

Perbedaan Skor Domain Health Promoting Lifestyle Antar Kategori Persentase Lemak Tubuh

Ahmad Rizki Akbar Dwiputra*, Rizki Suganda Prawiradilaga, Samsudin Surialaga

Prodi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

*akbardwi9902@gmail.com, rizkysuganda@gmail.com, samsudin_dr@yahoo.co.id

Abstract. Body fat percentage (%BF) is a primary concern in the context of health and lifestyle. Excessive body fat can lead to serious health issues and contribute to the risk of chronic diseases, while the pressure to achieve an 'ideal' body can negatively impact an individual's psychological aspects. This study aims to observe differences in the health promoting lifestyle profile-2 (HPLP-II) domains across %BF categories among students of the Faculty of Medicine. This research employed an observational analytic quantitative method with a cross-sectional approach. The study involved 96 active medical faculty students willing to measure their %BF and complete the questionnaire as inclusion criteria. Exclusion criteria included incomplete questionnaire responses and a history of congenital diseases. Sampling was done using purposive sampling technique. Body fat percentage was measured using bioimpedance analysis and categorized into low, normal, overweight, and obesity. The health-promoting lifestyle profile domains were assessed using the HPLP-II questionnaire, which includes Health Responsibility (HR), Physical Activity (PA), Nutrition (N), Spiritual Growth (SG), Interpersonal Relationship (IR), and Stress Management (SM) domains. The results were analyzed using one-way ANOVA. The study found no significant differences across %BF categories in all HPLP domains: HR ($p=0.964$), PA ($p=0.532$), N ($p=0.616$), SG ($p=0.547$), IR ($p=0.547$), and SM ($p=0.376$). The lack of significant differences in this study may be due to other factors influencing %BF, such as genetics, metabolism, and culture.

Keywords: *BIA, Body Fat Percentage, Lifestyle, HPLP-II.*

Abstrak. Persentase lemak tubuh (%LT) menjadi perhatian utama dalam konteks kesehatan dan gaya hidup. Lemak tubuh yang berlebihan dapat menyebabkan masalah kesehatan serius dan berkontribusi pada risiko penyakit kronis, sementara tekanan untuk mencapai tubuh "ideal" dapat berdampak negatif pada aspek psikologis individu. Penelitian ini bertujuan untuk melihat perbedaan domain health promoting lifestyle profile-2 (HPLP-II) antar kategori %LT pada mahasiswa Fakultas Kedokteran. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif observasional analitik dengan pendekatan cross-sectional. Subjek penelitian ini berjumlah 96 orang yang merupakan mahasiswa aktif Fakultas Kedokteran, bersedia melakukan pengukuran %LT, dan bersedia mengisi kuesioner sebagai kriteria inklusi. Kriteria eksklusi penelitian ini meliputi kuesioner tidak diisi dengan lengkap dan memiliki riwayat penyakit kongenital. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling. Persentase lemak tubuh diukur dengan metode bioimpedance analysis dan dikategorikan menjadi rendah, normal, overweight, dan obesitas. Domain profil gaya hidup promosi kesehatan dinilai dengan menggunakan kuesioner HPLP-II yang mencakup domain Health Responsibility (HR), Physical Activity (PA), Nutrition (N), Spiritual Growth (SG), Interpersonal Relationship (IR), dan Stress Management (SM). Hasil dari penelitian dianalisis dengan menggunakan one-way ANOVA. Hasil dari penelitian ini menunjukkan tidak adanya perbedaan yang signifikan antar kategori %LT pada semua domain HPLP: HR ($p=0,964$), PA ($p=0,532$), N ($p=0,616$), SG ($p=0,547$), IR ($p=0,547$), dan SM ($p=0,376$). Perbedaan yang tidak signifikan pada penelitian ini mungkin terjadi karena banyak faktor lain yang mempengaruhi %LT seperti genetik, metabolisme, dan budaya.

Kata Kunci: *BIA, Persentase Lemak Tubuh, Gaya Hidup, HPLP-II.*

A. Pendahuluan

Persentase lemak tubuh (%LT) yang tinggi dapat meningkatkan risiko dari berbagai penyakit, seperti diabetes tipe 2, beberapa jenis kanker, dan kematian dini (1). Persentase lemak tubuh tinggi juga berhubungan erat sebagai faktor risiko penyakit kardiovaskular. Salah satunya termasuk hipertensi, yang bahkan pada populasi yang tidak mengalami obesitas, dengan peningkatan %LT memiliki risiko hipertensi yang meningkat (2).

