

## ABSTRAK

**Hubungan Pola Asuh Demokratis dengan Perilaku Hidup Sehat pada Mahasiswa Sanata Dharma**

Patrick Andhika  
Universitas Sanata Dharma  
2023

Tujuan Penelitian ini untuk: (1) Mengetahui hubungan antara Pola Asuh Demokratis dengan Perilaku Hidup Sehat pada Mahasiswa Universitas Sanata Dharma. (2) Mengetahui seberapa sehat atau baik perilaku hidup sehat mahasiswa Universitas Sanata Dharma. (3) Mengetahui tingkat tinggi rendahnya pola asuh demokratis pada mahasiswa Sanata Dharma. (4) mengetahui butir item pola asuh demokratis dan perilaku hidup sehat yang teridentifikasi rendah, sehingga dapat diajukan sebagai topik bimbingan.

Penelitian yang digunakan berjenis kuantitatif korelatif. Penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa Universitas Sanata Dharma dari berbagai fakultas dan prodi. Jumlah responden pada penelitian ini berjumlah 110 mahasiswa dan penelitian ini menggunakan skala *linkert*. Skala pola asuh demokratis yang digunakan, dibuat oleh Afra Sonia S.Pd dengan jumlah 39 item valid dan memiliki indeks reliabilitas *Alpha Cronbach* 0,947. Skala variabel berikutnya adalah perilaku hidup sehat berjumlah 28 butir item pernyataan valid dan memiliki indeks reliabilitas *Alpha Cronbach* sebesar 0,726.

Uji hipotesis yang sudah dilakukan dalam penelitian ini menunjukkan nilai korelasi dari Spearman's rho yakni 0,033 dan r sebesar 0,203 sehingga penelitian ini memiliki kesimpulan bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang signifikan. Maka dari itu hipotesis yang menyebutkan adanya hubungan positif antara pola asuh demokratis dengan perilaku hidup sehat pada mahasiswa Universitas Sanata Dharma terbukti memiliki hubungan. Penelitian ini memiliki hasil: (1) terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh demokratis dengan perilaku hidup sehat pada mahasiswa Universitas Sanata Dharma. (2) Pola asuh demokratis pada mahasiswa Universitas Sanata Dharma tergolong sangat demokratis atau sangat tinggi sistem pola asuh demokratis yang diberikan pada orang tua untuk mahasiswa Universitas Sanata Dharma ada pada persentase 48%. (3) Perilaku hidup sehat mahasiswa Universitas Sanata Dharma tergolong baik dengan persentase 57%. (4) Adanya 8 usulan topik bimbingan karena ada 8 pernyataan butir item yang teridentifikasi rendah.

**Kata kunci : Pola asuh demokratis, Perilaku hidup sehat, Mahasiswa**

**ABSTRACT**

***The Relation of Democratic Parenting and Health Behavior to students of sanata dharma university***

*Patrick Andhika*  
*Sanata Dharma University*  
*2023*

*The purpose of this study is to: (1) Knowing the relation between democratic parenting and health behavior to students of Sanata Dharma University. (2) Knowing how healthy or good the healthy living behavior of Sanata Dharma University students is. (3) Knowing the high and low levels of democratic parenting in Sanata Dharma students. (4) Knowing the items of democratic parenting and healthy living behavior that are identified as low, so that they can be proposed as guidance topics.*

*The research used is correlative quantitative type. This study uses the subject of Sanata Dharma University students from various faculties and study programs at Sanata Dharma University. The number of respondents in this study amounted to 110 students and this study used a linkert scale. The democratic parenting scale used was made by Afra Sonia S.Pd with a total of 39 valid items and has an Alpha Cronbach reliability index of 0.947. The scale of the next variable is healthy living behavior, totaling 28 valid statement items and has an Alpha Cronbach reliability index of 0.726.*

*Hypothesis testing that has been carried out in this study shows the correlation value of Spearman's rho which is 0.033 and r of 0.203 so that this study has concluded that the two variables have a significant relationship. Therefore, the hypothesis that there is a positive relationship between democratic parenting and healthy living behavior in Sanata Dharma University students is proven to have a relationship. This study has the results: (1) there is a significant relationship between democratic parenting and healthy living behavior in Sanata Dharma University students. (2) Democratic parenting in Sanata Dharma University students is classified as very democratic or very high democratic parenting received by Sanata Dharma University students with a percentage of 48%. (3) The healthy living behavior of Sanata Dharma University students is classified as good with a percentage of 57%. (4) There are 8 suggestions for guidance topics because there are 8 item statements that are identified as low.*

***Keywords: Democratic parenting, Healthy living behavior, Students***

