

<b>Analisis Perilaku Keluarga Dengan Kejadian Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) Pada Balita Di Indonesia</b> <i>Laste Menanti<sup>1</sup>, R Azizah<sup>1</sup>, Mohd Talib Latif<sup>2</sup>, Acknes Leonita<sup>1</sup>, Arif Sumantri<sup>3</sup>, Siti N.A Jauharoh<sup>4</sup>, Muhammad Addin Rizaldi<sup>1</sup></i>	282-292
<b>Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Merokok Siswa SMAN 3 Kota Pagar Alam</b> <i>Dwi Putri Sulistya Ningsih<sup>1*</sup>, Dirhan<sup>1</sup>, Gemala Refoliza<sup>1</sup></i>	293-299
<b>Literature Review: Faktor-faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan Intervensi Berbasis Komunitas dalam Merubah Gaya Hidup</b> <i>Yesiti Permata<sup>1</sup>, Lina Handayani<sup>2</sup></i>	300-314
<b>Perluasan Theory Of Planned Behavior Dalam Menjelaskan Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Intensi Menerapkan Perilaku Hidup Sehat Pada Masa Covid-19</b> <i>Luthfia Nur Alyssa<sup>1</sup>, Ikhsan Fuady<sup>2</sup></i>	315-325
<b>Gangguan Kesehatan Masyarakat Yang Bermukim Di Sekitar Tempat Pembuangan Akhir (TPA) Sampah Piyungan</b> <i>Astry Axmalia<sup>1</sup>, Rendi Ariyanto Sinanto<sup>2</sup>, Widodo Hariyono<sup>3</sup>, Surahma Asti Mulasari<sup>4</sup></i>	326-336
<b>Penerapan Model Utaut 2 Untuk Mengetahui Minat Penggunaan Aplikasi Si-GEMBUL Pada Kader Posyandu di Puskesmas Halmahera Semarang</b> <i>Melania Nur S<sup>1</sup>, Ririn Nurmandhani<sup>1</sup>, Vilda Ana Veria Setyawati<sup>1</sup>, Eti Rimawati<sup>1</sup>, Agung Wardoyo<sup>2</sup>, Muhammad Iqbal<sup>1</sup></i>	337-347
<b>Analisis Keberadaan Mikrobiologi Air Minum Depot Air Minum</b> <i>Muhamad Iqbal<sup>1</sup>, Ade Kamaludin<sup>1</sup>, Hana Gumiyarna<sup>2</sup></i>	348-357
<b>Gambaran Sanitasi Lingkungan Perumahan Griya Gurit Permai Rogojampi, Kabupaten Banyuwangi</b> <i>Reza Nabilla Aulyana<sup>1</sup>, Septia Hilda Aisyaroh<sup>2</sup>, Khuliyah Candraning Diyanah<sup>3</sup></i>	358-369
<b>Literatur review: Analisis Customer Relationship Marketing Dan Strategi Pendukung Dalam Meningkatkan Loyalitas Pasien RS Serta Kaitannya Dengan Pandemi Covid-19</b> <i>Athiya Adibatul Wasi<sup>1</sup>, Diansanto Prayoga<sup>2</sup></i>	370-381
<b>Efektivitas Penggunaan Ganyong (Canna Edulis) Sebagai Makanan Alternatif Diet Bagi Penderita Diabetes</b> <i>Abdul Hamid<sup>1</sup>, Rafi'ah<sup>2</sup>, Iga Maliga<sup>3</sup></i>	382-389
<b>Promosi Keselamatan dan Kesehatan Kerja Di Industri Informal Kripik Singkong Tahun 2021</b> <i>Adini Anggun Risanti Putri, Friska Ayu</i>	390-397
<b>Literature Review: Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Sebagai Upaya Pencegahan Penularan Covid-19</b> <i>Raodah<sup>1</sup>, Lina Handayani<sup>2</sup></i>	398-408
<b>Literature Review: Bagaimana Kandungan Mikroplastik Pada Seafood?</b> <i>Rezka Rahmadhana<sup>1</sup>, Tri Joko<sup>2</sup>, Nikie Astorina<sup>2</sup></i>	409-420
<b>Access To Information And The Role Of Friends Related To Sexual Behavior At Risk Of Pregnancy In Deaf Adolescents</b> <i>Aprianti<sup>1</sup>, Kismi Mubarakah<sup>1</sup>, Fitri Dewy Puspita Anggraini<sup>1</sup>, Izzatul Fikrah<sup>1</sup></i>	421-430
<b>Keamanan Dan Kerahasiaan Dokumen Rekam Medis Bagian Filing Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang Tahun 2020</b> <i>Layla Nur Azizah<sup>1*</sup>, Sylvia Anjani<sup>1*</sup>, Zaenal Sugiyanto<sup>1</sup>, Faik Agiwahyunto<sup>1</sup>, Fitri Wulandari<sup>1</sup></i>	431-441
<b>Analisis Perilaku Keluarga Balita Dan Kondisi Lingkungan Fisik Rumah Terhadap Kejadian Pneumonia Pada Balita Di Indonesia: Literature Review Tahun 2012-2021</b> <i>Husein Umarush Shiddiq<sup>1</sup>, R.Azizah<sup>1*</sup>, Juliana Binti Jalaludin<sup>2</sup>, Lilis Sulistyorini<sup>1</sup>, Novi Dian Arfiani<sup>1</sup></i>	442-448
<b>Perspektif Ibu Dalam Memilih Kontrasepsi IUD: Scoping Review</b> <i>Intan Pramesti<sup>1</sup>, Machfudloh<sup>2</sup>, Is susiloningtyas<sup>3</sup></i>	449-465
<b>Kepatuhan Tenaga Medis Dalam Menggunakan APD Di Bangsal Covid: Studi Kasus Di RS X Semarang</b> <i>Ryna Mahdalena Ambarita<sup>1</sup>, Antono Suryoputro<sup>1</sup>, Yuliani Setyaningsih<sup>1</sup></i>	466-477
<b>Kajian Pengendalian Persediaan Obat Di Instalasi Farmasi Dinas Kesehatan Kabupaten "X" Jawa Tengah</b> <i>Siti Munisih<sup>1</sup>, Maria Caecilia N. Setiawati H<sup>2</sup>, F.X. Sulistiyanto W.S<sup>3*</sup></i>	478-485
<b>Analisis Faktor Risiko Kondisi Lingkungan Luar Rumah Dengan Kasus Malaria Pada Masyarakat Di Indonesia - Meta Analysis 2016-2021</b> <i>Ganish Eka Fadillah<sup>1</sup>, R. Azizah<sup>2*</sup></i>	486-498
<b>Analisis Pengaruh Kepercayaan Terhadap Loyalitas Pasien Melalui Nilai Pasien Di RS Islam Sultan Agung Pada Masa Pandemi Covid-19</b> <i>Yuzzi Afraniza<sup>1*</sup>, Zahroh Shaluhiyah<sup>2</sup>, Septo Pawelas Arso<sup>3</sup></i>	499-509
<b>Literatur Review: Efektivitas Pijat Akupresur Terhadap Kejadian Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I</b> <i>Rr. Catur Leny Wulandari<sup>1</sup>, Muliatul Jannah<sup>2</sup>, Amanda Risqiana<sup>3</sup></i>	510-517
<b>Gambaran Penerimaan Pasien Terhadap Penggunaan Aplikasi Pustaka Dengan Metode UTAUT 2 Di Puskesmas Terakreditasi Paripurna Kota Semarang</b> <i>Muhammad Iqbal<sup>1*</sup>, Haikal<sup>1</sup>, Bayu Yoni Setyo Nugroho<sup>1</sup>, Lutfiyah Rizqulloh<sup>2</sup>, Adelia Puspitasari<sup>1</sup></i>	518-527
<b>Gambaran Perbedaan Konsentrasi Ekstrak Etanol Daun Kunyit (Curcuma Longa L.) Terhadap Total Fenolik Secara Spektrofotometri Visibel</b> <i>Aloysius Barry Anggoro<sup>1*</sup>, Yuliana Purwaningsih<sup>2</sup>, F.X. Sulistiyanto W.S.<sup>3</sup>, Erwin Indriyanti<sup>4</sup></i>	528-535
<b>Analisis Tingkat Kepuasan Pengguna Aplikasi Dr. Oen Sobatku Menggunakan Metode End User Computing Satisfaction (EUCS) Di Rumah Sakit Dr. Oen Solo Baru</b> <i>Wihamara Elvando Swastara, Eti Rimawati, Haikal, Muhammad Iqbal<sup>1</sup></i>	247-255



