

**PENGARUH KECEMASAN DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP PERILAKU KESEHATAN
PEGAWAI KESEHATAN KABUPATEN REJANG LEBONG****THE EFFECT OF ANXIETY AND SOCIAL SUPPORT FROM HEALTH PERSONNELS ON
HEALTH BEHAVIOR IN REJANG LEBONG REGENCY****Novra Isranda¹, Hasan Husin² Henni Febriawati³, Wulan Angraini⁴**^{1,2,3,4}Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Bengkulu

Correspondence Author: novrawnv21@gmail.com

ABSTRACT

Anxiety is a psychological condition of a person who is full of fear and worry about something that is not certain will happen. Social support is an interpersonal exchange characterized by emotional attention, instrumental assistance, provision of information, or other assistance. This study investigates the effect of anxiety and the effect of social support from health personnels on health behavior. Rejang Lebong Regency enters the next 5 years of retirement from 2020 - 2025. This study was a field research, with a quantitative approach managed with the help of SPSS 16.0 software. The questionnaire was distributed to health personnel employing purposive sampling consisting of 40 people covering 4 research locations, namely Curup General Hospital, Rejang Lebong Public Health Office, Perumnas Health Center, Curup Perumnas Health Center. Data analysis techniques, namely validity and reliability tests, were analyzed using classical assumption tests, correlation, and multiple linear regression. It was found that: 1) anxiety has an effect on health behaviors as evidenced by the P value (sig) .0000 < 0.05. 2) Social support, namely emotional support, appreciation, instrumental support and informative support have an effect on health behavior of health workers 3) anxiety and social support on health behavior simultaneously have an effect, as evidenced by P (sig) .0000 < 0.05. The test of determination obtained 100% shows that health behavior is driven by anxiety and emotional support, reward support, instrumental support and informative support for health behavior of health personnels.

Keywords: Anxiety, Social Support, Health Behavior**ABSTRAK**

Kecemasan adalah kondisi psikologis seseorang yang penuh dengan rasa takut dan khawatir, sesuatu hal yang belum pasti akan terjadi. Dukungan sosial adalah pertukaran interpersonal yang dicirikan oleh perhatian emosi, bantuan instrumental, penyediaan informasi, atau pertolongan lainnya. Penelitian ini mengetahui pengaruh dari kecemasan dan pengaruh dukungan sosial pegawai kesehatan terhadap perilaku kesehatan Kabupaten Rejang Lebong memasuki masa pensiun 5 tahun yang akan datang dari tahun 2020-2025. Penelitian ini merupakan penelitian lapangan, dengan pendekatan kuantitatif dikelola dengan bantuan *software* SPSS 16.0. Kuesioner disebar kepada pegawai kesehatan yang menggunakan *purposive sampling* terdiri dari 40 orang meliputi 4 lokasi penelitian yaitu RSUD Curup, DINKES Rejang Lebong, Puskesmas Perumnas dan Puskesmas Curup. teknik analisis data yakni uji validasi, dan reliabilitas, dianalisis dengan uji asumsi klasik, korelasi, regresi linier berganda. Didapatkan bahwa: 1)kecemasan berpengaruh terhadap perilaku kesehatan dibuktikan dengan nilai $P(\text{sig}).0.000 < 0.05$. 2)Dukungan sosial yaitu dukungan emosional, penghargaan, intrumental dan dukungan informatif berpengaruh terhadap perilaku kesehatan pegawai kesehatan 3)kecemasan dan dukungan sosial terhadap perilaku kesehatan secara bersamaan berpengaruh, dibuktikan dengan $P(\text{sig}).0.000 < 0.05$. Uji determinasi diperoleh 100% menunjukkan perilaku kesehatan didorong oleh kecemasan dan dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informatif terhadap perilaku kesehatan pegawai kesehatan.

Kata kunci: Kecemasan, Dukungan Sosial, Perilaku Kesehatan

PENDAHULUAN

Masa pensiun di sebuah instansi atau perusahaan biasanya terkait dengan usia karyawan yang telah memasuki masa lanjut usia. Berdasarkan pada pasal 239, pasal 240, pasal 354 dan pasal 355 Peraturan Pemerintah Nomor 11 Tahun 2017 tentang manajemen Pegawai Negeri Sipil (PNS), PNS yang menduduki jabatan fungsional ahli pertama, ahli muda, dan jabatan fungsional keterampilan batas usia pensiunnya 58 tahun, PNS yang menduduki jabatan fungsional ahli madya, batas usia pensiunnya 60 tahun, PNS yang menduduki jabatan fungsional ahli utama, batas usia pensiunnya 65 tahun.