Faktor risiko yang dapat menyebabkan obesitas atau peningkatan %LT termasuk seperti aktivitas fisik yang rendah, merokok, konsumsi alkohol, tekanan psikologis, dan diet (4). Dari hal ini, terlihat bahwa unsur-unsur gaya hidup sangat berpengaruh terhadap komposisi tubuh (5)(6). Persentase lemak tubuh dapat diukur menggunakan dengan berbagai alat. Namun, gold standar untuk pemeriksaan komposisi tubuh yang sering digunakan merupakan *dual X-ray absorptiometry* (DXA). Selain itu, terdapat pemeriksaan alternatif lain yang lebih cepat, murah, dan mudah menggunakan *bioelectrical impedance analysis* (BIA) (7)(8).

Health promoting lifestyle profile (HPLP) merupakan sebuah kuesioner yang dikembangkan oleh Walker untuk menilai perilaku yang mempromosi kesehatan. Kuesionernya terdiri dari enam domain perilaku promosi kesehatan, yaitu *health responsibility*, *physical activity*, *nutrition*, *interpersonal relationship*, *spiritual growth*, dan *stress management*. Setiap dari domain tersebut menilai perilaku individu melalui berbagai pernyataan yang sesuai dengan domainnya (9).

Sifat perilaku gaya hidup yang tidak sehat mungkin terjadi karena situasi gaya hidup modern dan juga ritme hidup yang lebih cepat (9). Oleh karena itu, promosi gaya hidup sehat merupakan aspek yang esensial pada kesehatan dan kegunaannya memungkinkan orang untuk memperoleh, mempertahankan, atau memperbaiki kendali seorang individu terhadap kesehatannya. Health-promoting lifestyle (HPL) ini pun esensial untuk mendapatkan kesehatan optimal, mencegah penyakit, dan menerapkan gaya hidup yang sehat (11).

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka tujuan dalam penelitian ini diuraikan dalam pokok-pokok sebagai berikut.

1. Untuk mengetahui gambaran profil health promoting lifestyle pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung Tingkat 3 pada tahun 2023.
2. Untuk mengetahui perbedaan domain health promoting lifestyle di antara kategori persentase lemak tubuh di Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung Tingkat 3 pada tahun 2023.

B. Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif observasional analitik dengan pendekatan cross-sectional. Subjek pada penelitian ini adalah Mahasiswa Fakultas Kedokteran Unisba Tingkat 3 Tahun Ajaran 2022-2023 yang berjumlah 96 orang.

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini dengan metode purposive sampling. Perhitungan ukuran minimal sampel pada penelitian ini menggunakan rumus Slovin. Pengambilan sampel disesuaikan dengan kriteria inklusi dan kriteria eksklusi. Kriteria inklusi pada penelitian ini termasuk terdaftar sebagai mahasiswa aktif Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung Tahun Ajaran 2022-2023, bersedia untuk dilakukan pengukuran %LT, dan bersedia untuk mengisi kuesioner HPLP-II (12). Kriteria eksklusi pada penelitian ini termasuk kuesioner HPLP-II yang tidak terisi lengkap dan memiliki riwayat penyakit kongenital. Penelitian ini menggunakan instrumen berupa alat bioimpedance analysis dengan tipe Omron HBF-375 (Omron Corp, Jepang) yang digunakan untuk mengukur %LT dan kuesioner HPLP-II untuk mengukur domain lifestyle. Uji statistik pada penelitian ini menggunakan rumus one way-ANOVA dengan menggunakan software GNU PSPP versi 2.0.0 (Free Software Foundation, Boston, MA, Amerika Serikat).

Penelitian ini dilakukan setelah mendapatkan persetujuan etik nomor 088/KEPK-Unisba/VII/2023.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Gambaran *Health Promoting Lifestyle* dari Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung

Berikut terdapat tabel gambaran karakteristik responden mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung. Karakteristik yang digambarkan termasuk jenis kelamin dan juga kategori %LT.

