

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan yang Maha Esa atas segala berkat-Nya sehingga Tugas Akhir ini dapat terselesaikan.

Tugas Akhir Skripsi bertajuk “HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN FUNGSI MEMORI PADA MAHASISWA PRAKLINIK FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS PELITA HARAPAN” ini ditujukan untuk memenuhi salah satu persyaratan akademik guna memperoleh gelar Sarjana Kedokteran Strata Satu Universitas Pelita Harapan, Tangerang.

Penulis menyadari bahwa tanpa bimbingan, bantuan, dan doa dari berbagai pihak, Tugas Akhir ini tidak akan dapat terselesaikan tepat pada waktunya. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses pengerjaan Tugas Akhir ini, yaitu kepada:

1. Prof. Dr. Dr. dr. Eka J. Wahjoepramono, Sp.BS, Ph.D, selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan
2. Dr. dr. Allen Widysanto, Sp.P, CTTS, FAPSR, selaku Ketua Program Studi Kedokteran Universitas Pelita Harapan
3. dr. Glory Clementine, MPH, selaku Dosen Pembimbing Utama merangkap Dosen Pembimbing Statistik yang telah memberikan bimbingan serta banyak masukan kepada penulis sejak awal proses hingga akhir Tugas Akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.

4. dr. Retno Jayantri Ketaren, Sp.S dan dr. John Christian Parsaoran Butar Butar, Sp.OT, selaku Dosen Penguji yang telah memberikan saran dan masukan untuk perbaikan selama pelaksanaan sidang Tugas Akhir.
5. dr. Darti Isbandiati Wibisono, Sp.PA, selaku Pembimbing Akademik penulis.
6. Seluruh responden yang sudah bersedia menjadi subjek dalam penelitian ini dengan kooperatif.
7. Semua pihak lain yang berkontribusi dan tidak dapat disebutkan satu per satu.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa masih banyak terdapat kekurangan dalam Tugas Akhir ini. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun dari pembaca akan sangat dihargai oleh penulis. Semoga Tugas Akhir Skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membacanya.

Tangerang, 20 April 2021

Penulis

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TUGAS AKHIR.....	ii
PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING TUGAS AKHIR	iii
PERSETUJUAN TIM PENGUJI TUGAS AKHIR.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR BAGAN.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR SINGKATAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	4
1.3. Pertanyaan Penelitian.....	4
1.4. Tujuan Penelitian	5
1.5. Manfaat Penelitian	5
1.5.3. Manfaat Akademis	5
1.5.4. Manfaat Praktis	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1. Aktivitas Fisik.....	7
2.2. Faktor Yang Mempengaruhi Aktivitas Fisik	9
2.3. <i>International Physical Activity Questionnaire</i>	11
2.4. Memori.....	13
2.5. Fisiologi Pembentukan Memori.....	16
2.6. Faktor Yang Mempengaruhi Fungsi Memori	19
2.7. <i>Memory Functioning Questionnaire</i>	25
BAB III KERANGKA PENELITIAN	27
3.1. Kerangka Teori	27
3.2. Kerangka Konsep.....	28
3.3. Hipotesis	28

3.3.1. Hipotesis Null	28
3.3.2. Hipotesis Kerja.....	28
3.4. Variabel.....	28
3.4.1. Variabel Independen	28
3.4.2. Variabel Dependen.....	28
3.4.3. Variabel Perancu	29
3.5. Definisi Operasional	29
BAB IV METODOLOGI PENELITIAN.....	31
4.1. Desain Penelitian	31
4.2. Lokasi dan Waktu Penelitian	31
4.3. Bahan dan Cara Penelitian	31
4.4. Populasi Penelitian.....	31
4.5. Sampel Penelitian.....	32
4.6. Cara Pengambilan Sampel	32
4.7. Cara Perhitungan Jumlah Sampel	32
4.8. Kriteria Penelitian	33
4.8.1. Kriteria Inklusi	33
4.8.2. Kriteria Eksklusi	33
4.9. Alur Penelitian	34
4.10. Pengolahan Data dan Uji Statistik.....	35
4.11. Etika Penelitian.....	35
BAB V ANALISIS DAN PEMBAHASAN.....	36
5.1. Deskripsi Responden Penelitian	36
5.2. Hasil Data Penelitian.....	37
5.3. Analisis Data.....	39
5.4. Pembahasan.....	43
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	47
6.1. Kesimpulan	47
6.2. Saran	47
DAFTAR PUSTAKA	48
LAMPIRAN.....	A-1

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Jenis Memori Jangka Panjang	14
Gambar 2.2 Pemrosesan Memori	16
Gambar 5.1 Scatter Plot Korelasi Aktivitas Fisik dan Fungsi Memori.....	39



DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Kerangka Teori	27
Bagan 3.2 Kerangka Konsep.....	28
Bagan 4.1 Alur Penelitian	34
Bagan 5.1 Eksklusi Sampel Penelitian.....	36



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kategori Aktivitas Fisik pada IPAQ-SF.....	12
Tabel 2.2 Kategori Memori dan Area Otak Terkait.....	16
Tabel 3.1 Definisi Operasional	29
Tabel 5.1 Karakteristik Responden Penelitian.....	37
Tabel 5.2 Distribusi Sampel Berdasarkan Kategori Aktivitas Fisik.....	38
Tabel 5.3 Mean dan Standar Deviasi Variabel Aktivitas Fisik.....	38
Tabel 5.4 Mean dan Standar Deviasi Variabel Fungsi Memori.....	39
Tabel 5.5 Hasil Uji Normalitas pada Variabel Aktivitas Fisik.....	40
Tabel 5.6 Hasil Uji Normalitas pada Variabel Fungsi Memori.....	40
Tabel 5.7 Hasil Uji Korelasi Spearman	41
Tabel 5.8 Hasil Uji Normalitas Intensitas Aktivitas Fisik dan Fungsi Memori.....	42
Tabel 5.9 Uji Homogenitas Varian Fungsi Memori	42
Tabel 5.10 Distribusi Rerata Fungsi Memori Berdasarkan Intensitas Aktivitas Fisik.....	42



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A	Lembar Informasi.....	A-1
Lampiran B	<i>Informed Consent</i>	B-1
Lampiran C	Biodata Sampel.....	C-1
Lampiran D	<i>International Physical Activity Questionnaire-Short Form</i>	D-1
Lampiran E	<i>Memory Functioning Questionnaire</i>	E-1



DAFTAR SINGKATAN

AD	: <i>Alzheimer's Disease</i>
BDNF	: <i>Brain-Derived Neurotrophic Factor</i>
CA	: <i>Cornu Ammonis</i>
COVID-19	: <i>Coronavirus Disease of 2019</i>
IPAQ	: <i>International Physical Activity Questionnaire</i>
IPAQ-SF	: <i>International Physical Activity Questionnaire-Short Form</i>
MET	: <i>Metabolic Equivalent of Task</i>
MFQ	: <i>Memory Functioning Questionnaire</i>
NREM	: <i>Non-Rapid Eye Movement</i>
PSBB	: <i>Pembatasan Sosial Berskala Besar</i>
QoL	: <i>Quality of Life</i>
REM	: <i>Rapid Eye Movement</i>
SARS-CoV-2	: <i>Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2</i>
SSRI	: <i>Selective Serotonin Reuptake Inhibitor</i>
TBI	: <i>Traumatic Brain Injury</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>

