

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP PERILAKU SEHAT REMAJA
DI SMAN 1 PAKUSARI**

SKRIPSI

**Diajukan Guna Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk
Memperoleh Gelar Strata 1 (S-1) Sarjana Psikologi Pada Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Jember**



Disusun Oleh :

Yulia Isnaini
NIM 12 1081 1009

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER**

2016

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Jember untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Satu (SI) Psikologi

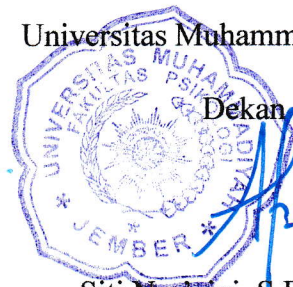
Pada Tanggal

28 Juli 2016

Mengesahkan

Fakultas Psikologi

Universitas Muhammadiyah Jember



Siti Nur'aini, S.Psi., M.Si
NIP.197702122005012002

Dewan Penguji

Jember, 28 Juli 2016

Istiqomah, S.Psi., M.Si., Psikolog
(NPK. 03 12 445)

A blue ink signature of Istiqomah, S.Psi., M.Si., Psikolog, written above a horizontal line.

Nuraini Kusumaningtyas, S.Psi., M.Psi., Psikolog
(NPK. 15 03 638)

A blue ink signature of Nuraini Kusumaningtyas, S.Psi., M.Psi., Psikolog, written above a horizontal line.

Siti Nur'aini, S.Psi., M.Si
(NIP.1977021222005012002)

A blue ink signature of Siti Nur'aini, S.Psi., M.Si, written above a horizontal line.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, Tuhan yang Maha Pengasih dan Penyayang, atas izin dan memberi kemudahan setiap kesulitan bagi manusia. Sholawat serta salam semoga senantiasa terlimpahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW. Atas rahmat yang Allah SWT berikan kepada penulis, sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini. terselesaikannya skripsi ini merupakan perjalanan panjang untuk sebuah proses pengalaman dan pembelajaran. Skripsi ini adalah sebuah karya kecil yang tercipta dengan keterbatasan, dalam proses penyusunan skripsi ini penulis telah mendapat banyak bimbingan, arahan, bantuan serta dukungan dari berbagai pihak sehingga skripsi ini bisa terwujud, oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Siti Nur'aini, S.Psi., M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember sekaligus sebagai dosen penguji bagi penulis. Terimakasih atas motivasi, bimbingan, saran dan masukannya yang sangat berguna untuk menyempurnakan skripsi ini dan ilmu yang diberikan selama penulis menuntut ilmu di Fakultas Psikologi ini semoga bisa bermanfaat.
2. Istiqomah, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku dosen pembimbing I sekaligus sebagai ibu bagi angkatan 2012 yang telah meluangkan banyak waktu untuk membimbing dan mendengarkan sedikit curahan hati penulis. Terimakasih atas ilmu, motivasi, pembelajaran dan bimbingan yang diberikan selama ini sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini.

3. Ibu Nuraini Kusumaningtyas, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing II. Terimakasih atas waktu yang telah diluangkan untuk membimbing dengan penuh kesabaran, memberikan motivasi, ilmu, masukan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini.
4. Ibu Panca Kursistin Handayani, S.Psi., MA., Psikolog selaku Ka. Prodi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember yang telah memproses jadwal dan memberikan pengarahan kepada penulis. Terimakasih telah mengingatkan, mendukung dengan motivasi-motivasi sehingga penulis semangat untuk berproses sampai terselesaikannya skripsi ini.
5. Segenap dosen dan civitas akademika Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember yang telah memberikan ilmu, pembelajaran, pengalaman hidup, bimbingan, dan bantuan selama penulis menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi tercinta ini.
6. Pak Salim dan Bu Dias selaku guru bagian Kurikulum dan bagian Bimbingan Konseling SMA N 1 Pakusari, terimakasih telah memberikan izin dan bantuan selama proses penulis mengambil data awal sampai selesai di SMAN 1 Pakusari.
7. Seluruh siswa SMA N 1 Pakusari yang telah membantu dan meluangkan waktunya untuk menjadi subjek penelitian meskipun dalam keadaan kegiatan ramadhan sehingga terselesaikannya skripsi ini.
8. Mbak Mieke Prasetyo selaku direktur P3LM yang selalu memberikan motivasi dan masukan-masukan baik tentang skripsi kepada penulis. Asisten P3LM Jura, mbak Dita, mbak Idza, Risma sebagai teman seperjuangan yang saling

memotivasi, saling berbagi cerita dan berbagi ilmu, saling belajar dalam proses penyelesaian skripsi ini.