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Kategori Body Fat Percentage

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	35	36%
Perempuan	61	64%
Kategori %LT		
Rendah	1	1%
Normal	36	38%
Tinggi / <i>Overweight</i>	34	35%
Sangat Tinggi / <i>Obesitas</i>	25	26%

Data yang digambarkan pada Tabel 1. menunjukkan bahwa pada penelitian ini memiliki jumlah responden perempuan yang lebih banyak dengan frekuensi 61 dibandingkan dengan laki-laki dengan frekuensi 27. Selain itu, terlihat juga bahwa kategori %LT yang paling rendah frekuensinya adalah kategori Rendah dengan jumlah 1 responden, sedangkan yang sebagian besar mahasiswa memiliki kategori Normal dengan frekuensi 36 responden (37,5%) dari total sampel.

Tabel gambaran HPLP-II berikut akan menjelaskan jumlah jawaban yang dipilih oleh responden dari setiap indikator dari kuesioner HPLP-II yang kemudian akan dihitung persentase dari seluruh total sampel.

Tabel 2. Gambaran *Health Promoting Lifestyle* dari Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung pada Tiap Indikator

Indikator <i>Health Promoting Lifestyle</i> *		Never		Intensitas dari perilaku		Often		Routinely	
		n	%	n	%	n	%	n	%
Health Responsibility	Melaporkan gejala apapun ke penyedia kesehatan	26	27,08	54	56,25	13	13,54	3	3,13
	Membaca atau menonton informasi untuk meningkatkan kesehatan	14	14,58	59	61,46	19	19,79	4	4,17
	Bertanya pada ahli kesehatan	30	31,25	46	47,92	19	19,79	1	1,04
	Mendapatkan opini ke dua pada saran pemberi pelayanan kesehatan	6	6,25	40	41,67	39	40,63	11	11,46
	Berbicara tentang masalah kesehatan dengan ahli kesehatan	23	23,96	54	56,25	16	16,67	3	3,13
	Mengecek tubuh setidaknya setiap bulan untuk gejala berbahaya	27	28,13	46	47,92	19	19,79	4	4,17

	Menanyakan informasi dari penyedia kesehatan tentang perawatan diri	17	17,71	47	48,96	25	26,04	7	7,29
	Mengikuti program edukasi pada perawatan kesehatan personal	32	33,33	41	42,71	18	18,75	5	5,21
	Aktif mencari panduan atau konseling	30	31,25	38	39,58	26	27,08	2	2,08
<i>Physical Activity</i>	Mengikuti program olahraga yang teratur	26	27,08	43	44,79	20	20,83	7	7,29
	Olahraga berat selama 20 menit, setidaknya tiga kali seminggu	9	9,38	51	53,13	28	29,17	8	8,33
	Berpartisipasi dalam aktivitas fisik ringan hingga sedang	11	11,46	46	47,92	27	28,13	12	12,5
	Menyediakan waktu luang diri	8	8,33	40	41,67	33	34,38	15	15,63
	Melakukan peregangan setidaknya tiga kali per minggu aktivitas	16	16,67	48	50	27	28,13	5	5,21
	Mendapatkan olahraga saat melakukan aktivitas sehari-hari	6	6,25	38	39,58	40	41,67	12	12,5
	Mengecek denyut nadi saat berolahraga	19	19,79	46	47,92	24	25	7	7,29
	Mencapai target detak jantung saat olahraga	14	14,58	41	42,71	34	35,42	7	7,29
<i>Nutrition</i>	Memilih diet rendah lemak, lemak jenuh, dan kolesterol	33	34,38	39	40,63	21	21,88	3	3,13
	Membatasi asupan gula	11	11,46	53	55,21	24	25	8	8,33
	Makan 6-11 sajian karbohidrat dengan bijak	23	23,96	44	45,83	22	22,92	7	7,29
	Makan 2-4 sajian buah per hari	9	9,38	63	65,63	20	20,83	4	4,17
	Makan 3-5 sajian sayuran per hari	18	18,75	51	53,13	21	21,88	6	6,25
	Makan 2-3 sajian susu, yogurt, atau keju setiap hari	16	16,67	53	55,21	22	22,92	5	5,21
	Makan hanya 2-3 sajian protein setiap hari	5	5,21	35	36,46	43	44,79	13	13,54
	Membaca label untuk mengidentifikasi nutrient	9	9,38	46	47,92	32	33,33	9	9,38
	Makan sarapan	6	6,25	53	55,21	23	23,96	14	14,58
<i>Spiritual Growth</i>	Merasakan pertumbuhan dan perubahan dalam bentuk positif	0	0	29	30,21	52	54,17	15	15,63
	Percaya bahwa hidup memiliki tujuan yang pasti	2	2,08	6	6,25	37	38,54	51	53,13
	Menantikan masa depan	2	2,08	6	6,25	24	25	64	66,67

