

# Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik dengan Tingkat Harga Diri (Self-Esteem) pada Mahasiswa Preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia = The Relationship between Physical Activity Levels and Self-Esteem Levels in Pre-Clinical Students at the Faculty of Medicine University of Indonesia

Difa Jazana Aqila, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920541345&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Banyak mahasiswa kedokteran yang memiliki tingkat aktivitas fisik dalam kategori ringan. Kurangnya waktu, malas, dan kelelahan karena kegiatan akademik diidentifikasi sebagai faktor penghambat bagi mahasiswa kedokteran yang tidak berolahraga. Sementara itu, sebagian besar mahasiswa kedokteran juga memiliki harga diri (self esteem) yang rendah. Berbagai tekanan dalam bentuk beban akademik, keuangan, dan tekanan sosial dapat memengaruhi tingkat harga diri (self-esteem) mahasiswa kedokteran. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan tingkat aktivitas fisik dengan tingkat harga diri (self-esteem) pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.

## Metode

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik cross-sectional menggunakan data primer dari survei kuesioner daring yang disebarakan kepada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia pada bulan Oktober 2023. Data tingkat aktivitas fisik diperoleh dari pengisian International Physical Activity Questionnaire Short Form (IPAQ-SF) dan data tingkat harga diri (self-esteem) diperoleh dari pengisian Rosenberg Self Esteem Scale (RSES). Data dianalisis menggunakan SPSS, khususnya dengan menggunakan uji Chi square.

## Hasil

Hasil penelitian ini menunjukkan sebanyak 62,6% subjek memiliki tingkat aktivitas fisik sedang dan sebanyak 75,6% subjek memiliki tingkat harga diri (self-esteem) sedang. Hasil uji analisis statistik menunjukkan tidak terdapat hubungan bermakna antara tingkat aktivitas fisik dengan tingkat harga diri (self-esteem) pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia ( $p=0,443$ ).

## Kesimpulan

Sebagian besar mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia memiliki tingkat aktivitas fisik sedang dan tingkat harga diri (self-esteem) sedang. Aktivitas fisik tidak terbukti berhubungan dengan tingkat harga diri (self-esteem) pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.

## .....Introduction

Many medical students have physical activity levels in the low category. Lack of time, laziness, and fatigue due to academic activities were identified as inhibiting factors for medical students who do not exercise. Meanwhile, most medical students also have low

self-esteem. Various pressures in the form of academic, financial, and social pressures can affect the level of self-esteem of medical students. This research was conducted to determine the relationship between the level of physical activity and the level of self-esteem in pre-clinical students at the Faculty of Medicine, University of Indonesia.

#### Method

This study was an analytical observational cross-sectional study that used primary data from the online questionnaire survey that was distributed in October 2023. Physical activity level data was obtained from filling in the International Physical Activity Questionnaire Short Form (IPAQ-SF) and self-esteem level data was obtained from filling in the Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES). Data were analyzed using SPSS, specifically using the Chi square test.

#### Results

The results of this study showed that 62.6% of subjects had a moderate level of physical activity and 75.6% of subjects had a moderate level of self-esteem. The results of statistical analysis tests showed that there was no significant relationship between the level of physical activity and the level of self-esteem in pre-clinical students at the Faculty of Medicine, University of Indonesia ( $p=0.443$ ).

#### Conclusion

Most of the pre-clinical students at the Faculty of Medicine, University of Indonesia, had a moderate level of physical activity and a moderate level of self-esteem. Physical activity has not been proven to be related to the level of self-esteem among pre-clinical students at the Faculty of Medicine, University of Indonesia.