

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP TERHADAP
PERILAKU AKTIVITAS FISIK PADA MAHASISWA 2017
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN
DOKTER UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

Skripsi

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Kedokteran (S.Ked)



Oleh:

DARY DZAKWAN BARA

04011281722092

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2021**

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP TERHADAP
PERILAKU AKTIVITAS FISIK PADA MAHASISWA 2017
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER UNIVERSITAS
SRIWIJAYA**

Oleh:

**Dary Dzakwan Bara
040112817220792**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana
kedokteran

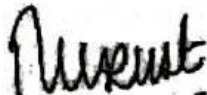
Palembang, 16 Juli 2021

Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya


**Pembimbing I
Budi Santoso, M.Kes
NIP. 198410162014041000**


.....


**Pembimbing II
drg. Nursiah Nasution, M.Kes
NIP. 194712111979032002**


.....

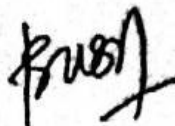
**Penguji I
dr. Siti Sarahdeaz FazzauraPutri, M.Biomed.**


.....

**Penguji II
Arwan Bin Laeto, S.Pd., M.Kes
NIP. 198701292019031004**


.....

**Ketua Program Studi
Pendidikan Dokter**



**dr. Susilawati, M.Kes.
NIP. 197802272010122001**

**Mengetahui,
Wakil Dekan I**



**Dr. dr. Irfannuddin, Sp.KO., M.Pd.Ked.
NIP. 197306131999031001**

LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda-tangan di bawah ini dengan ini menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, ~~magister dan/atau doktor~~), baik di Universitas Sriwijaya maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian Saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan verbal Tim Pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini Saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka Saya bersedia menerima sanksi akademik atau sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Palembang, 16 Juli 2021
Yang membuat pernyataan



(Dary Dzakwan Bara)

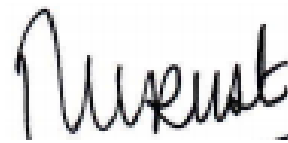
Mengetahui,

Pembimbing I



dr. Budi Santoso, M.Kes
NIP :198410162014041000

Pembimbing II



drg.Nursiah Nasution, M.Kes
NIP:19471211197903200

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Sriwijaya, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dary Dzakwan Bara
NIM : 04011281722092
Fakultas : Kedokteran
Program studi : Pendidikan Dokter
Jenis karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP TERHADAP PERILAKU AKTIVITAS FISIK PADA MAHASISWA 2017 PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER UNIVERSITAS SRIWIJAYA

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini, Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya tanpa meminta izin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Dibuat di : Palembang
Pada tanggal: 27 Juli 2021
Yang menyatakan



(Dary Dzakwan Bara)
NIM. 04011281722092

ABSTRAK

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP TERHADAP PERILAKU AKTIVITAS FISIK PADA MAHASISWA 2017 PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER UNIVERSITAS SRIWIJAYA

(Dary Dzakwan Bara, Juli 2021. 74 halaman)
Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

Latar Belakang. Mahasiswa merupakan salah satu kelompok masyarakat yang rentan akan kurangnya aktivitas fisik. Banyak faktor yang menjadi penyebab seseorang kurang dalam melakukan aktivitas fisik diantaranya kurangnya waktu luang, padatnya jadwal perkuliahan, minimnya pengetahuan dan sikap akan perilaku aktivitas fisik yang diterapkan. Kurangnya aktivitas fisik dapat menimbulkan berbagai macam gangguan kesehatan bagi tubuh dan berpotensi menimbulkan berbagai penyakit. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap terhadap perilaku aktivitas fisik pada mahasiswa 2017 Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya.

Metode. Jenis penelitian ini adalah analitik observasional dengan desain *cross sectional*. Penelitian dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya pada bulan Januari 2021. Sampel penelitian ini adalah 176 mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya tahun 2017. Penelitian ini menggunakan kuesioner domain pengetahuan, domain sikap dan kuesioner *Baecke* untuk mengetahui pengetahuan dan sikap terhadap perilaku aktivitas fisik pada mahasiswa.

