

Faktor-faktor yang berhubungan dengan gaya hidup sehat mahasiswa pada Perguruan Tinggi Negeri X, tahun 2003

Lilis Jubaedah, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=73598&lokasi=lokal>

Abstrak

Sumber daya manusia merupakan kekuatan utama pembangunan Indonesia sebagai negara berkembang, oleh sebab itu diperlukan sumber daya manusia yang sehat fisik, mental dan sosial, untuk itu diperlukan pola hidup sehat. keadaan ini sesuai dengan Paradigma sehat 2010. Melihat kompleksnya permasalahan gaya hidup, mendorong penulis untuk mengetahui sejauh mana gambaran gaya hidup sehat mahasiswa, serta hubungan karakteristik mahasiswa (jenis kelamin, umur, pendidikan Ayah, pendidikan Ibu), pengetahuan mahasiswa tentang gaya hidup sehat, Sikap terhadap gaya hidup sehat, serta Lingkungan sosial (aktifitas dalam kelompok sebaya, status perkawinan orang tua, keaktifan komunikasi dalam keluarga, keaktifan komunikasi dalam kelompok sebaya, informasi media massa) dengan gaya hidup sehat.

Rancangan penelitian yang digunakan adalah cross sectional dengan jumlah 314 sampel. Variabel yang diteliti sebagai variabel dependen yaitu gaya hidup sehat, sedangkan variabel Independen adalah jenis kelamin, umur, pendidikan ayah, pendidikan ibu, pengetahuan, sikap, aktifitas dalam kelompok sebaya, status perkawinan orang tua, keaktifan komunikasi dalam keluarga, keaktifan dalam kelompok sebaya, informasi media massa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 50 % mahasiswa memiliki gaya hidup sehat. Uji Chi-square menunjukkan ada hubungan bermakna antara jenis kelamin, umur, sikap, aktifitas dalam kelompok sebaya, status perkawinan orang tua, informasi media massa dengan gaya hidup sehat.

Berdasarkan analisis regresi logistik, variabel yang signifikan berhubungan dengan gaya hidup sehat adalah sikap, aktifitas dalam kelompok sebaya, status perkawinan orang tua, informasi media massa, sedangkan variabel yang paling berpengaruh terhadap gaya hidup sehat adalah sikap. Adapun peluang mahasiswa yang mempunyai sikap positif terhadap gaya hidup sehat sebesar 3,52 kali untuk mempunyai gaya hidup sehat dibandingkan dengan mahasiswa yang mempunyai sikap negatif terhadap gaya hidup sehat setelah dikontrol dengan variabel Aktiftas dalam kelompok sebaya status perkawinan orang tua dan informasi media massa. Berdasarkan hasil penelitian ini disarankan kepada pengelola program kesehatan dan pendidikan agar mengantisipasi gaya hidup mahasiswa melalui peningkatan kegiatan aktifitas olahraga kesehatan dan penyuluhan gizi serta diadakan pemeriksaan kesehatan, selain itu diperlukan penelitian lanjutan dengan menggunakan rancangan metode yang berbeda agar dapat memprediksi peluang gaya hidup sehat.

.....

Factors Associated to Health Life Style of University Student in Government University X, 2003
The Human resources is a main power for development of Indonesia as a growth country. In connection that needs human resources in good health, phisicaly and social, for that needs a healthy life style, this condition appropriate with Paradigma Sehat 2010. See a complex problem of a life style, this motivated writer to knows as far as ilustrasion of a healthy life style in university student, and relation between carateristic university student (gender, age, parents education), acknowledge of a healthy life style, attitude for a healthy life style, a circel of social (activity in the same age group, status of parent marriage, activity communication in family and the same age group, information of mass media) with a healthy life style.

The design of study is cross sectional with total sample 314 respondent, The variable used a variable dependent is healthy life style and variabel independent is gender, age, parent education, acknowledge of a healthy life style attitude for a healthy life style, activity in the same age group, status of parent marriage, activity communication in family and the same age group, information of mass media. The result shows that 50% of university student have a healthy life style. Chi-square test shows a maning relation between sex, age, altitude, activity in the same age group, status parent marriage, information of mass media with a healthy life style.

Based on logistics regretion analysis, the significant variable correlation with a healthy life style is attitude, activity in the same age group, status parent merriage, information of mass media, while the most influential variable a bout a healthy life style is attitede. It so happens opportunity of university student which have positive attitude a bout a healthy life style as big as 3,25 times to have a healthy life style compare with university student which have negative about a healthy life style after controlled with the activity variable in the same age group, status parent marriage and information of mass media.

Based on result of research suggested to health program and education organizer in order to anticipation a life style university student throught increase activity health, sport, illumination of nutrition and needs research continuation with used the different method design in order to prediction the opportunity a healthy life style.