Selain itu, pasien yang mengalami gejala persisten setelah Covid-19 menunjukkan penurunan jarak yang signifikan pada uji jalan 6 menit, 6 bulan setelah timbulnya gejala.

Hal tersebut juga terjadi pada penyintas Covid-19 di Kabupaten Rejang Lebong. Berdasarkan hasil pra-survei yang telah dilakukan menurut salah satu kepala camat yang berada di Kabupaten Rejang Lebong Ibu Lidya Umairah, S.IP., M.Si. mengatakan bahwa dampak Covid-19 bagi penyintasnya berpengaruh terhadap berbagai aspek kehidupan masyarakat terutama pada bidang kesehatan, seperti *long-term* Covid-19 (kelelahan, sesak napas dan batuk) dan masyarakat umum penyintas Covid-19 belum pernah dilakukan tes ketahanan fisik.

Untuk mengetahui seberapa stabil ketahanan fisik penyintas Covid-19 yaitu dengan melakukan tes VO2Max. Tes VO2Max merupakan cara yang efektif untuk mengukur jumlah oksigen yang dapat diproses oleh tubuh saat melakukan aktivitas fisik, sehingga semakin tinggi VO2Max (semakin banyak seseorang menghirup udara) maka ketahanan fisik semakin baik. Pada penelitian ini digunakan metode tes *rockport* untuk mengukur kadar VO2Max penyintas Covid-19 yaitu jalan cepat sejauh 1.6 km kemudian dihitung waktu yang diperlukan serta denyut nadi setelah melakukan tes tersebut. *Rockport test* memiliki beberapa kelebihan yaitu dapat dijadikan panduan untuk menjaga dan meningkatkan ketahanan fisik, dapat dilakukan secara perorangan maupun secara berkelompok, relatif aman bagi orang yang memiliki risiko penyakit, mudah dilakukan serta dilakukan semampunya dengan berjalan cepat atau berjalan secara konstan (Rohma & Kumaat, 2021).

Dalam menghadapi pandemi Covid-19 di era *new normal* kita dan penyintas Covid-19 dituntut untuk selalu dapat beradaptasi dan menjaga kebugaran tubuh supaya mengurangi risiko terpaparnya Covid-19, oleh sebab itu sangatlah penting untuk memiliki ketahanan fisik yang baik di era *new normal*. Penelitian mengenai ketahanan fisik penyintas Covid-19 di Kabupaten Rejang Lebong sebelumnya belum pernah dilakukan. Oleh karena

itu, peneliti ingin melakukan tes ketahanan fisik guna mengetahui kondisi ketahanan fisik penyintas Covid-19 serta membantu menginformasikan kepada mereka terkhususnya di Kabupaten Rejang Lebong mengenai kondisi ketahanan fisiknya, dan juga untuk mengetahui faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi ketahanan fisik pada penyintas Covid-19, karena memiliki ketahanan fisik yang baik selain sehat dan segar juga dapat melakukan aktivitas sehari-hari dengan mandiri dan akan berpengaruh disegala aspek kehidupan.

1.2 Rumusan Masalah

Sesuai dengan latar belakang masalah yang dibahas sebelumnya yang menyatakan bahwa virus Covid-19 dapat mempengaruhi ketahanan fisik penyintasnya. Oleh karena itu, peneliti ingin mengetahui faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi ketahanan fisik pada penyintas Covid-19 di Kabupaten Rejang Lebong.

1.3 Tujuan penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi ketahanan fisik penyintas Covid-19 di Kabupaten Rejang Lebong.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran distribusi frekuensi variabel usia, jenis kelamin, pekerjaan, riwayat hipertensi, riwayat diabetes melitus, riwayat vaksin Covid-19, status gizi, status keterpaparan Covid-19, perilaku pencegahan Covid-19 dan ketahanan fisik pada penyintas Covid-19 di Kabupaten Rejang Lebong.
2. Mengetahui hubungan usia, jenis kelamin, pekerjaan, riwayat hipertensi, riwayat diabetes melitus, riwayat vaksin Covid-19, status gizi dan status pekerjaan terhadap ketahanan fisik penyintas Covid-19 di Kabupaten Rejang Lebong.
3. Mengetahui variabel yang paling dominan dalam mempengaruhi ketahanan fisik penyintas Covid-19 di Kabupaten Rejang Lebong.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan sebagai bahan kajian dalam program peningkatan mutu pelayanan terutama tentang ketahanan fisik penyintas Covid-19 di masyarakat dengan menggerakkan masyarakat penyintas Covid-19 untuk selalu meningkatkan ketahanan fisik.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memperluas pengetahuan di masyarakat mengenai Faktor-faktor yang Mempengaruhi Ketahanan Fisik pada Penyintas Covid-19 di Kabupaten Rejang Lebong.

