

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kepada Allahu Subhanahu Wa Ta'ala yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Gambaran Gaya Hidup Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran pada Masa Pandemi COVID-19”. Shalawat serta salam tidak lupa selalu tercurah limpahkan kepada Nabi Muhammad Shallallahu'alaihim wa sallam, keluarganya, para sahabatnya dan juga kepada kita selaku umatnya.

Penulisan skripsi ini ditujukan untuk memenuhi persyaratan mencapai gelar Sarjana Keperawatan di Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran. Penulis menyadari bahwa masih terdapat kekurangan pada penyusunan skripsi ini, sehingga penulis sangat mengharapkan segala kritik dan masukan dari berbagai pihak sebagai masukan agar lebih baik di masa mendatang.

Jatinangor, Juli 2023

Penulis

## UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam proses penyusunan skripsi ini penulis menemukan berbagai hambatan dan rintangan, namun berkat doa, bimbingan, motivasi, dan dukungan dari berbagai pihak akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak yang terlibat secara langsung dan tidak langsung, yaitu kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. Rina Indrastuti, S.E., M.SIE., selaku Rektor Universitas Padjadjaran.
2. Prof. Kusman Ibrahim, S.Kp., MNS., Ph.D., selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran.
3. Hj. Tuti Pahria, S.Kp., M.Kes., Ph.D., selaku ketua prodi program S1 Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran.
4. Hana Rizmadewi Agustina, S.Kp., M.N., selaku dosen pembimbing utama yang telah memberikan masukan, mengarahkan, membimbing, memberikan waktu dan dukungan selama proses penyusunan skripsi ini.
5. Theresia Eriyani, S.Kep., Ners, M.H.Kes., selaku dosen pembimbing pendamping yang telah memberikan masukan, mengarahkan, membimbing, memberikan waktu dan dukungan selama proses penyusunan skripsi ini.
6. Dr. Nita Fitria, S.Kp., M.Kes., AIFO., selaku dosen pembahas yang telah bersedia memberikan saran, masukan, dan arahan selama penyusunan skripsi ini.
7. Ns. Henny Yulianita, Ners, M.Kep., selaku dosen pembahas yang telah bersedia memberikan saran, masukan, dan arahan selama penyusunan skripsi ini.

8. Windy Rakhmawati, S.Kp., M.Kep., Ph.D., selaku dosen wali yang senantiasa memberikan motivasi, nasihat, dan pengalaman selama proses perkuliahan di Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran.
9. Seluruh dosen dan *civitas* akademika Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran yang selama perkuliahan telah memberikan banyak ilmu pengetahuan, saran, dan pengalaman berharga.
10. Kedua orang tua dan adik penulis yang senantiasa memberikan doa, motivasi dan semangat kepada penulis sehingga mampu menyelesaikan skripsi ini.
11. Ruby, Muthia, Try, Annisa, Wafa, Aisyah, Dhiya, dan Ira yang menjadi tempat untuk berbagai cerita suka dan duka, serta membantu penulis ketika menemukan kesulitan selama menjalani perkuliahan dan senantiasa memberikan dukungan selama penyusunan skripsi ini.

Terima kasih untuk segala dukungan, doa, dan segala hal kebaikan yang telah diberikan, semoga Allah SWT membalas semua kebaikan tersebut melebihi apa yang diberikan.

Jatinangor, Juli 2023

Penulis

## DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....	i
LEMBAR PERNYATAAN .....	ii
ABSTRAK .....	iii
<i>ABSTRACT</i> .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR SKEMA.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1. 1 Latar Belakang Penelitian .....	1
1. 2 Rumusan Masalah .....	9
1. 3 Tujuan Penelitian.....	9
1.3.1 Tujuan Umum.....	9
1.3.2 Tujuan Khusus.....	9
1.4. Manfaat Penelitian.....	10
1.4.1 Manfaat Teoritis Bagi Keperawatan.....	10
1.4.2 Manfaat Praktis Bagi Keperawatan .....	10
1. 5 Kerangka Konsep/Kerangka Pemikiran .....	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	15
2. 1 Gaya Hidup .....	15
2.1.1 Faktor-faktor yang mempengaruhi gaya hidup .....	17
2.1.2 Komponen Gaya Hidup.....	20
2.1.3 Alat Ukur Gaya Hidup.....	26
2. 2 Teori <i>Health Promoting Model</i> .....	28