---

Volume 21, Nomor 2, September 2022

**Ketua Redaksi**

Dr. Drs. Slamet Isworo, M.Kes

**Editorial**

Fitria Wulandari, SKM, M.Kes

**Layout**

Puput Nur Fajri, SKM

**Admin**

Lice Sabata, SKM

**IT**

Oki Setiono, M.Kom

**Reviewer**

Enny Rachmani, SKM, M.Kom, Ph.D

Dr. Ir. Trijoko, M.Si

Dr. dr. Zaenal Sugiyanto M.Kes

Eti Rimawati SKM, M.Kes

Prof. Drs. Achmad Binadja Apt, MS, Ph.D

Dr. Adian Khoironi ST, M.Si

Kismi Mubarokah, M.Kes

Prof. Dr. Yuanita Windusari, S.Si, M.Si

Dr. Laila Fitria, SKM, M.Kes

Prof. Dr. Dwi Susilaningih, M.Pharm

Prof. Dr. Hari Sutrisno, MSc

Dr. Poerna Sri Oetari, S.Si, M.Si.Ling

Vilda Ana Veria, S.Gz, M.Gizi

Suharyo, M.Kes

Dr. Eni Mahawati, M.Kes

Dr. Drs. Slamet Isworo, M.Kes

Dr. MG Catur Yuantari, SKM, M.Kes

**Alamat Redaksi**

Fakultas Kesehatan Universitas Dian Nuswantoro Jl. Nakula I No. 5-11 Semarang

Telp/Fax. (024) 3549948

Email : [visikes@fkes.dinus.ac.id](mailto:visikes@fkes.dinus.ac.id)

Website : [Http://publikasi.dinus.ac.id/index.php/visikes/ndex](http://publikasi.dinus.ac.id/index.php/visikes/ndex)