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan peneliti di BKPSDM (Badan Kepegawaian Pengembangan Sumber Daya Manusia), di dapatkan jumlah pegawai yang akan memasuki pensiun di tahun 2020-2025 kabupaten Rejang Lebong ada 857 orang yang terdiri dari seluruh instansi pemerintahan di Rejang Lebong. Pegawai yang memasuki masa pensiun tersebut telah terdaftar di BKPSDM untuk masa pensiun 5 tahun kedepan terhitung sejak tahun 2020.

Diperoleh informasi pegawai kesehatan Kabupaten Rejang Lebong dengan jumlah pegawai yang memasuki masa pensiun lima tahun kedepan terhitung sejak tahun 2020 keseluruhan sebanyak 88 orang. Terdiri dari RSUD Curup, UPT Puskesmas dan Dinas Kesehatan (Laporan Data Pegawai Kesehatan Kabupaten Rejang Lebong Tahun, 2020).

Hasil penelitian diatas didapatkan kesiapan menghadapi pensiun terdapat hubungan dengan tingkat kecemasan. Dukungan sosial dapat mempengaruhi kecemasan menghadapi masa pensiun. Antisipasi menghadapi masa pensiun dari aspek pengendalian kecemasan perlu

dipersiapkan sedini mungkin. Pada kecemasan menghadapi masa pensiun, penerimaan diri pada kondisi pensiun dan dukungan sosial berpengaruh terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun. Hubungan antara penyesuaian diri dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada pegawai negeri sipil didapatkan hubungan negatif.

Wawancara dengan Kasubag Hukum, Kepegawaian dan Umum peneliti memperoleh keterangan bahwa ada sebagian pegawai mengeluhkan cemas tentang sesuatu yang belum pasti, cemas mengenai keuangan, masih banyak tanggungan keluarga, bekerja dalam tekanan, dan sulit dalam menyelesaikan tugas-tugas, juga sebagian pegawai mengkhawatirkan aktivitas-aktivitas yang akan mereka jalankan setelah pensiun nanti karena belum ada bayangan berwirusaha.

Ketika seorang pegawai sebuah instansi atau perusahaan akan memasuki masa pensiun tidak menutup kemungkinan pegawai tersebut mengalami kecemasan dan butuh dukungan sosial yang biasanya bisa berasal dari lingkungan sekitarnya baik dari keluarga terdekat, saudara, tetangga dan sebagainya (Pegawai BKD menangani bagian pensiun).

Wawancara juga dilakukan dengan seorang pegawai yang menangani pensiunan menjelaskan bahwa pegawai yang menjelang masa pensiun 5 tahun kedepan perlu mendapatkan dukungan sosial, terutama lingkungan terdekat seperti pasangan dan anak. Diperlukan interaksi rutin agar memiliki bekal setelah masa pensiun datang. Kecemasan juga bakal timbul karena akan mengalami fase yang berbeda dan perlu beadaptasi dengan hal-hal baru.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh kecemasan dan dukungan sosial

terhadap perilaku kesehatan pegawai kesehatan di kabupaten Rejang Lebong.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian menggunakan metode pendekatan penelitian kuantitatif jenis korelasional. Penelitian dilaksanakan di bulan Juli 2020 yang berlokasi di 4 tempat yaitu Dinas Kesehatan Kabupaten Rejang Lebong, Rumah Sakit Daerah Umum Curup, Puskesmas Curup dan Puskesmas Perumnas. Penelitian ini peneliti ingin mengetahui pengaruh di antar variabel-variabel yang akan diteliti, yaitu variabel pengaruh kecemasan dan dukungan sosial terhadap perilaku kesehatan pada pegawai kesehatan yang memasuki masa pensiun di Kabupaten Rejang Lebong. Dikelolah dengan bantuan *software* SPSS 16.0. Kuesioner disebar kepada pegawai kesehatan yang menggunakan *purposive sampling* terdiri dari 40 orang meliputi 4 lokasi penelitian yaitu RSUD Curup, DINKES

Rejang Lebong, Puskesmas Perumnas dan Puskesmas Curup. teknik analisis data yakni uji validasi, dan reliabilitas, dianalisis dengan uji asumsi klasik, korelasi, regresi linier berganda.

