

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkatNya dan bimbinganNya, saya dapat menyelesaikan Karya Tugas Akhir ini.

Tugas akhir yang berjudul "Hubungan Gaya Hidup Sedentari Pada Masa Pembelajaran Daring Terhadap Kejadian Depresi Berdasarkan *Self Report* Dengan Instrumen Skrining Depresi Mahasiswa Praklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan" ini ditujukan untuk memenuhi persyaratan akademik guna memperoleh gelar Sarjana Kedokteran di Universitas Pelita Harapan.

Terima kasih atas segala doa dan dukungan serta bimbingan dari pihak-pihak yang telah turut mengambil bagian dan membantu saya dalam proses pembuatan Karya Tugas Akhir ini, yaitu kepada:

1. dr. Michael Tanaka, Sp.JP selaku pembimbing proposal sekaligus pembimbing statistik yang telah memberikan bimbingan dan masukan kepada peneliti.
2. Prof. Dr. Dr. dr. Eka Julianta Wahjoepramono, Sp. BS, Ph. D, selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.
3. Dr. dr. Allen Widyasanto Sp. P, CTTS, FASPR, selaku Ketua Program Studi Kedokteran
4. Dosen pengajar untuk mata kuliah tugas akhir I, II, dan materi statistika yang telah memberikan pembelajaran terkait pembuatan serta penyelesaian Karya Tugas Akhir ini.

5. Staf administrasi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan yang telah membantu penulis terkait surat - surat yang dibutuhkan selama menyelesaikan tugas akhir ini.
6. Keluarga yakni, Ayah, Ibu, Adik, Nenek yang telah memberikan dukungan secara moral dan kasih sayang.
7. Sahabat, yaitu Cindy Clarissa, Nivia Permatasari, Naomi Ivania, dan Klarasita Wibowo yang selalu mendukung dan menyemangati dalam proses penyelesaian Karya Tugas Akhir ini.
8. Teman seperjuangan, Cindy Adelia dan Jonathan Setiawan selaku rekan satu pembimbing yang telah memberikan arahan dan semangat selama mengerjakan Karya Tugas Akhir ini.
9. Seluruh mahasiswa Angkatan 2018, 2019, dan 2020 yang telah bersedia menjadi partisipan sebagai sampel dalam penelitian ini, sehingga proses pengumpulan data dapat berjalan dengan baik dan lancar.
10. Serta pihak - pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu persatu

Akhir kata, penulis menyadari bahwa masih terdapat banyak sekali kekurangan di dalam Karya Tugas Akhir ini. Oleh karena itu, kritik serta saran yang membangun dari pembaca akan sangat bermanfaat bagi penulis. Semoga Karya Tugas Akhir ini dapat memberikan manfaat positif bagi setiap pembacanya.

Tangerang Selatan, 2 Mei 2021

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK	VI
ABSTRACT	VII
DAFTAR TABEL	XIV
DAFTAR BAGAN	XV
DAFTAR SINGKATAN	XVI
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 LATAR BELAKANG	1
1.2 RUMUSAN MASALAH	2
1.3 PERTANYAAN PENELITIAN	2
1.4 TUJUAN PENELITIAN	3
1.4.1 TUJUAN UMUM	3
1.4.2 TUJUAN KHUSUS	3
1.5 MANFAAT PENELITIAN	3
1.5.1 MANFAAT AKADEMIS	3
1.5.2 MANFAAT PRAKTIS	3
BAB II	4
TINJAUAN PUSTAKA	4
2.1 GAYA HIDUP SEDENTARI	4
2.1.1 DEFINISI GAYA HIDUP SEDENTARI.....	4
2.1.2 EPIDEMIOLOGI	5
2.1.3 MASALAH DARI GAYA HIDUP SEDENTARI.....	6
2.1.4 ALAT DIAGNOSTIK GAYA HIDUP SEDENTARI	6
2.2 DEPRESI	8
2.2.1 DEFINISI DEPRESI.....	8
2.2.2 KLASIFIKASI GANGGUAN DEPRESI	9
2.2.3 EPIDEMIOLOGI	9

2.2.4	FAKTOR RISIKO.....	10
2.2.5	ETIOLOGI.....	12
2.2.6	PATOFISIOLOGI.....	15
2.2.7	RIWAYAT DAN KLINIS.....	16
2.2.8	INSTRUMEN <i>SELF- REPORT</i> UNTUK SKRINING DEPRESI	17
2.3	HUBUNGAN DEPRESI DENGAN GAYA HIDUP SEDENTARI.....	20

BAB III 22

KERANGKA TEORI, KERANGKA KONSEP, DAN HIPOTESIS..... 22

3.1	KERANGKA TEORI	22
3.2	KERANGKA KONSEP.....	23
3.3	HIPOTESIS	23
3.3.1	HIPOTESIS NULL	23
3.3.2	HIPOTESIS KERJA	23
3.4	VARIABEL.....	23
3.4.1	VARIABEL INDEPENDEN.....	23
3.4.2	VARIABEL DEPENDEN	24
3.4.3	VARIABLE PERANCU	24
3.5	DEFISI OPERASIONAL.....	24