<i>Interpersonal Relationship</i>	Merasa cukup dan damai dengan diri sendiri	2	2,08	29	30,21	40	41,67	25	26,04
	Bekerja menuju tujuan jangka panjang dalam hidup	2	2,08	22	22,92	41	42,71	31	32,29
	Merasa setiap harinya menarik dan menantang	2	2,08	40	41,67	43	44,79	11	11,46
	Selalu sadar atas pentingnya prioritas hidup	3	3,13	12	12,5	40	41,67	41	42,71
	Merasa terhubung dengan sebuah gaya yang lebih besar dari diri sendiri	5	5,21	32	33,33	45	46,88	14	14,58
	Memaparkan diri dengan pengalaman baru dan tantangan	1	1,04	28	29,17	42	43,75	25	26,04
	Mendiskusikan masalah dan keprihatinan dengan orang lain	8	8,33	41	42,71	31	32,29	16	16,67
	Mudah memuji orang lain untuk pencapaiannya	0	0	8	8,33	48	50	40	41,67
	Menjaga hubungan sosial yang bermakna dan memenuhi	1	1,04	14	14,58	45	46,88	36	37,5
	Memiliki kesempatan untuk menghabiskan waktu dengan teman	0	0	11	11,46	42	43,75	43	44,79
	Mudah memperlihatkan keprihatinan, cinta, dan keramahan kepada orang lain	2	2,08	20	20,83	40	41,67	34	35,42
	Terharu oleh kepedulian orang lain	1	1,04	17	17,71	41	42,71	37	38,54
	Mencari cara untuk mengidentifikasi keperluan orang yang disayangi	22	22,92	40	41,67	27	28,13	7	7,29
	Mendapatkan bantuan dari jaringan orang yang peduli	2	2,08	13	13,54	42	43,75	39	40,63
	Membereskan konflik melalui kompromi dengan orang lain	2	2,08	20	20,83	45	46,88	29	30,21
<i>Stress Management</i>	Mendapatkan tidur yang cukup setiap harinya	6	6,25	54	56,25	32	33,33	4	4,17
	Mencari waktu untuk bersantai tiap harinya	5	5,21	38	39,58	36	37,5	17	17,71
	Selalu menerima hal di kehidupan yang tidak bisa diubah	4	4,17	24	25	51	53,13	17	17,71
	Berkonsentrasi pada pikiran menyenangkan saat waktu tidur	3	3,13	31	32,29	37	38,54	25	26,04

Menggunakan metode spesifik untuk mengontrol stres	20	20,83	38	39,58	32	33,33	6	6,25
Menyeimbangkan waktu untuk belajar dan bermain	2	2,08	23	23,96	50	52,08	21	21,88
Berlatih relaksasi atau meditasi selama 15-20 menit tiap harinya	35	36,46	42	43,75	14	14,58	5	5,21
Menahan diri untuk mencegah kelelahan	6	6,25	37	38,54	44	45,83	9	9,38

Pada data yang digambarkan pada Tabel 2. terlihat persebaran hasil jawaban dari responden pada setiap indikator dari kuesione HPLP. Di mana pada setiap pertanyaan terdapat empat jawaban, yaitu *never*, *sometimes*, *often*, dan *routinely*. Kemudian dari setiap pertanyaan dihitung total jumlah yang memilih setiap opsi tersebut dan dipersentasikan.

Perbedaan Domain HPLP di Antara Kategori Persentase Lemak Tubuh

Analisis perbedaan pada tabel berikut dilakukan untuk melihat perbedaan rata-rata dari variable dependen menggunakan analisis one-way ANOVA dengan software PSPP. Berikut merupakan tabel perbedaan antara domain HPLP-II pada setiap kategori %LT pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung Tingkat 3.