HASIL PENELITIAN

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan rumus analisis *Product Moment* yang perhitungannya dibantu dengan *software SPSS Versi 16.0*. Pengaruh yang diajukan dalam penelitian ini adalah kecemasan terhadap perilaku kesehatan, dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan informatif dan dukungan instrumental terhadap perilaku kesehatan. Pengaruh kecemasan dan dukungan sosial terhadap perilaku kesehatan secara simultan. Hasil uji yang dilakukan sebagai berikut:

Tabel 1. Variabel Kecemasan (X_1), Dukungan Emosional (X_2), Dukungan Penghargaan (X_3), Dukungan Instrumental (X_4) dan Dukungan Informatif (X_5) dengan Variabel Perilaku Kesehatan (Y)

Pengaruh Variabel	r_{hitung}	r_{tabel}	P(Sig)	Ket.
$X_1 - Y$	-0,653	0,257	0.000	Ha diterima
$X_2 - Y$	0,566	0,257	0.000	Ha diterima
$X_3 - Y$	0,391	0,257	0.013	Ha diterima
$X_4 - Y$	0,492	0,257	0.001	Ha diterima
$X_5 - Y$	0,402	0,257	0.010	Ha diterima

Hasil nilai signifikansi yang diperoleh dari tabel diatas dapat diketahui nilai $P(\text{sig})$ variabel (X_1) kecemasan ialah $0.000 < 0.05$ dan nilai $r_{hitung} -0,653 < r_{tabel} 0,257$. Maka disimpulkan terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel (X_1) kecemasan terhadap variabel (Y) perilaku kesehatan atau Ha diterima dan Ho ditolak.

Nilai signifikansi yang diperoleh dari tabel diatas dapat diketahui nilai $P(\text{sig})$ variabel (X_2) dukungan emosional ialah $0.000 < 0.05$ dan nilai $r_{hitung} 0,566 > r_{tabel} 0,257$. Disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara variabel (X_2) dukungan emosional terhadap variabel (Y) perilaku kesehatan atau Ha diterima dan Ho ditolak.

Berdasarkan nilai signifikansi yang diperoleh dari tabel diatas dapat diketahui nilai $P(\text{sig})$ variabel (X_3) dukungan penghargaan ialah $0.013 < 0.05$ dan nilai $r_{\text{hitung}} 0,391 > r_{\text{tabel}} 0,257$. Disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara variabel (X_3) dukungan emosional terhadap variabel (Y) perilaku kesehatan atau H_a diterima dan H_o ditolak.

Nilai signifikansi yang diperoleh dari tabel diatas dapat diketahui nilai $P(\text{sig})$ variabel (X_4) dukungan instrumental ialah $0.001 < 0.05$ dan nilai $r_{\text{hitung}} 0,492 > r_{\text{tabel}} 0,257$. Dapat disimpulkan ada pengaruh yang signifikan antara variabel (X_4) dukungan instrumental terhadap variabel (Y) perilaku kesehatan atau H_a diterima dan H_o ditolak.

Nilai signifikansi yang diperoleh dari tabel diatas dapat diketahui nilai $P(\text{sig})$ variabel (X_5) dukungan informatif ialah $0.010 < 0.05$ dan nilai $r_{\text{hitung}} 0,402 > r_{\text{tabel}} 0,257$. Disimpulkan ada pengaruh yang signifikan antara variabel (X_5) dukungan informatif terhadap variabel (Y) perilaku kesehatan atau H_a diterima dan H_o ditolak

Tabel 2. Variabel X Secara Simultan dengan Variabel (Y)

F-Hitung	Sig.	Simpulan
277.820	0.000	Bepengaruh simultan

Berdasarkan output data yang ditampilkan pada tabel 2 di atas maka dapat diketahui bahwa nilai sig. $0.000 < 0.05$ atau $f_{\text{hitung}} (277.820) > f_{\text{tabel}} (3.24)$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara variabel kecemasan dan variabel dukungan sosial secara simultan terhadap variabel (Y) perilaku kesehatan atau H_o ditolak dan H_a diterima.

PEMBAHASAN

Pengaruh Kecemasan Terhadap Perilaku Kesehatan Pegawai Kesehatan Memasuki Masa Pensiun

Nilai signifikansi yang diperoleh dari tabel diatas dapat diketahui nilai $P(\text{sig})$ variabel (X_1) kecemasan ialah $0.000 < 0.05$ dan nilai $r_{\text{hitung}} -0,653 < r_{\text{tabel}} 0,257$. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel (X_1) kecemasan terhadap variabel (Y) perilaku kesehatan atau H_a diterima dan H_o ditolak.