b. Bagi Pemerintah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu pemerintah dalam memutuskan kebijakan terkait promosi kesehatan terutama edukasi terkait Faktor-faktor yang Mempengaruhi Ketahanan Fisik pada Penyintas Covid-19 di Kabupaten Rejang Lebong.

c. Bagi Tenaga Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam mengedukasi dan melakukan penelitian lebih lanjut tentang Faktor-faktor yang Mempengaruhi Ketahanan Fisik pada Penyintas Covid-19 di Kabupaten Rejang Lebong.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

1.5.1 Lingkup Waktu

Penelitian ini dilakukan pada Mei 2023 – Juni 2023

1.5.2 Lingkup Lokasi

Penelitian ini dilakukan pada masyarakat penyintas Covid-19 di Kabupaten Rejang Lebong dengan melakukan penyebaran kuesioner secara *offline*.

1.5.3 Lingkup Materi

Penelitian ini dilaksanakan untuk mengetahui apa saja Faktor-faktor yang Mempengaruhi Ketahanan Fisik pada Penyintas Covid-19 di Kabupaten Rejang Lebong.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditia, A. (2021) 'Covid-19 : Epidemiologi, Virologi, Penularan, Gejala Klinis, Diagnosa, Tatalaksana, Faktor Risiko Dan Pencegahan', *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 3(November), pp. 653–660. Available at: <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP%0ACOVID-19>.
- Apri Agus and Sepriadi (2013) *Manajemen Kesehatan, Sukabina Press*. Padang: Sukabina Press.
- Almatsier, Sunita. 2009. Prinsip - prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta : PT Gramedia.
- American Medical Association (2020) 'Postmortem Examination of Patients With COVID-19', *Journal of the American Medical Association*, 21, pp. 1–3.
- Arifin, Z. *et al.* (2021) 'Upaya Pencegahan Penularan Dan Penyebaran Virus Corona (Covid-19) Di Lingkungan Suradadi Timur Karang Baru Kota Mataram', *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 4(5), pp. 1252–1258. Available at: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v4i5.4351>.
- Barazzoni R, *et al.* (2020). ESPEN expert statements and practical guidance for nutritional management of individuals with SARS-CoV-2 infection. *Clinical Nutrition*, 39(6), 1631-1638.
- Baroroh, U., Umriaty, U. and ... (2022) 'Peningkatan Nutrisi Penderita Covid-19 Melalui Dapur Umum Satgas Covid-19 Kota Tegal', *Jurnal Abdimas PHB* ..., 5(1), pp. 67–72. Available at: <http://ejournal.poltektegal.ac.id/index.php/abdimas/article/view/2757>.
- Barbara, C. *et al.* (2022) 'Effects of exercise rehabilitation in patients with long coronavirus disease 2019', *European Journal of Preventive Cardiology*, 29(7), pp. E258–E260. Available at: <https://doi.org/10.1093/eurjpc/zwac019>.
- Beska Z. Witka, I.A.W. (2020) 'Perbandingan Efikasi, Efisiensi, dan Keamanan Covid-19 Yang Akan Digunakan Di Indonesia', *Farmaka*, 18(1), pp. 1–15.
- Bryant, V. (2021) *The mystery of 'long COVID': up to 1 in 3 people who catch the virus suffer for months. Here's what we know so far*, *Medicine Today*. *Medicine Today*. Available at: <https://medicinetoday.com.au/2021/june/something-borrowed/mysterylong-covid-1-3-people-who-catch-virus-suffer-months-heres-what>.
- Budiman, I., Aprijana, I. and Iskandar, D. (2017) 'Penggunaan Tes Lapangan 1,6 Km Metoda Rockport Untuk Pengukuran Kesehatan Jantung-Paru Dengan Baku Emas Treadmill Metoda Bruce', *Jurnal Sains Keolahragaan dan Kesehatan*, 2(2), p. 38. Available at: <https://doi.org/10.5614/jskk.2017.2.2.2>.
- C, W. (2020) 'Risk Factors Associated With Acute Respiratory Distress Syndrome and Death in Patients with Coronavirus Disease 2019 Pneumonia in Wuhan, China', (January).