Hasil. Pada penelitian ini sebanyak 52 (89,7) memiliki pengetahuan baik terhadap perilaku aktivitas fisik berat dan 68 (91,8%) mahasiswa memiliki sikap baik terhadap perilaku aktivitas fisik berat.

Kesimpulan. Secara umum mahasiswa memiliki pengetahuan dan sikap yang baik terhadap perilaku aktivitas fisik berat dan dari penelitian ini yaitu terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dan sikap tentang aktivitas fisik terhadap perilaku aktivitas fisik ($p=0,000$)

Kata Kunci: aktivitas fisik, pengetahuan, sikap, perilaku aktivitas fisik

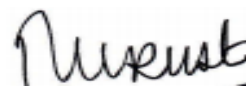
Pembimbing I,



dr. Budi Santoso, M.Kes

NIP. 198410162014041000

Pembimbing II,



drg. Nursiah Nasution, M.Kes

NIP. 194712111979032002

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP OF KNOWLEDGE AND ATTITUDE TOWARDS BEHAVIOR OF PHYSICAL ACTIVITIES IN 2017 STUDENTS OF MEDICAL EDUCATION STUDY PROGRAM SRIWIJAYA UNIVERSITY

(Dary Dzakwan Bara, July 2021. 74 pages)
Faculty of Medicine, Sriwijaya University

Backgrounds. Undergraduate students are one of the groups of people who lack in doing physical activity. Many factors cause a person to not have enough physical activity including lack of free time, tight lecture schedules, lack of knowledge and attitudes about physical activity behavior that should be applied. Lack of physical activity can cause various kinds of health problems for the body and has the potential to cause various diseases. This study aims to determine the relationship between knowledge and attitudes towards physical activity behavior in 2017 students of the Sriwijaya University Medical Education Study Program.

Methods. The type of this research is observational analytic with cross sectional design. The research was conducted at the Faculty of Medicine, Sriwijaya University in January 2021. The sample of this study was 176 students of the Sriwijaya University Medical Education Study Program in 2017. This study used a knowledge domain questionnaire, an attitude domain and a Baecke questionnaire to determine knowledge and attitudes towards physical activity behavior in students.

Results. In this study, 52 (89.7%) had good knowledge of strenuous physical activity behavior and 68 (91.8%) students had good attitude towards strenuous physical activity behavior.

Conclusions. The results of this study showed that there is a significant relationship between knowledge and attitudes about physical activity on physical activity behavior ($p = 0.000$)

Keywords: physical activity, knowledge, attitude, behavior physical activity

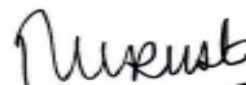
Pembimbing I,



dr. Budi Santoso, M.Kes

NIP. 198410162014041000

Pembimbing II,



drg. Nursiah Nasution, M.Kes

NIP. 194712111979032002

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Allah SWT karena atas berkah rahmat dan hidayah-Nya, karya tulis yang berjudul “Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Perilaku Aktivitas Fisik Pada Mahasiswa 2017 Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya” dapat diselesaikan dengan baik. Karya tulis ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Kedokteran (S.Ked) pada Program Pendidikan Dokter Umum, Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.

Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada dr Budi Santoso, M. Kes dan drg. Nursiah Nasution, M. Kes atas ilmu yang diberikan serta kesabaran dan kesediaan meluangkan waktu untuk membimbing hingga karya tulis ini selesai dibuat. Terima kasih kepada dr. Siti Sarahdeaz FazzauraPutri., M. Biomed. Dan Pak Arwan Bin Laeto, S.Pd., M. Kes sebagai penguji yang telah memberikan masukan dan perbaikan dalam penyusunan karya tulis ini. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada IBU & BAPAK, keluarga besar, dan Nipa yang selalu memberikan dukungan secara moril maupun materil dalam menyelesaikan skripsi ini. Tak lupa juga ucapan terimakasih kepada sahabatku, Ridho, Ishak, Bram, Hanif, Haidar, Devi, segenap keluarga besar, 3B, PKHR, GAP, dan teman-teman lainnya yang senantiasa selalu membantu mengoreksi dan memberi motivasi dan menjadi support system, serta semua pihak yang terlibat dalam proses pembuatan skripsi dari awal hingga akhir.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini, maka dari itu penulis mengharapkan masukan, saran dan kritik yang membangun. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat baik kepada penulis maupun pembaca serta dapat menjadi sumber rujukan bagi penelitian selanjutnya.

Palembang, 16 Juni 2021



Dary Dzakwan Bara

04011281722092

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR SINGKATAN	xiii
BAB I.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis	4
1.4.2 Manfaat Praktis	4
1.5 Hipotesis Penelitian.....	5
BAB II.....	6
2. Aktivitas Fisik	6
2.1 Definisi Aktivitas Fisik	6
2.2 Klasifikasi Aktivitas Fisik.....	6
2.3 Pengukuran Aktivitas Fisik.....	7
2.4 Fisiologi Aktivitas Fisik.....	10
2.5 Faktor Yang Mempengaruhi Aktivitas Fisik	12
2.6 Pengetahuan	13
2.6.1 Definisi Pengetahuan	13
2.6.2 Tingkat Pengetahuan	14
2.6.3 Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan.....	16
2.6.4 Sumber pengetahuan.....	16
2.7 Sikap.....	17
2.7.1 Definisi sikap	17
2.7.2 Pembentukan Sikap	18
2.7.3 Berbagai tingkatan Sikap.....	19
2.8 Perilaku.....	20
2.8.1 Definisi	20
2.8.2 Tingkatan Perilaku.....	20
2.8.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku	20
2.9 Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Perilaku Aktivitas Fisik	21
2.10 Kerangka Teori.....	22

2.1.1 Kerangka Konsep	23
BAB III	24
3.1 Jenis Penelitian	24
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian	24
3.3 Populasi dan Sampel	24
3.3.1 Populasi	24
3.3.2 Sampel Penelitian	24
3.3.3 Kriteria Sampel	26
3.3.4 Cara Pengambilan Sampel	26
3.4 Variabel Penelitian	26
3.4.1 Alat	26
3.5 Definisi Operasional	27
3.6 Prosedur dan Cara Kerja	30
3.6.1 Cara Pengumpulan Data	30
3.7 Cara Pengolahan dan Analisis Data	30
3.7.1 Analisis Univariat	31
3.7.2 Analisis Bivariat	31
3.8 Kerangka Operasional	32
BAB IV	33
4.1 Hasil Penelitian	33
4.1.1 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin pada Mahasiswa 2017 Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya	33
4.1.2 Analisis Univariat	33
4.1.3 Analisis Bivariat	35
4.2 Pembahasan	37
4.3 Keterbatasan Penelitian	40
BAB V	40
5.1 Kesimpulan	40
5.2 Saran	40
DAFTAR PUSTAKA	41
LAMPIRAN	45
BIODATA	65

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Table Definisi Operational.....	28
2. Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Mahasiswa 2017 Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya	34
3. Tabel Distribusi Pengetahuan tentang Aktivitas Fisik Mahasiswa 2017 Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya.....	34
4. Tabel Distribusi Sikap tentang Aktivitas Fisik Mahasiswa 2017 Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya.....	35
5. Tabel Distribusi Perilaku Aktivitas Fisik Mahasiswa 2017 Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya.....	35
6. Tabel Hubungan Pengetahuan tentang Aktivitas Fisik terhadap Perilaku Aktivitas Fisik	36
7. Tabel Hubungan Sikap tentang Aktivitas Fisik terhadap Perilaku Aktivitas Fisik.....	37