Tabel 3. Perbedaan Domain HPLP di Antara Kategori Persentase Lemak Tubuh

Domain HPLP	Persentase Lemak Tubuh				p-value [#]	Total (n=96) Mean±SD
	Rendah* (n=1)	Normal (n=36) Mean±SD	Tinggi / Overweight (n=34) Mean±SD	Sangat Tinggi / Obesitas (n=25) Mean±SD		
<i>Health Responsibility</i>	2,22	2,46±0,43	2,09±0,55	2,08±0,39	0,964	2,08±0,47
<i>Physical Activity</i>	2,13	2,30±0,50	2,35±0,47	2,44±0,49	0,532	2,35±0,49
<i>Nutrition</i>	2,00	2,27±0,39	2,32±0,41	2,22±0,34	0,616	2,27±0,39
<i>Spiritual Growth</i>	2,67	3,09±0,38	3,07±0,57	2,95±0,52	0,547	3,04±0,50
<i>Interpersonal Relationship</i>	2,67	3,04±0,46	3,08±0,43	2,95±0,52	0,547	3,02±0,45
<i>Stress Management</i>	2,50	2,50±0,36	2,63±0,43	2,51±0,45	0,376	2,55±0,42
Overall HPLP	2,37	2,55±0,31	2,59±0,34	2,53±0,33	-	2,56±0,33

Pada Tabel 3. menunjukkan bahwa pada mahasiswa domain HPLP yang memiliki rata-rata skor terbesar adalah pada domain *Spiritual Growth* dengan rata rata skor total seluruh mahasiswa 3,04 dengan standar deviasi 0,5. Skor pada domain *Health Responsibility* memiliki nilai rata-rata terbesar pada mahasiswa dengan kategori %LT yang “Normal” yaitu rata-rata 2,46 dengan standar deviasi 0,43. Pada domain *Physical Activity* yang memiliki skor rata-rata terbesar pada mahasiswa dengan kategori %LT yang Obesitas yaitu rata-rata 2,44 dengan standar deviasi 0,49. Terlihat juga pada domain *Nutrition* skor rata-rata yang terbesar pada mahasiswa dengan kategori %LT yang Overweight yaitu rata-rata 2,32 dengan standar deviasi 0,41. Kemudian pada domain *Spiritual Growth* skor rata-rata yang terbesar pada mahasiswa dengan kategori %LT yang Normal yaitu rata-rata 3,09 dengan standar deviasi 0,38. Pada

domain *Interpersonal Relationship* yang memiliki skor rata-rata tertinggi adalah pada mahasiswa dengan kategori %LT Overweight yaitu rata-rata 3,08 dengan standar deviasi 0,43. Akhirnya pada domain *Stress Management* skor rata-rata terbesar pada mahasiswa dengan kategori %LT Overweight yaitu skor rata-rata 2,63 dengan standar deviasi 0,43.

Pada tabel 3 juga dapat terlihat bahwa tidak terlihat perbedaan pada semua domain HPLP pada saat dibedakan pada grup kategori %LT. Perbedaan dengan p-value terbesar pada saat melihat perbedaan domain Health Responsibility dengan kategori %LT dengan $p=0,964$ yang menunjukkan tidak ada bukti signifikan untuk menyimpulkan bahwa ada perbedaan diantara rata-rata grup. Hasil yang memiliki p-value terkecil didapatkan pada saat melihat perbedaan domain Stress Management dengan $p=0,376$.

Pada domain *Health Responsibility* didapatkan hasil rata-rata terbesar pada kategori Normal (2,46) dan terendah pada kategori Obesitas (2,08) dengan rata-rata total subjek 2,08 dengan standar deviasi 0,47. Hasil tersebut tidak selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Duran dkk. (13) di Turki pada tahun 2021 yang menemukan rata-rata yang tidak jauh berbeda antara kategori normal dan obesitas (13). Hasil penelitian oleh Leung dkk.(14) di Hong Kong pada tahun 2020 juga menunjukkan hasil rata-rata skor yang tidak jauh berbeda antara kategori normal (2,50) dengan *overweight* atau obesitas (2,51) (14).

