

## DAFTAR ISI

|                                                                     |     |
|---------------------------------------------------------------------|-----|
| HALAMAN PERSETUJUAN .....                                           | i   |
| HALAMAN PENGESAHAN .....                                            | ii  |
| HALAMAN PERNYATAAN .....                                            | iii |
| KATA PENGANTAR.....                                                 | iv  |
| ABSTRAK .....                                                       | vi  |
| DAFTAR ISI.....                                                     | vii |
| DAFTAR TABEL .....                                                  | ix  |
| DAFTAR GAMBAR .....                                                 | x   |
| DAFTAR LAMPIRAN .....                                               | xi  |
| BAB I .....                                                         | 1   |
| PENDAHULUAN .....                                                   | 1   |
| 1.1    Latar Belakang Masalah .....                                 | 1   |
| 1.2    Identifikasi Masalah .....                                   | 4   |
| 1.3    Batasan Masalah.....                                         | 4   |
| 1.4    Rumusan Masalah .....                                        | 4   |
| 1.5    Tujuan Penelitian.....                                       | 5   |
| 1.6    Manfaat Penelitian.....                                      | 5   |
| BAB II.....                                                         | 6   |
| KAJIAN TEORETIK .....                                               | 6   |
| 2.1    Perilaku.....                                                | 6   |
| 2.1.1    Tingkatan Pada Perilaku .....                              | 7   |
| 2.1.2    Faktor-Faktor Penyebab Perilaku .....                      | 7   |
| 2.2    Hidup Sehat .....                                            | 8   |
| 2.3    Perilaku Hidup Sehat .....                                   | 9   |
| 2.3.1    Faktor-faktor yang mempengaruhi Perilaku Hidup Sehat ..... | 11  |
| 2.4    Indikator Hidup Sehat.....                                   | 22  |
| 2.5    Profil Mahasiswa Porkes .....                                | 23  |
| 2.6    Penelitian Relevan .....                                     | 24  |
| 2.7    Kerangka Berfikir .....                                      | 25  |
| BAB III.....                                                        | 27  |

|                                              |    |
|----------------------------------------------|----|
| METEDOLOGI PENELITIAN .....                  | 27 |
| 3.1 Waktu Dan Tempat Penelitian.....         | 27 |
| 3.2 Jenis Penelitian .....                   | 27 |
| 3.3 Populasi dan Sampel.....                 | 27 |
| 3.3.1 Populasi.....                          | 27 |
| 3.3.2 Sampel.....                            | 27 |
| 3.4 Instrumen Penelitian .....               | 28 |
| 3.5 Teknik Pengumpulan Data .....            | 28 |
| 3.6 Teknik Analisis Data .....               | 36 |
| BAB IV .....                                 | 40 |
| HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....         | 40 |
| 4.1 Deskripsi Data .....                     | 40 |
| 4.1.1 Deskripsi Karakteristik Responden..... | 40 |
| 4.2 Hasil Uji Analisis Data .....            | 42 |
| 4.3 Pembahasan Penelitian .....              | 50 |
| BAB V .....                                  | 56 |
| PENUTUP .....                                | 56 |
| 5.1 Kesimpulan.....                          | 56 |
| 5.2 Saran .....                              | 57 |
| DAFTAR PUSTAKA .....                         | 58 |

## DAFTAR TABEL

|                                                                           |    |
|---------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 2.1 Pola Hidup Sehat Dan Tidak Sehat .....                          | 22 |
| Tabel 3.1 Definisi Operasional.....                                       | 28 |
| Tabel 3.2 Deskriptif Persentase .....                                     | 39 |
| Tabel 4.1 Hasil Uji Frekuensi Jenis Kelamin Responden.....                | 40 |
| Tabel 4.2 Hasil Uji Frekuensi Berdasarkan Angkatan Responden.....         | 41 |
| Tabel 4.3 Perilaku Hidup Sehat.....                                       | 43 |
| Tabel 4.4 Faktor Perilaku Terhadap Makanan Dan Minuman.....               | 44 |
| Tabel 4.5 Faktor Perilaku Terhadap Kebersihan Diri.....                   | 45 |
| Tabel 4.6 Faktor Perilaku Terhadap Kebersihan Lingkungan.....             | 47 |
| Tabel 4.7 Faktor Perilaku Terhadap Sakit Dan Penyakit.....                | 48 |
| Tabel 4.8 Faktor Perilaku Keseimbangan Antara Istirahat Dan Olahraga..... | 49 |

## **DAFTAR GAMBAR**

|                                                                            |    |
|----------------------------------------------------------------------------|----|
| Gambar 2.1 Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Hidup Sehat.....     | 11 |
| Gambar 2.2 Kerangka Berfikir .....                                         | 26 |
| Gambar 4.1 Diagram Perilaku Hidup Sehat.....                               | 43 |
| Gambar 4.2 Diagram Faktor Perilaku Terhadap Makanan Dan Minuman.....       | 45 |
| Gambar 4.3 Diagram Faktor Perilaku Terhadap Kebersihan Diri .....          | 46 |
| Gambar 4.4 Diagram Faktor Perilaku Terhadap Kebersihan Lingkungan.....     | 47 |
| Gambar 4.5 Diagram Faktor Perilaku Terhadap Sakit Dan Penyakit .....       | 48 |
| Gambar 4.6 Diagram Faktor Perilaku Keseimbangan, Istirahat, Olahraga ..... | 49 |

## **DAFTAR LAMPIRAN**

|                                                  |    |
|--------------------------------------------------|----|
| Lampiran 1 Kuesioner Penelitian.....             | 68 |
| Lampiran 2 deskripsi jawaban responden.....      | 69 |
| Lampiran 3 hasil uji persyaratan instrumen ..... | 82 |
| Lampiran 4 dokumentasi.....                      | 88 |