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1 Proses Terbentuknya Sikap dan Reaksi.	18
2. Kerangka Operational	33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Contoh Penjelasan Penelitian.....	45
2. Contoh Surat Persetujuan.....	46
3. Kuesioner Penelitian Pengetahuan (Kuesioner).....	47
4. Kuesioner Penelitian Sikap (Kuesioner).....	48
5. Kuesioner Perilaku Aktivitas Fisik.....	49
6. Jadwal Kegiatan.....	52
7. Daftar Responden.....	53
8. Hasil Pengolahan Data SPSS.....	59
9. Sertifikat Etik.....	62
10. Anggaran Penelitian.....	63
11. Lembar Persetujuan Skripsi.....	64

DAFTAR SINGKATAN

IMT	: Indeks massa tubuh
Kemendes	: Kementerian Kesehatan
SKDI	: Standar Kompetensi Dokter Indonesia
ATP	: <i>Adenosin trifosfat</i>
DLW	: <i>Doubly Labeled Water</i>
IPAQ	: <i>International Physical Activity Questionnaire</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>
SES	: Status Sosial Ekonomi
BMR	: <i>Basal Metabolic Rate</i>
PTM	: Penyakit Tidak Menular
MET	: <i>Metabolik Equivalent of Task</i>

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gaya hidup menetap (*sedentary lifestyle*) merupakan perilaku yang menimbulkan efek negatif bagi kesehatan yang tidak disadari oleh masyarakat. Sekelompok perilaku ini hanya menggunakan energi yang sangat sedikit, seperti berbaring sembari membaca, bermain *game* elektronik, dan lain-lain. Kebiasaan hidup menetap (*sedentary behaviour*) pada anak-anak menyebabkan penurunan aktivitas fisik yang berakibat pada peningkatan pola hidup santai sehingga mengakibatkan obesitas. Hal ini dipicu dari kemajuan di bidang teknologi yang membuat segala sesuatu menjadi serba instan (Al-Nakeeb et al., 2012).

Aktivitas fisik merupakan pergerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka dalam menjalankannya serta dibutuhkan energi sebagai sumber tenaga dalam pelaksanaannya. Aktivitas fisik dapat berupa sarana transportasi: berjalan kaki, bersepatu roda, dan mendayung; Aktivitas rumah tangga: memasak, membuang sampah, membersihkan bak mandi; Serta kegiatan di waktu luang: menyulam, memancing dan bercocok tanam (Hardman, 2003).

Aktivitas fisik yang kurang adalah salah satu penyebab timbulnya berbagai penyakit. Penyakit kronis yang baru didiagnosi berkisar 15% dari 1.6 juta setiap tahunnya diakibatkan gaya hidup yang tidak aktif. Aktivitas fisik yang rendah akan meningkatkan risiko terkena penyakit tidak menular sebesar 20–30% jika dibandingkan dengan seseorang yang mengerjakan aktivitas fisik dikatakan cukup apabila sebesar 150 menit per minggu. Kejadian ini diakibatkan terjadi akibat faktor-faktor seperti bertambahnya usia (lanjut usia) dan gaya hidup kurang aktif (Kemenkes, 2018).

Olahraga merupakan salah satu bagian dari aktivitas fisik di waktu senggang dan diartikan sebagai aktivitas fisik yang direncanakan, tertata, dan dilaksanakan berulang guna menjaga kebugaran tubuh. Olahraga juga memiliki banyak manfaat sebagai contoh: mengontrol berat badan, meningkatkan daya tahan tubuh, memperbaiki *mood*, mencegah depresi, *stroke*, *osteoporosis*, dan kecemasan (Prasetyo, 2015). Aktivitas fisik terbagi menjadi tiga golongan, yaitu: kegiatan ringan, kegiatan cukup, dan kegiatan berat (Kemenkes, 2018). Dari hasil penelitian terdahulu oleh Setyo (2016) di Universitas Sebelas Maret, didapatkan 15,24% aktivitas fisik yang rendah pada mahasiswa kedokteran, sebesar 50,47% aktivitas fisik yang sedang, dan 34,29% aktivitas fisik tinggi pada mahasiswa kedokteran (Setyo et al., 2016).

Hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya disebut dengan pengetahuan. Tingkatan dari pengetahuan dipengaruhi oleh persepsi dan durasi perhatian terhadap objek tersebut. Rata-rata pengetahuan seseorang didapatkan melalui indera pendengaran (telinga), dan indera penglihatan (mata) (Notoatmodjo, 2005). Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang, antara lain: Faktor internal: usia, pendidikan, dan pekerjaan dan faktor eksternal: faktor lingkungan dan social budaya (Wawan & Dewi, 2010).

Dari hasil penelitian terdahulu oleh Riskawati dkk, (2016) di Universitas Brawijaya didapatkan pengetahuan terhadap perilaku aktivitas fisik sedang sampai dengan tinggi (78,66%). Sikap merupakan kecenderungan dari individu untuk bertindak, berfikir, berprasangka, dan merasa dalam objek, situasi, ide dan nilai. Sikap berbeda dengan perilaku, namun merupakan kecenderungan khusus kearah suatu keadaan atau perkembangan suatu perilaku seseorang (Notoadmojo, 2003). Sikap seseorang dapat berubah jika terdapat faktor-faktor, antara lain: pengalaman pribadi, pengaruh orang lain yang dianggap penting, media masa, kebudayaan, emotional, lembaga pendidikan, dan lembaga agama (Azwar, 2007).

Dari hasil penelitian terdahulu oleh Thibri, dkk, (2014) di Fakultas Kedokteran Universitas Riau didapatkan sikap terhadap perilaku aktivitas fisik 40 responden memiliki sikap kategori positif (46,5%) dan 46 responden memiliki sikap kategori negatif (53,5%) (Thibri, et al., 2014).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Narulita Septi Ailina di Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya Malang dengan total responden 172 didapatkan sebagian responden memiliki pengetahuan yang tinggi terhadap tingkat aktivitas fisik (95,93%). Pada sikap terhadap perilaku aktivitas fisik didapatkan 80 mahasiswa dengan sikap kategori negatif (46,51%) dan sebanyak (53,49%) mahasiswa memiliki kategori sikap positif sebanyak 92 mahasiswa.

Banyak orang yang tidak sadar akan kurangnya pengetahuan dan sikap terhadap perilaku aktivitas fisik merupakan salah satu faktor penyebab dari seseorang kurang dalam melakukan aktivitas fisik oleh karena itu penting bagi kita untuk mengetahui pengetahuan dan sikap terhadap perilaku aktivitas fisik. Sementara data mengenai tingkat pengetahuan dan sikap terhadap perilaku aktivitas fisik pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya masih terbatas dan kurang banyaknya publikasi akan keterkaitan mengenai topik tersebut.

Dari data-data diatas dapat disimpulkan pengetahuan pada mahasiswa kedokteran sudah baik namun pada sikap dan perilaku aktivitas fisik masih belum memadai maka dari itu penting untuk mengetahui pengetahuan dan sikap terhadap perilaku aktivitas fisik pada mahasiswa 2017 Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya. Selain itu saya sudah melakukan *survey* dari bulan Maret-April 2020 dengan melakukan wawancara terhadap 20 orang secara acak didapatkan kurangnya perilaku aktivitas fisik pada mahasiswa 2017 Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya sementara penting bagi mahasiswa kedokteran untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap terhadap perilaku aktivitas fisik agar menjadi tauladan yang baik bagi pasiennya nanti. Berdasarkan hal-hal tersebut maka penting dilakukan penelitian tentang “Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Perilaku Aktivitas Fisik Pada Mahasiswa 2017 Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya”.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan pengetahuan dan sikap terhadap perilaku aktivitas fisik pada mahasiswa 2017 Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap terhadap perilaku aktivitas fisik pada mahasiswa 2017 Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui pengetahuan tentang aktivitas fisik pada mahasiswa 2017 Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya.
2. Untuk mengetahui sikap tentang aktivitas fisik pada mahasiswa 2017 Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya.
3. Untuk mengetahui perilaku aktivitas fisik pada mahasiswa 2017 Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya
4. Untuk mengetahui hubungan pengetahuan terhadap perilaku aktivitas fisik pada mahasiswa 2017 Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya.
5. Untuk mengetahui hubungan sikap terhadap perilaku aktivitas fisik pada mahasiswa 2017 Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai bahan referensi di bidang kedokteran dan diharapkan dapat menambah wawasan dan menjadi informasi data serta rujukan untuk penelitian selanjutnya yang serupa dan berhubungan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Dapat mengamalkan hasil penelitian sehingga dapat digunakan sebagai dasar untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan pengetahuan dan sikap terhadap perilaku aktivitas fisik pada mahasiswa 2017 Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya.
2. Aktif melakukan penelitian mengenai hubungan pengetahuan dan sikap terhadap perilaku aktivitas fisik pada mahasiswa 2017 Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya.
3. Memperbanyak pustaka mengenai hubungan pengetahuan dan sikap terhadap perilaku aktivitas fisik pada mahasiswa 2017 Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya.