**Visikes** Diterbitkan Mulai Maret 2002

Oleh Fakultas Kesehatan Universitas Dian Nuswantoro

---

## Perluasan *Theory Of Planned Behavior* Dalam Menjelaskan Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Intensi Menerapkan Perilaku Hidup Sehat Pada Masa Covid-19

Luthfia Nur Alyssa<sup>1</sup>, Ikhsan Fuady<sup>2</sup>

Universitas Padjajaran<sup>1,2</sup>

Received : 23-12-2021

Accepted : 05-08-2022

Published : 30-09-2022

### ABSTRACT

*The COVID-19 that has hit the world makes healthy living behavior very important to do as a preventive measure. In implementing a healthy lifestyle, there are several factors that influence the intention to do so. The main purpose of this study was to determine the effect of using Instagram to seek health information, subjective norms, behavioral control, and attitudes towards students' intentions in implementing healthy living behaviors. The theory used is the expansion of the Theory of Planned Behavior. The population of this study is active college students aged 18-24 years, domiciled on the island of Java, and have or are currently using Instagram. The total sample used is 121 people. Data was collected through the distribution of online questionnaires. The results of the data were tested using descriptive statistical analysis and multiple linear regression. The results obtained show that the use of Instagram for health information and subjective norms partially has no effect on the intention of healthy living behavior. Another result is that partially attitude and behavioral control affect students' intentions to implement healthy lifestyle behaviors.*

*Keywords: COVID-19, Healthy Living Behavior, Instagram, TPB*

*\*Corresponding Author: luthfia20002@mail.unpad.ac.id*

### PENDAHULUAN

Situasi dunia sedang tidak biasa akibat wabah virus corona. Virus ini mulai diberitakan sejak tahun 2019 <sup>(1)</sup> dan sudah merambah ke beberapa negara di dunia, tidak terkecuali Indonesia. Virus ini telah menginfeksi banyak orang bahkan hingga menyebabkan ribuan kematian yang membuat WHO menyarankan untuk

melakukan pembatasan fisik (*social distancing*) serta karantina di wilayah infeksi<sup>(2)</sup>. Untuk menindaklanjuti pertumbuhan kasus COVID-19 yang tidak terkendali, pemerintah Indonesia memberlakukan protokol kesehatan yang diterapkan di tempat atau situasi tertentu, meliputi beberapa perilaku hidup sehat seperti penggunaan masker saat ke luar

rumah, pencucian tangan dengan sabun, serta penjarakan fisik (*physical distancing*)<sup>(3)</sup>. Pemberlakuan protokol kesehatan yang memuat beberapa perilaku hidup sehat ini diharapkan dapat menurunkan angka penularan kasus COVID-19 yang seiring berjalannya waktu menjadi semakin tinggi.

Dalam rangka meningkatkan perilaku hidup sehat, masyarakat membutuhkan akses terhadap informasi terkini dan dapat dipercaya mengenai pemicu, manifestasi, serta pencegahan penyakit<sup>(1)</sup>. Melalui informasi ini, seseorang bisa meraih pengetahuan yang akan membantu mereka dalam memahami berbagai aspek dari wabah virus corona yang nantinya akan mengantarkan kepada penerapan perilaku hidup sehat. Liu (2020) menyatakan bahwa keberadaan media digital semakin berperan penting sebagai sumber informasi kesehatan pada masa pandemi<sup>(4)</sup>.

Salah satu media digital yang populer dan banyak digunakan adalah media sosial. Media sosial yang populer dapat memberikan kontribusi dalam mengubah perilaku seseorang melalui informasi kesehatan<sup>(5)</sup>. Hal tersebut salah satunya berlaku kepada Instagram sebagai media sosial dengan basis gambar yang sangat populer di Indonesia dengan presentasi penggunaannya menurut Datareportal mencapai 86,6% per Januari 2021. Menurut Seltzer, Jean, Golinkoff, Asch, & Merchant (2015), media sosial dengan basis gambar layaknya Instagram dan Flickr seringkali dijadikan alat

pertukaran informasi terkait krisis kesehatan masyarakat<sup>(6)</sup>. Dalam hal penggunaan media sosial sebagai alat pencarian informasi kesehatan, Li & Liu (2020) membuktikan bahwa seberapa seringnya seseorang menggunakan media sosial berpengaruh positif terhadap perilaku preventif COVID-19 di China. Di sisi lain, Liu (2020) dalam penelitiannya membuktikan bahwa melakukan pencarian informasi terkait COVID-19 di media sosial tidak secara langsung berhubungan dengan perilaku pencegahan<sup>(4)</sup>.

*Theory of Planned Behaviour* menyebutkan keyakinan perilaku, norma subjektif, serta kontrol perilaku diperkirakan dapat memengaruhi niat perilaku<sup>(7)</sup>. Sikap mengacu kepada penilaian seseorang terhadap apakah perilaku yang akan dilakukan menguntungkan atau tidak menguntungkan. Norma subjektif merujuk kepada tekanan sosial yang didapatkan oleh seseorang untuk mengadopsi perilaku tertentu. Kontrol perilaku menrujuk kepada kemudahan atau kesukaran dalam menjalankan suatu perilaku yang menggambarkan pengalaman serta berbagai hambatan yang diantisipasi<sup>(7)</sup>. *Theory of Planned Behavior* telah digunakan dalam beberapa penelitian mengenai intesi atau niat dalam melakukan perilaku pencegahan<sup>(8,9)</sup>.

