



P-ISSN : 1978-2853  
E-ISSN : 2302-8890

## MATRIK: JURNAL MANAJEMEN, STRATEGI BISNIS DAN KEWIRAUSAHAAN

Homepage: <https://ojs.unud.ac.id/index.php/jmbk/index>

Vol. 13 No. 2, Agustus 2019, 173 - 183



### Pengaruh Persepsi Pegawai Akan Program Germas Terhadap Perilaku Hidup Sehat di Lingkungan Kerja Badan Narkotika Nasional

Regina Nova Indradewi<sup>1)</sup>, Wahyu Purwaningsih<sup>2)</sup>, Palupi Lindiasari Samputra<sup>3)</sup>

<sup>1,2)</sup>Mahasiswa S2 Program Kajian Ketahanan Nasional, Universitas Indonesia

<sup>3)</sup>Dosen Program Kajian Ketahanan Nasional, Universitas Indonesia

email : reva.indradewi@gmail.com



SINTA 2

DOI : <https://doi.org/10.24843/MATRIK:JMBK.2019.v13.i02.p05>

#### ABSTRAK

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk menganalisis, mengevaluasi, serta menilai hubungan antara persepsi pegawai akan Germas terhadap perilaku hidup sehat di lingkungan kerja sesuai anjuran dalam Germas yang menjadi kebijakan Badan Narkotika Nasional. Sampel penelitian adalah pegawai BNN yang berjumlah 105 responden. Penelitian jurnal ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Analisis data menggunakan metode analisis faktor dan regresi berganda. Data ordinal yang didapatkan dari pengisian angket harus diubah terlebih dahulu menjadi data interval menggunakan MSI (*Method of Succesive Internal*). Pengolahan data penelitian menggunakan SPSS 23.0. Hasil dari penelitian ini adalah ditemukan adanya pengaruh signifikan antara persepsi pegawai BNN akan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) terhadap perilaku hidup sehat. Selain itu, ditemukan adanya tiga faktor persepsi yang mempengaruhi perilaku hidup sehat pegawai di lingkungan kerja, yaitu pola makan sehat, antirokok, dan kebugaran fisik.

**Kata Kunci:** germas, hidup sehat, persepsi, perilaku

#### *The Effect of Employee Perception of Germas Programs on Healthy Life Behavior in The Work Environment of The National Narcotics Board*

#### ABSTRACT

*The purposes of the research are to analyzing, evaluating, and measuring the correlation between employee's perceptions of Germas (healthy life movement) on the behavior of healthy living in the work environment, according to the recommendations in Germas as a policy of the National Narcotics Board (NNB). Sample of this research was BNN employees, amounting to 105 respondents. This research use a quantitative approach. Data is analysed by factor analyze and multiple regression method. Ordinal data obtained from filling out the questionnaire must be changed first to interval data using Method of Succesive Interval. Data is processed by using SPSS 23. The results of the study showed that there was a significant influence between perception of BNN employees on Germas towards healthy living behavior. In addition, there were three perceptual factors that influence the healthy behavior of employees in the work environment, namely healthy eating patterns, anti-smoking, and physical fitness.*

**Keyword:** germas, healthy life, perception, behavior

#### PENDAHULUAN

Masyarakat yang sehat adalah kondisi yang diperlukan bagi tercapainya tujuan pembangunan nasional suatu negara. Masyarakat yang sehat akan produktif dan jarang terkena penyakit, sehingga secara ekonomi tentunya dapat mengurangi beban negara. Salah satu indikator dari pembangunan kualitas hidup manusia di suatu wilayah atau negara yaitu terciptanya masyarakat yang sehat. Manusia yang berkualitas akan mampu menjadi tulang

punggung yang menopang pembangunan negaranya. Dengan demikian dapat dikatakan, kesehatan masyarakat memiliki hubungan atau korelasi dengan keberhasilan pembangunan nasional suatu negara.

Angka atau nilai Indeks Pembangunan Manusia atau IPM merupakan petunjuk pencapaian suatu negara apakah berhasil dalam membangun kualitas hidup penduduknya. Tingkat keberhasilan dan kemajuan suatu negara berbanding lurus dengan IPM yang dicapai, di mana semakin tinggi nilai IPM

suatu negara maka makin tinggi pula keberhasilan pembangunan kualitas hidup yang sudah dicapai. Sementara itu, negara terbelakang cenderung memiliki IPM yang masih rendah.

Pertengahan April 2018, Badan Pusat Statistik mengeluarkan data yang menunjukkan bahwa pembangunan kualitas hidup manusia Indonesia terus mengalami peningkatan. Tahun 2017, capaian nilai IPM Indonesia yaitu sebesar 70,81. Nilai tersebut menunjukkan adanya peningkatan capaian sebanyak 0,90 persen atau sebesar 0,63 poin dari tahun 2016. Selain itu, data BPS memperlihatkan bahwa bayi yang lahir di tahun 2017 mempunyai harapan untuk hidup hingga 71,06 tahun, atau lebih lama 0,16 tahun dibandingkan dengan yang lahir pada tahun sebelumnya. Anak yang pada tahun 2017 berusia 7 tahun memiliki harapan dapat menikmati pendidikan selama 12,85 tahun (Diploma I), lebih lama 0,13 tahun dibandingkan dengan yang berumur sama pada tahun 2016.

Meskipun IPM Indonesia memperlihatkan tren positif dengan terjadinya peningkatan, masalah kesehatan masih menjadi suatu tantangan yang serius. Saat ini, setidaknya masih ada tiga masalah kesehatan yang perlu menjadi perhatian, yakni pemberantasan penyakit infeksi, meningkatnya kasus penyakit tidak menular dan kemunculan kembali jenis penyakit yang seharusnya telah berhasil diatasi. Sebelumnya, penyakit menular seperti hepatitis, diare, malaria, tuberkulosa, dan demam berdarah merupakan kasus kesehatan yang sering ditemui; Kini, telah terjadi perubahan atau pergeseran yang ditandai dengan semakin meningkatnya jumlah kasus penyakit tidak menular yakni diabetes, darah tinggi, kanker dan jantung koroner.

