

SKRIPSI

**GAMBARAN PROMOSI GAYA HIDUP SEHAT PADA
MAHASISWA S1 FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS**

Penelitian Keperawatan Dasar



**ADINDA TRI KURNIA PUTRI
NIM. 2011313001**

Pembimbing Utama
Dr. Dr. Susmiati, M. Biomed

Pembimbing Pendamping
Ns. Wedya Wahyu, M. Kep

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
APRIL 2024**

FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
APRIL 2024

Nama : Adinda Tri Kurnia Putri
Nim : 2011313001

Gambaran Promosi Gaya Hidup Sehat pada Mahasiswa S1 Fakultas Keperawatan Universitas
Andalas

ABSTRAK

Gaya hidup yang mempromosikan kesehatan merupakan penentu penting status kesehatan dan diakui sebagai faktor utama dalam pemeliharaan dan peningkatan kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran promosi gaya hidup sehat pada mahasiswa S1 Fakultas Keperawatan Universitas Andalas. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif yang menggunakan teknik pengambilan sampel *proportional random sampling*. Sampel dalam penelitian ini merupakan mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas sebanyak 250 responden. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah HPLP-II (*Health Promoting Life Style II*). Analisa Univariat disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi yang mendapatkan hasil mahasiswa memiliki promosi gaya hidup sehat pada kategori rendah yaitu dengan persentase 70,8%. Dari rentang 1-4 dimensi perkembangan spiritual dengan rata-rata skor tertinggi atau paling baik yaitu dengan skor 2,68. Tanggung jawab kesehatan memiliki skor rendah pertama 2,07 dan aktivitas fisik dimensi yang rendah kedua dengan skor 2,12. Diharapkan kepada mahasiswa untuk lebih peduli dan memperhatikan kesehatannya terutama ditekankan lagi pada dimensi tanggung jawab kesehatan pada diri sendiri serta aktivitas fisik karena mendapatkan skor rendah dibandingkan dimensi lainnya hal ini untuk mencegah dan mengatasi masalah promosi gaya hidup sehat.

Kata Kunci : Promosi Gaya Hidup Sehat, Mahasiswa Keperawatan

Daftar Pustaka : 86 (2007-2023)

*FACULTY OF NURSING
ANDALAS UNIVERSITY
APRIL 2024*

*Name : Adinda Tri Kurnia Putri
Student ID Number : 2011313001*

*Overview of Healthy Lifestyle Promotion to Undergraduate Students at the Faculty of
Nursing, Andalas University*

ABSTRACT

Health promoting lifestyle is an important determinant of health status and is recognized as a major factor in health maintenance and improvement. This study aims to see an overview of healthy lifestyle promotion in undergraduate students of the Faculty of Nursing, Andalas University. This research is a descriptive quantitative study that uses proportional random sampling technique. The sample in this study were students of the Faculty of Nursing, Andalas University as many as 250 respondents. The research instrument used in this study was HPLP-II (Health Promoting Life Style II). Univariate analysis is presented in the form of a frequency distribution table that gets the results of students having a healthy lifestyle promotion in the low category, namely with a percentage of 70.8%. From a range of 1-4 dimensions of spiritual development with the highest or best average score, namely with a score of 2.68. Health responsibility has the first low score of 2.07 and physical activity is the second low dimension with a score of 2.12. It is expected for students to be more concerned and pay attention to their health, especially emphasizing the dimensions of health responsibility for themselves and physical activity because they get a low score compared to other dimensions, this is to prevent and overcome the problem of promoting a healthy lifestyle.

Keywords : Health promoting lifestyle, Nursing Students

Bibliography : 86 (2007-2023)