Hasil pada domain *Physical Activity* didapatkan hasil rata-rata terbesar pada kategori Obesitas (2,44) dan terendah pada kategori Rendah (2,13) dengan rata-rata total seluruh responden 2,35 dengan standar deviasi 0,49. Hasil tersebut bertentangan dengan penelitian oleh Stefan dkk. (5) pada tahun 2017 yang menyatakan bahwa tingkat aktivitas fisik yang lebih tinggi berkaitan dengan komposisi tubuh yang lebih baik termasuk %LT. Namun perlu dipertimbangkan pada penelitian tersebut menggunakan kuesioner *International Physical Activity Questionnaire* (IPAQ) (5). Pada penelitian oleh Duran dkk. (13) di Turki pada tahun 2021 juga menunjukkan bahwa pada mahasiswa yang dikategorikan obesitas memiliki skor yang secara signifikan lebih rendah dibandingkan dengan kategori %LT yang lain (13). Hal ini kemungkinan terjadi karena tingginya tingkat gaya hidup *sedentary* pada mahasiswa kedokteran sehingga berkontribusi pada tidak adanya perbedaan signifikan pada aktivitas fisik pada mahasiswa dengan kategori %LT berbeda (15). Selain itu, mahasiswa perempuan di Fakultas Kedokteran biasanya memiliki kebiasaan aktivitas fisik yang lebih rendah dan sebagian besar dari sampel yang dihitung pada penelitian ini berjenis kelamin perempuan (63,54%) (16). Hasil rata-rata domain *Physical Activity* dari total seluruh responden 2,35 yang terlihat lebih besar dibandingkan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Wei dkk. (17) di Jepang pada tahun 2012 yang mendapatkan skor rata-rata 2,23 namun bukan pada mahasiswa fakultas kedokteran (17).

Pada tabel 3 juga terlihat pada domain *Nutrition* hasil rata-rata tertinggi pada kategori *Overweight* (2,32) dan terendah pada kategori Obesitas (2,22) dengan rata-rata total seluruh responden 2,27 dengan standar deviasi 0,39. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Duran dkk.(13) di Turki pada tahun 2021 mendapatkan hasil skor rata-rata nutrisi terendah pada subjek dengan kategori %LT Obesitas (13). Dari kedua hasil tersebut terlihat bahwa subjek yang kategori %LT Obesitas memiliki kebiasaan nutrisi yang lebih buruk. Hal tersebut mungkin terjadi karena salah satu faktor yang dapat meningkatkan %LT adalah asupan makanan yang berlebih (18).

Kemudian pada domain *Spiritual Growth* mendapatkan hasil rata-rata skor tertinggi pada kategori Normal (3,09) dan terendah pada kategori rendah (2,67) dengan rata-rata total subjek 3,04 dengan standar deviasi 0,5. Di mana hasil rata-rata terbesar pada penelitian ini berada pada domain ini. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Al-Qahtani dkk. (19) di Saudi Arabia yang pada tahun 2019 juga memiliki skor rata-rata terbesar pada domain *spiritual growth* (19). Pada penelitian yang dilakukan oleh Duran dkk.(13) di Turki pada tahun 2021 juga mendapatkan skor rata-rata terbesar pada domain ini dan dilaporkan skor rata-rata terbesar pada kategori normal (13). Skor yang tinggi pada domain ini kemungkinan terjadi karena faktor budaya dan agama, di mana penelitian ini dilakukan pada Universitas Islam Bandung (19).

Setelah itu, pada domain *Interpersonal Relationship* skor domain rata-rata tertinggi

pada kategori *Overweight* (3,08) dan terendah pada Rendah (2,67) dengan skor rata-rata total subjek 3,02 dengan standar deviasi 0,45. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Leung dkk.(14) di Hong Kong pada tahun 2020 yang dilaporkan rata-rata skor tertinggi domain *Interpersonal Relationship* pada kategori *Overweight* atau Obesitas (2,80) (14). Namun, tidak selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Duran dkk. (13) di Turki pada tahun 2021 yang mendapatkan skor rata-rata terbesar domain ini pada kategori normal (13).