Didapatkan yaitu kecemasan memasuki masa pensiun mempengaruhi pegawai kesehatan terhadap perilaku kesehatan. Dari hasil kuisioner yang diberikan langsung kepada pegawai kesehatan, banyak yang mengemukakan bahwa mereka siap menghadapi pensiun karena sudah tidak memiliki tanggungan dan siap menikmati hari tua. Kecuali, pegawai yang masih memiliki tanggungan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Nurvaeni I A (2015) menyatakan bahwa kesiapan dengan tingkat kecemasan guru menghadapi pensiun. Hal ini berarti semakin tinggi kesiapan pegawai kesehatan dalam menghadapi pensiun maka kecemasan yang dimiliki pegawai kesehatan semakin rendah, yang artinya ada pengaruh kecemasan pegawai kesehatan dengan perilaku kesehatan memasuki masa pensiun.

Didukung oleh penelitian Astuti Sukoariyah S P (2018)antisipasi menghadapi masa pensiun ditinjau dari aspek pengendalian kecemasan, hasil penelitian didapatkan bahwa pegawai mempersiapkan diri sendiri mungkin dan sebaik mungkin menghadapi pensiun guna meminimalisir kecemasan yang akan dihadapi.

Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Perilaku Kesehatan Pegawai Kesehatan Memasuki Masa Pensiun

Nilai signifikansi yang diperoleh dari tabel, bahwa nilai $P(\text{sig})$ variabel (X_2) dukungan emosional ialah $0.000 < 0.05$ dan nilai $r_{\text{hitung}} 0,566 > r_{\text{tabel}} 0,257$. Maka disimpulkan ada pengaruh yang signifikan antara variabel (X_2) dukungan emosional terhadap variabel (Y) perilaku kesehatan atau H_a diterima dan H_0 ditolak.

Variabel X_3 terhadap variabel Y . Berdasarkan nilai signifikansi yang diperoleh dari tabel diatas dapat diketahui bahwa nilai $P(\text{sig})$ variabel (X_3) dukungan penghargaan ialah $0.013 < 0.05$ dan nilai $r_{\text{hitung}} 0,391 > r_{\text{tabel}} 0,257$. Maka disimpulkan ada pengaruh yang signifikan antara variabel (X_3) dukungan emosional terhadap variabel (Y) perilaku kesehatan atau H_a diterima dan H_0 ditolak.

Variabel X_4 terhadap variabel Y . Berdasarkan nilai signifikansi yang diperoleh dari tabel diatas dapat diketahui bahwa nilai $P(\text{sig})$ variabel (X_4) dukungan instrumental ialah $0.001 < 0.05$ dan nilai $r_{\text{hitung}} 0,492 > r_{\text{tabel}} 0,257$. Maka disimpulkan ada pengaruh yang signifikan antara variabel (X_4) dukungan instrumental terhadap variabel (Y) perilaku kesehatan atau H_a diterima dan H_0 ditolak.

Variabel X_5 terhadap variabel Y . Nilai signifikansi yang diperoleh dari tabel diatas dapat diketahui bahwa nilai $P(\text{sig})$ variabel (X_5) dukungan informatif ialah $0.010 < 0.05$ dan nilai $r_{\text{hitung}} 0,402 > r_{\text{tabel}} 0,257$. Maka disimpulkan ada pengaruh yang signifikan antara variabel (X_5) dukungan informatif terhadap variabel (Y) perilaku kesehatan atau H_a diterima dan H_0 ditolak. Penelitian ini sejalan penelitian Sekarsi, Sekarsari N K W D & Susilawati L K P A, (2015) menunjukkan bahwa PNS yang memasuki masa pensiun membutuhkan dukungan

keluarga, instansi dan rekan kerja. Didapatkan hasil bahwa dukungan sosial mempengaruhi perilaku kesehatan pegawai Rumah Sakit, Dinas Kesehatan, Puskesmas Perumnas Dan Puskesmas Curup. Dukungan sosial meliputi dukungan emosional, penghargaan, instrumental, informatif.

Memasuki masa pensiun seseorang diharapkan mampu mempersiapkan dirinya untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan dan sangat membutuhkan dukungan dari orang-orang di sekitarnya. Didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan Wulandari P D & D (2018) menunjukkan ategorisasi dukungan sosial berdasarkan mean teoretis, pada kategori tinggi jumlah subjek sebanyak 58 orang (66%), pada kategori sangat tinggi jumlah subjek sebanyak 30 subjek (34%). Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa mayoritas subjek memiliki taraf dukungan sosial yang tinggi.

Berdasarkan hasil *literature riview* Novendra I et al., (2021) menyatakan bahwa dukungan sosial dalam bentuk kepedulian yang diberikan kepada individu yang sedang menghadapi suatu permasalahan baik transisi dalam kehidupan maupun masalah lainnya. Bentuk dukungan yang diberikan dapat berupa kepedulian (emosional), penyemangat (penghargaan), keuangan (instrumen), saran (informasi) maupun komunitas (jaringan sosial).

