



Hubungan Perilaku Sehat Dengan Sikap Penggunaan Suplemen Vitamin C Di Kota Denpasar

Ni Putu Mitha Asrini

Program Studi Farmasi Klinis, fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Bali Internasional, Bali, Indonesia

ABSTRAK **Latar Belakang:** Kesehatan merupakan hak bagi setiap orang, baik secara fisik, mental, spiritual maupun sosial ekonomi. Perilaku sehat dijadikan sebagai tolak ukur dalam pencapaian untuk meningkatkan cakupan kesehatan. Perilaku sehat merupakan salah satu peran penting dan sangat berpengaruh positif dalam terwujudnya status kesehatan masyarakat. Untuk menunjang perilaku sehat masyarakat, maka mengkonsumsi suplemen vitamin C sangat diperlukan untuk memperkuat kekebalan tubuh atau imunitas tubuh. Suplemen vitamin C digunakan sebagai pemeliharaan daya tahan tubuh dalam menunjang perilaku kesehatan untuk meningkatkan perilaku kesehatan. **Tujuan:** penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan perilaku sehat dengan sikap penggunaan suplemen vitamin C di Kota Denpasar. **Metode:** Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan rancangan penelitian *cross sectional*. Jumlah sampel yang diambil sebanyak 412 responden dengan cara *purposive sampling*. Pengukuran dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Rank Spearman*. **Hasil:** Berdasarkan hasil penelitian didapatkan 54,1% masyarakat Kota Denpasar memiliki perilaku sehat yang positif dengan sikap penggunaan suplemen vitamin C dengan kategori positif sebesar 51,9%. **Kesimpulan:** Terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku sehat dengan sikap penggunaan suplemen vitamin C di Kota Denpasar dengan correlation 0,582, yaitu arah hubungan positif.

Kata Kunci: Perilaku Sehat, Masyarakat, Sikap Penggunaan.

ABSTRACT **Background.** Health is a right for everyone, whether physically, mentally, spiritually or socioeconomically. Healthy behavior is used as a benchmark in achievement to improve health coverage. Healthy behavior is one of the important roles and positively influences realizing public health status. To support people's healthy behavior, taking vitamin C supplements is needed to strengthen immunity. Vitamin C supplements are used as maintenance of endurance in supporting health behaviors to improve health behaviors. **Purpose.** This study aims to find out the relationship of healthy behavior with the attitude of using vitamin C supplements in Denpasar City. **Method.** The research design used in this study is descriptive with a cross sectional research design. The number of samples taken was 412 respondents by purposive sampling. Measurements are carried out using questionnaires. The data analysis technique used in this study is Rank Spearman. **Result.** Based on the results of the study, 54.1% of people of Denpasar City have positive healthy behavior with the attitude of using vitamin C supplements with a positive category of 51.9%. **Conclusion.** There is a significant relationship between healthy behavior and attitudes towards the use of vitamin C supplements in Denpasar City, with a correlation of 0,582, which is a positive relationship.

Keywords: Healthy Behavior, Society, User Attitude.

*Correspondence mitha.asrini@gmail.com

Submitted July 19, 2022

Accepted May 13, 2023

Published February, 28, 2021

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan hak bagi setiap orang, baik secara fisik, mental, spiritual maupun sosial ekonomi. Dimana kesehatan menjadi bagian yang sangat dasar dari diakuinya derajat kemanusiaan dan tanpa kesehatan tersebut seseorang tidak akan mampu memperoleh hak-hak lainnya. Kesehatan merupakan pilar bagi pembangunan bangsa, dimana pembangunan di bidang kesehatan menjadi hal yang sangat penting untuk meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang demi mewujudkan derajat kesehatan setinggi-tingginya (Andhini W dkk., 2021). Perilaku sehat dijadikan sebagai tolak ukur dalam pencapaian untuk meningkatkan cakupan kesehatan (Wati dan Ridlo, 2020). Hal ini mengindikasikan adanya peningkatan pertumbuhan permintaan akan produk kesehatan, termasuk suplemen. Suplemen kesehatan merupakan produk yang digunakan bertujuan untuk melengkapi kebutuhan zat gizi makanan atau memperbaiki fungsi kesehatan, mempunyai nilai gizi dan atau efek fisiologis, mengandung satu atau lebih bahan berupa vitamin, mineral, asam amino atau bahan lain bukan tumbuhan yang dapat dikombinasi dengan tumbuhan (Badan Pengawas Obat dan Makanan, 2019). Di Indonesia, pertumbuhan konsumsi rumah tangga di bidang kesehatan mengalami peningkatan sebesar 5,28% (Kementrian Perindustrian RI, 2019).

