

**HUBUNGAN TINGKAT AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS
GIZI MAHASISWA PENDIDIKAN DOKTER FAKULTAS
KEDOKTERAN UNIVERSITAS ANDALAS ANGKATAN
2019 PADA MASA PANDEMI COVID-19**



Skripsi
Diajukan ke Fakultas Kedokteran Universitas Andalas sebagai
Pemenuhan Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Kedokteran

Oleh :

AFI PUTRA PERDANA NURULLAH
NIM: 1910312071

Dosen Pembimbing:

Dr. dr. Desmawati, M. Gizi
Abdiana, SKM, M.Epid

FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG
2022

ABSTRACT

RELATIONSHIP BETWEEN LEVELS OF PHYSICAL ACTIVITY AND THE NUTRITIONAL STATUS OF YEAR 2019 UNDERGRADUATE MEDICAL STUDENTS AT ANDALAS UNIVERSITY DURING THE COVID-19 PANDEMIC.

By

Afi Putra Perdana Nurullah (Desmawati, Abdiana, Rauza Sukma Rita, Fathiyyatul Khaira, Elmatris Sy)

Physical activity is defined as any body movement generated by the contraction of skeletal muscles that uses movement and energy. Nutritional status is defined as the state of the body which is influenced by a balanced food intake and energy utilization used for metabolism. The purpose of this study was to determine the relationship between levels of physical activity and the nutritional status of year 2019 undergraduate medical students at Andalas University during the COVID-19 pandemic.

This study was a quantitative study using a cross-sectional test with 151 respondents held in September of 2022 at Andalas University Medical Faculty. The study used an IPAQ-short form questionnaire to ensure the levels of physical activities and direct anthropometry to measure the nutritional status. Simple random sampling was used as a method of sampling. Analysis between the physical activity data and the nutritional status data was tested using the Pearson chi-square test.

The result of the study was almost half of the respondents (42,4%) show low physical activity which. Almost half of the respondents (44,4%) have a normal nutritional status.

The study concluded that there was no significant relationship between levels of physical activity and the nutritional status of undergraduate medical students at Andalas University during the COVID-19 pandemic ($p=0,349$).

It is suggested that improving physical activity amongst undergraduate students is highly encouraged as it prevents non-communicable diseases. Furthermore, studies that include other factors that might influence nutritional status such as food patterns, health factors, and motivational factors are needed.

Keywords : *Levels of Physical Activity, Nutritional Status, Non-Communicable Diseases.*

ABSTRAK
HUBUNGAN TINGKAT AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS GIZI
MAHASISWA PENDIDIKAN DOKTER FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS ANGKATAN 2019 PADA MASA
PANDEMI COVID-19

Oleh

Afi Putra Perdana Nurullah (Desmawati, Abdiana, Rauza Sukma Rita,
Fathiyatul Khaira, Elmatris Sy)

Aktivitas fisik didefinisikan sebagai semua gerakan tubuh yang dihasilkan oleh kerja otot rangka yang membutuhkan pengeluaran tenaga serta energi. Status gizi didefinisikan sebagai keadaan tubuh yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi makanan dengan kebutuhan gizi yang diperlukan untuk metabolisme tubuh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat aktivitas fisik dengan status gizi mahasiswa Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2019 pada masa pandemi COVID-19.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian *cross-sectional* dengan jumlah responden sebesar 151 orang yang dilaksanakan pada bulan September 2022 di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. Penelitian ini menggunakan kuesioner *IPAQ-short form* untuk mengukur tingkat aktivitas fisik responden serta menggunakan pengukuran antropometri langsung untuk mengukur status gizi responden. Metode pengambilan dengan *simple random sampling*. Analisis data hubungan tingkat aktivitas fisik dengan status gizi menggunakan uji *pearson chi-square*.

Hasil penelitian ini menunjukkan hampir separuh (42,4%) dari responden memiliki gambaran tingkat aktivitas fisik yang rendah. Hampir separuh (44,4%) dari responden memiliki status gizi normal.

Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat aktivitas fisik dengan status gizi mahasiswa Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2019 ($p=0,349$).

Saran dari penelitian ini yaitu aktivitas fisik mahasiswa perlu ditingkatkan sehingga dapat terhindar dari penyakit-penyakit tidak menular. Selanjutnya dibutuhkan penelitian yang mempertimbangkan faktor lain yang mempengaruhi status gizi seperti pola makan, faktor kesehatan, dan faktor motivasi.

Kata Kunci : Tingkat Aktivitas Fisik, Status Gizi, Penyakit Tidak Menular.