Dalam kerangka mengatasi masalah kesehatan di Indonesia, tahun 2017 dicanangkan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) oleh Presiden Joko Widodo. Instruksi Presiden (Inpres) Nomor 1 Tahun 2017 yang ditandatangani oleh Presiden Republik Indonesia pada tanggal 27 Februari 2017 adalah dasar hukum utama kebijakan Germas. Sesuai Inpres Nomor 1 Tahun 2017, Germas diinstruksikan oleh Presiden Indonesia guna mempercepat dan menyinergikan tindakan terpadu sebagai upaya promotif dan preventif hidup sehat oleh masyarakat Indonesia (Indonesia, 2016). Hal ini dilakukan agar produktivitas penduduk dapat meningkat dan beban pembiayaan pelayanan kesehatan akibat penyakit dapat diturunkan. Inpres Nomor 1 Tahun 2017 dengan jelas menginstruksikan Para Menteri Kabinet Kerja, Kepala Lembaga

Pemerintah Nonkementerian, Direktur Utama Badan Penyelenggara Jaminan Sosial Kesehatan, dan Para Gubernur dan Bupati/Walikota di Indonesia untuk menetapkan kebijakan dan mengambil langkah-langkah strategis sesuai tugas, fungsi, dan kewenangan masing-masing untuk mewujudkan Germas (Indonesia, 2017).

Menindaklanjuti Inpres Nomor 1 Tahun 2017, dikeluarkan Peraturan Menteri Perencanaan Pembangunan Nasional/Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (PPN/Bappenas) Nomor 11 Tahun 2017 tentang Pedoman Umum Pelaksanaan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat. Peraturan menteri ini bertujuan sebagai panduan bagi seluruh kementerian/lembaga, Badan Penyelenggara Jaminan Sosial Kesehatan, dan pemerintah daerah, serta pemangku kepentingan terkait dalam melaksanakan Inpres tentang Germas. Peraturan Menteri PPN Nomor 11 2017 mengatur secara teknis mengenai pelaksanaan Germas yang meliputi perencanaan, pelaksanaan, serta pemantauan, evaluasi, dan pelaporan (R. Indonesia, 2018).

Sebagai tindak lanjut dari Inpres Nomor 1 Tahun 2017 dan Permen PPN/Kepala Bappenas Nomor 11 Tahun 2017 di atas, maka Badan Narkotika Nasional (BNN) sebagai Lembaga Pemerintah Nonkementerian mengeluarkan Surat Edaran Kepala BNN Nomor SE/132/XII/SU/KP.04/2017/BNN tanggal 29 Desember 2017 tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat di Lingkungan Badan Narkotika Nasional. Kebijakan ini berisi imbauan kepada seluruh pegawai di lingkungan BNN untuk melaksanakan 8 (delapan) Program Gerakan Masyarakat Hidup Sehat yang meliputi penciptaan kawasan bebas merokok, pelaksanaan olah raga wajib satu kali dalam satu minggu, perenggangan otot dua kali dalam satu hari di setiap hari kerja, pembiasaan berjalan kaki dan penggunaan kendaraan umum dalam beraktivitas, konsumsi buah-buah segar sebagai kudapan, pengaturan sajian makanan di prasmanan dalam acara-acara resmi organisasi, anjuran melakukan cek kesehatan rutin setiap tiga bulan satu kali, serta hasil uji kebugaran fisik (kesamaptaan) pegawai sebagai salah satu pertimbangan dalam pengajuan usulan kenaikan pangkat, promosi, dan pengembangan pegawai (BNN, 2017)

Pelaksanaan Germas di lingkungan BNN dianggap perlu, mengingat beberapa faktor yang melatarbelakanginya. Hasil rekapitulasi dari klinik pratama di BNN menunjukkan data rata-rata jumlah kunjungan pasien yang meningkat selama kurun waktu 2016 dan 2017, yaitu 348,67 kasus di 2016

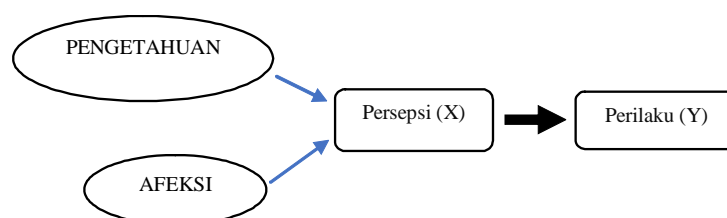
dan 390,83 kasus di 2017. Penyakit-penyakit seperti infeksi saluran pernapasan akut, flu, *gastritis* atau asam lambung, *faringitis* atau iritasi tenggorokan, *myalgia* atau asam urat, hipertensi, hiperkolesterol, dan diabetes mellitus juga menjadi tren penyakit yang diderita oleh pegawai-pegawai BNN yang menjadi pasien klinik pratama BNN di tahun 2016 dan 2017. Selain itu, pada tahun 2015, terdapat kejadian kematian mendadak seorang pegawai BNN yang meninggal secara tiba-tiba saat sedang bekerja. Hasil pemeriksaan dokter menyatakan bahwa korban terkena serangan jantung. Beberapa pegawai juga diketahui pernah menjalani terapi pasca serangan *stroke* yang diderita ketika sedang bekerja.

Hasil observasi dan diskusi peneliti terhadap beberapa pegawai di satuan kerja yang berbeda menemukan gejala bahwa pekerja hanya menganggap Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) sebagai slogan dan bukan sesuatu yang penting untuk diterapkan. Situasi permasalahan yang juga peneliti temukan adalah sifat dari Surat Edaran yang dikeluarkan oleh Kepala BNN hanya bersifat imbauan. Oleh karena itu, tidak ada sanksi atau teguran apabila pegawai tidak melakukan anjuran Germas di lingkungan Badan Narkotika Nasional. Persepsi pegawai yang menganggap bahwa Germas hanya sebatas imbauan, kemungkinan mengindikasikan adanya perilaku tidak sehat.