Perilaku sehat merupakan salah satu peran penting dan sangat berpengaruh positif dalam terwujudnya status kesehatan masyarakat. Perilaku sehat merupakan perilaku yang berkaitan dengan upaya atau usaha seseorang agar dapat mempertahankan dan meningkatkan derajat kesehatannya (Sulistiari, 2018). Dalam perilaku sehat terdapat indikator yang mempengaruhi yaitu perilaku meningkatkan kesehatan dan perilaku menghindari diri dari kegiatan beresiko. Perilaku meningkatkan kesehatan terdiri dari perilaku yang berhubungan dengan aktivitas fisik seperti olahraga, istirahat yang cukup, dan perilaku

mengonsumsi makanan yang sehat, sedangkan perilaku menghindari diri dari kegiatan beresiko terdiri dari tidak merokok, tidak mengonsumsi alkohol dan tidak menggunakan narkoba (Monica, 2018). Dimana penggunaan suplemen vitamin C disini dikategorikan ke dalam indikator perilaku meningkatkan kesehatan, hal ini dikarenakan suplemen vitamin C digunakan sebagai terapi pemeliharaan dalam menunjang perilaku sehat di masyarakat (Antari dkk., 2021).

Vitamin C berperan sebagai antioksidan yang mampu menyumbangkan elektron, dengan dosis yang tepat efektif dalam menghambat radikal bebas. Vitamin C secara kimia mampu bereaksi dengan sebagian besar radikal bebas dan oksidan yang ada di dalam tubuh sehingga melindungi biomolekul penting yang rusak oleh oksidan hasil metabolisme tubuh, paparan racun dan polutan (Wibawa dkk., 2020). Vitamin C terakumulasi dalam sel fagosit, seperti neutrofil, dan dapat meningkatkan kemotaksis, fagositosis, generasi spesies oksigen reaktif, dan akhirnya membunuh mikroba (Makmun dan Rusli, 2020). Selain itu vitamin C memiliki beberapa fungsi diantaranya seperti pencegahan sariawan, proses pertumbuhan dan perkembangan pada perawatan tulang, gigi serta kolagen (Mutmaina Ayu Lestari dkk., 2021). Namun masyarakat umumnya cenderung mengabaikan pentingnya perilaku sehat dalam menjaga kesehatan. Berdasarkan Riskesdas Tahun 2013 persentase rumah tangga di Indonesia yang mempraktikkan perilaku hidup sehat baru mencapai 55% (Kementrian Kesehatan, 2014). Sedangkan perilaku sehat yang buruk pada masyarakat khususnya di Kota Denpasar ditandai dengan data sebanyak 40,6 % (Riskesdas 2018, 2019).

Perilaku kesehatan masyarakat diatas dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya seperti faktor pengetahuan, keyakinan, nilai-nilai, sikap, fasilitas dan sarana kesehatan, sumber daya, dan tokoh masyarakat, pelayanan petugas kesehatan, teman, serta keluarga. Sehingga dengan adanya sikap yang positif maka akan melahirkan perilaku

yang baik pula, dibuktikan dengan sebuah penelitian yang menyatakan bahwa sikap yang positif memiliki persentase 61% dengan kategori perilaku yang baik, sedangkan sikap yang negatif dengan persentase 47% dalam kategori perilaku kurang baik (Gunawan dkk., 2021). Dalam sebuah penelitian disebutkan juga bahwa

terdapat hubungan antara sikap dengan perilaku sehat dalam tatanan rumah tangga masyarakat, yang artinya sikap dapat mempengaruhi perilaku untuk melakukan hidup sehat (Yaslina, 2018).

Disebutkan juga dalam sebuah penelitian bahwa penggunaan suplemen yang paling banyak dikonsumsi yaitu vitamin C sebanyak 46,58% dibandingkan dengan suplemen kesehatan lainnya dimana untuk suplemen herbal persentase penggunaan yaitu 24,66%, multivitamin 17,81%, mineral 1,37%, asam amino 4,57% serta multivitamin dan mineral yaitu 5,02% (B. S. dkk., 2020). Selain itu berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di masyarakat didapatkan bahwa suplemen vitamin C merupakan suplemen yang paling banyak dikonsumsi dengan pencapaian angka yaitu 62,5% dibandingkan dengan suplemen kesehatan lainnya yaitu multivitamin dan mineral 12,5%, serta multivitamin 21,9%. Hal ini dikarenakan terjadi perubahan gaya hidup dan pola makan di masyarakat yang dapat disebabkan oleh peningkatan kemakmuran, kemajuan teknologi sehingga sebagian orang menganggap jumlah vitamin C yang mereka konsumsi dari makanan yang dikonsumsi tidaklah cukup untuk menjaga tubuh tetap sehat (B. S. dkk., 2020). Selain itu tingginya penggunaan vitamin C tersebut dikarenakan animo masyarakat terhadap vitamin C cukup tinggi (Rahmadhani dkk., 2017). Suplemen vitamin C memiliki banyak kontribusi terhadap sistem imun (imun innate dan adaptif) (Hasan dkk., 2021). Berdasarkan sebuah penelitian, disebutkan bahwa apotek Kota Denpasar mengalami peningkatan permintaan suplemen vitamin sebesar 75% dari total penjualan perhari, dimana sebelumnya penjualan vitamin hanya 10% dari total penjualan perharinya. Permintaan suplemen vitamin yang dibeli masyarakat

cukup beragam, salah satunya yaitu vitamin C (Suryaningsih dkk., 2021).