Penelitian mengenai faktor pengaruh intensi menerapkan perilaku hidup sehat yang dilakukan oleh mahasiswa sangat penting untuk dikaji. Hal ini tidak terlepas

dari betapa esensialnya perilaku hidup sehat untuk dilakukan pada masa COVID-19. Penelitian ini secara khusus memiliki tujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh penggunaan Instagram, norma subjektif, kontrol perilaku, serta sikap terhadap intensi mahasiswa di Pulau Jawa untuk menerapkan perilaku hidup sehat pada masa COVID-19.

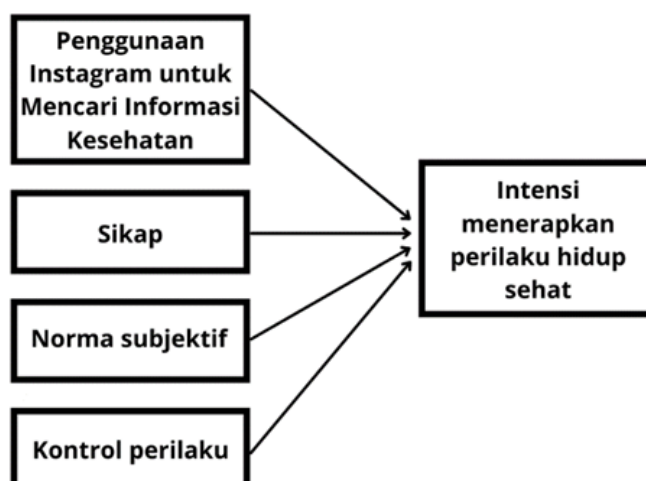
### METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode survei. Penelitian metode survei merupakan penelitian dengan sampel yang berasal dari populasi serta pengumpulan datanya dilakukan menggunakan kuesioner<sup>(10)</sup>. Penelitian ini memiliki empat variabel X dan satu variabel Y. Variabel X terdiri dari penggunaan Instagram untuk mencari informasi kesehatan, norma subjektif, sikap, dan kontrol perilaku.

Variabel Y terdiri dari intensi mahasiswa dalam menerapkan perilaku hidup sehat. Penelitian ini dilakukan dari bulan September hingga November tahun 2021. Populasi yang digunakan adalah mahasiswa/i aktif di perguruan tinggi yang berusia 18-24 tahun, berdomisili di pulau jawa, serta pernah atau sedang menggunakan Instagram. *Convenience sampling* digunakan sebagai teknik *sampling* dalam penelitian ini. Teknik ini memungkinkan peneliti untuk menyebarkan kuesioner kepada siapa saja yang termasuk ke dalam kriteria responden. Sampel dihitung menggunakan bantuan *software* GPower dan menghasilkan jumlah sampel minimal sebanyak 55 orang.

Rancangan model penelitian terlihat seperti berikut:

Gambar 1. Model Penelitian



Hipotesis yang dirumuskan dari rancangan model meliputi:

**H1: Penggunaan Instagram untuk mencari informasi kesehatan memengaruhi intensi mahasiswa untuk menerapkan perilaku hidup sehat.**

**H2: Sikap memengaruhi intensi mahasiswa untuk menerapkan perilaku hidup sehat.**

**H3: Norma subjektif memengaruhi intensi mahasiswa untuk menerapkan perilaku hidup sehat.**

**H4: Kontrol perilaku memengaruhi intensi mahasiswa untuk menerapkan perilaku hidup sehat.**

Penyebaran kuesioner dilakukan untuk mengumpulkan data. Kuesioner dirancang dengan mengadopsi item dari penelitian-penelitian sebelumnya. Penggunaan Instagram menggunakan dua item yang diadopsi dari <sup>(11,12)</sup> (Cronbach's  $\alpha = 0.618$ ). Sikap menggunakan empat item yang diadopsi dari <sup>(13)</sup> (Cronbach's  $\alpha = 0.842$ ). Norma subjektif menggunakan lima item yang diadopsi dari <sup>(13)</sup> (Cronbach's  $\alpha = 0.949$ ). Kontrol perilaku menggunakan tiga item yang diadopsi dari <sup>(9)</sup> (Cronbach's  $\alpha = 0.816$ ). Intensi menerapkan perilaku hidup sehat menggunakan tiga item yang diadopsi dari <sup>(14)</sup> (Cronbach's  $\alpha = 0.731$ ). Skala Likert 1-5 (1 = Sangat Tidak Setuju, 5 = Sangat Setuju) digunakan sebagai alat ukur item pada kuesioner. Item 1 dalam penggunaan Instagram menggunakan skala Likert 1-5 (1 = Tidak Pernah, 5 = Sangat Sering) sebagai alat ukur.

Uji validitas dan reliabilitas telah dilakukan untuk mengukur sejauh mana kuesioner valid dan konsisten untuk digunakan dalam penelitian. Hasil dari uji validitas menunjukkan setiap item memiliki nilai faktor  $> 0.5$  sehingga dapat dinyatakan valid. Hasil dari uji reliabilitas menunjukkan nilai Cronbach's  $\alpha$  berada  $> 0.6$  untuk semua variabel sehingga bisa dikatakan reliabel <sup>(15)</sup>.

