

## DAFTAR ISI

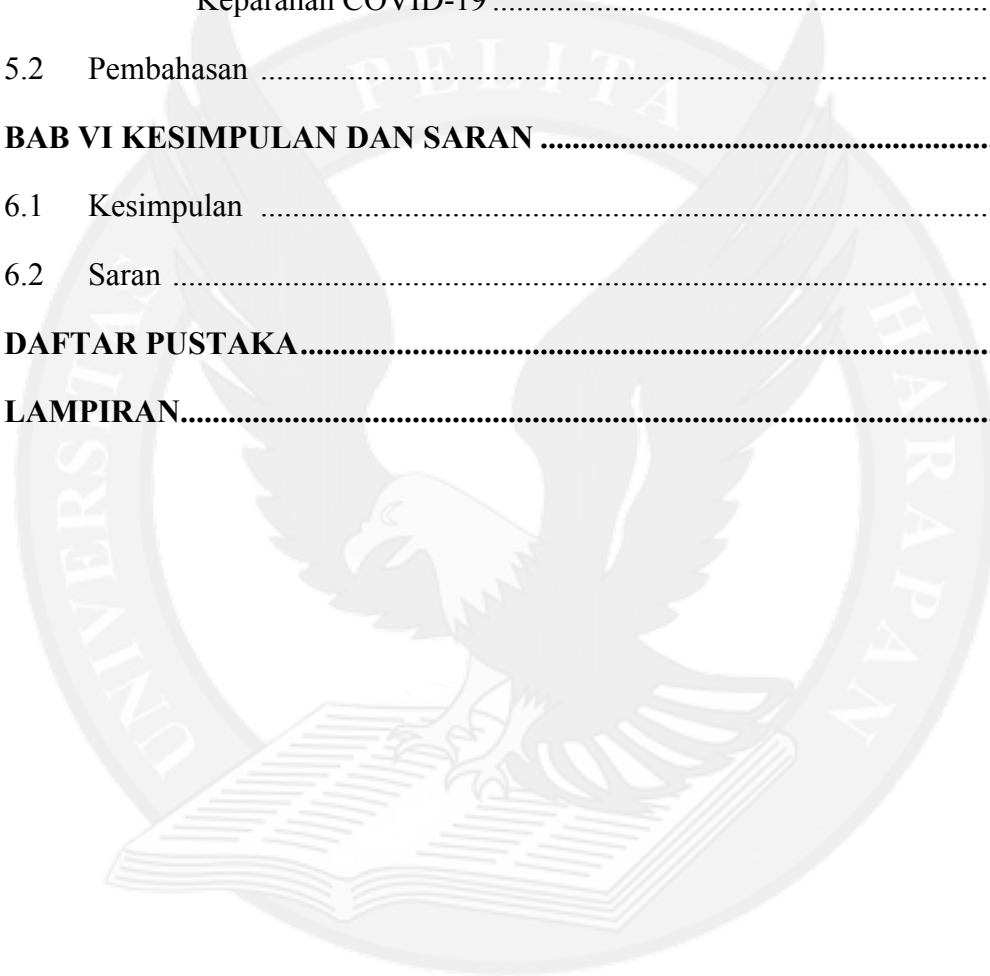
<b>PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TUGAS AKHIR.....</b>	<b>i</b>
<b>PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING TUGAS AKHIR .....</b>	<b>ii</b>
<b>PERSETUJUAN TIM PENGUJI TUGAS AKHIR .....</b>	<b>iii</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR BAGAN .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	3
1.3 Pertanyaan Penelitian .....	4
1.4 Tujuan Penelitian.....	4
1.4.1 Tujuan Umum.....	4
1.4.2 Tujuan Khusus .....	4
1.5 Manfaat Penelitian.....	4
1.5.1 Manfaat Akademik.....	4
1.5.2 Manfaat Praktis .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>6</b>
2.1 Aktivitas Fisik .....	6
2.1.1 Definisi.....	6

2.1.2	Jenis Aktivitas fisik.....	6
2.1.2.1	Aerobik.....	6
2.1.2.2	Anaerobik.....	7
2.1.3	Faktor yang Mempengaruhi Aktivitas fisik.....	8
2.1.3.1	Usia.....	8
2.1.3.2	Pola Makan.....	8
2.1.3.3	Penyakit / Kelainan Tubuh.....	9
2.1.4	Manfaat Aktivitas fisik.....	9
2.1.4.1	Penyakit kardiovaskular.....	9
2.1.4.2	Diabetes Mellitus.....	10
2.1.4.3	Kanker.....	11
2.1.5	Tingkat Aktivitas Fisik.....	12
2.1.5.1	Tingkat Rendah.....	12
2.1.5.2	Tingkat Sedang.....	12
2.1.5.3	Tingkat Tinggi.....	13
2.1.6	<i>Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ)</i> .....	13
2.1.6.1	Penggunaan.....	14
2.2	<i>Coronavirus Disease (COVID-19)</i> .....	17
2.2.1	Virologi dan Etiologi.....	17
2.2.2	Transmisi COVID-19.....	18
2.2.3	Patogenesis.....	19
2.2.4	Faktor Risiko.....	20
2.2.5	Manifestasi Klinis.....	22
2.2.5.1	Tidak bergejala.....	23