Situasi permasalahan di Badan Narkotika Nasional, sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Elsabagh *et al.* (2016) tentang perilaku hidup sehat pada mahasiswa akhir di Tanta *University*. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa terdapat beberapa faktor yang memengaruhi perilaku gaya

hidup sehat. Faktor-faktor tersebut antara lain pola makan tinggi gula, kebiasaan mengudap karbohidrat diantara jadwal makan besar, sedikitnya aktivitas fisik yang dilakukan dan ketiadaan rutinitas berolahraga. Elsabagh menyimpulkan bahwa terjadi persepsi negatif tentang gaya hidup sehat yang menyebabkan tidak terjadinya perilaku hidup sehat di kalangan mahasiswa Universitas Tanta dengan indeks massa tubuh tinggi (obesitas dan kelebihan massa tubuh/*overweight*) (Elsabagh dan Soliman, 2016).

Schiffman dan Kanuk (2000:146) dalam Maulinda menjelaskan bahwa "*Perception is process by which an individual selects, organizes, and interprets stimuli into a meaningful and coherent picture of the world.*" Atau dengan kata lain, persepsi merupakan suatu proses yang membuat seseorang untuk memilih, mengorganisasikan, dan menginterpretasikan stimulus-stimulus yang diterima menjadi suatu gambaran yang berarti dan lengkap tentang dunianya (Siti Rohmah Maulinda, 2010). Kotler dan Armstrong (1996:156) juga dalam Mulinda mengemukakan bahwa dalam situasi yang sama, persepsi seseorang terhadap suatu objek dapat berbeda, hal ini dikarenakan adanya proses seleksi terhadap berbagai stimulus yang ada. Pada hakikatnya, persepsi akan berhubungan dengan perilaku seseorang dalam mengambil keputusan terhadap apa yang dikehendaki. Simamora menjelaskan bahwa komponen perilaku merefleksikan kecenderungan dan perilaku aktual terhadap suatu objek, di mana komponen ini menunjukkan kecenderungan melakukan suatu tindakan (Astuti, 2015).



**Gambar 1. Kerangka Konsep Penelitian**

Salah satu cara untuk mengetahui perilaku subjek adalah dengan menganalisis persepsi subjek terhadap objek. Pada penelitian ini persepsi dibagi menjadi dua (2) aspek yaitu pengetahuan dan afeksi. Pengetahuan (kognisi) meliputi pandangan, penafsiran, dan penilaian individu terhadap objek yang dipersepsi. Sedangkan afeksi meliputi perasaan individu dalam menghadapi objek persepsi. Penilaian individu terhadap suatu objek didasarkan pada keadaan emosional (Walgito, 2010).

Dikaitkan dengan penelitian, cara untuk mengetahui perilaku hidup sehat pegawai BNN di lingkungan kerja dilakukan dengan menganalisis persepsi pegawai terhadap anjuran hidup sehat sesuai Germas di lingkungan kerja. Berdasarkan situasi permasalahan di BNN seperti jumlah kunjungan pasien yang meningkat, terdapat pegawai yang mengidap penyakit seperti hipertensi dan diabetes mellitus, dan terjadi kasus *stroke* dan kematian mendadak menunjukkan bahwa penelitian

ini penting untuk dilakukan. Selain itu, dengan masih banyaknya frekuensi tingkat kesehatan yang rendah dari pegawai BNN serta adanya persepsi yang memandang program Germas masih sebatas slogan dan bukan peraturan mengikat, maka perlu dilakukan penelitian yang bersifat evaluasi terhadap program Germas melalui pemahaman persepsi pegawai. Selanjutnya, pemahaman tentang persepsi pegawai BNN tersebut akan menjadi masukan untuk perbaikan program Germas dimata pegawai. Pada akhirnya, penelitian ini dimaksudkan agar menjadi *evidence based* baik dalam evaluasi perilaku hidup sehat pegawai maupun dalam pembuatan kebijakan mengenai hidup sehat di lingkungan kerja Badan Narkotika Nasional kedepannya.

## METODE PENELITIAN

Penelitian dalam jurnal ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Terdapat dua variabel yang digunakan dalam penelitian. Variabel dependen adalah perilaku hidup sehat pegawai BNN, sedangkan variabel independen yaitu persepsi pegawai tentang Germas. Subjek penelitian adalah pegawai yang berkerja di Badan Narkotika Nasional Pusat (BNN Cawang dan Balai Besar Rehabilitasi Lido). Teknik pengambilan sampel menggunakan *clustersampling* dengan pembagian berdasarkan satuan kerja di BNN Pusat. Jumlah sampel menggunakan teori Ferdinand yang menyatakan bahwa analisis membutuhkan sampel paling sedikit 5 kali jumlah variabel indikator yang digunakan. Pada penelitian ini, sampel sebanyak 105 responden (Ferdinand, 2006).

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode angket (kuesioner). Penilaian kuesioner menggunakan skala likert, dimana rentang skor yang dipakai yaitu

satu sampai tujuh. Skor tujuh menandakan bahwa subjek berpendapat sangat setuju dengan pernyataan item. Skor satu menunjukkan bahwa subjek berpendapat sangat tidak setuju terhadap pernyataan kuesioner. Penilaian persepsi pegawai terdiri dari 16 item, dimana skor dari setiap pernyataan akan dijumlahkan sebagai nilai persepsi pegawai akan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas). Semakin tinggi skor yang didapatkan oleh subjek, maka semakin menunjukkan persepsi yang tinggi tentang Germas. Sebaliknya, jika skor yang diperoleh subjek rendah, maka menunjukkan bahwa persepsi subjek terkait masyarakat hidup sehat juga rendah.