Data yang telah didapatkan dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk menjelaskan atau menggambarkan data dan uji regresi linear berganda untuk mengidentifikasi apakah ada pengaruh penggunaan Instagram untuk mencari informasi kesehatan, sikap, norma subjektif, serta kontrol perilaku terhadap intensi menerapkan perilaku hidup sehat.

## **HASIL**

### **Karakteristik Responden**

Responden total pada penelitian ini berjumlah 121 orang. Dari 121 responden yang didapatkan, sebanyak 10 responden berusia 18 tahun (8.3%), 76 responden berusia 19 tahun (62.8%), 22 orang responden berusia 20 tahun (18.2%), 10 orang responden berusia 21 tahun (8.3%), 2 orang responden berusia 22 tahun (1.7%), dan 1 orang responden berusia 24 tahun (0.8%). Modus dari data demografi usia adalah 19 yang menggambarkan bahwa kebanyakan dari responden berusia 19 tahun. Selain itu, pada penelitian ini sebanyak 106 orang responden (87.6%) adalah perempuan dan 15 orang responden (12.4%) adalah laki-laki. Modus dari data demografi jenis kelamin adalah perempuan. Melalui data tersebut maka digambarkan kebanyakan dari responden adalah perempuan. Domisili responden tersebar di beberapa daerah di pulau Jawa. Persebarannya meliputi Jabodetabek dengan 93 orang (76.9%), Jawa Barat dengan 16 responden (13.2%), Jawa Tengah dengan 8 responden (6.6%), serta Jawa Timur dengan 4 responden (3.3%).

Modus dari data demografi domisili adalah Jabodetabek. Maka dari itu, dapat dinyatakan bahwa mayoritas responden berdomisili di Jabodetabek.

### **Analisis Statistik Deskriptif Tingkat Penggunaan Instagram, Norma Subjektif, Kontrol Perilaku, Sikap, dan Intensi Menerapkan Perilaku Hidup Sehat**

Tabel 1. Hasil Statistik Deskriptif

	N	Mean	SD
Penggunaan Instagram	121	3.43	0.89
Sikap	121	4.51	0.55
Norma Subjektif	121	4.57	0.53
Kontrol Perilaku	121	3.93	0.69
Intensi Perilaku Hidup Sehat	121	4.13	0.67

Tabel 1 menunjukkan rata-rata frekuensi penggunaan Instagram responden untuk mencari informasi kesehatan serta perasaan tetap terinformasi tentang COVID-19 berada pada level sedang ( $M = 3.43$ ,  $SD = 0.89$ ). Rata-rata responden memiliki sikap positif yang tergolong tinggi terkait pentingnya perilaku hidup sehat ( $M = 4.51$ ,  $SD = 0.55$ ). Tekanan dari orang terdekat yang menginginkan responden menerapkan perilaku hidup sehat juga berada di level tinggi ( $M = 4.57$ ,  $SD = 0.53$ ) Rata-rata responden juga memiliki kontrol perilaku terkait penerapan perilaku hidup sehat

yang cukup tinggi ( $M = 3.93$ ,  $SD = 0.69$ ). Intensi responden dalam menerapkan perilaku hidup sehat pada masa COVID-19, seperti mencuci tangan dengan sabun setelah kembali dari luar, menjaga jarak setidaknya 1m, serta menghindari tempat yang tidak memiliki ventilasi udara berada pada level yang tinggi ( $M = 4.13$ ,  $SD = 0.67$ ).

### **Hubungan Penggunaan Instagram, Norma Subjektif, Kontrol Perilaku, dan Sikap dengan Intensi Menerapkan Perilaku Hidup Sehat**

Tabel 2. Hasil Uji Korelasi Pearson

	Intensi Perilaku Hidup Sehat	Penggunaan Instagram	Sikap	Norma Subjektif	Kontrol Perilaku
Pearson Correlation	1.000				
Intensi Perilaku Hidup Sehat		.104			
Penggunaan Instagram			1.000		
Sikap				1.000	
Norma Subjektif					1.000
Kontrol Perilaku					

		Intensi Perilaku Hidup Sehat	Penggunaan Instagram	Sikap	Norma Subjektif	Kontrol Perilaku
Sig. (1-tailed)	Intensi Perilaku Hidup Sehat	.				
	Penggunaan Instagram	.129	.			
	Sikap	.000	.135	.		
	Norma Subjektif	.000	.089	.000	.	
	Kontrol Perilaku	.000	.337	.000	.000	.

