

ABSTRAK

Latar belakang: Kurangnya aktivitas fisik merupakan faktor risiko utama penyakit tidak menular (PTM) dengan prevalensi nasional meningkat dari 26,1% (2013) menjadi 37,4% (2023), termasuk pada kelompok mahasiswa. Sumber daya elektronik telah berperan penting dalam penyebaran pengetahuan kesehatan masyarakat, sehingga *digital health literacy* (DHL) menjadi krusial karena mencakup kemampuan mengakses dan memahami informasi kesehatan digital, meminimalkan risiko mis/disinformasi, sekaligus mendorong perilaku hidup sehat termasuk aktivitas fisik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah mahasiswa kluster kesehatan tahun pertama di Universitas Gadjah Mada (UGM) dengan DHL tinggi berpeluang untuk berperilaku aktivitas fisik lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa dengan DHL rendah.

Metode: Penelitian kuantitatif *cross-sectional* dilakukan pada mahasiswa S-1 angkatan 2025 kluster kesehatan UGM (Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan [FK-KMK]; Kedokteran Gigi; dan Farmasi). Sampel menggunakan *quota sampling* dan proporsional per fakultas. Pengumpulan data menggunakan *KoboToolbox*. Analisis data meliputi univariat, bivariat dengan uji *chi-square*, dan multivariat menggunakan regresi logistik ordinal.

Hasil: Sebanyak 359 responden berpartisipasi, mayoritas perempuan (81,62%) berusia 18–19 tahun. Sebagian besar memiliki DHL rendah (50,70%; rata-rata skor $64,26 \pm 8,19$). Tingkat aktivitas fisik didominasi oleh kategori sedang (44,85%) dan rendah (43,73%). Terdapat hubungan signifikan antara DHL dan aktivitas fisik ($p=0,012$). Analisis multivariat mengonfirmasi hubungan ini secara independen (AOR=1,77; 95% CI=1,18–2,66; $p=0,006$) setelah mengontrol variabel jenis kelamin, uang saku, status tempat tinggal, pendidikan orang tua, dan indeks masyarakat digital Indonesia (IMDI).

Kesimpulan: Terdapat hubungan bermakna dan independen antara DHL dengan perilaku aktivitas fisik mahasiswa. Mahasiswa dengan DHL tinggi memiliki peluang 1,77 kali lebih besar berada pada kategori aktivitas fisik yang lebih tinggi, sehingga perlu diintegrasikan dalam program promosi kesehatan berbasis digital di perguruan tinggi.

Kata kunci: *health literacy, exercise, students, sedentary behavior, cross-sectional studies, universities, young adult, health promotion*

ABSTRACT

Background: Physical inactivity is a major risk factor for non-communicable diseases (NCDs), with national prevalence increasing from 26.1% (2013) to 37.4% (2023), including among university students. Electronic resources have played an important role in disseminating public health knowledge, making digital health literacy (DHL) increasingly crucial as it encompasses the ability to access and understand digital health information, minimize the risk of mis/disinformation, and promote healthy behaviors including physical activity. This study aimed to determine whether first-year health cluster students at Universitas Gadjah Mada (UGM) with high DHL have greater odds of engaging in higher physical activity compared to students with low DHL.

Methods: A quantitative cross-sectional study was conducted first-year health cluster students at UGM (Faculty of Medicine, Public Health, and Nursing [FK-KMK]; Dentistry; and Pharmacy). Samples were selected using proportional quota sampling per faculty and data were collected via KoboToolbox. Data analysis included univariate, bivariate using chi-square test, and multivariate using ordinal logistic regression.

Results: A total of 359 respondents participated, predominantly female (81,62%) aged 18–19 years. The majority had low DHL (50.70%; mean score 64.26 ± 8.19). Physical activity levels were dominated by moderate (44.85%) and low (43.73%) categories. A significant association was found between DHL and physical activity ($p=0.012$). Multivariate analysis confirmed this association independently ($AOR=1.77$; 95% $CI=1.18-2.66$; $p=0.006$), after controlling for sex, monthly allowance, living status, parental education, and the Indonesian digital society index (IDSI).

Conclusion: There is a significant and independent association between DHL and physical activity behavior among university students. Students with high DHL had 1.75 times higher odds of being in a higher physical activity category, suggesting the need to integrate DHL into digital-based health promotion programs in higher education settings.

Keywords: health literacy, exercise, students, sedentary behavior, cross-sectional studies, universities, young adult, health promotion