Analisa data penelitian menggunakan metode analisis faktor dan regresi berganda. Analisis faktor dalam penelitian ini digunakan untuk mengolah data persepsi pegawai akan Germas, sehingga didapatkan faktor-faktor persepsi yang berpengaruh terhadap perilaku hidup sehat. Data ordinal yang didapatkan dari variabel dependen yaitu perilaku hidup sehat harus diubah terlebih dahulu. Data tersebut diubah menjadi data interval menggunakan teknik MSI (*Method of Succesive Internal*). Untuk menganalisis hubungan antara persepsi pegawai BNN akan Germas terhadap perilaku hidup sehat menggunakan teknik regresi berganda. Pengolahan data menggunakan SPSS 23.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini akan dipaparkan hasil analisis data terkait persepsi pegawai BNN dan juga pengaruh persepsi terhadap perilaku hidup sehat pegawai BNN. Sebelum dilakukan analisis data, peneliti melakukan uji validitas dan reliabilitas terhadap kuesioner. Hasil uji tersebut terlihat pada Tabel 1 dan Tabel 2.

**Tabel 1. Uji Reliabilitas**

Cronbach's Alpha	N of items
,941	16

Sumber : Data diolah, 2019

Nilai uji Cronbach's Alpha yang diinginkan adalah  $> 0,7$ . Terlihat pada Tabel 1 nilai yang didapatkan adalah 0,941 sehingga kuesiner memenuhi syarat reliabilitas. Sedangkan uji validitas yang diinginkan adalah  $> 0,3$ .

Pada Tabel 2, kolom *Corrected Item-Total Correlation* didapatkan nilai setiap item pernyataan lebih dari 0,3. Hasil tersebut menunjukkan bahwa

tiap item pernyataan kuesioner adalah valid, sehingga analisis data dapat dilanjutkan.

Untuk menguji variabel independen, peneliti menggunakan metode analisis faktor. Analisis faktor adalah analisis yang bertujuan untuk mencari faktor atau komponen utama yang paling mempengaruhi variabel dependen. Peneliti akan melakukan uji asumsi analisis faktor satu per satu terlebih dahulu

**Tabel 2. Uji Validitas**

	<i>Scale Mean if Item Deleted</i>	<i>Scale of Variance if Item Deleted</i>	<i>Corrected Item – Total Correlation</i>	<i>Cronbach's Alpha if Item Deleted</i>
Pertanyaan 1	87,76	202,645	,623	,939
Pertanyaan 2	87,83	203,797	,585	,940
Pertanyaan 3	87,87	200,309	,809	,935
Pertanyaan 4	87,92	201,110	,847	,935
Pertanyaan 5	88,01	199,798	,856	,934
Pertanyaan 6	88,24	195,895	,887	,933
Pertanyaan 7	88,17	199,913	,826	,935
Pertanyaan 8	88,21	200,302	,812	,935
Pertanyaan 9	88,10	203,537	,725	,937
Pertanyaan 10	88,09	201,233	,797	,935
Pertanyaan 11	88,41	197,110	,750	,936
Pertanyaan 12	88,68	194,990	,707	,937
Pertanyaan 13	88,47	198,501	,739	,936
Pertanyaan 14	88,47	200,097	,751	,936
Pertanyaan 15	88,53	208,386	,495	,941
Pertanyaan 16	90,53	205,251	,303	,954

Sumber : Data diolah, 2019

sebelum uji analisis faktor dilakukan. Berdasarkan hasil kuesioner dan analisis data persepsi pegawai

BNN akan program GERMAS, didapatkan hasil sebagai berikut:

**Tabel 3. Hasil Deskriptif Penilaian Persepsi**

	Mean	Std. Deviation	Analysis N
Pertanyaan 1	6,46	1,308	105
Pertanyaan 2	6,39	1,319	105
Pertanyaan 3	6,35	1,135	105
Pertanyaan 4	6,30	1,055	105
Pertanyaan 5	6,21	1,098	105
Pertanyaan 6	5,98	1,217	105
Pertanyaan 7	6,05	1,130	105
Pertanyaan 8	6,01	1,131	105
Pertanyaan 9	6,11	1,103	105
Pertanyaan 10	6,13	1,110	105
Pertanyaan 11	5,81	1,359	105
Pertanyaan 12	5,54	1,532	105
Pertanyaan 13	5,75	1,314	105
Pertanyaan 14	5,75	1,223	105
Pertanyaan 15	5,69	1,235	105
Pertanyaan 16	3,69	2,077	105

Sumber : Data diolah, 2019

Terdapat 16 item pernyataan yang diajukan terhadap 105 responden, di mana rata-rata terendah terdapat pada pernyataan nomor enam belas (16) yaitu sebesar 3,69. Sedangkan nilai rata-rata tertinggi pada pernyataan nomor satu (1), sebesar 6,46. Nilai didapatkan dari skala likert dengan rentang skor satu sampai dengan tujuh.

Guna melakukan analisis faktor harus memperhatikan nilai KMO dan Bartlett's. Nilai

tersebut menunjukkan seberapa faktor-faktor variabel independen mampu menjelaskan terhadap variabel dependen. Nilai KMO yang diharapkan adalah lebih besar dari 0,5. Hasil analisis memperlihatkan nilai KMO sebesar 0.921 dimana  $> 0.5$ . Sementara itu, signifikansi yang dihasilkan yaitu sebesar 0.000 atau lebih kecil dari 0.05. Dengan hasil tersebut, maka variabel dan sampel penelitian memungkinkan untuk dilakukan analisis lebih lanjut.

**Tabel 4. Uji KMO dan Bartlett's**

Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy		,921
Bartlett's Test of Sphericity	Approx. Chi-Square	1561,439
	Df	120
	Sig.	,000

Sumber : Data diolah, 2019

Selanjutnya, untuk melihat adanya korelasi atau hubungan antarvariabel independen dapat dilihat pada tabel *Anti-Image Matrices*. Nilai yang diperhatikan yaitu MSA (*Measure of Sampling Adequacy*). Berdasarkan hasil MSA dalam penelitian ini maka seluruh variabel independen dapat dianalisis lebih lanjut. Hal ini dikarenakan nilai MSA tiap indikator lebih dari 0.5. Untuk melihat normalitas data tiap variabel, peneliti menggunakan uji Kolmogrov-Smirnov. Nilai uji normalitas yang dikehendaki yaitu  $< 0.05$ . Berdasarkan uji K-S, didapatkan bahwa nilai signifikansi seluruh item pernyataan adalah 0.00 atau  $< 0.05$  sehingga data dikatakan normal.