Tabel 2 menunjukkan hasil uji korelasi Pearson yang menunjukkan kekuatan hubungan antar variabel yang dilakukan dengan bantuan *software* SPSS 23. Hubungan yang signifikan antara variabel satu dan variabel lainnya ditandai dari nilai  $p < 0.05$ . Hubungan yang tidak signifikan terlihat di antara penggunaan Instagram dan intensi perilaku hidup sehat yang ditandai dengan nilai  $p > 0.05$ . Sikap secara signifikan berhubungan dengan intensi perilaku hidup sehat yang ditandai dengan nilai  $p < 0.05$ . Norma subjektif menunjukkan hubungan yang signifikan dengan intensi perilaku hidup sehat ditandai dari nilai  $p < 0.05$ . Kontrol perilaku

terlihat memiliki hubungan yang signifikan dengan intensi perilaku hidup sehat dimana ditandai dengan nilai  $p < 0.05$ . Hasil ini menunjukkan 3 dari 4 variabel X memiliki hubungan yang signifikan dengan variabel Y yaitu intensi perilaku hidup sehat. Di sisi lain, salah satu variabel X tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan intensi perilaku hidup sehat sebagai variabel Y.

### **Pengaruh Penggunaan Instagram, Norma Subjektif, Kontrol Perilaku, dan Sikap terhadap Intensi Menerapkan Perilaku Hidup Sehat**

Tabel 3. Uji Regresi

	B	Standar Error	t	Sig.
1 Konstan	.303	.473	.641	.523 <sup>ts</sup>
Penggunaan Instagram	.029	.054	.543	.588 <sup>ts</sup>
Sikap	.593	.126	4.709	.000**
Norma Subjektif	.089	.124	.721	.472 <sup>ts</sup>
Kontrol Perilaku	.165	.077	2.137	.035*
R Square	.403			
F			19.587	0.000**

Keterangan:

\*\* = Signifikan pada alfa 1 %

\* = Signifikan pada alfa 5 %

ts = Tidak signifikan

Tabel 3 menggambarkan hasil uji regresi linear berganda yang dilakukan dengan bantuan *software* SPSS 23 untuk mengidentifikasi apakah ada pengaruh



antara beberapa variabel X terhadap variabel Y. Dari tabel terlihat penggunaan Instagram dan norma subjektif bernilai  $p > 0.05$  maka tidak ditemukan pengaruh signifikan secara parsial penggunaan Instagram dan norma subjektif terhadap intensi menerapkan perilaku hidup sehat. Maka dari itu, H1 dan H3 bisa dikatakan ditolak. Di sisi lain, sikap dan kontrol perilaku memiliki nilai  $p < 0.05$  sehingga sikap dan kontrol perilaku dibuktikan memiliki pengaruh parsial yang signifikan terhadap intensi menerapkan perilaku hidup sehat. Dari hasil tersebut bisa dikatakan H2 dan H4 diterima. Pada tabel di atas juga terdapat R square yang memiliki nilai 0.403. Nilai tersebut bermakna bahwa keempat variabel X, yaitu penggunaan Instagram, norma subjektif, kontrol perilaku, dan sikap dapat memengaruhi variabel dependen (Y), yaitu intensi menerapkan perilaku hidup sehat sebanyak 40.3%. Selain itu, pada tabel juga terdapat F dengan nilai signifikan kurang dari 0.05. Nilai tersebut membuktikan bahwa variabel independen (X) yaitu penggunaan Instagram, norma subjektif, kontrol perilaku, dan sikap mempunyai pengaruh simultan atau bersama-sama yang signifikan terhadap variabel dependen (Y), yaitu intensi menerapkan perilaku hidup sehat.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan uji yang telah dilakukan, dibuktikan tidak adanya pengaruh signifikan penggunaan Instagram untuk informasi kesehatan

terhadap intensi mahasiswa untuk menerapkan perilaku hidup sehat secara parsial. Hasil ini berbeda dengan penelitian sebelumnya dimana hasilnya membuktikan frekuensi penggunaan media sosial memiliki pengaruh positif terhadap perilaku pencegahan COVID-19 di China<sup>(16)</sup>. Salah satu faktor yang bisa menyebabkan penggunaan Instagram untuk mencari informasi kesehatan tidak memengaruhi intensi menerapkan perilaku hidup sehat adalah beragamnya sumber yang ada di media sosial Instagram. Beragamnya sumber mulai dari yang kredibel hingga yang tidak membuat penggunaannya seringkali tidak memiliki tingkat kepercayaan tinggi terhadap media baru ini. Terlebih seringkali pengguna media sosial tidak bisa membedakan mana berita yang kredibel dan yang tidak. Bukan hanya tidak memiliki pengaruh yang signifikan, penggunaan Instagram juga dibuktikan tidak berhubungan secara signifikan dengan intensi mahasiswa untuk menerapkan perilaku hidup sehat. Hal ini serupa dengan penelitian Liu (2020) dimana dibuktikan bahwa penggunaan media sosial tidak secara signifikan berhubungan dengan dengan perilaku pencegahan<sup>(4)</sup>.

Berdasarkan hasil uji pada penelitian ini, sikap dinyatakan memiliki pengaruh parsial yang signifikan terhadap intensi mahasiswa dalam menerapkan perilaku hidup sehat. Sikap dalam konteks ini mengacu kepada keyakinan seseorang akan pentingnya menerapkan perilaku

hidup sehat pada masa COVID-19. Melalui analisis statistik deskriptif, responden penelitian ini dapat dikatakan memiliki tingkatan sikap positif terhadap perilaku hidup sehat pada masa COVID-19 yang cenderung tinggi sehingga hal ini dapat memengaruhi niat mereka untuk menerapkan perilaku hidup sehat. Hasil ini serupa dengan *Theory of Planned Behavior* dimana disebutkan bahwa sikap berpengaruh terhadap niat atau intensi seseorang dalam berperilaku<sup>(7)</sup>. Beberapa penelitian juga menyebutkan bahwa sikap memengaruhi intensi menerapkan perilaku pencegahan penyakit serta perilaku pencegahan COVID-19 secara signifikan<sup>(8,9,14,17)</sup>. Selain memiliki pengaruh yang signifikan, sikap juga secara signifikan berhubungan dengan intensi mahasiswa untuk menerapkan perilaku hidup sehat.

