



UNIVERSITAS PELITA HARAPAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

ABSTRAK

EBITA NABILLA / 01071190208

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN TINGKAT NYERI SENDI PADA WANITA MASA MENOPAUSE DI KABUPATEN BOGOR

(xiv + 50 halaman: 1 gambar; 12 tabel; 5 lampiran)

Latar Belakang: Aktivitas fisik memiliki peran dalam terjadinya nyeri sendi pada wanita menopause. Prevalensi nyeri sendi pada wanita masa menopause cukup tinggi yang disebabkan oleh beberapa faktor sebanyak 53,7%. Salah satu penyebab nyeri sendi adalah aktivitas fisik dan adanya pengaruh keadaan menopause itu sendiri. Nyeri sendi akan berhubungan dengan kualitas hidup wanita menopause sekarang dan masa yang akan datang belum ada penelitian sebelumnya, sehingga peneliti mencari hubungan langsung antara aktivitas fisik dengan nyeri sendi pada wanita menopause.

Tujuan Penelitian: Mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan tingkat nyeri sendi masa wanita menopause di Kabupaten Bogor.

Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif observasional analitik dengan metode potong lintang (*cross-sectional*) pada wanita menopause di Kabupaten Bogor sebanyak 86 sampel terdiri dari 54 sampel memiliki aktivitas fisik rendah dan 32 sampel memiliki aktivitas fisik sedang-berat diambil secara *consecutive sampling*. Pengambilan data akan dilakukan menggunakan kuesioner *google form International Physical Activity Questionnaire* (IPAQ), dan kuesioner *Numeric Rate Scale* (NRS). Uji statistik menggunakan analisis *chi-square*, dengan pengolahan data menggunakan SPSS 25.0 dengan uji *Fisher's exact*.

Hasil Penelitian: Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan bermakna antara aktivitas fisik dengan tingkat nyeri sendi ($p\text{-value} > 0,05$) dengan *Odd Ratio* (OR) 4,053 (95% CI 1,594-10,303) pada wanita masa menopause di Kabupaten Bogor.

Kata kunci: Aktivitas fisik, nyeri sendi, menopause.



UNIVERSITAS PELITA HARAPAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

ABSTRACT

EBITA NABILLA / 01071190208

THE RELATION BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY AND JOINT PAIN ON POST MENOPAUSAL WOMEN IN BOGOR REGENCY

(xiv + 50 pages: 1 picture; 12 table; 5 appendix)

Background: Menopause women's joint pain is enhanced by physical exercise. The disease has a high prevalence, with many contributing variables accounting for up to 53.7 % of the total population. Physical exercise, as well as the menopausal women condition itself, are two of the causes. There hasn't been much research done on how joint pain affects post menopausal women, and researchers are currently looking for a link between these two in the future.

Aim: The purpose of this research is to identify the relationship between physical activity and the menopausal women period in women who lives in Bogor regency.

Material and methods: This research used a quantitative analytical observational study with a cross-sectional method on post menopausal women in Bogor Regency, 86 samples consisting of 54 samples with low physical activity and 32 samples having moderate-to-severe physical activity taken sequentially. Data collection will be carried out using the Google Form International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) questionnaire, and the Numeric Rate Scale (NRS) questionnaire. Statistical test using chi-square are analysis, with data processing using SPSS 25.0 with Fisher's exact test.

Results: This study showed a significant relationship between physical activity and the level of joint pain (p -value > 0.05) in post menopausal women in Bogor Regency.

Keywords: *Physical activity, joint pain, menopause.*