- Chaturvedi, R., Kulandaivelan, S. and Yadav, V. (2018) 'Comparison of Treadmill Based and Track Based Rockport 1 Mile Walk Test for Estimating Aerobic Capacity in Healthy Adults Ages 30-50 Years', *International Journal of Health Sciences & Research* (www.ijhsr.org) 8(January), p. 215. Available at: www.ijhsr.org.
- Dinkes Bengkulu. 2022 (2022) *Situasi Terkini Perkembangan Covid-19 di Provinsi Bengkulu Mei 2022*.
- Dinkes Bengkulu. 2023 (2023) *Situasi Terkini Perkembangan Covid-19 di Provinsi Bengkulu Mei 2023*.
- Ellawati, E. and Wahyuni, Y. (2021) 'Hubungan Asupan Zat Gizi Makro, Status Gizi dan Aktivitas Fisik Terhadap Tingkat Kebugaran pada Lansia di Kampung Jasugih Propinsi Banten', *Nutrire Diaita*, 13(01).
- Farhana, F. (2022) *Gambaran Gejala Kelelahan pada Penyintas COVID-19 di Kota Makassar*.
- Gondo, A. (2011). 'Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan VO₂maks pada Mahasiswa Fisioterapi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin.
- Henjilito, R. (2019) 'Hubungan Status Gizi Dengan Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Di Sman 1 Bangkinang Kabupaten Kampar', *Jurnal Penjakora*, 6(1), pp. 42–49.
- Huang, C., Huang, L., Wang, Y., Li, X., Ren, L., Gu, X., dkk. (2021) '6-month consequences of COVID-19 in patients discharged from hospital : a cohort study', *The Lancet*, 397(10270), pp. 220–232. doi: 10.1016/S0140-6736(20)32656-8.
- Huang, Y. *et al.* (2020) 'Impact of coronavirus disease 2019 on pulmonary function in early convalescence phase', *Respiratory Research*, 21(1), pp. 1–10. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12931-020-01429-6>.
- Hunafa, A.F. *et al.* (2021) 'Hubungan Diabetes Melitus dengan Kejadian Mortalitas pada Pasien Terkonfirmasi Covid-19 Tahun 2020 : Systematic Review The Correlation between Diabetes Mellitus and Mortality of Patient with Confirmed COVID-19 : Systematic Review', *eJKI*, 9(1). Available at: <https://doi.org/10.23886/ejki.9.20.Abstrak>.
- Irwan (2021) *Faktor resiko hipertensi di masa pandemi covid-19*.
- Kurniadi, D.A.E., Wahyudi, U. and Heynoek, F.P. (2019) 'Hubungan Kebiasaan Merokok terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani Peserta Ekstrakurikuler Futsal Putra', *Sport Science and Health*, 1(2), pp. 126–131. Available at: <http://journal2.um.ac.id/index.php/jfik/article/view/10631/4793>.
- Kemenkes RI (2017) *Penilaian Status Gizi*.
- Kemenkes RI (2018) *Survey Konsumsi Pangan*.
- Kemenkes RI (2022) *Situasi Terkini Perkembangan Covid-19 30 Mei 2022*. Available at: <https://infeksiemerging.kemkes.go.id/category/situasi-covid-19?pg=49>.
- Kemenkes RI (2023) 'Situasi Terkini Perkembangan Covid-19 30 Mei 2023'. Available at: <https://infeksiemerging.kemkes.go.id/category/situasi-covid-19?pg=49>.
- Kim, K. *et al.* (2015) 'Changes in cardiopulmonary function in normal adults after the Rockport 1 mile walking test: A preliminary study', *Journal of Physical Therapy Science*, 27(8), pp. 2559–2561. Available at: <https://doi.org/10.1589/jpts.27.2559>.