Hasil dari uji regresi membuktikan tidak ada pengaruh parsial yang signifikan dimiliki oleh norma subjektif terhadap intensi mahasiswa untuk menerapkan perilaku hidup sehat. Norma subjektif dalam konteks penelitian ini merupakan tekanan sosial yang didapatkan oleh responden dari pihak-pihak terdekat mereka. Hasil ini bertentangan dengan *TPB* yang menyebutkan bahwa norma subjektif memengaruhi intensi seseorang dalam menerapkan suatu perilaku<sup>(7)</sup>. Namun, penelitian sebelumnya memiliki hasil serupa dimana dibuktikan bahwa norma subjektif tidak memengaruhi intensi melakukan aktivitas fisik pada masa COVID-19 secara signifikan<sup>(18)</sup>. Bukan

hanya di bidang kesehatan, penelitian di bidang lain terkait pengaruh TPB terhadap intensi juga menyebutkan tidak adanya pengaruh norma subjektif terhadap intensi *voting*<sup>(19)</sup>.

Tidak berpengaruhnya norma subjektif terhadap intensi menerapkan perilaku hidup sehat bisa disebabkan oleh usia responden yang masih tergolong ke dalam tahap usia remaja. Dalam hal ini, remaja biasanya memiliki tingkat eksplorasi yang cenderung tinggi hingga sulit untuk dibatasi kegiatannya<sup>(20)</sup>. Apabila dikaitkan dengan intensi menerapkan perilaku hidup sehat sebagai tindakan pencegahan pada masa COVID-19, jiwa eksplorasi serta rasa ingin tahu yang tinggi bisa mengalahkan kekuatan tekanan yang diberikan oleh pihak terdekat. Remaja cenderung menerapkan perilaku sesuai dengan apa yang diri mereka inginkan. Di sisi lain, hasil dari uji korelasi menunjukkan adanya hubungan antara norma subjektif dengan intensi mahasiswa untuk menerapkan perilaku hidup sehat. Dari hasil tersebut, dapat dilihat bahwa norma subjektif yang berhubungan secara signifikan dengan intensi menerapkan perilaku hidup sehat tidak memengaruhi menerapkan perilaku hidup sehat secara signifikan.

Kontrol perilaku pada penelitian ini dinyatakan secara parsial berpengaruh signifikan terhadap intensi mahasiswa untuk berperilaku hidup sehat. Hal ini sama dengan *Theory of Planned Behavior* yang menyebutkan kontrol perilaku dapat

memengaruhi intensi melakukan perilaku tertentu. Hasil dari penelitian terdahulu juga membuktikan adanya pengaruh kontrol perilaku terhadap intensi melakukan perilaku pencegahan COVID-19 secara signifikan (8,9). Melalui hasil uji korelasi, ditunjukkan juga hubungan signifikan yang terdapat antara kontrol perilaku dan intensi mahasiswa untuk menerapkan perilaku hidup sehat.

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Dari hasil yang sudah tertera disimpulkan penggunaan Instagram untuk mencari informasi kesehatan tidak memiliki pengaruh ataupun hubungan dengan intensi mahasiswa untuk menerapkan perilaku hidup sehat pada masa COVID-19. Hal ini bisa disebabkan oleh faktor lain selain frekuensi penggunaan, misalnya kredibilitas sumber. Sikap memiliki pengaruh dan hubungan yang signifikan dengan intensi mahasiswa untuk menerapkan perilaku hidup sehat. Norma subjektif tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap intensi mahasiswa untuk menerapkan perilaku hidup sehat pada masa COVID-19. Tidak adanya pengaruh ini bisa diakibatkan oleh karakter remaja yang memiliki tingkat eksplorasi diri tinggi. Di sisi lain, norma subjektif dibuktikan berhubungan secara signifikan dengan intensi mahasiswa untuk menjalankan perilaku hidup sehat. Kontrol perilaku dibuktikan secara signifikan berhubungan maupun berpengaruh terhadap intensi mahasiswa untuk menerapkan perilaku hidup sehat.

Saran peneliti untuk penelitian selanjutnya adalah dengan menggunakan objek selain mahasiswa yang termasuk ke dalam kategori remaja. Hal ini penting untuk dilakukan mengingat adanya perbedaan karakteristik pemikiran remaja dengan kelompok umur lainnya yang bisa menyebabkan adanya perbedaan hasil penelitian. Selain itu, penelitian selanjutnya juga bisa memperluas domisili mahasiswa yang tidak terbatas di Pulau Jawa. Hal ini dikarenakan adanya perbedaan gaya hidup di pulau Jawa yang terletak dekat ibukota dengan daerah lain yang jauh dari ibukota sehingga memungkinkan hasil penelitian juga akan berbeda dan lebih representatif. Peneliti selanjutnya juga bisa menambahkan indikator/item pada variabel penggunaan Instagram berupa sumber yang diakses oleh responden, tidak terbatas pada frekuensi saja. Hal ini mengingat beragamnya sumber yang terdapat di media sosial, terutama Instagram. Penambahan variabel kepercayaan terhadap sumber juga bisa dilakukan mengingat keberagaman sumber yang ada di media sosial bisa memengaruhi tingkat kepercayaan penggunaannya.