Pada domain *Stress Management* skor domain rata-rata tertinggi pada kategori *Overweight* (2,63) dan terendah pada Rendah dan Normal (2,5) dengan skor rata-rata total subjek 2,55 dengan standar deviasi 0,42. Hasil tersebut selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Leung dkk. (14) di Hong Kong pada tahun 2020 yang mendapatkan rata-rata skor pada domain ini lebih besar pada kategori Obesitas atau *Overweight* (2,67) daripada kategori normal (2,64) (14). Hasil yang didapatkan tersebut mungkin terjadi karena paparan terhadap stress berkaitan dengan %LT yang rendah (20).

Pada tabel 3 dapat terlihat bahwa pada semua indikator HPLP, tidak terdapat perbedaan yang signifikan diantara rata rata grup %LT yang berbeda. Hal ini dilihat dari p-value yang lebih dari 0,05 pada semua domain. Hasil ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Duran dkk. (13) di Turki pada tahun 2021 pada domain *Health Responsibility* ($p=0,368$), *Nutrition* ($p=0,859$), *Spiritual Growth* ($p=0,206$), *Interpersonal Relationship* ($p=0,164$), dan *Stress Management* ($p=0,958$). Namun, hasil studi ini tidak selaras pada domain *Physical Activity* ($p=0,046$) yang dilaporkan Duran dkk. (13) Selain dari penelitian tersebut, terdapat beberapa penelitian yang menilai hubungan antara skor HPLP-II tetapi dengan grup IMT. Penelitian yang dilakukan oleh Azami dkk.(21) di Iran pada tahun 2021 yang mendapatkan hasil yang menunjukkan tidak ada perbedaan rata-rata skor total HPLP-II yang signifikan pada grup IMT yang berbeda (21).

Keterbatasan pada penelitian ini mencakup faktor kuesioner yang diberikan dengan metode gform sehingga dapat terjadi bias respon dan juga bias ingatan. Selain itu, pada penelitian ini juga terdapat faktor lain tidak teridentifikasi pada penelitian ini, seperti ras etnis, karakteristik sosioekonomik, dll.

D. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dalam penelitian ini, peneliti menyimpulkan beberapa hasil penelitian sebagai berikut:

1. Terdapat Hasil gambaran rata-rata skor dari domain HPLP pada subjek Mahasiswa Fakultas Kedokteran Unisba Tingkat 3 Tahun Ajaran 2022-2023 yaitu *Health Responsibility* ($2,08 \pm 0,47$), *Physical Activity* ($2,35 \pm 0,49$), *Nutrition* ($2,27 \pm 0,39$), *Spiritual Growth* ($3,04 \pm 0,5$), *Interpersonal Relationship* ($3,02 \pm 0,45$), dan *Stress Management* ($2,55 \pm 0,42$).
2. Dari hasil analisis didapatkan tidak ada perbedaan yang signifikan diantara semua domain HPLP pada kategori %LT yang berbeda

Acknowledge

Terima kasih kepada Universitas Islam Bandung, staf FK Unisba, seluruh responden mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung Angkatan 2020, dan semua pihak yang telah membantu proses penelitian ini.

Daftar Pustaka

- [1] Holmes CJ, Racette SB. The Utility of Body Composition Assessment in Nutrition and Clinical Practice: An Overview of Current Methodology. *Nutrients*; 13. Epub ahead of print 1 August 2021. DOI: 10.3390/NU13082493.
- [2] Park SK, Ryoo JH, Oh CM, et al. Body fat percentage, obesity, and their relation to the incidental risk of hypertension. *J Clin Hypertens* 2019; 21: 1496–1504.
- [3] Fauzi C, Nugraha I, Budiarti R, et al. Indeks Massa Tubuh dan Persentase Lemak Tubuh Berhubungan dengan Tingkat Aktivitas Fisik Namun Tidak dengan Kesiapan Melakukan Aktivitas Fisik pada Mahasiswa. *Bandung Conference Series: Medical Science* 2023; 3:

