

ABSTRAK

Natalie Angelina (01071170182)

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DAN KUALITAS HIDUP MAHASISWA KEDOKTERAN UNIVERSITAS PELITA HARAPAN DI MASA PANDEMI COVID-19

(xviii + 52 halaman: 6 gambar; 12 tabel)

Latar Belakang: Kebugaran jasmani diperlukan untuk kualitas hidup yang baik. Seseorang dapat mencapai tingkat kebugaran yang maksimal dengan melakukan aktivitas fisik secara teratur. Di Indonesia sendiri penelitian mengenai hubungan aktivitas fisik dan kualitas hidup pada mahasiswa kedokteran belum banyak dilakukan khususnya dalam masa pandemi COVID-19 seperti yang sedang terjadi sekarang ini.

Tujuan: Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan kualitas hidup pada mahasiswa kedokteran Universitas Pelita Harapan di masa pandemi COVID-19.

Hipotesis: Terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kualitas hidup mahasiswa kedokteran Universitas Pelita Harapan pada masa pandemi COVID-19.

Metode Penelitian: Penelitian menggunakan studi potong lintang dengan jumlah sampel sebanyak 157 sampel yang diambil secara non-probabilitas. Pengambilan data menggunakan *International Physical Activity Questionnaire* dan *Short Form-36 (SF-36)*. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan uji statistik regresi logistik dengan program SPSS 25.

Hasil: Terdapat 157 sampel yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Dari 45 orang dengan kategori aktivitas fisik rendah, sebanyak 66,7% yang memiliki tingkat kualitas hidup di atas rata-rata, sedangkan 33,3% lainnya termasuk ke dalam tingkat kualitas hidup di bawah rata-rata. Untuk kategori aktivitas fisik sedang dari 56 orang sebanyak 55,4% memiliki tingkat kualitas hidup di atas rata-rata dan 44,6% lainnya

termasuk ke dalam tingkat kualitas hidup di bawah rata-rata. Untuk kategori aktivitas fisik tinggi dari 56 orang sebanyak 53,6% memiliki tingkat kualitas hidup di atas rata-rata dan 46,4% lainnya memiliki tingkat kualitas hidup di bawah rata-rata. Hasil dari analisis statistik hubungan antara aktivitas fisik dan kualitas hidup didapatkan nilai OR sebesar 0,931 (95% CI 0,442-1,958) dan nilai p sebesar 0,368, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dan kualitas hidup pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Pelita Harapan di masa pandemi COVID-19.

Kesimpulan: Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dan kualitas hidup pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Pelita Harapan di masa pandemi COVID-19.

Kata Kunci: Kualitas hidup, aktivitas fisik, IPAQ, SF-36

ABSTRACT

Natalie Angelina (01071170182)

RELATIONSHIP BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY AND QUALITY OF LIFE IN MEDICAL STUDENTS AT UIVERSITAS PELITA HARAPAN DURING COVID-19 PANDEMIC

(xviii +52 pages: 6 pictures; 12 tables)

Background: *Physical fitness is important for a good quality of life. An individual can achieve maximum fitness level by engaging in regular physical activity. In Indonesia, there has not been much research on the relationship between physical activity and quality of life in medical students especially during COVID-19 pandemic.*

Aim: *The aim of this research is to know the relationship between physical activity and quality of life in medical students at Universitas Pelita Harapan during COVID-19 pandemic.*

Hypothesis: *There is a relationship between physical activity and quality of life in medical students at Universitas Pelita Harapan during COVID-19 pandemic.*

Method: *This study used cross-sectional study with total sample of 157 participants taken by a non-probability sampling. Data were obtained from International Physical Activity and Short Form-36 (SF-36) Questionnaire. Statistical analysis used logistic regression on SPSS 25.*

Results: *There were 157 samples that met the inclusion and exclusion criteria. Of the 45 people in the low physical activity category, 66.7% had a quality of life level above the average, while 33.3% had a below average quality of life level. For the category of moderate physical activity, 55.4% of the 56 people had a quality of life level above the average and 44.6% were included in the quality of life level below the average. For the high physical activity category of 56 people, 53.6% had a quality of life level above the average and 46.4% had a quality of life level below average. The results of the*

statistical analysis of the relationship between physical activity and quality of life in this study obtained an OR of 0.931 (95% CI 0,442-1,958) and p-value of 0.368 thus it can be concluded that there is no significant relationship between physical activity and quality of life in medical students at Pelita Harapan University during COVID-19 pandemic.

Conclusion: *There is no significant relationship between physical activity and quality of life in medical students at Universitas Pelita Harapan during COVID-19 pandemic.*

Keywords: *Quality of life, physical activity, IPAQ, SF-36*