### **DAFTAR PUSTAKA**

1. Bala R, Srivastava A, Ningthoujam GD, Potsangbam T, Oinam A, Anal CL. An observational study in manipur state, india on preventive behavior influenced by social media during the covid-19 pandemic mediated by cyberchondria and information

- overload. *J Prev Med Public Heal.* 2021;54(1):22–30.
2. Saud M, Mashud M, Ida R. Usage of social media during the pandemic: Seeking support and awareness about COVID-19 through social media platforms. *J Public Aff.* 2020;20(4).
  3. Laksono AD, Ibad M, Herwant YT, Sarweni KP, Geno RAP, Nugraheni E, et al. Predictors of healthy lifestyle in the covid-19 pandemic period in east Java, Indonesia. *J Crit Rev.* 2020;7(18):1515–21.
  4. Liu PL. COVID-19 Information Seeking on Digital Media and Preventive Behaviors: The Mediation Role of Worry. *Cyberpsychology, Behav Soc Netw.* 2020;23(10):677–82.
  5. Santarossa S, Woodruff SJ. #LancetHealth: Using Twitter and Instagram as a tool in a campus wide health promotion initiative. *J Public health Res.* 2018;7(1):9–13.
  6. Seltzer EK, Jean NS, Kramer-Golinkoff E, Asch DA, Merchant RM. The content of social media's shared images about Ebola: A retrospective study. *Public Health [Internet].* 2015;129(9):1273–7. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.puhe.2015.07.025>
  7. Ajzen I. The theory of planned behaviour: Reactions and reflections. *Psychol Heal.* 2011;26(9):1113–27.
  8. Das AK, Abdul Kader Jilani MM, Uddin MS, Uddin MA, Ghosh AK. Fighting ahead: Adoption of social distancing in COVID-19 outbreak through the lens of theory of planned behavior. *J Hum Behav Soc Environ [Internet].* 2021;31(1–4):373–93. Available from: <https://doi.org/10.1080/10911359.2020.1833804>
  9. Prasetyo YT, Castillo AM, Salonga LJ, Sia JA, Seneta JA. Factors affecting perceived effectiveness of COVID-19 prevention measures among Filipinos during Enhanced Community Quarantine in Luzon, Philippines: Integrating Protection Motivation Theory and extended Theory of Planned Behavior. *Int J Infect Dis [Internet].* 2020;99:312–23. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.ijid.2020.07.074>
  10. Singarimbun M, Effendi S. *Penelitian Metode Survei.* Jakarta: LP3ES; 2015.
  11. Allington D, Duffy B, Wessely S, Dhavan N, Rubin J. Health-protective behaviour, social media usage and conspiracy belief during the COVID-19 public health emergency. *Psychol Med.* 2021;51(10):1763–9.
  12. Yang Q, Wu S. How Social Media Exposure to Health Information Influences Chinese People's Health Protective Behavior during Air Pollution: A Theory of Planned Behavior Perspective. *Health Commun [Internet].* 2021;36(3):324–33. Available from: <https://doi.org/10.1080/10410236.2019.1692486>

13. Mat Dawi N, Namazi H, Maresova P. Predictors of COVID-19 Preventive Behavior Adoption Intention in Malaysia. *Front Psychol.* 2021;12(May):1–12.
14. Park S, Oh S. Factors associated with preventive behaviors for COVID-19 among adolescents in South Korea. *J Pediatr Nurs [Internet].* 2021;(xxxx). Available from: <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2021.07.006>
15. Malhotra N. *Review of Marketing Research.* England: Emerald Group Publishing Limited; 2010.
16. Li X, Liu Q. Social media use, eHealth literacy, disease knowledge, and preventive behaviors in the COVID-19 pandemic: Cross-sectional study on chinese netizens. *J Med Internet Res.* 2020;22(10).
17. Adiyoso W, Wilopo. Social distancing intentions to reduce the spread of COVID-19: The extended theory of planned behavior. *BMC Public Health.* 2021;21(1):1–12.
18. Jang D, Kim I, Kwon S. Motivation and Intention Toward Physical Activity During the COVID-19 Pandemic: Perspectives From Integrated Model of Self-Determination and Planned Behavior Theories. *Front Psychol.* 2021;12(July):1–11.
19. Barbera F La, Ajzen I. Control interactions in the theory of planned behavior: Rethinking the role of subjective norm. *Eur J Psychol.* 2020;16(3):401–17.
20. Shidiq AF, Raharjo ST. Peran Pendidikan Karakter Di Masa Remaja Sebagai Pencegahan Kenakalan Remaja. *Pros Penelit dan Pengabdian Kpd Masy.* 2018;5(2):176.