- 769–775.
- [4] Štefan L, Čule M, Milinović I, et al. The Relationship between Lifestyle Factors and Body Composition in Young Adults. *Int J Environ Res Public Health*; 14. Epub ahead of print 8 August 2017. DOI: 10.3390/IJERPH14080893.
 - [5] Zaccagni L, Barbieri D, Gualdi-Russo E. Body composition and physical activity in Italian university students. *J Transl Med* 2014; 12: 120.
 - [6] Zhu Y, Wang Z, Maruyama H, et al. Body Fat Percentage and Normal-Weight Obesity in the Chinese Population: Development of a Simple Evaluation Indicator Using Anthropometric Measurements. *Int J Environ Res Public Health*; 19. Epub ahead of print 1 April 2022. DOI: 10.3390/IJERPH19074238.
 - [7] Velázquez-Alva MC, Irigoyen-Camacho ME, Zepeda-Zepeda MA, et al. Comparison of body fat percentage assessments by bioelectrical impedance analysis, anthropometrical prediction equations, and dual-energy X-ray absorptiometry in older women. *Front Nutr*; 9. Epub ahead of print 21 December 2022. DOI: 10.3389/FNUT.2022.978971.
 - [8] Xiao L, Wang P, Fang Q, et al. Health-promoting Lifestyle in Patients after Percutaneous Coronary Intervention. *Korean Circ J* 2018; 48: 507.
 - [9] Abdelaziz EM, Elsharkawy NB, Mohamed SM. Health Promoting Lifestyle Behaviors and Sleep Quality Among Saudi Postmenopausal Women. *Front Public Health* 2022; 10: 859819.
 - [10] Walker SN, Sechrist KR, Pender NJ. Health Promotion Model - Instruments to Measure Health Promoting Lifestyle: Health-Promoting Lifestyle Profile (HPLP II) (Adult Version), <http://deepblue.lib.umich.edu/handle/2027.42/85349> (1995, accessed 7 February 2023).
 - [11] Duran S, Çetinbaş A. The relationship between healthy lifestyle behaviors and body compositions in university students. *Ankara Medical Journal* 2021; 21: 327.
 - [12] Leung YS, Lee JJW, Lai MMP, et al. Association between obesity, common chronic diseases and health promoting lifestyle profiles in Hong Kong adults: a cross-sectional study. *BMC Public Health* 2020; 20: 1–9.
 - [13] Franco DC, Ferraz NL, Sousa TF de. Sedentary behavior among university students: a systematic review. *Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano* 2019; 21: e56485.
 - [14] Apaza A, Mori T, Yshpilco L, et al. Physical activity and sedentary behavior in medical students at a Peruvian public university. *Medwave*; 21. Epub ahead of print 2021. DOI: 10.5867/MEDWAVE.2021.05.8210.
 - [15] Wei CN, Harada K, Ueda K, et al. Assessment of health-promoting lifestyle profile in Japanese university students. *Environ Health Prev Med* 2012; 17: 222–227.
 - [16] Borodina S V., Gapparova KM, Zainudinov ZM, et al. Genetic predictors of obesity development. *Obe Metab* 2016; 13: 7–13.
 - [17] Al-Qahtani MF. Comparison of health-promoting lifestyle behaviours between female students majoring in healthcare and non-healthcare fields in KSA. *J Taibah Univ Med Sci* 2019; 14: 508.
 - [18] Dawid M, Kupis P, Lipowicz A, et al. How Stress Is Related to Age, Education, Physical Activity, Body Mass Index, and Body Fat Percentage in Adult Polish Men? *Int J Environ Res Public Health*; 19. Epub ahead of print 1 October 2022. DOI: 10.3390/IJERPH191912149.
 - [19] Azami B, Janatolmakan M, Ashtarian H, et al. Health-Promoting Lifestyle and Associated Factors among Medical Sciences Students in Kermanshah, Iran: A Cross-Sectional Study. *J Environ Public Health*; 2021. Epub ahead of print 2021. DOI: 10.1155/2021/6691593.
 - [20] Yosa NurSidiq Fadhilah, Suganda Tanuwidjaja, and Asep Saepulloh, 'Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar Negeri 113

- Banjarsari Kota Bandung Tahun 2019-2020', *Jurnal Riset Kedokteran*, vol. 1, no. 2, pp. 80–84, Dec. 2021, doi: 10.29313/jrk.v1i2.449.
- [21] Nyayu Mevia Fiqi and Zulmansyah, 'Gambaran Tingkat Pengetahuan Siswa SMA Negeri Kelas XII di Kota Bandung tentang Penyakit Diabetes Mellitus Tipe 2', *Jurnal Riset Kedokteran*, vol. 1, no. 2, pp. 66–70, Dec. 2021, doi: 10.29313/jrk.v1i2.437.