



www.esaunggul.ac.id

**PENDIDIKAN GIZI
PERTEMUAN IX
Program Studi Gizi
Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan**

Pengertian hEALTH

- Dikemukakan Pertama Kali Oleh Resenstock Tahun 1966, Disempurnakan Oleh Becker Dkk Tahun 1970
- Health/Sehat (WHO) → Suatu Kondisi Tubuh Yang Lengkap Secara Jasmani, Mental dan Sosial, dan Tidak Sekedar Terbebas Dari Suatu Penyakit dan Ketidakmampuan Atau Kecacatan
- Sehat (UU No.36 Thn 2009) → Keadaan Sehat, Baik Secara Fisik, Mental, Spiritual Maupun Sosial Yang Memungkinkan Setiap Orang Untuk Hidup Produktif Secara Sosial dan Ekonomi

BELIEF

- BELIEF/PERCAYA/KEYAKINAN
- BELIEF → KEYAKINAN TERHADAP SESUATU YANG MENIMBULKAN PERILAKU TERTENTU.

Misalnya Individu Percaya Bahwa Belajar Sebelum Ujian Akan Berpengaruh Terhadap Nilai Ujian

- Jenis Kepercayaan Tersebut Kadang Tanpa Didukung Teori Lain Yang Dapat Dijelaskan Secara Logika

MODEL

- Model → Seseorang Yang Bisa Dijadikan Panutan atau Contoh Dalam Perilaku, Cita-cita dan Tujuan Hidup Yang Akan Dicapai Individu
- Model Dapat Diumpamakan Pengalaman Pengobatan Dari Seseorang Yang Memiliki Riwayat Sakit Yang Sama dan **Memilih Serta Menjalani** Pengobatan Untuk Medapatkan Hasil Yang Positif

HEALTH BELIEF MODEL

- Suatu Konsep Yang Mengungkapkan Alasan Individu Untuk Mau Atau Tidak Mau Melakukan Perilaku Sehat
- Sebuah Konstruk Teoritis Mengenai Kepercayaan Individu Dalam Berperilaku Sehat
- Suatu Model Yang Digunakan Untuk **Menggambarkan Kepercayaan Individu Terhadap Perilaku Hidup Sehat**, Sehingga Individu **Akan Melakukan Perilaku Sehat**, Berupa Pencegahan Maupun Penggunaan Fasilitas Kesehatan

THE HEALTH BELIEF MODEL:

1. Keyakinan Masyarakat dapat Mempengaruhi Kesehatan Mereka Terkait dengan Tindakan atau Perilaku;
2. Kerangka Pemahaman Psikologi Individu Terkait Kesiapan dan Niat Untuk Mengatasi Perilaku Kesehatan

MODEL INI MENINGATKAN TENAGA KESEHATAN PROFESIONAL UNTUK MEMPERHATIKAN FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PERILAKU YANG PERLU DAN BISA DIMODIFIKASI ATAU DIRUBAH

THE HEALTH BELIEF MODEL IN PRACTICE

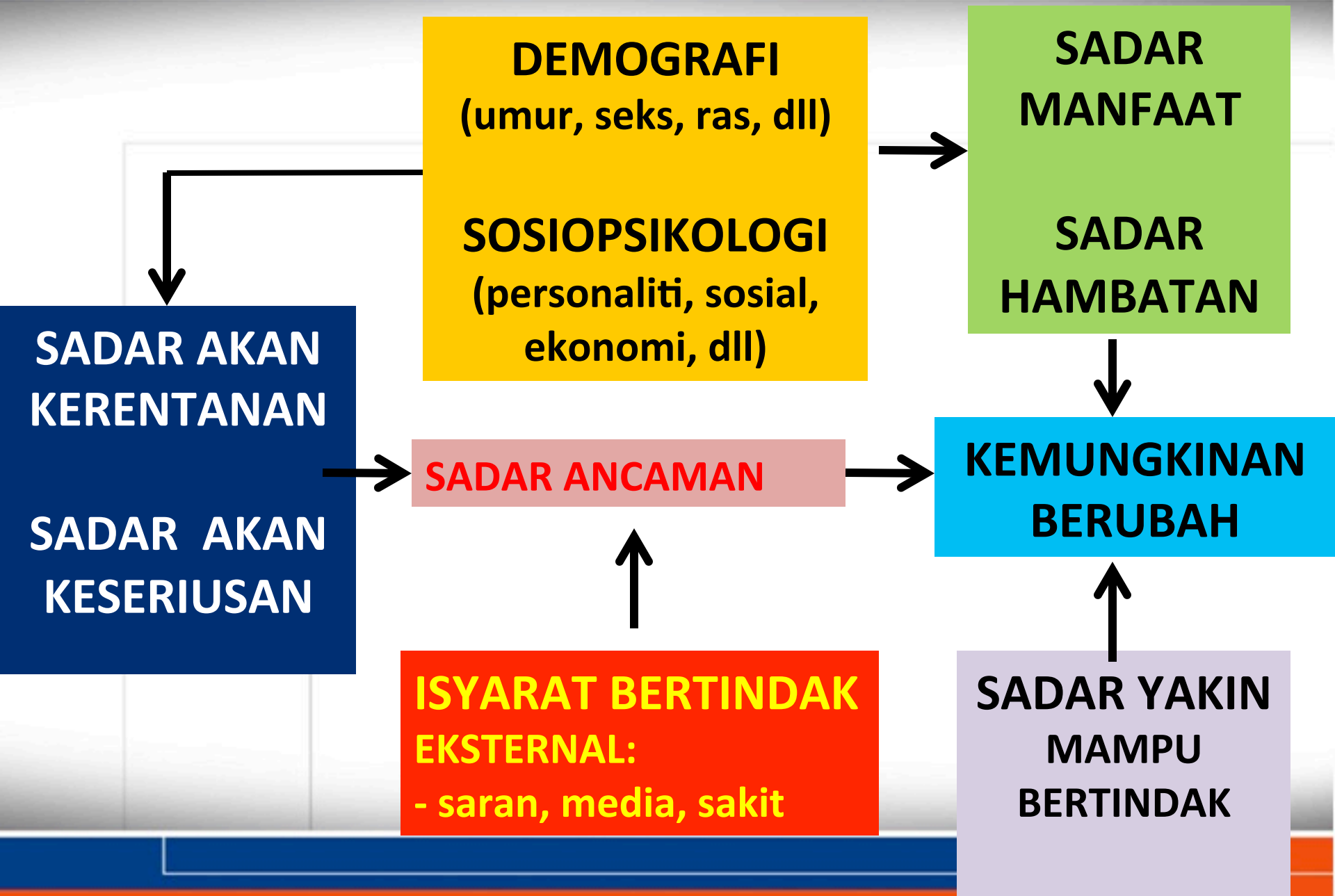
The Health Belief Model Menunjukkan Kesiapan Seseorang untuk Bertindak atau Berperilaku Didasarkan Keyakinan :

