

ABSTRAK

Anderson Cenweikiawan (01071170145)

HUBUNGAN INTENSITAS AKTIVITAS FISIK TERHADAP FUNGSI KOGNITIF PADA MAHASISWA UNIVERSITAS PELITA HARAPAN LIPPO KARAWACI ANGKATAN 2017 & 2018

(xii + 44 halaman: 2 gambar; 8 tabel; 3 lampiran)

Latar Belakang: Aktivitas fisik merupakan kegiatan yang penting untuk dilakukan oleh individu setiap hari. Hal ini dapat dikatakan penting karena aktivitas fisik memiliki banyak dampak positif terhadap kesehatan tubuh. Aktivitas fisik juga dapat digolongkan dalam berbagai intensitas, pada intensitas fisik rendah dikatakan dapat menimbulkan masalah yang sering dijumpai, terutama di Indonesia. Salah satunya berdampak pada fungsi kognitif.

Tujuan Penelitian: Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan intensitas aktivitas fisik dengan fungsi kognitif pada mahasiswa Universitas Pelita Harapan Angkatan 2017 dan 2018.

Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan metode studi potong lintang, populasi sampel diambil secara *purposive sampling* dan disesuaikan berdasarkan kriteria inklusi. Pengambilan data fungsi kognitif dilakukan dengan menggunakan kuesioner MoCA-INA dan pengambilan data intensitas aktivitas fisik menggunakan kuesioner IPAQ (*International Physical Activity Questionnaire*).

Hasil Analisis Data: Data yang didapat sebanyak 161 responden. Uji statistik yang digunakan adalah *chi square*. Analisa data akan dilakukan dengan menggunakan IBM SPSS 24.0. Penelitian ini menunjukkan hasil fungsi kognitif cenderung menurun (51,6%) dan intensitas aktivitas fisik tergolong berat (65,8%). Terdapat juga hasil signifikan antara intensitas aktivitas fisik terhadap fungsi kognitif pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan angkatan 2017 dan 2018 dengan *p value* 0.002. Nilai *odds ratio* yang didapatkan sebesar 3.030 dan *confidence interval 95%* sebesar 1.521-6.038.

Kesimpulan: Terdapat hubungan positif yang signifikan antara intensitas aktivitas fisik terhadap fungsi kognitif pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan angkatan 2017 dan 2018.

Kata Kunci: Intensitas aktivitas fisik, Fungsi kognitif, Aktivitas fisik, Mahasiswa Fakultas Kedokteran UPH angkatan 2017 dan 2018.

ABSTRACT

Anderson Cenweikaiwan (01071170145)

THE ASSOCIATION BETWEEN INTENSITY OF PHYSICAL ACTIVITY TO COGNITIVE FUNCTION IN MEDICAL STUDENTS IN UNIVERSITAS PELITA HARAPAN LIPPO KARAWACI BATCH 2017 & 2018

(xii + 44 halaman: 2 gambar; 8 tabel; 3 lampiran)

Background: *Physical activity is an important activity to do by individuals in daily basis. This can be said to be important because physical activity has many positive effects on body health. Physical activity can also be classified in various intensities, at low physical intensity it is said to cause problems that are often encountered, especially in Indonesia. One of them has an impact on cognitive function.*

Objective: *This study was conducted to determine the relationship between physical activity intensity and cognitive function in 2017 and 2018 Universitas Pelita Harapan students.*

Method: *This study uses a cross-sectional study method, the sample population is taken by purposive sampling and adjusted based on inclusion criteria. Cognitive function data retrieval is done using the MoCA-INA questionnaire and physical activity intensity data retrieval using the IPAQ (International Physical Activity Questionnaire) questionnaire.*

Result: *The data obtained were 161 respondents. The statistical test used is -chi square. Data analysis will be performed using IBM SPSS 24.0. This research shows that cognitive function results tend to decrease (51,6%) and the intensity of physical activity is classified as heavy (65,8%). There is also a significant result between the intensity of physical activity on cognitive function in the students of the Faculty of Medicine, University of Pelita Harapan, 2017 and 2018 with p value 0.002. The odds ratio obtained is 3,030 and 95% confidence interval is 1,521-6,038.*

Conclusion: *There is a significant positive relationship between the intensity of physical activity and cognitive function in the students of the Faculty of Medicine, University of Pelita Harapan, 2017 and 2018.*

Keywords: *Physical activity intensity, cognitive function, physical activity, Students of Faculty of Medicine Universitas Pelita Harapan, 2017 and 2018.*