Variabel oleh faktor adalah seberapa besar faktor yang nantinya terbentuk mampu menjelaskan variabel. Hasilnya adalah, faktor mampu menjelaskan variabel pernyataan 1 sebesar 0,779 atau 77,90 persen, pernyataan 2 diterangkan sebesar 81,2 persen, pernyataan 3 diterangkan sebesar 74,5

persen, pernyataan 4 diterangkan sebesar 70,3 persen, pernyataan 5 diterangkan sebesar 80,4 persen, pernyataan 6 sebesar 84,8 persen, pernyataan 7 diterangkan sebesar 81,20 persen, pernyataan 8 diterangkan sebesar 75,2 persen, pernyataan 9 diterangkan sebesar 68,5 persen, pernyataan 10 diterangkan sebesar 74,7 persen, pernyataan 11 diterangkan sebesar 65,2 persen, pernyataan 12 sebesar 59,5 persen, pernyataan 13 diterangkan sebesar 68,5 persen, pernyataan 14 diterangkan sebesar 69,8 persen, pernyataan 15 diterangkan sebesar 61,3 persen, dan pernyataan 16 diterangkan sebesar 62,9 persen. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tiap pernyataan mampu menjelaskan sebesar lebih dari 50 persen. Oleh karena itu, faktor atau komponen yang terbentuk dapat ditentukan.

Untuk menentukan berapa komponen atau faktor yang mungkin terbentuk dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel *Total Variance Explained*:

**Tabel 5. Total Variance Explained**

Component	Initial Eigenvalues		
	Total	% of Variance	Cumulative %
1	9,595	59,967	59,967
2	1,055	6,594	66,561
3	1,001	6,256	72,817
4	,947	5,916	78,733
5	,734	4,589	83,322
6	,551	3,445	86,767
7	,490	3,065	89,832
8	,381	2,382	92,214
9	,281	1,759	93,972
10	,232	1,452	95,424
11	,188	1,172	96,597
12	,153	,956	97,553
13	,124	,773	98,326
14	,101	,633	98,959
15	,091	,571	99,530
16	,075	,470	100,000

Sumber : Data diolah, 2019

Terdapat *Component* berjumlah 16 yang merupakan jumlah item indikator variabel independen. Dengan demikian, karena nilai Eigen yang ditetapkan adalah lebih dari 1, maka terdapat 3 (tiga) faktor yang terbentuk dalam penelitian ini. Variabel penelitian ini dapat dijelaskan oleh faktor 1 adalah  $9,595/16 \times 100\% = 59,967$  persen. faktor 2 dapat menjelaskan sebesar  $1,055/16 \times 100\% = 6,594$

persen. Sedangkan faktor 3 sebesar  $1,001/16 \times 100\% = 6,256$  persen. Artinya, persepsi pegawai akan Germas dapat menjelaskan variabel independent sebesar  $59,967\% + 6,594\% + 6,256\% = 72,817$  persen terhadap variabel dependen.

Selanjutnya, untuk menentukan item pernyataan masuk kedalam suatu faktor dapat dilihat dalam tabel *rotated component matrices*. Penentuan tersebut

untuk menentukan masing-masing indikator akan masuk ke dalam faktor 1, 2 atau 3. Penentuan input item indikator ke faktor tertentu tergantung pada besarnya korelasi antara variabel dengan faktor. Berdasarkan cara tersebut, didapatkan pengelompokan faktor dan variabel anggotanya sebagai berikut: Faktor (1) terdiri dari pernyataan 3; 4; 5; 6; 7; 8; 9; 10; 11; 12; 13 dan 14. Faktor (2) terdiri dari pernyataan 1 dan 2. Sedangkan faktor (3) terdiri dari pernyataan 15 dan 16.

Faktor 1 berisikan variabel-variabel tentang pola asupan, cek kesehatan rutin, serta kebiasaan berjalan kaki. Faktor 2 berisikan variabel-variabel tentang rokok. Faktor 3 berisikan variabel-variabel tentang kesamaptan (tes fisik milik kepolisian). Dengan

mempertimbangkan pengelompokan tersebut, maka faktor yang terbentuk dideskripsikan sebagai: Faktor 1: pola makan sehat, Faktor 2: antirokok, Faktor 3: kebugaran fisik

Untuk menguji variabel dependen, yaitu perilaku hidup sehat pegawai, data ordinal yang didapatkan perlu diubah terlebih dahulu menjadi data interval. Data tersebut dirubah menggunakan metode MSI (*Method of Succesive Interval*). Setelah didapatkan data interval dari variabel dependen, maka selanjutnya dilakukan analisis statistik variabel independent terhadap variabel dependen. Untuk menganalisa pengaruh persepsi pegawai terhadap perilaku hidup sehat, peneliti menggunakan analisis regresi berganda

**Tabel 6. Analisis Regresi Ganda: Variabel dependen-independen**

Model Summary <sup>b</sup>					
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	,645 <sup>a</sup>	,416	,399	,54256	1,864

a. Predictors: (Constant), kebugaran fisik, antirokok, pola makan sehat

b. Dependent Variable: perilaku hidup sehat

Sumber : Data diolah, 2019

Berdasarkan tabel diatas diperoleh nilai determinasi atau *R Square* sebesar 0,416 atau sebesar 41,6 persen. Nilai itu menunjukkan bahwa pengaruh persepsi pegawai akan Germas dapat menjelaskan sebesar 41,6 persen terhadap perilaku hidup sehat. Hal ini berarti, terdapat faktor lain yang mampu mempengaruhi perilaku hidup sehat sebesar

58,4 persen. Tahap selanjutnya yaitu dilakukan uji F. Tujuan uji ini yaitu untuk mengetahui pengaruh signifikan variabel independen (X) terhadap variabel dependen (Y). Signifikansi yang dimaksud yaitu hubungan atau korelasi yang terjadi dapat berlaku untuk populasi atau dapat digeneralisasikan. Uji F dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 7. Uji F**

ANOVA <sup>a</sup>					
Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	21,198	3	7,066	24,004	,000 <sup>b</sup>
Residual	29,731	101	,294		
Total	50,929	104			

a. Dependent Variable: perilaku hidup sehat

b. Predictors: (Constant), kebugaran fisik, antirokok, pola makan sehat

Sumber : Data diolah, 2019

Hipotesis pertama dalam penelitian ini adalah:

$H_0$ : Tidak ada pengaruh secara signifikan antara persepsi pegawai terhadap perilaku hidup sehat.