Kota Denpasar merupakan pusat pemerintahan dan perekonomian di Bali, sehingga sangat mudah untuk dijumpai apotek, untuk jumlah apotek yang berada di Kota Denpasar yaitu 258 (Dinkes, 2019). Sehingga dengan total apotek sedemikian, maka mempermudah masyarakat dalam membeli vitamin C. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti ingin mengetahui hubungan perilaku sehat dengan sikap penggunaan suplemen vitamin C di Kota Denpasar.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian *deskriptif*, terkait penelitian *deskriptif cross sectional*, mengatakan bahwa penelitian *deskriptif* yang bersifat *Cross Sectional* berupaya meneliti perkembangan kemampuan pada masing masing tahapan (potongan waktu). Penggunaan metode *deskriptif cross sectional* dalam penelitian ini, dikarenakan penelitian ini akan berupaya melihat hubungan serta menggambarkan perilaku sehat dengan sikap penggunaan suplemen vitamin C di Kota Denpasar. Teknik pengambilan sampel atau teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik Purposive Sampling. Purposive Sampling merupakan suatu metode pengambilan sampel yang dilakukan dengan memilih responden sesuai tujuan yang sudah dirumuskan pada kriteria inklusi dan eksklusi. Dilakukan dengan membagikan kuesioner kepada masyarakat dan hasil tersebut dimasukkan ke dalam aplikasi *Microsoft excel* lalu pengolahan data menggunakan SPSS.

HASIL

Penyajian data deskriptif penelitian bertujuan agar dapat dilihat profil dari data penelitian tersebut dan hubungan yang ada antar variabel yang digunakan dalam penelitian. Karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan terakhir dan pekerjaan yang dapat dilihat pada Tabel 1 berikut.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

No	Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Presentase (%)	
1.	Usia	18-25 Tahun	309	75,0%
		26-35 Tahun	42	10,2%
		36-45 Tahun	22	5,3%
		46-55 Tahun	28	6,8%
		56-65 Tahun	11	2,7%
2.	Jenis Kelamin	Perempuan	282	68,4%
		Laki-laki	130	31,6%
3.	Pendidikan Terakhir	SMA	253	61,4%
		Pendidikan Tinggi (Diploma, S1, S2, S3)	159	38,6%
4.	Pekerjaan	Bekerja	193	46,8%
		Tidak Bekerja	219	53,2%

Karakteristik responden pada Tabel 1 dari kategori usia terbanyak diketahui yaitu usia 18-25 tahun sebanyak 309 orang (75%). Kemudian jumlah responden berjenis kelamin perempuan lebih banyak dibandingkan dengan laki-laki yaitu sebanyak 282 responden (68,4%) dari total responden yaitu 412 orang.

Tingkat pendidikan terakhir didapatkan data bahwa responden terbanyak yang berpartisipasi adalah tingkat pendidikan SMA sebanyak 253 responden (61,4%). Berdasarkan kriteria pekerjaan, didapatkan data bahwa responden terbanyak yang berpartisipasi adalah yang tidak bekerja sebanyak 219 orang (53,2%).

Tabel 2 Kategori Perilaku Sehat

Kategori Median	Frekuensi	
	Jumlah	Persentase
Negatif (<58)	189	45,9%
Positif (≥58)	223	54,1%

Hasil penelitian pada tabel 5.2 menunjukkan bahwa responden yang memiliki Perilaku Sehat dengan kategori negatif sebanyak 189 orang, sedangkan kategori positif sebanyak 223 orang. Hal ini menunjukkan bahwa 54,1% masyarakat

memiliki Perilaku Sehat dengan kategori positif. Sikap penggunaan suplemen vitamin C pada penelitian ini terdiri dari dua kategori yaitu negatif dan positif. Berikut merupakan hasil dari kategori sikap penggunaan suplemen vitamin C responden.

