

HUBUNGAN KONTROL DIRI DAN PERILAKU SEHAT PADA PENDERITA *GASTRITIS*

Oleh

Olga Dwi Wahyuni

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri
Sultan Syarif Kasim Riau

Abstrak

Perilaku sehat merupakan perilaku/kegiatan yang dilakukan oleh penderita *gastritis* untuk meningkatkan atau mempertahankan kesehatan demi mencapai sebuah tujuan untuk hidup sehat. Kebiasaan berperilaku sehat ini tidak terlepas dari kontrol diri. Kontrol diri merupakan suatu aktivitas pengendalian tingkah laku yang menyebabkan individu memiliki pertimbangan-pertimbangan ketika berperilaku. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kontrol diri dengan perilaku sehat pada penderita *gastritis*. Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 88 orang penderita *gastritis*. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *incidental sampling*. Instrumen yang digunakan adalah skala perilaku sehat dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,865 dan skala kontrol diri dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,902. Data penelitian dianalisis dengan menggunakan teknik *product moment*, dengan nilai R sebesar 0,715 dengan taraf signifikansi ($0,000 < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima, artinya terdapat hubungan yang sangat signifikan antara hubungan kontrol diri dengan perilaku sehat pada penderita *gastritis*.

Kata Kunci: kontrol diri, perilaku sehat, penderita *gastritis*

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.