

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU SEDENTARI MAHASISWA FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA TAHUN 2021

Fajar Riski

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=75494&lokasi=lokal>

Abstrak

Perilaku sedentari di Indonesia terus meningkat, terutama pada remaja yang melakukan pembelajaran online selama masa pandemi Covid-19. Di UHAMKA mahasiswa banyak yang menyatakan jarang melakukan aktifitas fisik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku sedentari mahasiswa Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka pada tahun 2021, merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan cross sectional. Menggunakan data primer melalui pengisian angket yang disebarluaskan melalui Google Form, analisis yang digunakan adalah analisis univariat, bivariat, dan multivariat, populasi berjumlah 2238 orang, jumlah sampel yang diambil berjumlah 335 responden. Teknik pengambilan sampel adalah Quota Sampling dimana kuota mahasiswa kesmas 235 responden dan mahasiswa gizi 100 responden. Hasil univariat menunjukkan responden perilaku sedentari tinggi (98,8%), berumur remaja akhir (81,7%), jenis kelamin perempuan (86,9%), pengetahuan rendah (68,9%), sikap negatif (57,4%), ketersediaan fasilitas di rumah mempengaruhi (63,8%), kebiasaan keluarga terbiasa (73,1%), penghasilan orang tua tinggi (80,9%), dan dukungan teman mendukung (61%). Hasil bivariat menunjukkan variabel yang berhubungan dengan perilaku sedentari yaitu umur, pengetahuan, ketersediaan fasilitas di rumah, kebiasaan keluarga, penghasilan orang tua, dan dukungan teman, sedangkan variabel yang tidak berhubungan dengan perilaku sedentari yaitu jenis kelamin dan sikap. Hasil multivariat menunjukkan bahwa variabel yang paling dominan, yaitu variabel pengetahuan responden (OR 24,245). Berdasarkan penelitian ini peneliti menyarankan agar mahasiswa melakukan perenggangan setiap 4 jam sekali setiap waktu pembelajaran.