$H_a$ : Ada pengaruh secara signifikan antara persepsi pegawai terhadap perilaku hidup sehat.

Tingkat signifikansi yang digunakan dalam penelitian ini adalah  $\alpha = 5$  persen atau 0.05. Berdasarkan tabel diatas, nilai F hitung adalah sebesar 24,003. Dengan tingkat signifikansi 5 persen

maka didapatkan F tabel sebesar 3.554. Karena nilai  $F_{hitung} > F_{tabel}$  maka  $H_0$  ditolak. Terdapat pengaruh signifikan antara persepsi pegawai BNN akan Germas terhadap perilaku hidup sehat.

Uji t atau uji koefisien regresi secara parsial. Uji ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh signifikan variabel independen (X) terhadap variabel dependen (Y) secara parsial. Hipotesis kedua dalam penelitian ini adalah:

Tabel 8. Uji t

Model	Unstandardized Coefficients		Coefficients <sup>a</sup>		Collinearity Statistics		
	B	Std. Error	Beta	t	Sig.	Tolerance	VIF
1 (Constant)	3,277	,053		61,886	,000		
pola makan sehat	,307	,053	,439	5,772	,000	1,000	1,000
antirokok	,193	,053	,276	3,625	,000	1,000	1,000
kebugaran fisik	,269	,053	,384	5,056	,000	1,000	1,000

a. Dependent Variable: perilaku hidup sehat

Sumber : Data diolah, 2019

$H_0$ : Secara parsial tidak ada pengaruh signifikan antara persepsi pegawai dengan perilaku hidup sehat.

$H_a$ : Secara parsial ada pengaruh signifikan antara persepsi pegawai dengan perilaku hidup sehat

Berdasarkan tabel didapatkan nilai  $t_{x_1}$  sebesar 5,772;  $t_{x_2}$  sebesar 3,625;  $t_{x_3}$  sebesar 5,055. Dengan pengujian 2 sisi (signifikansi = 0,025) hasil diperoleh untuk t tabel sebesar 2,101. Karena nilai  $t_{x_1}$  5,772 > 2,101 maka  $H_0$  ditolak. Artinya adalah bahwa ada pengaruh signifikan antara persepsi pola makan pegawai terhadap perilaku hidup sehat secara parsial. Untuk nilai  $t_{x_2}$  3,625 > 2,101, maka secara parsial ada pengaruh signifikan antara persepsi anti rokok pegawai terhadap perilaku hidup sehatnya. Dan nilai  $t_{x_3}$  sebesar 5,055 > nilai  $t_{tabel}$  2,101. Sehingga secara parsial ada pengaruh signifikan antara persepsi kebugaran fisik pegawai terhadap perilaku hidup sehat.

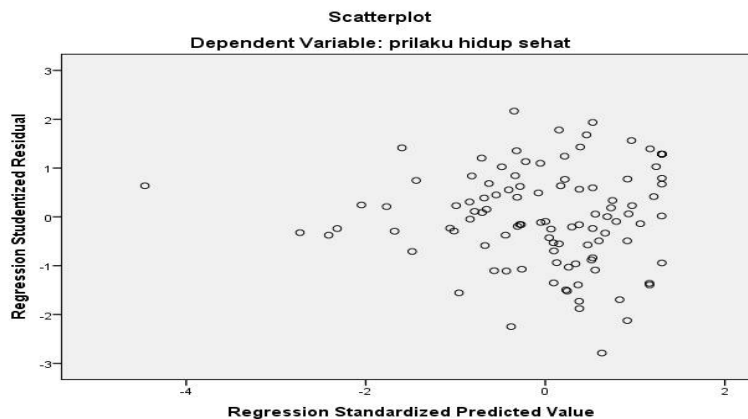
Persamaan regresi yang didapatkan dalam penelitian ini yaitu:

$$Y = 3.277 + 0.307X_1 + 0.193 X_2 + 0.269X_3$$

Setelah didapatkan hasil regresi tersebut, ada baiknya untuk dilakukan uji asumsi klasik. Uji multikolinearitas bertujuan untuk melihat adanya korelasi antar variabel. Hasil yang diharapkan adalah tidak terdapat korelasi antara satu variabel dengan

yang lain. Berdasarkan hasil analisis faktor sebelumnya, didapatkan tiga faktor variabel independen yaitu persepsi pola makan sehat, antirokok, dan kebugaran fisik. Pada tabel diatas terlihat nilai VIF dari ketiga faktor baik pola makan sehat, anti rokok dan kebugaran fisik sebesar 1.000. Nilai VIF yang diinginkan adalah lebih kecil dari 10. Dengan demikian tidak terdapat multikolinearitas dalam penelitian ini atau tidak terjadi korelasi yang sangat kuat antara setiap variabel independen.

Untuk tes autokorelasi dapat dilihat pada tabel *model summary* diatas. Pada tabel tersebut didapatkan nilai Durbin Watson (DW) sebesar 1,864. Penelitian ini jumlah responden berjumlah 105 dan terdapat 3 variabel, sehingga didapatkan nilai dU sebesar 1,7411. Karena nilai DW berada diantara nilai dU dan 4-dU, sehingga dapat disimpulkan tidak terjadi gejala autokorelasi. Uji heteroskedastisitas dilakukan untuk melihat apakah data bersifat homoskedastis atau tidak (heteroskedastis). Hasilnya dapat dilihat pada tabel dibawah, dimana data menyebar diatas titik Y dan X. Sebaran data tidak membentuk pola tertentu (menyebarkan), sehingga tidak terjadi gejala heteroskedastisitas (data homoskedastis atau konstan). Pada hasil uji Normal P-Plot, didapatkan data mengikuti garis diagonal dari titik 0 dan tidak melebar, sehingga dapat disimpulkan bahwa data penelitian ini terdistribusi normal.



