

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisa data dan pembahasan mengenai penelitian hubungan antara *health locus of control* dengan perilaku berisiko terhadap kesehatan pada remaja, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Hipotesis 1 diterima yaitu terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara *health locus of control* dengan *weight control* pada mahasiswa UIN SUSKA sangat signifikan. Dengan koefisien korelasi (r) sebesar -0,149 dengan probabilitas (p) 0,002.
2. Hipotesis 2 diterima yaitu terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara *health locus of control* dengan *eating behavior* pada mahasiswa UIN SUSKA sangat signifikan. Dengan koefisien korelasi (r) sebesar -0,172 dengan propabilitas (p) 0,000.
3. Hipotesis 3 diterima yaitu terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara *health locus of control* dengan *unsafety driving* pada mahasiswa UIN SUSKA signifikan. Dengan koefisien korelasi (r) -0,099 dengan probabilitas (p) 0,028.
4. Hipotesis 4 diterima yaitu terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara *health locus of control* dengan *physical inactivity* pada mahasiswa UIN SUSKA sangat signifikan. Dengan koefisien korelasi (r) -0.138 dengan probabilitas (p) 0,004. Apabila mahasiswa memiliki *health locus of control*

tinggi, maka akan mengurangi perilaku berisiko terhadap kesehatan, sebaliknya rendahnya tingkat *health locus of control* pada remaja, maka akan semakin tinggi perilaku berisiko terhadap kesehatan yang akan dilakukan oleh remaja.

5. *Health Locus Of Control* rata-rata berada dalam kategori sedang, yakni sebesar 52,6% berdasarkan perhitungan terhadap kategorisasi variabel *health locus of control*.
6. *Internal health locus of contro*, rata-rata berada dalam kategori sedang yakni sebesar 49% berdasarkan perhitungan terhadap kategorisasi dimensi *health locus of control*.
7. *Powerfull other health locus of control* rata-rata berada dalam kategori sedang yakni sebesar 47% berdasarkan perhitungan terhadap kategorisasi dimensi *health locus of control*.
8. *Chance health locus of control* rata-rata berada dalam kategori sedang yakni sebesar 53% berdasarkan perhitungan terhadap kategorisasi dimensi *health locus of control*.
9. Rata-rata perilaku berisiko terhadap kesehatan berada dalam kategori rendah, yakni sebesar 70,9% berdasarkan perhitungan terhadap kategorisasi variabel perilaku berisiko terhadap kesehatan.
10. Rata-rata kategorisasi pada *weight control*, berada pada kategori rendah yakni 74% berdasarkan perhitungan terhadap kategorisasi variabel perilaku berisiko terhadap kesehatan.

11. Rata-rata kategorisasi pada *eating behavior* berada pada kategori rendah yakni 61% berdasarkan perhitungan terhadap kategorisasi variabel perilaku berisiko terhadap kesehatan.
12. Rata-rata kategorisasi pada *unsafety driving* berada pada kategori rendah yakni 54% berdasarkan perhitungan terhadap kategorisasi variabel perilaku berisiko terhadap kesehatan.
13. Rata-rata kategorisasi pada *physical inactivity* berada pada kategori rendah yakni 68%. berdasarkan perhitungan terhadap kategorisasi variabel perilaku berisiko terhadap kesehatan.
14. *Health Locus Of Control* memberikan kontribusi sebesar 3,7% pada variabel perilaku berisiko terhadap kesehatan yang akan dilakukan oleh remaja.

B. Saran

Ada beberapa saran yang ingin disampaikan oleh peneliti dalam penelitian ini. Saran-saran ini ditujukan kepada :

1. Mahasiswa dan Mahasiswi UIN SUSKA Riau

Untuk mahasiswa dan mahasiswi UIN Suska Riau meningkatkan *health locus of control* sehingga dapat mempertimbangkan baik-buruk dan mempertanggungjawabkan segala tindakan yang dilakukan. Bagi mahasiswa dan mahasiswi yang saat ini masih memiliki masalah dengan mengontrol berat badan (*weight control*), keamanan berkendara (*safety driving*), perilaku makan (*eating behavior*) dan tidak aktif secara fisik (*physical inactivity*) seperti kurang berolahraga sebaiknya perlu menambah pengetahuan dan keyakinan mengenai risiko perbuatan yang akan dilakukan agar memiliki tingkat kesadaran kesehatan yang lebih tinggi, sehingga dapat meningkatkan kendali kesehatannya untuk melindungi diri dari perilaku berisiko terhadap kesehatan.

2. Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya yang tertarik pada tema yang sama, disarankan untuk menggunakan faktor-faktor lain seperti koping, komitmen terhadap prestasi, dan pemenuhan tugas perkembangan yang dapat mempengaruhi perilaku berisiko terhadap kesehatan sebagai variabel. Selain itu juga peneliti menyarankan agar peneliti selanjutnya dapat menggunakan pendekatan penelitian yang berbeda, juga subjek penelitian yang lebih beragam baik dari tingkat usia, pendidikan dan lingkungan tempat tinggal, agar hasil dan temuan penelitian yang diperoleh menjadi lebih dalam dan kaya.