

## Pengaruh distress psikologis terhadap health-promoting behavior mahasiswa Indonesia = The influence of psychological distress on health promoting behavior among Indonesian college students

Amalia Risti Atikah, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20456872&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

#### <b>ABSTRAK</b><br>

Saat ini, gaya hidup masyarakat dunia telah menjadi semakin tidak sehat, tidak terkecuali di Indonesia. Selama satu dekade terakhir, hubungan antara tingkat tinggi dari distress psikologis dengan pola tingkah laku yang dapat membahayakan kesehatan telah sangat didukung oleh banyak literatur. Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki pengaruh distress psikologis terhadap health-promoting behavior pada mahasiswa, sebagai kelompok yang paling rentan terkena distress psikologis serta melakukan health-compromising behavior. Partisipan penelitian ini sejumlah 1945 mahasiswa emerging adults yang berasal dari berbagai perguruan tinggi di Indonesia. Distres psikologis diukur dengan menggunakan alat ukur Hopkins Symptom Checklist-25 HSCL-25, sementara health-promoting behavior diukur dengan menggunakan Health-Promoting Lifestyle Profile II HPLP II. Hasil penelitian menunjukkan bahwa distress psikologis memiliki pengaruh negatif yang signifikan bagi health-promoting behavior. Hubungan negatif dari kedua variabel mengindikasikan bahwa tingkat distress psikologis yang semakin tinggi dapat memengaruhi tingkat health-promoting behavior yang semakin rendah, dan sebaliknya.

<hr>

#### <b>ABSTRAK</b><br>

Nowadays, the lifestyle of the world community have become increasingly unhealthy, including Indonesia. Over the past decade, the relationship between the high levels of psychological distress and behavioral patterns that can endanger health has been strongly supported by many literatures. This study aims to investigate the influence of psychological distress on health promoting behavior among college students, as the most vulnerable group to high psychological distress and health compromising behavior. Participants of this research were 1945 emerging adults from various universities in Indonesia. Psychological distress was measured using Hopkins Symptom Checklist 25 HSCL 25, while health promoting behavior was measured using Health Promoting Lifestyle Profile II HPLP II. The result showing that psychological distress has a negative influence on health promoting behavior. The negative relationship of both variables indicates that higher level of psychological distress may impact lower level of health promoting behavior, and vice versa.