Gambar 2. Uji Heteroskedastisitas



Persepsi pegawai akan Germas meliputi sisi kognisi (pengetahuan) dan afeksi (pemahaman) terhadap delapan aspek Germas, yaitu penciptaan kawasan bebas dari asap rokok, kewajiban melakukan olah raga secara teratur, perenggangan otot secara berkala selama bekerja, pembiasaan diri untuk memperbanyak berjalan kaki dan menggunakan angkutan umum daripada kendaraan pribadi, memperbanyak konsumsi buah dan sayuran sebagai kudapan, penyajian urutan makanan secara tepat, cek kesehatan mandiri secara rutin dan berkala, serta kesamaptaaan sebagai uji kebugaran dalam bekerja.

Dalam prosesnya, uji statistik melalui analisis faktor membagi kedelapan aspek Germas tersebut menjadi tiga faktor, yaitu pola makan sehat sebagai faktor 1 yang meliputi variabel-variabel mengenai pola asupan makan, cek kesehatan rutin, dan kebiasaan berjalan kaki; antirokok sebagai faktor 2 yang meliputi variabel-variabel tentang antirokok; serta kebugaran fisik sebagai faktor 3 yang meliputi variabel-variabel tentang kesamaptaaan (tes fisik yang biasa dilakukan oleh kepolisian).

Berdasarkan hasil analisis data didapatkan bahwa pengaruh variabel persepsi pegawai terhadap perilaku hidup sehat adalah sebesar 41,6 persen. Dengan kata lain, variabel independen yang digunakan dalam penelitian ini (persepsi pegawai akan Germas) mampu menjelaskan sebesar 41,6 persen variasi variabel dependen (perilaku hidup sehat). Diperoleh nilai  $F_{tabel}$  sebesar 3,554 dan nilai  $F_{hitung}$  sebesar 24,003 (signifikansi  $\alpha = 0.05$ ). Dalam hal ini, nilai  $F_{hitung} > F_{tabel}$ , sehingga uji statistik membuktikan bahwa ada pengaruh yang signifikan dari persepsi pegawai BNN akan Germas terhadap perilaku hidup sehat pegawai BNN di lingkungan kerja.

Nilai  $t$  hitung yang didapatkan dalam penelitian ini yaitu untuk faktor 1 sebesar 5,772; faktor 2 sebesar 3,625; dan faktor 3 sebesar 5,055. Didapatkan nilai  $t_{tabel}$  sebesar 2,101 ( $\alpha = 0.025$ ). Dari nilai tersebut, semua nilai  $t$  hitung untuk ketiga faktor yang diteliti lebih besar dari nilai  $t$  tabel. Dengan demikian, uji statistik membuktikan bahwa terdapat pengaruh positif yang signifikan dari setiap faktor persepsi pegawai BNN akan Germas terhadap perilaku hidup sehat pegawai BNN di lingkungan kerja. Persamaan regresi yang terbentuk adalah :

$$Y = 3.277 + 0.307X_1 + 0.193 X_2 + 0.269X_3$$

Persamaan tersebut berarti bahwa untuk setiap satu satuan variabel perilaku hidup sehat pegawai BNN di lingkungan kerja dipengaruhi oleh 0.307 satuan variabel persepsi pola asupan makan, 0.193 satuan variabel persepsi antirokok, 0.269 satuan variabel persepsi kebugaran fisik, dan 3.277 satuan variabel bebas (konstanta).

Penelitian menghasilkan tiga faktor persepsi pegawai BNN akan Germas yang mempengaruhi perilaku hidup sehat di lingkungan kerja, yaitu pola makan sehat, antirokok, dan kebugaran fisik. Hal ini sejalan dengan beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, di mana konsumsi sayur dan buah, perilaku merokok, serta olah raga mempengaruhi perilaku hidup sehat (Hargono, 2009; Munawaro dan Cahyo, 2016; Kurniantyo, 2015; Rina, 1999; Suhajana, 2012).

Berdasarkan persamaan regresi dalam penelitian ini, ditemukan bahwa setiap penambahan satu persepsi pola makan sehat menambahkan sebanyak 0.307 perilaku hidup sehat. Hal itu menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan faktor persepsi pola makan sehat pegawai BNN terhadap perilaku hidup sehat.

Penelitian oleh Rina tentang “Peningkatan Pola Hidup Sehat Melalui *Food Combining* di Ranah Komunikasi Kesehatan” menjelaskan perlunya pola makan dengan *food combining* untuk meningkatkan hidup sehat. Dalam penelitian tersebut, pola makan yang dimaksud mencakup konsumsi makanan segar dan alami seperti sayuran dan buah, menjaga keseimbangan asam-basa dalam tubuh, mengombinasikan asupan makanan sesuai dengan siklus metabolisme tubuh, serta menyesuaikan porsi takaran makanan. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian ini, di mana salah satu faktor persepsi yang berpengaruh terhadap perilaku hidup sehat adalah faktor pola makan sehat. Pola makan sehat dimaksud meliputi konsumsi buah dan sayur sebagai asupan kudapan menggantikan karbohidrat, serta urutan makan ideal yang didahului oleh konsumsi buah segar (Rina, 1999).

Pengaruh persepsi anti rokok pegawai BNN terhadap perilaku hidup sehat nampak dari persamaan yang didapatkan penelitian ini. Ditemukan bahwa setiap penambahan satu persepsi anti rokok menambahkan sebanyak 0.193 perilaku hidup sehat. Hal itu sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Hargono.