Tabel 3. Kategori Sikap Penggunaan Suplemen Vitamin C

Kategori	Frekuensi	
	Jumlah	Persentase
Negatif (<89)	198	48,1%
Positif (≥89)	214	51,9%

Hasil penelitian pada Tabel 3 menunjukkan bahwa responden yang memiliki sikap penggunaan suplemen vitamin C dengan kategori negatif sebanyak 198 orang yaitu 48,1%, sedangkan kategori positif yaitu sebanyak 214 orang yaitu 51,9%. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas

responden memiliki sikap penggunaan suplemen vitamin C positif yaitu 214 dari 413 responden (51,9%). Pada penelitian ini analisis yang digunakan yaitu uji kolerasi rank spearman. Berikut merupakan hasil uji rank spearman.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Perilaku Sehat dengan Sikap Penggunaan Suplemen Vitamin C

Perilaku Sehat	Sikap Penggunaan Suplemen Vitamin C	
	p-value	RR
	0,0001	0,582

Pada Tabel 4 di atas menunjukkan bahwa hasil uji Rank Spearman memiliki nilai koefisien kolerasi sebesar 0,582 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku sehat dengan sikap penggunaan suplemen vitamin C dengan arah hubungan yang positif atau searah. Nilai koefisien kolerasi terletak antara 0,51-0,75 yang artinya perilaku sehat dengan sikap penggunaan suplemen vitamin C memiliki tingkat hubungan yang kuat.

PEMBAHASAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui hubungan perilaku sehat dengan sikap penggunaan suplemen vitamin C di Kota Denpasar. Responden pada penelitian ini adalah masyarakat Kota Denpasar yang sudah memenuhi kriteria inklusi. Penelitian berlangsung dalam waktu tiga bulan yaitu Februari-April 2021.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden termasuk dalam rentang usia 18-25 tahun yaitu sebanyak 309 orang (75%). Usia tersebut termasuk ke dalam kategori usia remaja akhir. Penggunaan suplemen vitamin C lebih tinggi pada usia remaja akhir hingga dewasa sehingga pada usia remaja ini memiliki rasa ingin tahu yang sangat tinggi dan sudah bisa mencari sumber informasi yang baik dari internet, teman maupun tenaga kesehatan terdekat mengenai suplemen vitamin C. Dimana semakin bertambahnya usia maka semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikir seseorang (Retnaningsih, 2016).

Hasil penelitian ini sebanyak 282 orang (68,4%) berjenis kelamin perempuan dan sejumlah 130 orang (31,6) berjenis kelamin laki-laki. Wanita cenderung melakukan pengobatan sendiri yang rasional dibandingkan dengan jenis kelamin laki-laki dan selain itu perempuan lebih sering melakukan pengobatan dibandingkan dengan laki-laki (Kristina, S.A., Prabandari, Y.S., Sudjaswadi, 2007). Selain itu perempuan cenderung lebih peduli terhadap kondisi lingkungan dan kesehatannya. Perempuan mempunyai kecenderungan berperilaku baik dibandingkan dengan laki-laki. Sehingga hal

tersebut menghasilkan perempuan yang lebih peduli terhadap kondisi lingkungan dan kesehatannya (Sari dkk., 2020). Selain itu menurut penelitian yang dilakukan oleh (Klemenc-Ketis dkk., 2009) dan (Cho dan Lee, 2013), wanita lebih sering mengkonsumsi vitamin C dibandingkan dengan laki-laki dikarenakan wanita lebih sering melakukan swamedikasi dengan cara membeli vitamin ke farmasis, mendapatkan vitamin dari teman, dan atau dari swalayan.

Karakteristik pendidikan terakhir pada penelitian ini didapatkan sebanyak 253 orang (61,4%) responden memiliki pendidikan terakhir yaitu SMA. Masyarakat dengan tingkat pendidikan tinggi cenderung memiliki perilaku kesehatan yang baik (Gaol, 2011). Selain itu adanya efek positif dari lamanya (tahun) pendidikan dengan kesehatan yang konsisten, dengan argumen bahwa lamanya tahun sekolah dapat mengembangkan kapasitas kehidupan yang efektif yang pada akhirnya akan mempengaruhi kesehatan (Pradono dan Sulistyowati, 2014). Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian sebelumnya, hal ini dikarenakan banyak orang dengan tingkat pendidikan yang rendah ternyata memiliki tingkat pola perilaku yang tinggi karena ada faktor pemahaman lainnya (Sriyono, 2015). Hal ini dikarenakan pada penelitian sebelumnya, distribusi responden berdasarkan pendidikan didominasi oleh SMP sebesar 40% yaitu 22 orang.

Responden terbanyak yang berpartisipasi dalam penelitian ini adalah tidak bekerja yaitu sebanyak 219 orang (53,2%). Hal ini sejalan dengan penelitian (Sari dkk., 2020) yang menyebutkan bahwa tidak adanya hubungan antara status pekerjaan dengan perilaku atau sikap, hal ini disebabkan antar responden yang bekerja ataupun tidak bekerja dengan perilaku jumlahnya tidak jauh berbeda. Status pekerjaan tidak berhubungan dengan perilaku dikarenakan responden tetap melakukan pencegahan walaupun mereka tidak bekerja. Hal ini dikaitkan juga dengan usia responden yang kebanyakan adalah pada kategori remaja.

