

## DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN .....	x
ABSTRAK.....	xi
BAB 1. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Perumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Keaslian Penelitian.....	8
BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. Telaah Pustaka .....	11
1. Pandemi COVID-19 di Indonesia .....	11
2. Pandemi COVID-19 dan Penyakit Tidak Menular .....	15
3. Tingkat Aktivitas Fisik .....	16
4. Tingkat Stres .....	27
5. Kekuatan Genggam Tangan.....	34
6. Hubungan Kekuatan Genggam Tangan dan Aktivitas Fisik .....	39
7. Hubungan Tingkat Stres dan Kesehatan Fisik .....	40
B. Kerangka Teori.....	43
C. Kerangka Konsep.....	43
D. Hipotesis .....	44
BAB 3. METODE PENELITIAN.....	45
A. Jenis dan Rancangan Penelitian .....	45
B. Subjek Penelitian.....	46
C. Variabel Penelitian .....	50
D. Definisi Operasional .....	51

E. Instrumen Penelitian.....	53
F. Metode Analisis Data.....	55
G. Jalannya Penelitian .....	56
BAB 4. HASIL DAN PEMBAHASAN .....	57
A. Hasil Penelitian.....	57
B. Uji Normalitas .....	66
C. Pembahasan .....	67
D. Keterbatasan Penelitian .....	81
BAB 5. KESIMPULAN DAN SARAN .....	83
A. Kesimpulan .....	83
B. Saran .....	83
DAFTAR PUSTAKA.....	85
LAMPIRAN .....	95

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 1. Distribusi Kekuatan Genggam Tangan Berdasarkan Jenis Kelamin pada Orang Dewasa di Kabupaten Bantul .....	60
Gambar 2. Distribusi Tingkat Aktivitas Fisik Berdasarkan Jenis Kelamin pada Orang Dewasa di Kabupaten Bantul.....	62
Gambar 3. Distribusi Tingkat Stres Berdasarkan Jenis Kelamin pada Orang Dewasa di Kabupaten Bantul.....	64

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian .....	8
Tabel 2. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	51
Tabel 3. Klasifikasi Kekuatan Genggam Tangan dari CAMRY® Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia (Camry, 2012).....	53
Tabel 4. Karakteristik Responden Orang Dewasa di Kabupaten Bantul.....	57
Tabel 5. Karakteristik Kekuatan Genggam Tangan pada Orang Dewasa di Kabupaten Bantul .....	59
Tabel 6. Karakteristik Tingkat Aktivitas Fisik pada Orang Dewasa di Kabupaten Bantul .....	61
Tabel 7. Karakteristik Tingkat Stres pada Orang Dewasa di Kabupaten Bantul .	63
Tabel 8. Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Stres Terhadap Kekuatan Genggam Tangan Orang Dewasa di Kabupaten Bantul.....	64
Tabel 9. Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Aktivitas Fisik Terhadap Kekuatan Genggam Tangan Orang Dewasa di Kabupaten Bantul.....	65
Tabel 10. Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Stres dan Tingkat Aktivitas Fisik Orang Dewasa di Kabupaten Bantul.....	66
Tabel 11. Hasil Uji Normalitas Variabel Penelitian .....	67

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Formulir <i>The International Physical Activity Questionnaire – Short Form</i> (IPAQ-SF).....	95
Lampiran 2. Formulir <i>General Health Questionnaire</i> (GHQ-12).....	97
Lampiran 3. Lembar Informed Consent Penelitian .....	98
Lampiran 4. Surat Persetujuan Komisi Etik .....	99
Lampiran 5. Hasil Cek Turnitin.....	100