HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN KEBUGARAN KARDIO RESPIRASI PADA CALON JAMAAH HAJI WANITA PASCA MENOPAUSE

Disusun Oleh:

Maryam Amirotuzakiyah

J120160019

PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2022

HALAMAN PERSETUJUAN

UJIAN SKRIPSI HUBUNGAN IMT DENGAN KEBUGARAN KARDIORESPIRASI PADA CALON JAMAAH HAJI WANITA PASCA MENOPAUSE

Telah disetujui pembimbing untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Ujian Hasil Program Studi Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta

Disusun Oleh:

Maryam Amirotuzakiyah

J120160019

Telah disetujui oleh:

Pembimbing

Wijianto S.Ft., Ftr., M.Or

NIDN : 0611107701

ii

PENGESAHAN SKRIPSI

Berjudul:

HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN KEBUGARAN KARDIORESPIRASI PADA CALON JAMAAH HAJI WANITA PASCAMENOPAUSE

Oleh:

MARYAM AMIROTUZAKIYAH

J 120 160 019

Dipertahankan dihadapan Tim Penguji
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada tanggal: 13 Oktober 2022

Pembimbing :

Wijianto S.Ft., Ftr., M.Or
NIDN: 0611107701

Penguji:

1. Wijianto, SST.FT., Ftr., M.OR (.....)
2. Totok Budi Santoso, S.Fis., Ftr., M.PH (.....)
3. Wahyuni, S.Fis., Ftr., M.Kes (.....)

Menyetujui,
Ka.Prodi Fisioterapi

Farid Rahman, S St.Ft., M Or
NIK. 1771

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Dr. Uni Budi Rahayu, S Fis.,Ftr.,M.Kes
NIK. 750

PERNYATAAN

Dalam pernyataan ini, saya menjelaskan bahwa tidak ada karya atau pendapat yang telah diterbitkan dalam sebuah karya orang lain untuk mendapatkan gelar kesarjanaan atau pemahaman di pihak saya, kecuali dari yang telah muncul dalam daftar pustaka.

Jika ada ambiguitas atau kesalahan dalam pernyataan di atas, saya akan sepenuhnya bertanggungjawab.

Surakarta, 12 Oktober 2022

Penulis

Maryam Amirotuzakiyah

J120160019

DEKLARASI

Nama	: Maryam Amirotuzzakiyah
NIM	: J120160019
Fakultas	: Ilmu Kesehatan
Jurusan	: Fisioterapi
Judul skripsi	: Hubungan IMT dengan Kebugaran Kardiorespirasi pada Calon Jamaah Haji Wanita Pascamenopause

Menjelaskan bahwa tidak ada karya atau pendapat yang telah diterbitkan dalam sebuah karya orang lain untuk mendapatkan gelar kesarjanaan atau pemahaman di pihak saya, kecuali dari yang telah tertera dalam daftar pustaka. Demikian deklarasi yang telah saya buat sebenar-benarnya, apabila dalam deklarasi ini mengandung ketidakbenaran saya siap bertanggungjawab.

Surakarta, 12 Oktober 2022

Penulis

Maryam Amirotuzakiyah

J120160019

HALAMAN MOTTO

Allah dulu, Allah lagi, Allah terus

(Penulis)

“Sesungguhnya setiap kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya setiap kesulitan ada kemudahan”

(Q.S Al-Insyiroh : 5 - 6)

“Allah tidak membebani seseorang itu melainkan sesuai dengan kesanggupannya”

(Q.S Al-Baqaqrah : 286)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia nya sehingga kita masih diberikan kesempatan untuk beramal sholeh. Shalawat serta salam tak lupa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW berserta keluarga, sahabat, dan para pengikut nya hingga hari.

Skripsi ini saya persembahkan kepada kedua orang tua saya,

Bapak Sugeng Raharjo dan Ibu Amanatul Husna

Serta saudara-saudari saya,

Muhammad Faris Faruqi, Shofia Qonita, Hamzah Ibnu Ruman, Fatimah Adila Az-Zahra, Muhammad Aziz Fathullah, dan Khaula Hurun Aini

Yang menjadi pemicu semangat saya dalam menggapai mimpi

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunianya hingga penulis bisa mengerjakan dan menyelesaikan skripsi yang berjudul "Hubungan IMT dengan Kardiorepirasi pada Calon Jamaah Haji Wanita Pascamenopause".

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam menyelesaikan penelitian ini banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Prof. Sofyan Anif, M.Si selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta
2. Dr. Umi Budi Rahayu, S Fis.,Ftr.,M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
3. Farid Rahman, S St.Ft., M Or selaku Ka Prodi Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta
4. Wijianto S.Ft., Ftr., M.Or selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan meluangkan waktunya untuk membimbing penulis.
5. Bapak dan Ibu dosen Program Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
6. Segenap Karyawan dan staf tata usaha Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
7. Keluarga yang selalu memberikan dukungan dalam bentuk apapun itu.
8. Ustadz/ah Pondok Tahfidz Permata Quran Kartasura yang selalu memberikan semangat, semoga Allah meridhoi beliau semua.
9. Teman-teman mahasiswa Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta angkatan 2016

10. Azizah Rahmawati dan Husna Arwa Salsabila yang selalu memberikan semangat dan membantu dalam pengerjaan skripsi ini, semoga Allah memudahkan urusan kalian berdua.
11. Hanifatul Auliya, teman seperjuangan kuliah dan menghafal. Semoga ukhuwah kita terjaga sampai surga.
12. Teman-teman Pondok Tahfidz Permata Quran Kartasura, semoga Allah menjadikan kita bertetangga di surga-Nya.
13. Dan orang-orang disekitar penulis yang tak bisa penulis jabarkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa penelitian yang dilakukan penulis masih kurang dari kata sempurna. Maka dari itu penulis meminta kritik dan saran yang membangun untuk membantu demi sempurnanya proposal ini. Penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Surakarta, 12 Oktober 2022