Perilaku sehat masyarakat Kota Denpasar dengan kategori positif sebanyak 223 orang (54,1%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki perilaku sehat yang positif, yaitu 223 dari 412

responden (54,1%). Hasil perilaku sehat masyarakat yang baik juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Gunawan dkk., 2021) dimana perilaku sehat masyarakat yang baik dibuktikan oleh sikap yang positif sehingga dengan adanya sikap yang positif maka akan melahirkan perilaku yang baik pula. Penelitian lain juga menyebutkan bahwa dimana perilaku sehat masyarakat yang baik dipengaruhi oleh sikap, yang artinya sikap dapat mempengaruhi perilaku untuk melakukan hidup sehat (Yaslina, 2018)

Bedasarkan hasil penelitian terhadap perilaku sehat dilihat bahwa pernyataan yang paling banyak di jawab untuk pernyataan sangat setuju yaitu pada nomor 16 sebesar 74,8%, dan pernyataan sangat tidak setuju yaitu pada nomor 12 sebesar 32,3%. Hasil dari jawaban kuesioner yang telah dijawab oleh responden akan dibahas dibawah ini.

Terlalu sering begadang dapat berpengaruh terhadap aktivitas sehari-hari. Dari pernyataan tersebut hanya 0,2% yaitu 1 dari 412 responden menjawab sangat setuju, hasil ini menunjukkan bahwa responden kurang paham terhadap perilaku istirahat yang baik. Begadang merupakan keadaan seseorang berjaga tidak tidur sampai larut malam (Yogis dkk., 2017). Kuantitas tidur yang kurang dalam jangka waktu tertentu mengakibatkan kelelahan, psikomotor menurun, hipersensitif terhadap rangsangan nyeri, gangguan konsentrasi berfikir, gangguan memori dan emosi yang labil (Potter & Perry, 2011). Kualitas tidur yang buruk dapat mengubah hormon stres kortisol dan sistem saraf simpatik, sehingga dapat mengakibatkan terjadinya peningkatan tekanan darah (Martini dkk., 2018). Penelitian pendukung menyatakan bahwa begadang sudah menjadi suatu kebiasaan umum bagi masyarakat terutama di kalangan mahasiswa, yang dimana beberapa responden pun mengalami perbedaan dalam tubuh mereka ketika mereka begadang dan ketika mereka tidur dengan porsi cukup (Purnama, 2021). Penelitian pendukung lainnya menyatakan bahwa sebanyak 61,7% responden memiliki kualitas tidur yang buruk (Fenny dan Supriatmo, 2016).

Perokok pasif tidak menimbulkan gangguan kesehatan. Dari pernyataan tersebut sebanyak 32,3% yaitu 133 dari 412

responden menjawab sangat tidak setuju. Hal ini membuktikan bahwa responden belum cukup memiliki perilaku yang baik dalam menjaga kesehatannya. Perilaku merokok merupakan perilaku yang merugikan, tidak hanya bagi individu yang merokok tetapi juga bagi orang-orang disekitar perokok yang ikut terhirup asap rokok (Yuliarti, 2014). Perokok pasif adalah seseorang yang dipaksa untuk menghirup asap rokok. Paparan asap rokok baik yang diterima oleh perokok aktif maupun perokok pasif dapat menimbulkan berbagai macam gangguan kesehatan, salah satunya yaitu peningkatan tekanan darah atau yang lebih sering dikenal dengan istilah hipertensi. Paparan asap rokok yang diterima oleh perokok pasif selama 5 menit akan menyebabkan perubahan pada pembuluh arteri dan jantung, sehingga apabila seseorang semakin lama terpapar asap rokok maka akan memiliki dampak terhadap kesehatan yaitu terganggunya fungsi pembuluh darah arteri yang dapat menyebabkan penyakit kardiovaskuler, salah satunya yaitu hipertensi yang diawali oleh prehipertensi terlebih dahulu. Sehingga sangat memungkinkan apabila semakin lama seseorang terpapar asap rokok maka akan memiliki dampak terhadap kesehatan (Janah dan Martini, 2017). Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa masyarakat Desa Tigawasa Kabupaten Buleleng memiliki sikap yang kurang yaitu sebesar 48% sehingga perilaku yang dihasilkan terhadap bahaya rokok bagi perokok pasif juga kurang (Perdana & Wiryawan, 2020).

Mengonsumsi alkohol menimbulkan penyakit. Dari pernyataan tersebut sebanyak 0% responden menjawab sangat tidak setuju. Hal ini menunjukkan bahwa masyarakat memperhatikan kesehatannya. Penyalahgunaan alkohol merupakan masalah kesehatan yang utama dan menjadi masalah sosial di masyarakat. Penderita ketergantungan alkohol biasanya memiliki pola konsumsi yang lebih berat dan berakibat pada kerusakan organ yang semakin meluas. Hati dan saluran pencernaan merupakan organ utama yang menjadi target kerusakan oleh etanol serta neurologis dan kardiovaskular (Hiramine *et al.*, 2011). Mengonsumsi minuman beralkohol dikaitkan dengan peningkatan banyak

penyakit, termasuk sindrom metabolik dan penyakit kardiovaskular (Dwi, 2017). Penelitian pendukung menyatakan bahwa sebesar 97,8% masyarakat Desa Sapa Kecamatan Tenga memiliki pengetahuan yang baik terhadap dampak buruk dari minuman beralkohol pada kesehatan sehingga memiliki sikap dalam pencegahan penyalahgunaan minuman beralkohol (Issakh dkk., 2016).