BAB IV 28

METODOLOGI PENELITIAN 28

4.1	DESAIN PENELITIAN.....	28
4.2	LOKASI DAN WAKTU PENELITIAN.....	28
4.3	BAHAN DAN CARA PENELITIAN	28
4.4	POPULASI PENELITIAN.....	28
4.5	SAMPEL PENELITIAN	28
4.6	CARA PENGAMBILAN SAMPEL	29
4.7	CARA PERHITUNGAN SAMPEL.....	29
4.8	KRITERIA PENELITIAN.....	30
4.8.1	KRITERIA INKLUSI.....	30
4.8.2	KRITERIA EKSLUSI.....	30
4.9	ALUR PENELITIAN	30
4.10	PENGOLAHAN DATA DAN UJI STATISTIK.....	31
4.11	ETIKA PENELITIAN	31

BAB V..... 32

HASIL DAN PEMBAHASAN..... 32

5.1	KARAKTERISTIK RESPONDEN.....	32
5.1.1	DESKRIPSI RESPONDEN PENELITIAN.....	32
5.2	ANALISIS HASIL DAN UJI VARIABEL	33
5.2.1	HASIL UJI WAKTU GAYA HIDUP SEDENTARI TERHADAP TINGKAT DEPRESI MENURUT BDI	
SCORE	33	
5.2.2	HASIL UJI WAKTU GAYA HIDUP SEDENTARI TERHADAP TINGKAT DEPRESI MENURUT PHQ-	
9 SCORE	34	
5.3	PEMBAHASAN	35
 <u>BAB VI</u>		<u>38</u>
 <u>KESIMPULAN DAN SARAN.....</u>		<u>38</u>
6.1	KESIMPULAN	38
6.2	SARAN	38
 <u>BAB VII.....</u>		<u>39</u>
 <u>DAFTAR PUSTAKA.....</u>		<u>39</u>
 <u>BAB VIII</u>		<u>48</u>
 <u>LAMPIRAN</u>		<u>48</u>

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Publikasi HAM-D pertama.....	17
---	----



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	25
Tabel 5.1 Deskripsi Responden Penelitian	31
Tabel 5.2 Hasil Uji Variable Independen terhadap tingkat depresi BDI-score.....	33
Tabel 5.3 Hasil Uji Variable Independen terhadap tingkat depresi PHQ-9-score.	34

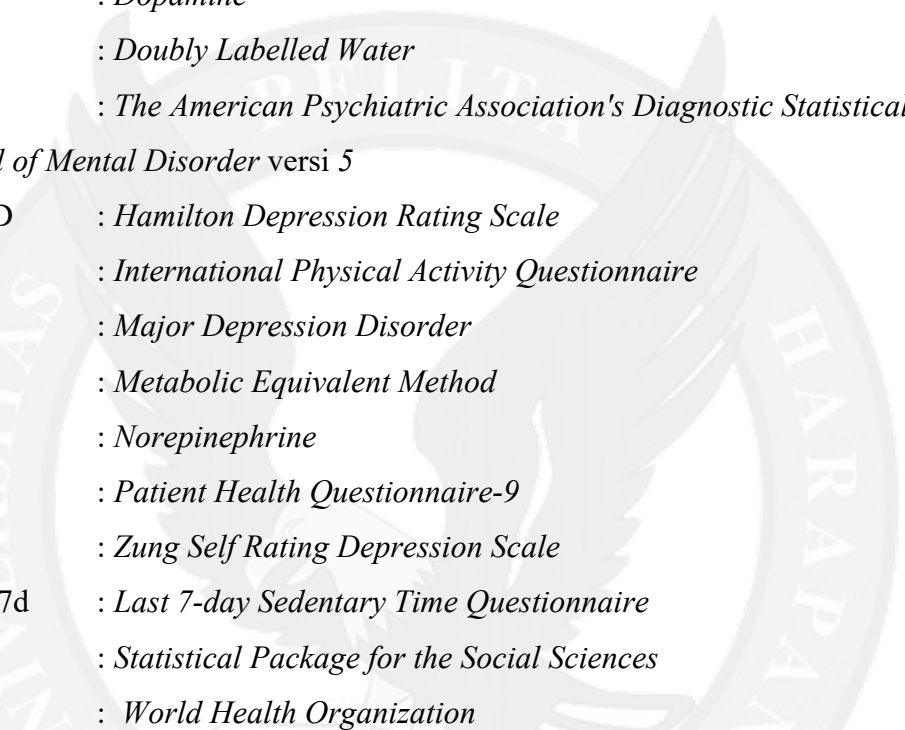


DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Kerangka Teori.....	21
Bagan 3.2 Kerangka Konsep.....	22
Bagan 4.1 Alur Penelitian	28



DAFTAR SINGKATAN



APA	: <i>American Psychological Association</i>
BDI-II	: <i>Beck's Depression Inventory II</i>
COPD	: <i>Chronic Obstructive Pulmonary Disease</i>
COVID-19	: <i>Corona Virus Disease 2019</i>
DA	: <i>Dopamine</i>
DLW	: <i>Doubly Labelled Water</i>
DSM-5	: <i>The American Psychiatric Association's Diagnostic Statistical Manual of Mental Disorder versi 5</i>
HAM-D	: <i>Hamilton Depression Rating Scale</i>
IPAQ	: <i>International Physical Activity Questionnaire</i>
MDD	: <i>Major Depression Disorder</i>
MET	: <i>Metabolic Equivalent Method</i>
NE	: <i>Norepinephrine</i>
PHQ-9	: <i>Patient Health Questionnaire-9</i>
SDS	: <i>Zung Self Rating Depression Scale</i>
SIT-Q-7d	: <i>Last 7-day Sedentary Time Questionnaire</i>
SPSS	: <i>Statistical Package for the Social Sciences</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>