

## Hubungan Antara Kesadaran Kesehatan Terhadap Perilaku aktivitas Bersepeda Di Era Pandemi

Adinda Yasmin Martiza <sup>1</sup>, Haryanta, S.Psi., M.A., Psikolog <sup>2</sup>

Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

Email: [adindayasminm@gmail.com](mailto:adindayasminm@gmail.com)<sup>1</sup>, [hari\\_psiko@ugm.ac.id](mailto:hari_psiko@ugm.ac.id)<sup>2</sup>

**Abstrak:** Selama pandemi Covid-19, masyarakat berlomba-lomba untuk mempertahankan kondisi kesehatan mereka masing-masing. Kesadaran kesehatan yang dimiliki individu mengubah pola hidup mereka menjadi pola hidup yang lebih sehat, salah satunya ditandai dengan adanya perilaku aktivitas bersepeda. Ditambah lagi, bersepeda sempat menjadi *trend* pada awal pandemi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kesadaran kesehatan terhadap perilaku aktivitas bersepeda, dengan menggunakan alat ukur Skala Kesadaran Kesehatan Anindhitya (2017) dan Skala Perilaku Aktivitas Bersepeda yang diadaptasi dari *theory of planned behavior* (Ajzen, 1985). Metode kuantitatif digunakan dalam penelitian ini, dengan melibatkan 200 partisipan yang berusia 18 – 60 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesadaran kesehatan memiliki hubungan positif dengan perilaku aktivitas bersepeda di era pandemi ( $r_{xy} = 0,648$  dengan  $p < 0,01$ ). Hal ini memperkuat hipotesa awal peneliti dimana semakin tinggi kesadaran kesehatan seseorang, maka semakin tinggi perilaku bersepeda individu.

*Kata kunci: pandemi, kesadaran kesehatan, perilaku aktivitas bersepeda*

**Abstract:** During covid-19 pandemic, people are competing to maintain their health condition. Health consciousness changed their normal life style into a healthy life style, as one of the reason can be seen from a rise in cycling activity. Furthermore, cycling became a trend at the beginning of the pandemic. This research aims to discover the relationship between health awareness and the behavior towards bicycle activity, using the Health Awareness Scale (Anindhitya, 2017) and Behavior towards bicycle activity, adapted from the theory of planned behavior (Ajzen, 1985). A quantitative approach is used for this research, which involves 200 participants within the age of 18 to 60 years old. As a result, this shows that there is a positive relationship between health awareness and the behavior towards bicycle activity during the pandemic ( $r_{xy} = 0,648$  dengan  $p < 0,01$ ), thus reinforcing author's initial hypotheses of the positive relationship between individual's awareness of health and behavior towards bicycle activity.

**Keywords:** *pandemic, health consciousness, behavior towards bicycle activities*