Tidak mengkonsumsi obat-obatan terlarang. Dari pernyataan tersebut sebanyak 74,8% yaitu 308 dari 412 responden menjawab sangat setuju. Narkotika merupakan obat atau zat yang dapat menenangkan syaraf, mengakibatkan ketidaksadaran, atau pembiusan, kemudian menghilangkan rasa nyeri dan sakit, menimbulkan rasa mengantuk atau merangsang, dapat menimbulkan efek stupor, serta dapat menimbulkan adiksi atau kecanduan, sehingga ditetapkan oleh Menteri kesehatan sebagai Narkotika (Eleanora, 2011). Narkotika merupakan barang yang ilegal, namun akan menjadi legal jika narkotika digunakan dalam upaya pengobatan dan dengan dosis yang diperlukan serta dalam pengawasan dari dokter atau seseorang yang ahli dalam bidangnya (Andriyani, 2021). Penelitian pendukung menyatakan bahwa sebanyak 84,3% masyarakat memiliki pengetahuan yang baik terhadap narkotika, sehingga memiliki tindakan yang baik dalam pencegahan penyalahgunaan narkotika (Sahala dkk., 2021).

Pada penelitian ini didapatkan $p\text{-value} = 0,0001$, yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku sehat dengan sikap penggunaan suplemen vitamin C. Apabila perilaku sehat masyarakat baik, maka sikap terhadap penggunaan suplemen vitamin C juga semakin baik. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nilai Correlation Coefficient sebesar 0,582 yang masuk ke dalam sifat kolerasi positif dengan nilai koefisien kolerasi terletak antara 0,51-0,75. Hal ini berarti hubungan perilaku sehat dengan sikap penggunaan suplemen vitamin C di Kota Denpasar memiliki hubungan yang kuat. Dilihat dari angka koefisien kolerasi didapatkan nilai yang positif maka dapat dikatakan bahwa hubungan antar variabel searah.

Terdapat hubungan di antara keduanya namun diperoleh sikap penggunaan suplemen vitamin C yang kecil yaitu 51,9% dibandingkan dengan perilaku sehat yaitu 54,1%. Kemajuan teknologi dalam kehidupan modern berpengaruh pada pola perilaku. Perilaku sehat merupakan salah satu aspek dalam kehidupan. Pola perilaku yang lebih berorientasi pada aktivitas kelompok merupakan faktor yang mengarahkan pada perilaku yang berisiko bagi kesehatannya misalnya merokok, mengkonsumsi alkohol maupun obat yang disalahgunakan, pola makan yang tidak memenuhi nilai gizi, begadang, dan sebagainya. Selain itu sebagian masyarakat masih menganggap bahwa tidak ada salahnya membeli obat-obatan baik itu suplemen kesehatan secara bebas lalu menggunakannya secara swamedikasi tanpa memerlukan pertimbangan dokter atau tenaga kesehatan lainnya. Dosis yang digunakannya pun tidak tepat dan dapat menyebabkan praktik pengobatan sendiri yang tidak tepat juga, sehingga hal tersebut bisa mendukung penyebab rendahnya sikap penggunaan suplemen vitamin C di masyarakat (Kuswinarti dkk., 2020).

Hasil ini didukung oleh penelitian menyatakan bahwa sebagian besar responden memiliki sikap dan perilaku sedang sampai baik terhadap penggunaan obat sebagai pengobatan sendiri, dengan tingkat sikap yaitu 51,9% dan tingkat perilaku yaitu 46,4% (Kuswinarti dkk., 2020). Penelitian pendukung lainnya menyebutkan terdapat hubungan antara sikap dengan perilaku sehat dalam tatanan rumah tangga masyarakat, yang artinya sikap dapat mempengaruhi perilaku untuk melakukan hidup sehat (Yaslina, 2018).

SIMPULAN

Berdasarkan Hubungan Perilaku Sehat dengan Sikap Penggunaan Suplemen Vitamin C di Kota Denpasar, maka dapatkan simpulan sebagai berikut : Berdasarkan perilaku sehat masyarakat Kota Denpasar, 54,1% masyarakat memiliki perilaku sehat dalam kategori positif. Berdasarkan sikap penggunaan suplemen vitamin C masyarakat Kota Denpasar, 51,9% masyarakat memiliki

sikap penggunaan suplemen vitamin C dengan kategori positif. Adanya hubungan yang signifikan antara perilaku sehat dengan sikap penggunaan suplemen vitamin C di Kota Denpasar sebesar 58,2%.

