

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan yang Maha Esa atas berkat dan rahmat yang telah diberikannya, sehingga Tugas Akhir ini dapat diselesaikan tepat waktu.

Tugas akhir dengan judul **“HUBUNGAN TINGKAT AKTIVITAS FISIK DENGAN KECERDASAN EMOSIONAL PADA MAHASISWA/ I FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS PELITA HARAPAN”** ditujukan untuk memenuhi salah satu persyaratan akademik untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran Strata Satu Universitas Pelita Harapan.

Dalam penyusunan Tugas Akhir terdapat berbagai macam hambatan yang dihadapi penulis dan penulis juga menyadari bahwa penelitian tidak dapat terselesaikan dengan baik tanpa bantuan dari pihak-pihak yang mendukung. Terimakasih atas doa dan bimbingan dari berbagai macam pihak yang membantu dalam proses pengerjaan Tugas Akhir ini, yaitu kepada:

1. Prof. Dr. Dr. dr. Eka J. Wahjoepramono, SpBS, Ph,D selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan
2. Dr. dr. Allen Widysanto, SpP, CTTS, FAPSR selaku Ketua Program Studi Kedokteran.
3. Dr. Brian Lucas, Sp. Rad selaku Pembimbing Utama yang telah meluangkan waktu dan memberikan bimbingan serta masukan kepada penulis.
4. Veli Sungono, S.KM, MS selaku dosen pembimbing statistik perhitungan sampel.
5. Dr. dr. Shirley I. Moningkey, Mkes selaku dosen Final Project Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.
6. Seluruh dosen yang telah mengajar penulis selama berkuliah di Universitas Pelita Harapan.

7. Staf dan Karyawan Fakultas Kedokteran yang telah membantu penulis dalam hal administratif.
8. Keluarga yang telah memberikan dukungan moral dan materi serta doa.
9. Teman sejawat yang telah memberikan bantuan moral kepada penulis.
10. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah mendukung penulis dalam penyelesaian Tugas Akhir ini.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan dalam penyelesaian Tugas Akhir ini. Oleh karena hal itu, kritik dan saran akan sangat berguna bagi penulis. Semoga Tugas Akhir ini dapat memberikan manfaat.

Tangerang,

Penulis



Aimee

(Aimee Josephine)

## DAFTAR ISI

Pernyataan Keaslian Karya Tugas Akhir.....	2
Persetujuan Dosen Pembimbing Tugas Akhir.....	3
Persetujuan Tim Penguji Tugas Akhir.....	4
Abstrak.....	6
Abstract.....	7
Kata Pengantar.....	8
BAB I.....	14
1.1 Latar belakang .....	15
1.2 Rumusan Masalah.....	16
1.3 Pertanyaan Penelitian .....	16
1.4 Tujuan.....	16
1.4.1 Tujuan Umum.....	16
1.4.2 Tujuan Khusus.....	17
1.5 Manfaat Penelitian.....	17
1.5.1 Manfaat Akademis.....	17
1.5.2 Manfaat Praktis.....	17

BAB II .....	18
2.1 Definisi Aktivitas Fisik.....	18
2.2 Manfaat Aktivitas Fisik .....	18
2.3 Tipe Aktivitas Fisik .....	19
2.4 Fisiologi Aktivitas Fisik .....	20
2.5 Dampak Aktivitas Fisik yang Kurang .....	21
2.6 Rekomendasi Tingkat Aktivitas Fisik .....	21
2.7 Pengukuran Tingkat Aktivitas Fisik.....	22
2.8 Definisi Kecerdasan Emosional.....	23
2.9 Model Kecerdasan Emosional .....	24
2.10 Pengukuran Kecerdasan Emosional .....	25
2.11 Faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional.....	26
2.12 Kegunaan Kecerdasan Emosional dalam Bidang Kedokteran .....	27
2.13 Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kecerdasan Emosional.....	27
BAB III.....	29
3.1 Kerangka Teori.....	29
3.2 Kerangka Konsep .....	30

3.3 Hipotesis Penelitian .....	31
3.3.1 Hipotesis Null.....	31
3.3.2 Hipotesis Kerja .....	31
3.4 Variabel Penelitian .....	31
3.4.1 Variabel Independen.....	31
3.4.2 Variabel Dependen .....	31
3.4.3 Variabel Perancu.....	31
3.5 Definisi Operasional.....	32
BAB IV.....	35
4.1 Desain Penelitian .....	35
4.2 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	35
4.3 Bahan dan Cara Penelitian.....	35
4.4 Populasi Penelitian .....	36
4.4.1 Populasi Target.....	36
4.4.2 Populasi Terjangkau .....	36
4.4.3 Sampel Penelitian .....	36
4.5 Cara Pengambilan Sampel.....	36

4.6	Cara Penghitungan Jumlah Sampel .....	36
4.7	Kriteria Inklusi dan Eksklusi .....	38
4.8	Alur Penelitian .....	39
4.9	Pengolahan Data .....	40
4.10	Uji Stastitik .....	40
4.11	Etika Penelitian .....	40
4.12	Organisasi Penelitian .....	40
4.13	Dana Penelitian .....	41
4.14	Jadwal Penelitian .....	41
BAB V	.....	43
5.1	Hasil Penelitian .....	43
5.1.1	Deskripsi Responden .....	43
5.1.2	Sebaran Tingkat Aktivitas Fisik .....	43
5.1.3	Sebaran kecerdasan Emosional .....	45
5.1.4	Hasil Uji Statistik Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik dengan Kecerdasan Emosional .....	46
5.1.5	Hasil Uji Statistik Hubungan Variabel Perancu Usia dan Gender dengan Kecerdasan Emosional .....	47

5.2 Pembahasan .....	47
BAB VI.....	51
6.1 Simpulan.....	51
6.2 Saran .....	51
Daftar pustaka.....	52
Lampiran.....	60