1.5 Hipotesis Penelitian

H1 : Terdapat hubungan pengetahuan dan sikap terhadap perilaku aktivitas fisik pada mahasiswa 2017 Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Nakeeb, Y., Lyons, M., Collins, P., Al-Nuaim, A., Al-Hazzaa, H., Duncan, M. J., & Nevill, A. 2012. "Obesity, Physical Activity And Sedentary Behavior Amongst British And Saudi Youth: A Cross-Cultural Study". *International Journal Of Environmental Research And Public Health*. 25 (2) (<http://www.mdpi.com/1660-4601/9/4/1490>, diakses pada 8 Juli 2020)
- Anidiodo, D. A., Eskay, M., & F, E. 2012. "Knowledge, Attitude and Practice of Physical Activities Among Undergraduate Students of University of Nigeria, Nsukka". *Paripex-Indian Journal Of Research*. Hal.22–27. (<http://theglobaljournals.com/paripex/file.php?val=August 2014 1408106654 06.pdf>, diakses pada 14 Agustus 2020)
- Ajzen, Icek. 2012. "The Theory of Planned Behavior. In P. A. M. Lange, A. W. Kruglanski & E. T. Higgins (Eds.)". *Handbook of Theories of Social psychology* (Vol. 1, pp. 438-459). London, UK: Sage.
- Azwar. 2005. *Teori Perilaku. Pustaka Pelajar*, Yogyakarta, Indonesia: Pustaka Pelajar Hal.15-16
- Azwar. 2007. *Komponen Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta, Indonesia: Pustaka Pelajar. Hal. 30-32
- Baecke, J.A., Beurema, J., Frijers, J.E., 1982. "A Short Questionnaire for the Measurement of Habitual Physical Activity in Epidemiological Studies". USA: *American Journal of Clinical Nutrition*. Hal.44-46 (<https://academic.oup.com/ajcn/article/36/5/936/4693663>, diakses pada 18 Agustus 2020)
- Boucard., Geoffroy K., Albinet, Cédric T., & Bugaiska. 2006. "Impact of Physical Activity on Executive Functions in Aging: A Selective Effect on Inhibition Among Old Adults". *Journal of Sport and Exercise Psychology*. 35(1) (<https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0142961207002803>, diakses pada 15 Juli 2020)
- Departemen Kesehatan. 2018. "Mengenal Jenis Aktivitas Fisik. edisi IV Departemen Kesehatan Republik Indonesia", Jakarta hal. 27-29. (<http://promkes.kemkes.go.id/content/?p=8807>, diakses pada 9 Juli 2020)
- Dewi. 2010. *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia*. Nuha Medika, Yogyakarta, hal. 34-35
- Ferdianto, T. P., & Prihanto, J. B. 2017. "Hubungan Aktivitas Fisik Harian Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani (Studi Pada Siswa Kelas Viii Smp Negeri 2 Candi, Sidoarjo)". Skripsi pada Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Surabaya.
- G. Mayorga, M., Furgerson, K., Cook, K., Ann Wardle, E., O'Hara, D. P., Probst, C. J., Kurtyilmaz, Y., Nkuba, M., Kyaruzi, E., Makulova, A. T., Alimzhanova, G. M.,