Maryam Amirotuzakiyah

ABSTRAK

PROGRAM STUDI SARJANA FISIOTERAPI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

SKRIPSI, OKTOBER 2022

MARYAM AMIROTUZAKIYAH/J120160019

"HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN KEBUGARAN KARDIORESPIRASI PADA CALON JAMAAH HAJI WANITA PASCAMENOPAUSE"

Dibimbing Oleh: Wijianto S.Ft., Ftr., M.Or

Latar Belakang: Indonesia merupakan salah satu negara dengan penduduk muslim terbanyak didunia yang setiap tahunnya mengirimkan penduduknya untuk beribadah haji. Karena banyaknya orang yang ingin melaksanakan haji, maka terbentuklah antrian panjang haji. Pada akhirnya banyak yang berangkat haji pada saat usia nya telah lanjut. Sehingga usia lanjut menjadi yang terbanyak ke tiga dengan setengah dari populasi keseluruhan jamaah adalah wanita.

Tujuan Penelitian: Mengetahui hubungan antara IMT dengan kardiorespirasi pada calon jamaah haji wanita pascamenopause.

Metode Penelitian: Metode yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* study. Data didapatkan dari rekam medis jamaah yang melakukan tes kesehatan di Puskesmas Kecamatan Colomadu dan Kartasura.

Hasil Penelitian: Hasil uji korelasi spearman rank menunjukkan nilai korelasi -0.630 yang berarti berkolerasi kuat dan bertanda negatif. Tanda negatif menunjukkan hubungan yang berlawanan antara IMT dengan kebugaran kardiorespirasi.

Kesimpulan: Kesimpulan pada penelitian ini adalah ada hubungan kuat IMT dengan kardiorespirasi pada calon jamaah haji wanita pascamenopause.

Kata Kunci: IMT, kardiorespirasi, pascamenopause, cross sectional study.

ABSTRACT

PHYSIOTHERAPY STUDY PROGRAM

FACULTY OF HEALTH SCIENCE

MUHAMMADIYAH SURAKARTA UNIVERSITY

MINITHESIS, OCTOBER 2022

MARYAM AMIROTUZAKIYAH/J120160019

"CORRELATION BODY MASS INDEX WITH CARDIORESPIRATORY FITNESS IN PROSPECTIVE POSTMENOPAUSE WOMEN HAJJ CONTRIBUTS"

Counseled By: Wijianto S.Ft., Ftr., M.Or

Background: Indonesia is one of the countries with the most Muslim population in the world which annually sends its population to perform hajj. Because of the large number of people who want to carry out the Hajj, a long queue of Hajj is formed. In the end, many go on hajj when they are old. So that old age is the third largest with half of the overall population of pilgrims being women.

Objectives: To determine the relationship between BMI and cardiorespiratory in postmenopausal female pilgrim candidates.

Methods: . The method used is quantitative research with a cross sectional study approach. The data was obtained from the medical records of the pilgrims who carried out medical tests at the Colomadu and Kartasura District Health Centers.

Results: The results of the Spearman rank correlation test show a correlation value of -0.630, which means it is strongly correlated and has a negative sign. The negative sign indicates the opposite relationship between body composition and cardiorespiratory fitness.

Conclusion: The conclusion in this study is that there is a strong relationship between body composition and cardiorespiratory in postmenopausal female pilgrims.

Keywords: BMI, cardiorespiratory, postmenopausal, cross sectional study.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL 1
HALAMAN PERSETUJUAN ii
HALAMAN PENGESAHAN iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN iv
DEKLARASI v
HALAMAN MOTTO vi
HALAMAN PERSEMBAHAN vii
KATA PENGANTAR viii
ABSTRAK x
ABSTRACT xi
DAFTAR ISI xii
DAFTAR GAMBAR xiv
DAFTAR TABEL xv
DAFTAR LAMPIRAN xvi
BAB I PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 5
C. Tujuan Penelitian 5
D. Manfaat Penelitian 5
BAB II LANDASAN TEORI 7
A. Tinjauan Pustaka 7
B. Tinjauan Teoritik 10
C. Kerangka Berpikir 12
D. Kerangka Konsep 13
E. Hipotesis 13
BAB III METODE PENELITIAN 14
A. Jenis Penelitian 14
B. Lokasi dan Waktu Penelitian 14

C. Populasi dan Sampel 14
D. Variabel Penelitian 15
E. Definisi Konseptual 15
F. Definisi Operasional 16
G. Teknik Analisis Data 16
BAB IV PEMBAHASAN 17
A. Gambaran Umum Penelitian 17
B. Proses Perhitungan IMT dan VO2 Responden 1 21
C. Uji Normalitas 23
D. Hubungan IMT dengan Kebugaran Kardiorespirasi Tubuh Pada Wanita Pasca Menopause 24
BAB V PENUTUP 26
A. Kesimpulan 26
B. Saran 26
DAFTAR PUSTAKA 27

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir 12
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep 13
Gambar 4. 1 Kategorisasi Indeks Massa Tubuh Jamaah Haji 20
Gambar 4. 2 Kategorisasi VO2 Jamaah Haji 21
Gambar 4. 3 Grafik PP-Plot Uji Normalitas 24

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Tinjauan Pustaka 10
Tabel 4. 1 IMT dan VO2 Jamaah Haji 18
Tabel 4. 2 Uji Normalitas Shapiro-Wilk 23
Tabel 4. 3 Pengujian Hipotesis Ha dengan Uji t 25

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. *Informed Consent* 30
Lampiran 2. *Ethical Clearance* 31
Lampiran 3. Surat Pengantar 32