- Loliana, N. and Nadhiroh, S.R. (2015) 'Asupan Dan Kecukupan Gizi Antara Remaja Obesitas Dengan Non Obesitas', *Media Gizi Indonesia*, 10(2), pp. 141–145.
- Marviana, E. (2020) 'Hubungan Self-Management Dengan Kualitas Hidup Pasien Pasca Stroke Di RSUD Encik Mariyam Tahun 2020', *Jurnal Health Sains*, 4(1).
- Mahase, E. (2020) 'Covid-19: What do we know about "long covid"?', *The BMJ*, 370, pp. 9–10. doi: 10.1136/bmj.m2815.
- Milasari, Y. (2019) *Kadar Karbohidrat Dalam Susu Sapi (Susu Perah) Setelah Penambahan Madu Dengan Konsentrasi 25%, 50% Dan 75%*. Stikes Insan Cendekia Medika Jombang.
- Najmah (2015) *Epidemiologi Untuk Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*. PT Raja Gr. Depok.
- Nalbandian, A. *et al.* (2021) 'Post-acute COVID-19 syndrome', *Nature Medicine*, 27(4), pp. 601–615. Available at: <https://doi.org/10.1038/s41591-021-01283-z>.
- Nizami, N. S., & Uddin, C. S. M. (2020). Strong Immunity- A Major Weapon to Fight against Covid-19. *IOSR Journal Of Pharmacy And Biological Sciences*, 15(3). 15(3), 22–29. <https://doi.org/10.9790/3008-1503032229>
- Nova, M. and Yanti, R. (2018) '275188-Hubungan-Asupan-Zat-Gizi-Makro-Dan-Penge-F6Cb0Df2', 5, pp. 195–201.
- Octafia, L.A. (2021) 'Vaksin Covid-19: Perdebatan, Persepsi dan Pilihan', *Emik*, 4(2), pp. 160–174. Available at: <https://doi.org/10.46918/emik.v4i2.1134>.
- Oktriani, S. *et al.* (2020) 'Perbedaan Jenis Kelamin, Usia, dan Body Mass Index (BMI) Hubungannya dengan Kebugaran Jasmani Lanjut Usia', *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 5(1), pp. 28–40. Available at: <https://doi.org/10.17509/jtikor.v5i1.24895>.
- Purwaningtyas, D.R., Wulansari, N.D. and Gifari, N. (2021) 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Daya Tahan Otot Quadriceps Atlet Taekwondo Kyorugi Remaja Dki Jakarta', *Journal of Sport Science and Fitness*, 7(1), pp. 9–18. Available at: <https://doi.org/10.15294/jssf.v7i1.44677>.
- Puteri, A.E., Yuliarti, E. and Maharani, N.P. (2022) 'Analysis of the Implementation of the Covid-19 Vaccination Policy in Indonesia', *Jurnal Ilmu Administrasi*, 19(1), pp. 122–130. Available at: <http://jia.stialanbandung.ac.id/index.php/jia/article/view/863>.
- Rahmawati, R.M. (2020) *Kajian Literatur Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi*.
- Rusila, Y. and Edward, K. (2022) 'Hubungan Antara Umur, Masa Kerja dan Beban Kerja Fisik dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja di Pabrik Kerupuk Subur dan Pabrik Kerupuk Sahara di Yogyakarta', *Jurnal Lentera Kesehatan Masyarakat*, 1(1).
- Siyoto, S. (2015) *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Sundari, D. (2015) 'Pengaruh Proses Pemasakan Terhadap Komposisi Zat Gizi Bahan Pangan Sumber Protein', *Media Litbangkes*, 4(24), pp. 235–242.
- Syamsu, R.F. *et al.* (2021) 'Diet Pada Saat Isolasi Mandiri Covid-19', *Molucca Medica*, 14(2). Available at: <https://doi.org/10.30598/molmed.2021.v14.i2.176>.

- Wahyuni, P.I.S. (2021) *Literature Review: Respon Imunologi Terhadap Vaksin Covid-19*.
- Wanga, V. *et al.* (2021) 'Long-Term Symptoms Among Adults Tested for SARS-CoV-2 —', *Morbidity and Mortality Weekly Report*, 70(36), pp. 1235–1241.
- Widiarista, A. (2016) 'Perbedaan Status Gizi Dan Ketahanan Fisik Berdasarkan Tingkat Kerutinan Bermain Pump Pada Remaja Di Komunitas "A" Kota Semarang', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Wiranti, Suratmi, A., & Kusumastuti, W. (2020). Determinan Kepatuhan Masyarakat Kota Depok Terhadap Kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar Dalam Pencegahan Covid-19. *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia*, 9(3), 117–124.
- Wise, J. (2020) 'Covid-19 : Symptoms are common after acute phase of disease , Italian study shows', *British Medical Journal*, p. 1. doi: 10.1136/bmj.m2804.
- Welis, W. (2013) *Gizi untuk Aktivitas Fisik dan Kebugaran*, Sukabina Press.
- Yan, Y. *et al.* (2020) 'Clinical characteristics and outcomes of patients with severe covid-19 with diabetes', *BMJ Open Diabetes Research and Care*, 8(1), pp. 1–9. Available at: <https://doi.org/10.1136/bmjdr-2020-001343>.
- Yusri, Y., Zulkarnain, M. and Sitorus, R.J. (2020) 'Faktor Faktor yang Mempengaruhi Kebugaran Calon Jemaah Haji Kota Palembang Tahun 2019', *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, 5(1), pp. 57–68. Available at: <https://doi.org/10.14710/jekk.v5i1.6911>.
- Zogara A.U., dkk. (2020). Perbedaan Asupan Zat Gizi Saat Sarapan Pada Siswa Sekolah Dasar dan Tidak Di Kota Kupang. *Stunting Stunting Journal Of Nutrition College*, 9(2): 114-120.