- Bekturganova, Z. M., Umirzakova, Z. A., Makulova, L. T., Karymbayeva, K. M., Morgan, L. W., Greenwaldt, M. and Koltz, R. L. 2016. Tingkat Aktivitas Fisik Operator Layanan Internet Mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta. *Journal Of Chemical Information And Modeling* 1689–1699. (www.researchgate.net/publication/317087, diakses pada 13 Juli 2020)
- Guyton and Hall. 2014. *Guyton dan Hall Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. In Elsevier, Singapore.
- Healey, N. J., Angelopoulou, O., & Evans, D. 2013. A Discussion On The Recovery Of Data From A Virtual Machine. Fourth International Conference On Emerging Intelligent Data And Web Technologies. IEEE. (<http://ieeexplore.ieee.org/document/6631686/>, diakses pada 29 Agustus 2020)
- Heryanto, C. A. W., Korangbuku, C. S. F., Djeen, M. I. A., & Widayati, A. 2019. Pengembangan dan Validasi Kuesioner untuk Mengukur Penggunaan Internet dan Media Sosial dalam Pelayanan Kefarmasian. *Indonesian Journal of Clinical Pharmacy* (<http://jurnal.unpad.ac.id/ijcp/article/view/21822>, diakses pada 20 Juli 2020)
- Herze, A.R.F 2014. “Hubungan Tingkat Aktivitas dan Perilaku Makan Dengan Kejadian Obesitas Siswa-Siswi Madrasah Ibtida’iyah Pembangunan Jakarta”. Skripsi pada Jurusan Pendidikan Dokter Umum Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta. Hal: 51
- Hoseinzadeh, K., Alipour Heidari, M., Karbord, A., Azimian, J., & Alizadeh, A. 2016. “Knowledge, Attitude and Practice Regarding Physical Activity in Nursing and Midwifery Students. *Biotechnology and Health Sciences*”, *Inpress*. (<http://biotech-health.com/en/articles/13422.html>, diakses pada 5 Agustus 2020)
- Kasim, D. K., Al-Raddadi, H., Mana, A., Khehsaim, T., Jelaidan, M., Al-Rehaily, M., Al-luhaybi, A., Kaki, A., Kram, O., Aloufi, M., Alrehaili, M., Alharbi, A., & Abduldaem, A. 2016. “Knowledge, Attitude and Practice of Physical Activity Among Male Students At Taibah University in Al-Madinah Al-Munawarah”, Saudi Arabia. *International Journal of Advanced Research*, 1707–1712.
- Kemkes. 2018. “Mengetahui Jenis Aktivitas Fisik”. Kementerian Kesehatan (<http://promkes.kemkes.go.id/content/?p=8807>) diakses pada 15 Agustus 2020
- Kowalski, K. C., Crocker, P. R., Columbia, B., & Donen, R. 2004. “The Physical Activity Questionnaire for Older Children (PAQ-C) and Adolescents (PAQ-A) Manual”. August.hal.37-40 (<http://journals.lww.com/00005768-200804000-00025>, diakses pada 27 Agustus 2020)
- Legesse AK et al. 2013. “An Overview on Students Attitude Towards A Physical Fitness And Sports Skills”. (<https://www.semanticscholar.org/paper/An-overview-on-students'-attitude-towards-a-fitness>) diakses pada 18 Juli 2021
- Miles, L. 2007. “Physical activity and health. In *Nutrition Bulletin*”. (<http://doi.wiley.com/10.1111/j.1467-3010.2007.00668.x>) diakses pada 19 September 2020)