Dalam Hargono ditemukan adanya hubungan antara merokok dan perilaku hidup sehat, meskipun hubungan yang ada bersifat lemah. Hal ini berbeda

dengan hasil penelitian yang didapatkan, di mana terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi tentang merokok terhadap perilaku hidup sehat pegawai. Hasil yang berbeda kemungkinan disebabkan perbedaan latar belakang pendidikan responden dari dua penelitian. Dalam Sulistiarini, sebagian besar responden berlatar belakang pendidikan setingkat Sekolah Dasar dengan presentase 41,9 persen dari total 136 responden. Sementara itu, standar minimal latar belakang pendidikan responden dalam penelitian ini adalah setingkat Sekolah Menengah Atas (sesuai dengan standar minimal tingkat pendidikan pegawai BNN) (Hargono, 2009).

Dalam persamaan regresi yang didapatkan pada penelitian ini, ditemukan bahwa setiap penambahan satu persepsi kebugaran fisik menambahkan sebanyak 0.269 perilaku hidup sehat. Hal itu menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan faktor persepsi kebugaran fisik pegawai BNN terhadap perilaku hidup sehat.

Kurniantyo menjelaskan perihal adanya hubungan positif dan signifikan antara olah raga dan perilaku hidup sehat, di mana semakin tinggi keaktifan berolah raga maka semakin tinggi pula perilaku hidup sehat di kalangan mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga. Selain itu, terdapat pula perbedaan perilaku hidup sehat antara orang yang aktif berolah raga dan yang tidak. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang menemukan faktor persepsi kebugaran fisik berpengaruh signifikan terhadap perilaku hidup sehat pegawai di lingkungan kerja. Kebugaran fisik yang dimaksud, meliputi olah raga rutin dan kesamaptaaan (tes kebugaran fisik) (Kurniantyo, 2015).

## SIMPULAN

Penelitian ini menghasilkan temuan bahwa terdapat tiga faktor persepsi yang mempengaruhi perilaku hidup sehat pegawai di lingkungan kerja. Ketiga faktor tersebut meliputi pola makan sehat yang memberikan nilai sebesar 0.307, antirokok sebesar 0.193, dan kebugaran fisik sebesar 0.269. Hasil ini sejalan dengan hasil beberapa penelitian terdahulu bahwa faktor yang mempengaruhi perilaku hidup sehat adalah konsumsi sayur dan buah, perilaku merokok, serta olah raga.

Persepsi pegawai BNN akan Germas ternyata memberikan pengaruh sebesar 41,6 persen terhadap perilaku hidup sehat pegawai BNN di lingkungan

kerja. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa persepsi pegawai secara signifikan berpengaruh terhadap perilaku pegawai, meskipun bukan merupakan faktor pengaruh yang dominan. Uji statistik membuktikan bahwa masih ada faktor/ variabel lain yang dapat memengaruhi perilaku hidup sehat pegawai BNN di lingkungan kerja yang belum diungkapkan dalam penelitian ini dengan presentase sumbangan pengaruh sebesar 58,4 persen.

Perlu dilakukan penelitian lanjutan untuk mengetahui faktor selain persepsi pegawai Badan Narkotika Nasional (BNN) akan Germas yang mempengaruhi perilaku hidup sehat di lingkungan kerja. Selain itu, penelitian serupa agar dilakukan di seluruh satuan kerja BNN di seluruh Indonesia guna mengetahui seberapa jauh persepsi pegawai BNN terkait imbauan untuk hidup sehat di lingkungan kerja.

## REFERENSI

- Astuti, T. (2015). Pengaruh Persepsi Konsumen Pada Keputusan Pembelian. Universitas Muhamadiyah Surakarta, 2–3.
- BNN. (2017). *Edaran Kepala BNN Nomor SE/132/XII/SU/KP.04/2017/BNN tentang Gerakan Masyarakat Sehat di Lingkungan Badan Narkotika Nasional*.
- Ferdinand, A. (2006). Structural Equation Modelling dalam Penelitian Manajemen. *E Journal FK Univ Muhamadiyah, Malang, Semarang*: Retrieved from <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/sainmed/article/viewFile/1012/1125>
- Hala M Elsabagh, Fatma E Soliman, L. A. H. (2016). Perception And Practices Of Healthy Lifestyle In Late Adolescence And Its Impact On Body Mass. *National Journal of Community Medicine*, 7(4), 311–319.
- Hargono, R. (2009). Hubungan Perilaku Hidup Sehat Dengan Status Kesehatan Relationship Between Healthy Behavior And Health Status In, 12–22.
- Indonesia., K. K. R. (2016). *Germas Wujudkan Indonesia Sehat*. Retrieved from <http://www.depkes.go.id/article/view/16111500002/germas-wujudkan-indonesia-sehat.html>
- Indonesia., P. R. (2017). *Instruksi Presiden RI Nomor 1 Tahun 2017 tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat*. Retrieved from

- Nomor-1-Tahun-2017-tentang-Gerakan-Masyarakat-Hidup-Sehat\_674.pdf
- Indonesia, R. (2018). *Salinan Peraturan Menteri Perencanaan Pembangunan Nasional/ Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Nasional Republik Indonesia*.
- Kurniantyo, F. G. Y. (2015). Hubungan antara Fasilitas dan KBM Olah Raga dengan Perilaku Hidup Sehat Mahasiswa FKIP Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, 4, 5.
- Rina, N. (1999). Peningkatan Pola Hidup Sehat Melalui Food Combining Di Ranah Komunikasi Kesehatan Nofha Rina Fakultas Ilmu Komunikasi dan Bisnis Universitas Telkom Jl . Telekomunikasi No 01 , Terusan Buah Batu Bandung, Jawa Barat . Email/ : nofharina 80@gmail.com proposed, (01).
- Siti Munawaro, Kusyogo Cahyo, S. (2016). Identifikasi Faktor-Faktor Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Lchb) Penghuni Rumah Kos Graduate House. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 4, 389–395.
- Siti Rohmah Maulinda, R. A. S. (2010). Pengaruh Motivasi, Persepsi, Dan Sikap Konsumen Terhadap Keputusan Pembelian Produk Sirup Merek Value Plus. *JRMB*, 5(2), 101–120.
- Suharjana. (2012). Kebiasaan Berperilaku Hidup Sehat Dan Nilai-Nilai Pendidikan Karakter. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 2(2), 189–201.
- Walgito, B. (2010). *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: CV. Andi Offset.