

ABSTRAK

Yonathan Stanly Marcellino (01071180068)

PENGARUH AKTIVITAS FISIK TERHADAP KECEMASAN PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS PELITA HARAPAN SELAMA PANDEMI COVID-19

Latar Belakang

Dalam masa Corona Virus 19 (COVID-19) saat ini mahasiswa Indonesia mengalami perubahan cara hidup yaitu dengan diterapkannya sistem pembelajaran jarak jauh, mahasiswa diminta untuk tinggal di rumah selama proses pembelajaran yang dapat meningkatkan beban stress. Telah dilaporkan beberapa studi korelasi antara aktivitas fisik dan kecemasan sebelum pandemi dengan kuesioner dan cara pengambilan sampel yang berbeda sehingga menyebabkan hasil signifikansi yang berbeda. Oleh karena itu dilakukan penelitian yang menggunakan kuesioner General Anxiety Disorder-7 (GAD-7) dan Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ) yang lebih spesifik selama masa pandemi.

Tujuan

Mengetahui korelasi antara aktivitas fisik dan kecemasan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan selama masa pandemi COVID-19.

Bahan dan Metode

Dari 3 angkatan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan terdapat 119 mahasiswa bersedia mengikuti penelitian. Terdapat 42 mahasiswa yang memenuhi kriteria inklusi aktivitas fisik diatas 600 MET tiap minggu. Sampel tersebut diminta mengisi kuesioner GAD-7 untuk menilai tingkat kecemasan. Mean dan standar deviasi antara aktivitas fisik dan kecemasan dianalisa menggunakan uji korelasi Spearman karena distribusi data tidak normal.

Hasil

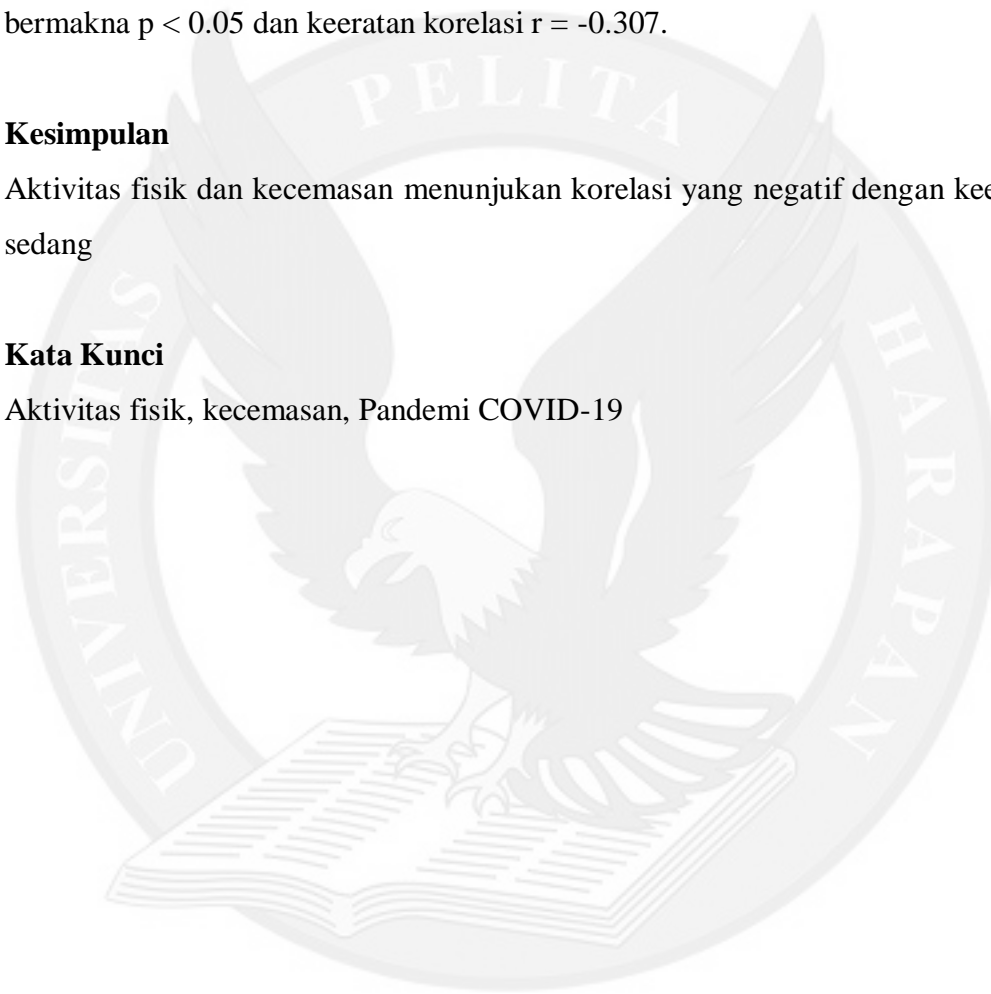
Pengambilan sampel diambil dari bulan Januari hingga Mei 2021 dan 42 mahasiswa yang diberikan kuesioner GPAQ menunjukkan rata-rata aktivitas fisik dengan *mean* dan standar deviasi sebesar 1904.76 ± 1578.723 . Sedangkan dari kuesioner GAD-7 menunjukkan hasil *mean* dan standar deviasi sebesar 4.3 ± 3.86 . Dengan uji korelasi Spearman dari kedua variabel tersebut menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna $p < 0.05$ dan keeratan korelasi $r = -0.307$.

Kesimpulan

Aktivitas fisik dan kecemasan menunjukkan korelasi yang negatif dengan keeratan sedang

Kata Kunci

Aktivitas fisik, kecemasan, Pandemi COVID-19



ABSTRACT

Yonathan Stanly Marcellino (01071180068)

CORRELATION BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY AND ANXIETY IN COLLEGE STUDENTS OF PELITA HARAPAN MEDICAL UNIVERSITY DURING COVID-19 PANDEMIC

Background

During the pandemic of Corona Virus 19 (COVID-19), Indonesian student have undergone changes in their way of life. By establishing long distance learning, college students are asked to stay-at-home during learning process which can increase mental weight. There have been studies reported about correlation between physical and anxiety before the pandemic while using different questionnaire and sampling method which causes different result. Thus, a study using questionnaire GAD-7 and GPAQ is done during the pandemic.

Aim

To find the correlation between physical activity and anxiety in medical students of Pelita Harapan university during the COVID-19 pandemic.

Material and Method

From three different generation of medical student in Pelita Harapan University, a total of 119 students are willing to participate. 42 students are chosen and fulfill the inclusion criteria of physical activity above 600 MET for one week. Samples are then asked to fill the GAD-7 questionnaire grading the level of anxiety. Mean and standard deviation between physical activity and anxiety will be analyzed using Spearman method as the distribution of data is not normal.

Results

Samples are taken from January to May 2021 and 42 medical students given the GPAQ questionnaire showed mean and standard deviation of 1904.76 ± 1578.723 . Meanwhile the GAD-7 questionnaire showed mean and standard deviation of $4.3 \pm$

3.86. Using the Spearman statistical analyzed method, the two variables show significant difference with $p < 0.05$ and coefficient correlation of $r = -0.307$.

Conclusions

Physical activity and anxiety show negative with moderate coefficient correlation.

Key Word

Physical Activity, Anxiety, COVID-19 pandemic