SARAN

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai penambah informasi, sehingga kedepannya masyarakat dapat meningkatkan perilaku kesehatan sehingga sikap penggunaan suplemen vitamin C juga dapat meningkat. Perlu dilakukan penyampaian informasi mengenai suplemen vitamin C khususnya agar masyarakat lebih bijak dalam menggunakan suplemen vitamin C. Pemberian informasi dapat dilakukan melalui penyuluhan atau memberikan informasi langsung kepada pasien saat membeli suplemen vitamin C di pelayanan kesehatan. Diharapkan dapat melakukan penelitian di luar wilayah Kota Denpasar untuk memberikan gambaran dan hasil yang lebih baik, serta perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor lain yang dapat mempengaruhi sikap penggunaan suplemen vitamin C.

DAFTAR RUJUKAN

- Andriyani, S., 2021. *Penggunaan Narkotika Untuk Pengobatan (Studi Komparatif Antara Hukum Islam Dan Hukum Positif)*.
- Antari, N.P.U., Dewi, N.P.L.Y., Saputra, I.W.M., Prascitasari, N.A., Arkhanian, N.P.A.D., Aswindari, N.N.Z., dkk., 2021. Korelasi Antara Pemahaman Covid-19 Dan Penggunaan Suplemen, Mahasiswa Fakultas Farmasi Universitas Mahasaraswati Denpasar. *Jurnal Ilmiah Medicamento*, 7(1): 1–7.
- B. S., I.N., F. A, A., R., C., Ayu S., D., K, F., Fitria, F., dkk., 2020. Hubungan Usia Dengan Pengetahuan Dan Perilaku Penggunaan Suplemen Pada Mahasiswa Institut Teknologi Sepuluh Nopember. *Jurnal Farmasi Komunitas*, 7(1): 35-45
- Badan Pengawas Obat dan Makanan, 2019. Peraturan Badan pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2019 tentang Persyaratan Mutu

Suplemen Kesehatan.

- Cho, J.H. dan Lee, T.J., 2013. The factors contributing to expenditures on over-the-counter drugs in South Korea. *Value in Health Regional Issues*, 2(3): 147–151.
- Dinkes, 2019. *Profil Dinas Kesehatan Kota Denpasar Tahun 2019*.
- Dwi, S. (Universitas M.P., 2017. Efek Konsumsi Minuman Beralkohol Terhadap Kadar Trigliserida. *Surya Medika*.
- Eleanora, F.N., 2011. Kata Kunci: Narkoba, Penyalahgunaan, Pencegahan, Penanggulangan. *Jurnal Hukum*, 25(2): 439–452.
- Fenny, F. dan Supriatmo, S., 2016. Hubungan Kualitas dan Kuantitas Tidur dengan Prestasi Belajar pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran. *Jurnal Pendidikan Kedokteran Indonesia: The Indonesian Journal of Medical Education*, 5(2): 131-140.
- Gunawan, S., Sinsin, I., dan Zani, A.Y.P., 2021. Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku Pencegahan COVID-19 Pada Peserta Seminar Online STIKes Raflesia 7 April 2020. *Perilaku dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, 3(2): 47-52.
- Hasan, M., Levani, Y., Laitupa, A.A., dan Triastuti, N., 2021. Pemberian Terapi Vitamin C pada COVID-19. *Jurnal Pandu Husada*, 2(2): 74-80.
- Issakh, R.A., Ottay, R., dan Rombot, D. V., 2016. Gambaran Perilaku Remaja Terhadap Kebiasaan Mengonsumsi Minuman Beralkohol Di Desa Sapa Kecamatan Tenga Kabupaten Minahasa Selatan Tahun 2012. *Jurnal e-Biomedik*, 4(2): 5–10.
- Janah, M. dan Martini, S., 2017. Hubungan Antara Paparan Asap Rokok Dengan Kejadian Prehipertensi. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS.Dr. Soetomo*, 3(3): 131-140.
- Kementerian Kesehatan, 2014. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2013*, Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Klemenc-Ketis, Z., Hladnik, Z., dan Kersnik, J., 2009. Self-medication among healthcare and non-healthcare students

