

FAKTOR - FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PRAKTIK *SEDENTARY LIFESTYLE* PADA MASA PANDEMI COVID-19 (Studi pada Remaja Usia 15-24 Tahun di Kabupaten Pati)

**FIRDA NURUL HAMIDAH-2500011730205
2022-SKRIPSI**

Pandemi Covid-19 yang terjadi sejak akhir 2019 hingga saat ini mendorong pemerintah untuk melakukan pembatasan sosial yang berdampak pada meningkatnya *sedentary lifestyle*. Hal itu dikarenakan hampir semua aktivitas dilakukan di rumah seperti sekolah atau bekerja. Jika dilakukan dalam jangka waktu yang lama dapat menyebabkan penyakit tidak menular seperti diabetes, hipertensi, kanker, penyakit kardiovaskuler dan depresi. Oleh karena itu perlu dilakukan analisis faktor-faktor yang dapat meningkatkan praktik *sedentary lifestyle* saat pandemi covid-19. Penelitian ini dilakukan di Kabupaten Pati. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan praktik *sedentary lifestyle* pada remaja usis 15-24 tahun di Kabupaten Pati. Penelitian ini menggunakan studi *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *consecutive sampling* dengan besar sampel sebanyak 410 responden. Hasil penelitian ini diketahui bahwa faktor yang berhubungan dengan praktik *sedentary lifestyle* yaitu usia ($p=0,000$), tingkat pendidikan ($p=0,000$), pekerjaan ($p=0,021$), sumber informasi ($p=0,000$), tingkat pengetahuan ($p=0,000$), sikap ($p=0,000$), hobi ($p=0,000$) dan kepatuhan PPKM ($p=0,003$). Faktor yang tidak berhubungan dengan praktik *sedentary lifestyle* adalah variabel jenis kelamin ($p=0,805$). Dapat disimpulkan bahwa usia, tingkat pendidikan, pekerjaan, sumber informasi, tingkat pengetahuan, sikap, hobi dan kepatuhan PPKM merupakan faktor-faktor yang berhubungan dengan praktik *sedentary lifestyle* pada remaja usia 15-24 tahun di Kabupaten Pati.

Kata Kunci : *Sedentary Lifestyle*, Remaja, Pandemi Covid-19