9. Mulyadi, Jura, Amel, Niken, Lita, mbak I'im, Rifa, mbak Dita, Ryan, mbak Nita, Bintar, Tyas, Rosi, Berry, mas Agus, Karina terimakasih atas semangatnya, jadi pendengar yang baik, memberikan dukungan dan bantuan selama pembuatan skripsi ini dan seluruh teman-teman seperjuangan angkatan 2012 yang tidak bisa penulis sebutkan satu-persatu terimakasih empat tahun ini. Semoga kita semua sukses dan ilmu kita bermanfaat dalam kebaikan.
10. Terimakasih kepada semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Jember, 28 Juli 2016

Penulis

Yulia Isnaini

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
INTISARI.....	x
ABSTRAK	xi
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
E. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. Perilaku Sehat Remaja	11
1. Definisi Perilaku Sehat Remaja.....	11
2. Domain-domain Perilaku Sehat Remaja	12

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Sehat Remaja.....	14
4. Hubungan Sekolah dengan Perilaku Sehat Remaja	15
B. Dukungan Sosial	16
1. Definisi Dukungan Sosial	16
2. Bentuk-bentuk Dukungan Sosial.....	17
3. Faktor-faktor Terbentuknya Dukungan Sosial.....	18
C. Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Perilaku Sehat Remaja	19
D. Hipotesa	22
BAB. III METODE PENELITIAN.....	23
A. Jenis penelitian.....	23
B. Identifikasi Variabel.....	23
C. Populasi dan Sampel	24
D. Definisi Operasional	29
1. Perilaku Sehat Remaja	29
2. Dukungan Sosial	32
E. Metode Pengumpulan Data.....	34
F. Metode Analisa Data.....	35
G. Keabsahan Alat Ukur.....	36
1. Uji Validitas	36
2. Uji Reliabilitas.....	36
H. Uji Asumsi	37
1. Uji Normalitas	37
2. Uji Linieritas	37

I. Uji Hipotesa	38
BAB. IV HASIL DAN PEMBAHASAN	39
A. Orientasi Kacah dan Persiapan	39
1. Orientasi Kacah	39
2. Persiapan Penelitian	39
3. Pelaksanaan Penelitian	41
B. Analisa Hasil	44
1. Uji Validitas Alat ukur	44
2. Uji Reliabilitas.....	48
3. Uji Asumsi.....	49
a. Uji Normalitas	49
b. Uji Linieritas.....	50
c. Uji Hipotesis	51
4. Gambaran Dukungan Sosial dan Perilaku Sehat Remaja di SMAN 1 Pakusari	52
a. Gambaran Profil Dukungan Sosial Pada Subyek Penelitian	52
b. Gambaran Profil Perilaku Sehat Remaja Pada Subyek Penelitian	53
C. Pembahasan.....	54
BAB. V KESIMPULAN DAN SARAN.....	60
A. KESIMPULAN.....	60
B. SARAN	60

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Uji Coba

Lampiran 2. Data Uji Coba

Lampiran 3. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

Lampiran 4. Skala Penelitian Sesungguhnya

Lampiran 5. Data Penelitian Sesungguhnya

Lampiran 6. Hasil Validitas dan Reliabilitas

Lampiran 7. Hasil Uji Asumsi

Lampiran 8. Hasil Uji Hipotesis

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2009). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta : Pustaka Belajar.
- Ekowarni, E. (2001). Pola perilaku sehat dan model pelayanan kesehatan remaja. *Jurnal Psikologi* , No. 2, 97-104.
- Gumanty, H, dkk. (2015). Gambaran dukungan sosial pada siswa siswi terhadap sikap merokok di sekolah menengah pertama negeri kota Pekanbaru. *JOM FK* Volume 2, No 2.
- Hurlock, E. B. (2006). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan edisi kelima*. Ciracas, Jakarta : Penerbit Erlangga
- Notoatmodjo, S. (2005). *Promosi kesehatan teori dan aplikasi*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2007). *Promosi kesehatan dan ilmu perilaku*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metode penelitian kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Kulbok, P.A. & Cox, C.L. (2002). Dimensions of adolescent health behavior. *Journal Of Adolescent Health*, 31, 394- 400.
- Nurwulan, I. A. (2014). Hubungan antara optimisme dengan perilaku sehat pada penderita diabetes melitus di rumah sakit daerah (RSD) Kalisat kabupaten Jember. *Skripsi (Tidak diterbitkan)*. Jember : Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember.
- Pender, N. J., Murdaugh, C. L., & Parsons, M. A. (2002). *Health Promotion In Nursing Practice*. 4th ed. Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall
- Sakdiyah, E. H. (2013). Dimensi perilaku promosi kesehatan remaja berdasarkan perbedaan jenis kelamin. *Jurnal Psikoislamika*, Volume 10 Nomor 1 Tahun 2013.

- Sangadji, E. M., Spiah. (2010). *Metodelogi penelitian pendekatan praktis dalam penelitian*. Yogyakarta : CV. Andi Offset.
- Santoso, S. (2010). *Statistik multivariat konsep dan aplikasi dengan SPSS*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Spear, H.J. & Kulbok, P.A. (2001). Adolescent health behaviors and related factors : A Review. *Public Health Nursing*, Volume 18 Number 2.
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Wilkinson, R. B., & Kraljevic, M. (2004). *Adolescent psychological health and school attitudes : the impact of attachment relationships. Proceedings of the Australian Psychological Society's, 150-155*. Melbourne, Australia: The Australian Psychological Society.
- Winarsunu, T. (2009). *Statistik dalam penelitian psikologi dan pendidikan*. Malang: UMM Press
- Youngblade, L.M. & Curry, L.A. (2006). The people they know: Links between interpersonal contexts and adolescent risky and health-promoting behavior. *Applied Developmental Science*, 10 (2), 96-106