- at university of Ljubljana, Slovenia. *Medical Principles and Practice*, 19(1): 395–401.
- Kristina, S.A., Prabandari, Y.S., Sudjaswadi, R., 2007. 'Perilaku pengobatan sendiri yang rasional pada masyarakat' *Perilaku pengobatan sendiri yang rasional pada masyarakat*.
- Kuswinarti, K., Rohim, A.B.M., dan Aminah, S., 2020. Attitude and Behavior towards Self-medication using Non-steroidal Anti-inflammatory Drugs and Paracetamol among Housewives in Hegarmanah Village, Jatinangor. *Althea Medical Journal*, 7: 25–30.
- Makmun, A. dan Rusli, F.I.P., 2020. Pengaruh Vitamin C Terhadap Sistem Imun Tubuh Untuk Mencegah Dan Terapi Covid-19. *Molucca Medica*, 12(3): 60–64.
- Martini, S., Roshifanni, S., dan Marzela, F., 2018. Pola Tidur yang Buruk Meningkatkan Risiko Hipertensi. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 14(2): 297-305.
- Monica, D., 2018. Hubungan antara Dukungan Teman Sebaya dan Perilaku Sehat Pada Mahasiswa Universitas Islam Indonesia.
- Mutmaina Ayu Lestari, S., Rumi, A., dan Diana, K., 2021. Tingkat Pengetahuan antara Mahasiswa Kesehatan dan Non Kesehatan terhadap Penggunaan Vitamin C di Universitas Tadulako Sulawesi Tengah. *Jurnal Health Sains*, 2(2): 672–681.
- Perdana, I.M. dan Wiryawan, I.S., 2020. Korelasi Tingkat Pengetahuan dan Sikap Masyarakat Usia 17-30 Tahun Desa Tigawasa Kecamatan Banjar Kabupaten Buleleng Terhadap Perokok Pasif. *Jurnal Medika Udayana*, 9(2): 45–50.
- Pradono, J. dan Sulistyowati, N., 2014. Hubungan Antara Tingkat Pendidikan, Pengetahuan Tentang Kesehatan Lingkungan, Perilaku Hidup Sehat Dengan Status Kesehatan (Studi Korelasi Pada Penduduk Umur 10-24 Tahun di Jakarta Pusat). *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 17(2): 89–95.
- Purnama, M.D.W., 2021. Negative impact of staying up late for health. *Jurnal Studi Keperawatan*, 2(2): 1–3.
- Rahmadhani, R., Zaharan, N.L., Mohamed, Z., Moy, F.M., dan Jalaludin, M.Y., 2017. The associations between VDR BsmI polymorphisms and risk of vitamin D deficiency, obesity and insulin resistance in adolescents residing in a tropical country. *PLoS ONE*, 12(6): 1–14.
- Retnaningsih, R. (Universitas D.G., 2016. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Alat Pelindung Telinga Dengan Penggunaannya Pada Pekerja di PT.X. *Journal of Industrial Hygiene and Occupational Health*, 1(1): 67-73.
- Riskesdas 2018, 2019. *Laporan Provinsi Bali RISKESDAS 2018*.
- Sahala, I., Kolibu, F.K., dan Mandagi, C.K.F., 2021. Hubungan antara Pengetahuan dan Sikap dengan Tindakan Pencegahan Penyalahgunaan NARKOBA pada Remaja di Kelurahan Kolongan Mitung Kabupaten Sangihe. *Jurnal KESMAS*, 10(1): 185–193.
- Sari, A.R., Rahman, F., Wulandari, A., Pujianti, N., Laily, N., Anhar, V.Y., dkk., 2020. Perilaku Pencegahan Covid-19 Ditinjau dari Karakteristik Individu dan Sikap Masyarakat. *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 1(1): 32–37.
- Sriyono, 2015. Pengaruh Tingkat Pendidikan Dan Pemahaman. *jurnal Faktor Exacta*, 8(3): 231-241.
- Sulistiarini, S.-, 2018. Hubungan Perilaku Hidup Sehat Dengan Status Kesehatan Pada Masyarakat Kelurahan Ujung. *Jurnal PROMKES*, 6(1): 12-20.
- Suryaningsih, N.P.A., Reganata, G.P., Sutema, I.A.M.P., dan Putri, D.W.B., 2021. Rasionalitas Dalam Swamedikasi Vitamin C Pada Masa Pandemi Covid - 19 Di Kota Denpasar. *Bali Medika Jurnal*, 8(3): 180–190.
- Wati, P.D.C.A. dan Ridlo, I.A., 2020. Hygienic and Healthy Lifestyle in the Urban Village of Rangkah Surabaya. *Jurnal PROMKES*, 8(2): 47-53.
- Wibawa, J.C., Wati, L.H., 8(2): dan Arifin, M.Z., 2020. Mekanisme Vitamin C Menurunkan Stres Oksidatif Setelah Aktivitas Fisik. *JOSSAE: Journal of Sport Science and Education*, 5(2): 57-

65.
Yaslina, 2018. Hubungan Sikap dan Motivasi Dengan Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Keluarga 5(2): 65–72.
Yogis, N., Putra, P., Tania, M., dan Iklima, N., 2017. Perancangan Infografis Tentang Dampak Kebiasaan Begadang

Terhadap Pola Tidur Sehat Bagi Remaja. *Jurnal Sketsa*, 4(2): 53–60.
Yuliarti, rina (universitas riau), 2014. 'Hubungan Perilaku Merokok Dengan Prestasi Belajar Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau' *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952.