1. Saya Rawan Terhadap Risiko Masalah Kesehatan
2. Ancaman Itu Sangat Serius Bagi Kesehatan
3. Saya Menyadari Manfaatnya Lebih Besar Dibanding Hambatannya
4. Saya Yakin Mampu Melakukan dan Berhasil
5. Petunjuk Untuk Melakukan Telah Tersedia dan Mengingatnkan Saya Utk Bertindak

KONSTRUKSI MODEL

1. Perceived Severity (Sadar Akan Keparahan) → Percaya Keseriusan dari Masalah Penyakit dan Dampak Kesehatan;
2. Perceived Susceptibility (Sadar Akan Kerentanan) → Keyakinan Akan Kemungkinan Tertular Terkait Kondisi Kesehatan
3. Perceived Threat Or Risk (Sadar Akan Ancaman) → Kombinasi Sadar Akan Keparahan dan Sadar Akan Kerentanan → Membawa Kesiapan Psikologis Untuk Bertindak

4. Perceived Benefits (Sadar Akan Manfaat) → Tindakan atau Perilaku Sangat Bermanfaat Untuk Mengurangi Risiko Terkena Penyakit;
5. Perceived Barriers (Sadar Adanya Hambatan) → Sadar Adanya Kesulitan dalam Merubah Perilaku;
6. Self-efficacy (Sadar Akan Keyakinan) → Percaya akan Kemampuan Untuk Perilaku Positif;
7. Cues To Action (Isyarat Untuk Bertindak) → Kejadian Yang Dialami Oleh Orang Lain Menyebabkan Kita Bertindak



PENGUNAAN H-B-M UNTUK PENGEMBANGAN MATERI PENYULUHAN

KONSTRUKSI TEORI	APLIKASI UNTUK PENGEMBANGAN MATERI
SADAR AKAN KEPARAHAN	Data dan pernyataan AUS berisiko keracunan makanan
SADAR AKAN KERENTANAN	Keracunan makanan berbahaya bagi kesehatan jangka panjang yang berakibat kematian
SADAR AKAN MANFAAT	Dampak positif untuk mempersiapkan makanan dengan baik dan aman
SADAR ADANYA HAMBATAN	Memberikan informasi lengkap tentang penyiapan makanan untuk menghindari hal-hal yang negatif
ISYARAT BERTINDAK	Jelaskan permasalahan mengapa ada makanan yang dapat membahayakan kesehatan
SADAR AKAN KEYAKINAN	Memilih makanan yang baik dan cara mempersiapkannya dengan benar

MEMFASILITASI KEMAMPUAN UNTUK BERTINDAK

MENJEMBATANI KEINGINAN UNTUK BERTINDAK

Umumnya permasalahan keinginan dan mulai bertindak **lebih sulit** dibandingkan kepercayaan yang dianggap penting

TANTANGAN PENDIDIK GIZI:

Menjembatani kesenjangan dari **motivasi menjadi bertindak, dari niat menjadi perilaku, dari berfikir menjadi melakukan**

PENDIDIK GIZI:

- ❑ **Membangun Kemampuan Individu dan Keterampilan Untuk Bertindak Sesuai dengan Motivasi;**
- ❑ **Menciptakan Lingkungan Yang Mendukung Terhadap Perubahan Perilaku dan Menjadi Kebiasaan.**

TERIMA KASIH