2.2.5.2	Ringan .....	23
2.2.5.3	Sedang .....	23
2.2.5.4	Berat .....	24
2.2.6	Diagnosis.....	24
2.2.7	Prognosis.....	27
2.2.8	Komplikasi.....	27
2.2.9	Pencegahan .....	28
2.3	Imunitas Tubuh.....	29
2.3.1	Pengaruh Aktivitas Fisik pada Respon Imunologis.....	29
2.3.2	Efek Aktivitas fisik pada Komponen Sistem Imunitas Tubuh.....	30
2.3.2.1	Sitokin.....	30
2.3.2.2	Neutrofil.....	31
2.3.2.3	Leukosit.....	31
2.3.2.4	<i>Antigen-presenting cells</i> (APC).....	32
2.3.2.5	<i>Natural Killer Cell</i> (NK).....	32
2.3.2.6	Limfosit.....	33
2.3.3	Aktivitas Fisik dan COVID-19 .....	33
<b>BAB III KERANGKA TEORI .....</b>		<b>38</b>
3.1	Kerangka Teori.....	38
3.2	Kerangka Konsep .....	39
3.3	Hipotesis Penelitian.....	39
3.3.1	Hipotesis Null .....	39
3.3.2	Hipotesis Alternatif.....	39
3.4	Variabel Penelitian .....	40

3.4.1	Variabel Terikat .....	40
3.4.2	Variabel Bebas .....	40
3.4.3	Variabel Perancu .....	40
3.5	Definisi Operasional .....	40
 <b>BAB IV METODOLOGI PENELITIAN .....</b>		<b>43</b>
4.1	Desain Penelitian .....	43
4.2	Lokasi dan Waktu Penelitian .....	43
4.3	Bahan dan Cara Penelitian .....	43
4.3.1	Alat dan Bahan .....	43
4.3.2	Cara Penelitian .....	44
4.4	Populasi dan Sampel Penelitian .....	44
4.5.1	Populasi Penelitian .....	44
4.5.2	Sampel Penelitian .....	44
4.5	Cara Pengambilan Sampel .....	45
4.6	Cara Perhitungan Jumlah Sampel .....	45
4.7	Kriteria Inklusi dan Kriteria Eksklusi .....	46
4.7.1	Kriteria Inklusi .....	46
4.7.2	kriteria Eksklusi .....	46
4.8	Alur Penelitian .....	47
4.9	Pengolahan Data .....	48
4.10	Uji Statistik .....	48
4.11	Etika Penelitian .....	48
4.12	Dana Penelitian .....	49
4.13	Jadwal Penelitian .....	50

<b>BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>51</b>
5.1 Hasil Data Penelitian .....	51
5.1.1 Karakteristik Responden .....	51
5.1.2 Hasil Uji Statistik Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik Dengan Derajat Keparahan COVID-19 .....	53
5.1.3 Hasil Uji Statistik Hubungan Perilaku Merokok Dengan Derajat Keparahan COVID-19 .....	54
5.2 Pembahasan .....	56
<b>BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>59</b>
6.1 Kesimpulan .....	59
6.2 Saran .....	59
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>61</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>68</b>



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Efek Aktivitas Fisik pada Sistem Kekebalan Tubuh.....	30
Gambar 2. Manfaat Aktivitas Fisik Intensitas Sedang Secara Teratur pada Faktor yang Mempengaruhi Respon Terhadap COVID-19 .....	37



## DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Kerangka Teori.....	38
Bagan 2. Kerangka Konsep.....	39
Bagan 3. Alur Penelitian.....	47



## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Definisi Operasional .....	41
Tabel 2. Dana Penelitian .....	49
Tabel 3. Jadwal Penelitian .....	50
Tabel 4. Karakteristik Responden.....	52
Tabel 5. Hasil Uji Statistik Tingkat Aktivitas Fisik Dengan Derajat Keparahan COVID-19.....	53
Tabel 6. Hasil Uji Statistik Perilaku Merokok Dengan Derajat Keparahan COVID-19 .....	54