- Mortazavi et al. 2013. *MET Calculations from On-Body Accelerometers for Exergaming Movements*. UCLA. Los Angeles. hal.15-16
- Notoatmodjo, S. 2013. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Rineka Cipta, Jakarta Timur, hal.146-150
- Notoatmodjo, S. 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta, Jakarta Timur, hal.10-12
- Piercy, K. L., Troiano, R., Ballard, R., Carlson, S. A., Fulton, J. E., Galuska, D. A., George, S. M., & Olson, R. D. 2018. "The Physical Activity Guidelines For Americans". *Jama-Journal Of The American Medical Association*. 18(2) (<http://jama.jamanetwork.com/article.aspx?doi=10.1001/jama.2018.14854>, diakses pada 12 Agustus 2020)
- Ramezankhani, A., Motalebi, M., Tavassoli, E., Gharli, Z., Heydarabadi, B., Barekati, H., Gilasi, H. R., & Moosavi, S. A. 2013. "The Study of Knowledge, attitude and practice towards physical activity and its Related Factors of College Students Living on Campus in Shahid Beheshti University of medical science". *Paramedical Sciences*. hal.55-57 . (<https://academic.oup.com/ajcn/article/23/5/936/4693681>), diakses pada 12 Agustus 2020)
- Riskawati, YK et al.. 2016. "Tingkat Aktivitas Fisik Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Tahun Kedua, Ketiga, Keempat" (<https://majalahfk.ub.ac.id/index.php/mkfkub/article/view/173/131>) diakses pada 25 mei 2021
- Sallis, J. F., Prochaska, J. J., & Taylor, W. C. 2000. "A Review Of Correlates Of Physical Activity Of Children And Adolescents". *Medicine And Science In Sports And Exercise*. (<http://journals.lww.com>, diakses pada 24 Juli 2020)
- Setyo, H., Handayani, S., & Wiyono, N. (2016). "Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kapasitas Memori Kerja pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Sebelas Maret". *Nexus Kedokteran Komunitas, Surakarta*.
- Sudikno, Herdayati, M., & Besral. 2010. *Aktivitas Fisik dan Kejadian Obesitas pada Orang Dewasa di Indonesia*. Gizi Indonesia, Yogyakarta.
- Sumiati, Ni Luh Githa etal. 2019. "Perbedaan Waktu Reaksi Visual Berdasarkan Tingkat Aktivitas Fisik Pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Udayana" (<https://ojs.unud.ac.id/index.php/mifi/article/download/51645/33217>) diakses pada 15 Mei 2021
- Taukhit, 2014. "Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku Pencegahan Komplikasi pada Penderita Hipertensi". Skripsi Universitas Mahasaraswati, Denpasar.
- Thibri, M 2014. "Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Kebugaran Jasmani Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau". Skripsi pada Jurusan Pendidikan Dokter Umum Fakultas Kedokteran Universitas Riau. Hal: 6-8
- Thompson A, Hanon JC. Health. 2012. "Related Fitness Knowledge And Physical Activity Of High School Students". *Sagamore Journals*.

(<http://js.sagamorepub.com/pe/article/view/2528> diakses pada 5 desember 2020)

Welk, G. J., Corbin, C. B., & Dale, D. 2000. *Measurement Issues In The Assessment Of Physical Activity In Children. Research Quarterly for Exerc Sport*. Singapore,hal. 59-63

Wells, J. C. K., Hallal, P. C., Reicert, F. F., Menezes, A. M. B., Araújo, C. L. P., & Victora, C. G. 2008. "Sleep Patterns And Television Viewing In Relation To Obesity And Blood Pressure: Evidence From An Adolescent Brazilian Birth Cohort". *International Journal Of Obesity*. (<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18347603/>, diakses pada 27 Agustus 2020)

World Health Organization (WHO). 2020. "Physical Activity. Geneva: World Health Organization 2020" Hal:4-5 (<https://www.who.int/health-topics/physical-activity> diakses pada 8 Juli 2020)