

STUDY OF PHYSICAL ACTIVITY DURING PANDEMIC CORONA VIRUS DISEASE (COVID-19) IN INDONESIA AND MALAYSIA

Oleh: Suharjana, Rachmah Laksmi Ambar Dini, Widiyanto, Mohd Izwan Bin Shahril

ABSTRAK

Corona virus merupakan jenis virus yang sedang mewabah diseluruh dunia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui study kegiatan fisik pada era covid19 di Indonesia dan Malaysia. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Ilmu Olah Raga Universitas Negeri Yogyakarta dan Fakultas Ilmu Olah Raga Universitas Pendidikan Sultan Idris Malaysia. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasional analitik dengan pendekatan pendekatan cross sectional. Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian observasional analitik. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa para subjek berpendapat bahwa study tentang aktivitas fisik sedang maupun berat sangat dibutuhkan ditengah pendemi dengan Presentase terbesar dari seluruh jawaban responden melalui instrumen yang disebarkan menghasikan jawaban dari pertanyaan 1 sampai 16 para respoden setuju bahwa aktivitas fisik sedang menjadi pilihan yang sangat disukai oleh para responden. Dari 94 responden memilih aktivitas fisik sedang dalam menjaga stbilitas imunitas tubuh dimasa pendemi covid-19 dengan Interpretasi GPAQ $\geq 600 - 3000$.

Kata kunci: study, kegiatan fisik, Indonsesia Malaysia