

LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
KATA PENGANTAR .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
DAFTAR TABEL.....	3
DAFTAR GAMBAR .....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	5i
DAFTAR SINGKATAN .....	6i
ABSTRACT .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
INTISARI .....	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Latar Belakang.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	4
E. Keaslian Penelitian .....	5
BAB II.....	7
TINJAUAN PUSTAKA .....	7
A. Depresi pada wanita .....	7
1. Definisi dan Kriteria Diagnosis .....	7
2. Epidemiologi dan Dampak Depresi.....	9
3. Faktor Risiko .....	10
4. Neurobiologi depresi .....	12
5. Tatalaksana depresi.....	14
B. Bersepeda sebagai olahraga.....	15
1. Tren bersepeda.....	15

2.	Bersepeda sebagai olahraga.....	16
3.	Cara mengukur olahraga bersepeda.....	18
C.	Manfaat bersepeda terhadap kesehatan .....	19
1.	Manfaat bersepeda terhadap kesehatan fisik dan mental.....	19
2.	Mekanisme biopsikososial-spiritual bersepeda terhadap depresi .....	20
3.	Hubungan bersepeda dengan depresi .....	22
D.	Landasan Teori.....	26
E.	Kerangka Teori .....	27
F.	Kerangka Konsep.....	28
G.	Hipotesis .....	28
BAB III	.....	29
METODE PENELITIAN.....	.....	29
A.	Jenis dan Rancangan Penelitian.....	29
B.	Tempat dan Waktu Penelitian .....	29
C.	Subjek Penelitian .....	29
D.	Variabel Penelitian .....	31
E.	Definisi Operasional .....	31
F.	Instrumen Penelitian .....	34
G.	Prosedur Pengambilan Dan Pengumpulan Data .....	36
H.	Analisis Data.....	37
I.	Etika Penelitian.....	37
J.	Jalannya Penelitian .....	37
K.	Alur Penelitian .....	39
BAB IV	.....	40
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	.....	40
1.	Karakteristik subjek penelitian.....	40
2.	Distribusi gejala depresi pada tiap domain instrumen PHQ-9.....	44



**HUBUNGAN INTENSITAS BERSEPEDA DENGAN DEPRESI PADA KOMUNITAS SEPEDA WANITA DI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**

Annisa Avicenna Ayudiyusraa, Prof.Dr.dr.H.Soewadi, MPH, Sp.KJ(K) ; dr. Irwan Supriyanto, Ph.D, Sp.KJ

UNIVERSITAS  
GADJAH MADA

Universitas Gadjah Mada, 2024 | Diunduh dari <http://etd.repository.ugm.ac.id/>

3. Analisis bivariat antara intensitas bersepeda dengan depresi.....	45
4 Analisis bivariat antara variabel perancu dengan depresi .....	46
5. Analisis multivariat .....	48
6. Keterbatasan penelitian .....	50
BAB V .....	52
KESIMPULAN DAN SARAN.....	52
DAFTAR PUSTAKA .....	53
LAMPIRAN.....	59

### DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian penelitian .....	5
Tabel 2. Klasifikasi hasil penilaian IPAQ .....	19
Tabel 3. Definisi operasional variabel .....	31
Tabel 4. Karakteristik subjek penelitian .....	40
Tabel 5. Analisis bivariat antara intensitas bersepeda dengan depresi .....	45
Tabel 6. Analisis bivariat antara variabel perancu dengan depresi .....	46
Tabel 7. Hasil tahapan uji regresi multivariat yang berpengaruh terhadap depresi .....	



**HUBUNGAN INTENSITAS BERSEPEDA DENGAN DEPRESI PADA KOMUNITAS SEPEDA WANITA DI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**

Annisa Avicenna Ayudiyusraa, Prof.Dr.dr.H.Soewadi, MPH, Sp.KJ(K) ; dr. Irwan Supriyanto, Ph.D, Sp.KJ

UNIVERSITAS  
GADJAH MADA

Universitas Gadjah Mada, 2024 | Diunduh dari <http://etd.repository.ugm.ac.id/>

.....	48
Tabel 8. Hasil uji regresi multivariat yang berpengaruh terhadap depresi .....	49

**DAFTAR GAMBAR**

Gambar 1. Kerangka teori .....	27
Gambar 2. Kerangka konsep .....	28
Gambar 3. Alur penelitian .....	39
Gambar 4. Distribusi gejala depresi pada tiap domain PHQ-9 .....	44

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar penjelasan kepada calon responden .....	59
Lampiran 2. Surat Persetujuan Responden .....	62
Lampiran 3. Data Umum Responden .....	63
Lampiran 4. Kuesioner <i>Short – International Physical Activity Questionnaire</i> (IPAQ-SF) versi Indonesia .....	64
Lampiran 5. Kuesioner <i>PHQ-9</i> .....	65
Lampiran 6. Kuesioner Religiusitas .....	66
Lampiran 7. <i>Dummy table</i> .....	67
Lampiran 8. <i>Curriculum Vitae</i> .....	69
Lampiran 9. Persetujuan Etik.....	70

## DAFTAR SINGKATAN

PHQ-9	: <i>Patient Health Questionnaire-9</i>
IPAQ-SF	: <i>Short-International Physical Activity Questionnaire</i>
DIY	: Daerah Istimewa Yogyakarta
METs	: <i>Metabolic Equivalent Tasks</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>
RISKESDAS	: Riset Kesehatan Dasar
MDD	: <i>Major Depressive Disorder</i>
DSM-V	: <i>Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder V</i>
HPA	: Hipofisis-Pituitari-Adrenal
SSP	: Sistem Saraf Pusat