

## Hubungan antara perilaku mempromosikan kesehatan dan kesejahteraan subjektif pada dewasa muda = The correlation between health-promoting behavior and subjective and well-being in emerging adulthood

Nindya Griselda Gitakusuma, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20473855&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Dewasa muda usia 18 hingga 29 tahun merupakan tahap perkembangan yang memiliki berbagai tugas tuntutan perkembangan, penting untuk para dewasa muda melakukan perilaku mempromosikan kesehatan. Semestinya, pada periode dewasa muda seseorang sudah mulai menetapkan kebiasaan hidup sehat, karena kebiasaan-kebiasaan yang dilakukan pada masa periode ini, akan membentuk pola kebiasaan dan kesehatannya di kemudian hari. Pada nantinya perilaku mempromosikan kesehatan tersebut dapat memengaruhi kesejahteraan subjektifnya.

Penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara dimensi perilaku mempromosikan kesehatan dan kesejahteraan subjektif pada dewasa muda. Responden pada penelitian ini berjumlah 806 orang yang berasal dari berbagai daerah yang ada di Indonesia. Perilaku mempromosikan kesehatan diukur dengan Health Promoting Lifestyle Profile II HPLP II dan kesejahteraan subjektif diukur dengan Subjective Happiness Scale SHS. Penelitian ini merupakan penelitian korelasional dan diolah menggunakan teknik analisis partial correlation. Kedua alat ukur tersebut telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dimensi perilaku mempromosikan kesehatan perkembangan spiritual dan manajemen stres berhubungan positif dan signifikan dengan kesejahteraan subjektif. Sedangkan, dimensi perilaku mempromosikan kesehatan tanggung jawab kesehatan, aktivitas fisik, nutrisi, dan hubungan interpersonal tidak berhubungan signifikan dengan kesejahteraan subjektif. Dengan demikian, semakin tinggi perkembangan spiritual dan manajemen stres yang dimiliki individu maka akan semakin tinggi pula kesejahteraan subjektif yang dimiliki seseorang.

.....

Emerging adulthood 18 ndash 29 years old are developmenta stages that have various tasks of developmental demands, important for emerging adulthood to implement health promoting behavior. Supposedly, in the period of emerging adulthood, a person has begun to establish healthy life habits, because the habits performed during this period, will form the pattern of habits and health in the future. In the future, health promoting behavior can affect subjective well being.

This study aims to find out the relationship between health promoting behavior and subjective well being in emerging adulthood. Respondents in this study amounted to 806 emerging adulthood from various regions in Indonesia. Health promoting behavior were measured by Health Promoting Lifestyle Profile II HPLP II and subjective well being were measured by Subjective Happiness Scale SHS. This study was a correlation study using a partial correlation method. Both of the instrument has been adapted in Bahasa Indonesia.

The result indicated that spiritual growth and stress management are significant positive correlations with subjective well being. Meanwhile, health responsibility, physical activity, nutrition, and interpersonal relationship are not significantly correlated to subjective well being. Thus, the higher of spiritual growth and stress management then the higher of subjective well being.