

ABSTRAK

**DETERMINAN PERILAKU GAYA HIDUP SEHAT REMAJA PEREMPUAN
USIA 15-18 TAHUN BERDASARKAN *HEALTH PROMOTION MODEL* DI
SMA NEGERI 1 MENGANTI GRESIK**

Penelitian Deskriptif Analitik

Oleh: Novia Dwi Windasari

Pendahuluan: Perilaku gaya hidup sehat yang dilakukan oleh remaja perempuan usia 15-18 tahun di SMA Negeri 1 Menganti Gresik tidak tepat sehingga mengakibatkan anemia, obesitas dan kekurangan energi kronik pada remaja perempuan. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis determinan perilaku gaya hidup sehat remaja perempuan usia 15-18 tahun berdasarkan *Health Promotion Model* di SMA Negeri 1 Menganti Gresik. **Metode:** Desain penelitian ini menggunakan deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Total sampel 210 remaja perempuan usia 15-18 tahun dan diambil menggunakan teknik *simple random sampling*. Variabel independen yaitu IMT, pendapatan keluarga, motivasi diri, manfaat yang dirasakan, hambatan yang dirasakan, *self-efficacy*, dukungan sebaya. Variabel dependen yaitu perilaku gaya hidup sehat. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan dianalisis menggunakan *chi-square* dan regresi logistik ($\alpha = 0,05$). **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara motivasi diri ($p=0,001$), manfaat yang dirasakan ($p=0,001$), hambatan yang dirasakan ($p=0,002$), *self-efficacy* ($p=0,000$), dan dukungan sebaya ($p=0,000$) dengan perilaku gaya hidup sehat remaja perempuan usia 15-18 tahun dan tidak ada hubungan yang signifikan antara IMT ($p=0,537$) dan pendapatan keluarga ($p=0,152$) dengan perilaku gaya hidup sehat remaja perempuan usia 15-18 tahun. **Diskusi:** Perawat dapat melaksanakan perannya dalam meningkatkan perilaku remaja perempuan dengan menerapkan *Health Promotion Model* sehingga remaja perempuan memiliki motivasi, merasakan manfaat, *self efficacy*, dan dukungan sebaya yang tinggi dalam melakukan perilaku gaya hidup sehat.

Kata kunci: IMT, pendapatan keluarga, motivasi diri, manfaat yang dirasakan, hambatan yang dirasakan, efikasi diri, dukungan sebaya

ABSTRACT

DETERMINANS HEALTHY LIFESTYLE BEHAVIORS OF ADOLESCENT GIRLS ADGE 15-18 YEARS BASED ON HEALTH PROMOTION MODELS IN SMA NEGERI 1 MENGANTI GRESIK

An Analytical-Descriptive Study

By: Novia Dwi Windasari

Introduction: Healthy lifestyle behaviors carried out by adolescent girls aged 15-18 years in SMA Negeri 1 Menganti Gresik are inaccurate resulting in anemia, obesity and chronic lack of energy in adolescent girls. The purpose of this study was to analyze the determinants of healthy lifestyle behaviors of adolescent girls aged 15-18 years based on the Health Promotion Model in SMA Negeri 1 Menganti Gresik. **Method:** The design of this study uses descriptive cross sectional approach. The total sample of 210 adolescent girls aged 15-18 years and taken using simple random sampling technique. The independent variables are BMI, family income, self motivation, perceived benefits, perceived barriers, self-efficacy, peers support. The dependent variable is healthy lifestyle behavior. Data collection using a questionnaire and analyzed using chi-square and logistic regression ($\alpha < 0.05$). **Result:** The results of this study indicate that there is a significant relationship between self motivation ($p=0,001$), perceived benefits ($p=0,001$), perceived barriers ($p=0,002$), self-efficacy ($p=0,000$), peers support ($p=0,000$) with healthy lifestyle behaviors of girls aged 15-18 years and no significant relationship between BMI ($p=0,537$) and family income ($p=0,152$) with healthy lifestyle behaviors for adolescent girls aged 15- 18 years. **Discussion:** Nurses can carry out their role in improving the behavior of adolescent girls by applying the Health Promotion Model so that adolescent girl have motivation, feel the benefits, self efficacy, and high peers support in carrying out healthy lifestyle behaviors.

Keyword: BMI, family income, peers support, perceived barriers, perceived benefits, self-efficacy, self-motivation