2.3 Pandemi COVID-19 .....	30
2.3.1 COVID-19 .....	31
2.3.2 Perubahan Gaya Hidup Selama Pandemi COVID-19 .....	31
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>35</b>
3.1. Rancangan Penelitian .....	35
3.2. Variabel Penelitian .....	35
3.3. Definisi Konseptual dan Operasional.....	36
3.3.1 Definisi Konseptual .....	36
3.3.2 Definisi Operasional .....	36
3.4. Populasi dan Sampel .....	39
3.4.1. Populasi .....	39
3.4.2. Sampel Penelitian .....	39
3.5. Etika Penelitian .....	40
3.6. Alat Pengumpulan Data .....	41
3.6.1. Instrumen Penelitian.....	41
3.6.2 Uji Coba Instrumen .....	43
3.6.2.2 Uji Reliabilitas.....	43
3.7. Prosedur Pengumpulan dan Pengolahan Data.....	44
3.7.1. Prosedur Pengumpulan Data .....	44
3.7.2. Prosedur Pengolahan Data.....	45
3.8. Analisis Data .....	47
3.9. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	48
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>49</b>
4.1. Hasil Penelitian .....	49
4.1.1. Karakteristik Demografi Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran pada Masa Pandemi COVID-19.....	49

4.1.2. Gambaran Gaya Hidup Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran.....	51
4.2. Pembahasan.....	57
4.2.1. Gambaran Gaya Hidup.....	57
4.2.2. Gambaran Gaya Hidup Berdasarkan Dimensi Tanggung Jawab Kesehatan .....	60
4.2.3. Gambaran Gaya Hidup Berdasarkan Dimensi Aktivitas Fisik.....	62
4.2.4. Gambaran Gaya Hidup Berdasarkan Dimensi Nutrisi .....	64
4.2.5. Gambaran Gaya Hidup Berdasarkan Dimensi Pertumbuhan Spiritual .....	65
4.2.6. Gambaran Gaya Hidup Berdasarkan Dimensi Hubungan Interpersonal.....	67
4.2.7. Gambaran Gaya Hidup Berdasarkan Dimensi Manajemen Stres..	68
4.3. Keterbatasan Penelitian .....	70
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>71</b>
5.1. Simpulan.....	71
5.2.Saran .....	72
5. 2. 1 Bagi Fakultas Keperawatan.....	72
5. 2. 2 Bagi Peneliti Selanjutnya .....	72
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>73</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>84</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1	Definisi Operasional .....	37
Tabel 3. 2	Populasi Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran .....	39
Tabel 3. 3	Sampel Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran	39
Tabel 3. 4	Kisi – Kisi Kuesioner HPLP-II .....	42
Tabel 3. 5	Koding Data Demografi.....	46
Tabel 3. 6	Koding Instrumen HPLP-II.....	46
Tabel 3. 7	Koding Hasil Ukur Instrumen HPLP-II .....	46
Tabel 4. 1	Distribusi Frekuensi Karakteristik Demografi Mahasiswa Keperawatan Univesirtas Padjadjaran.....	49
Tabel 4. 2	Distribusi Frekuensi Gaya Hidup Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran.....	51
Tabel 4. 3	Gambaran Gaya Hidup Mahasiswa Fakultas Keperawatan berdasarkan Dimensi .....	52
Tabel 4. 4	Distribusi Frekuensi Tingkat Gaya Hidup Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran pada Masa Pandemi COVID-19 Berdasarkan Karakteristik Demografi (n=402).....	53
Tabel 4. 5	Tabulasi Silang Dimensi Gaya Hidup dengan Karakteristik Demografi .....	55

## DAFTAR SKEMA

<a href="#"><u>Skema 1.1. Kerangka Pemikiran Penelitian</u></a> .....	14
---	----



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Mendapatkan Data .....	85
Lampiran 2. Surat Etik Penelitian .....	86
Lampiran 3. Lembar Informasi Penelitian .....	87
Lampiran 4. Lembar <i>Informed Consent</i> .....	90
Lampiran 5. Instrumen <i>Health Promoting Lifestyle Profile II</i> (HPLP-II) .....	91
Lampiran 6. Perizinan Instrumen Penelitian .....	96
Lampiran 7. <i>Flyer Informed Consent</i> .....	97
Lampiran 8. Kartu Bimbingan .....	98
Lampiran 9. Data Penelitian.....	102
Lampiran 10. Persentase Indikator Gaya Hidup berdasarkan Intensitas Perilaku	142
Lampiran 11. Hasil Pemeriksaan Plagiarisme .....	145
Lampiran 12. Identitas Peneliti .....	146