Faktor pendukung kesiapan menghadapi pensiun adalah adanya persepsi positif yang terdiri dari persepsi positif terhadap tersedianya waktu luang serta tidak perlu khawatir karena selalu ada dukungan keluarga. Faktor pendukung lainnya berupa mencari dan memperoleh informasi positif mengenai masa pensiun di lingkungan kerja dan adanya dukungan dari keluarga (Pratiwi Dewa A D P & Lestari M D, 2019).

Dukungan Sosial Terhadap Perilaku Kesehatan Pegawai Kesehatan Memasuki Masa Pensiun

Di dapatkan sig. $0.000 < 0.05$ atau $f_{hitung} (277.820) > f_{tabel} (3.23)$ maka disimpulkan ada pengaruh antara kecemasan dan dukungan sosial secara simultan terhadap perilaku kesehatan.

Kecemasan seseorang dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Penerimaan diri merupakan salah satu faktor internal. Penerimaan diri merupakan salah satu faktor internal dan dukungan sosial merupakan salah satu faktor eksternal. Menunjukkan bahwa kecemasan dan dukungan secara simulatan dapat mempegaruhi perilaku kesehatan pegawai kesehatan memasuki masa pensiun 5 tahun kedepan dari tahun 2020-2025 (Wulandari P D & D, 2018).

Didukung oleh penelitian Palilu H I et al., (2015) gambaran perilaku hidup bersih dan sehat pada pegawai. Dijelaskan dalam unit c dalam aktivitas, manajemen risiko. Dibuktikan dalam penelitian ini perilaku kesehatan memasuki masa pensiun baik karena di dukung oleh pengaruh dukungan sosial baik dari kantor, keluarga, pasangan dan pegawai kesehatan faham akan resiko dikarenakan telah menguasai tentang kesehatan.

KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasilpenelitian maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh kecemasan, dukungan emosional, penghargaan, instrumental dan informatif dan dukungan sosial secara simultan terhadap perilaku kesehatan pegawai kesehatan memasuki masa pensiun. Diharapkan instansi kesehatan terkait untuk melakukan pendidikan konseling dan pelatihan untuk

mempersiapkan masa pensiun. Program ini idealnya dilakukan pada saat kenaikan

jabatan dikhususkan kepada pegawai yang akan pensiun 5 tahun menjelang pensiun. Dengan tujuan akhir dapat meningkatkan percaya diri pegawai.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti Sukoariyah S P. (2018). Antisipasi Menghadapi Masa Pensiun Ditinjau dari Aspek Pengendalian Kecemasan. *Jurnal Jendela Inovasi Daerah*, 1(1), 17–34.
<https://jurnal.magelangkota.go.id>
- Laporan Data Pegawai Kesehatan Kabupaten Rejang Lebong Tahun. (2020). *Laporan Data Pegawai Kesehatan Kabupaten Rejang Lebong*.
- Novendra I, Puspitasri R, & Winarni L M. (2021). Literature review: Dukungan Sosial Menghadapi Masa Pensiun. *Journal of Health Research Science*, 1(1), 42–52.
<https://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/download/54183/32128>
- Nurvaeni I A. (2015). Hubungan Antara Tingkat... (Ivanti Andrianan Nurvaeni) 1. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(4).
<http://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/fipbk/article/view/175>
- Palilu H I, Pandelaki A J, & Kandou G D. (2015). Gambaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Pegawai Di Kantor Dinas Kesehatan Kota Manado. *Jurnal Kedokteran Komunitas Dan Tropik*, 3(2), 99–107.
<https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/JKKT/article/view/7778>
- Peraturan Pemerintah Nomor 11. (2017). *Manajemen Pegawai Negeri Sipil (PNS)*.

- Pratiwi Dewa A D P, & Lestari M D. (2019). Gambaran Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri pada Perempuan Pegawai Negeri Sipil Pra Pensiun di Provinsi Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(2), 328–336. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/download/54183/32128>
- Sekarsari N K W D, & Susilawati L K P A. (2015). Bentuk - bentuk dukungan sosial pada Pegawai Negeri Sipil menjelang masa pensiun. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(2), 172–184. <https://doi.org/https://doi.org/10.24843/JPU.2015.v02.i02.p06>
- Wulandari P D, & D, L. M. (2018). Pengaruh Penerimaan Diri Pada Kondisi Pensiun dan Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Pada Pegawai Negeri Sipil Di Kabupaten Badung. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(2), 87–99. <https://garuda.ristekbrin.go.id/documents/detail/1586277>