

Latar Belakang: Aktivitas fisik terbukti memiliki manfaat yang besar untuk kesehatan individu. Dokter umum memiliki peran penting untuk meningkatkan level aktivitas fisik masyarakat dengan melakukan konseling, namun banyak yang belum melakukan hal tersebut karena kurangnya pemahaman mereka mengenai konseling aktivitas fisik sejak masih masa pendidikan. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui strategi pembelajaran yang digunakan untuk mengajarkan topik konseling aktivitas fisik pada pendidikan kedokteran.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain *systematic review*, diawali dengan melakukan penyaringan artikel dari empat database yaitu EbscoHost, PubMed, Scopus, dan ScienceDirect, *manual searching* berdasarkan jurnal terkait, dan diikuti teknik *snowballing*. Kriteria inklusi penelitian adalah artikel yang terpublikasi tahun 2010-2022, populasi mahasiswa kedokteran, intervensi berupa berbagai strategi pembelajaran mengenai konseling aktivitas fisik, dan *outcome* berupa evaluasi pengetahuan, keterampilan, dan sikap sesuai dengan Kirkpatrick level 2.

Hasil: 16 artikel terpilih menunjukkan gambaran strategi pembelajaran mengenai konseling aktivitas fisik yang bervariasi. Mayoritas artikel menggunakan pembelajaran multimodal. Terdapat 5 jenis metode pembelajaran yang digunakan dalam mengajarkan konseling aktivitas fisik, yaitu *experiential learning*, didaktik, pembelajaran mandiri, SGD, dan *e-learning*. Strategi pembelajaran tersebut terbukti meningkatkan sikap mahasiswa terhadap konseling aktivitas fisik. Tantangan yang dihadapi antara lain kurangnya pembekalan mengenai teori aktivitas fisik dan keterampilan komunikasi, kurangnya *role model*, dan juga kurangnya alokasi waktu.

Kesimpulan: Hasil penelitian menunjukkan gambaran strategi pembelajaran yang dapat digunakan untuk mengajarkan konseling aktivitas fisik pada mahasiswa berikut evaluasi dan tantangan yang dihadapi. Perlu dilakukan lebih banyak penelitian intervensional yang mengkaji aspek pengetahuan dan keterampilan. Dalam menghadapi tantangan yang akan muncul, tim kurikulum harus merancang strategi pembelajaran dengan teliti dan selaras dengan tujuan pembelajaran.

Kata Kunci: strategi pembelajaran, konseling aktivitas fisik, mahasiswa kedokteran.

ABSTRACT

Background: Physical activity is proven to have great benefits for individual health. General practitioners have an important role to increase the level of physical activity in society by providing counseling, but many have not done so, due to their lack of understanding of physical activity counseling since they were still in their education. The purpose of this study was to determine the learning strategies used to teach the topic of physical activity counseling in medical education.

Methods: This study used a systematic review design, beginning with filtering articles from four databases namely EbscoHost, PubMed, Scopus, and ScienceDirect, manual searching based on related journals, and followed by snowballing techniques. Inclusion criteria were articles published in 2010-2022, population of medical students, interventions in the form of various learning strategies regarding physical activity counseling, and outcomes in the form of evaluating knowledge, skills, and attitudes according to Kirkpatrick level 2.

Results: The 16 selected articles describe various learning strategies regarding physical activity counseling. the majority of articles use multimodal learning. There are 5 types of learning methods used in prohibiting physical activity counseling, namely experiential learning, didactic, self-learning, SGD, and e-learning. These learning strategies have been shown to improve students' attitudes towards physical activity counseling. The challenges faced include lack of provision on basic theory of physical activity and communication skills, lack of role models, and lack of time allocation.

Conclusion: The results of the study show an overview of learning strategies that can be used to teach physical activity counseling to students along with evaluations and challenges faced. There are needs for more interventional studies that examine aspects of knowledge and skills. The curriculum team must design learning strategies carefully and in line with learning objectives.

Keywords: learning strategies, physical activity counseling, medical students