



# PERILAKU KESEHATAN & PROMOSI KESEHATAN

Tim Penulis:

Hanna Tabita Hasianna Silitonga, Dipo Wicaksono, Jasrida Yunita,  
Novita Rany, Susanti Br Perangin-angin, Arwyn Weynand Nusawakan,  
Faika Rachmawati, Elpira Asmin, Ni Made Ari Wilani,  
Kristy Mellya Putri, Indah Safitriani, Ray March Syahadat



# **PERILAKU KESEHATAN & PROMOSI KESEHATAN**

Tim Penulis:

Hanna Tabita Hasianna Silitonga, Dipo Wicaksono, Jasrida Yunita,  
Novita Rany, Susanti Br Perangin-angin, Arwyn Weynand Nusawakan,  
Faika Rachmawati, Elpira Asmin, Ni Made Ari Wilani,  
Kristy Mellyia Putri, Indah Safitriani, Ray March Syahadat



## **PERILAKU KESEHATAN & PROMOSI KESEHATAN**

Tim Penulis:

**Hanna Tabita Hasianna Silitonga, Dipo Wicaksono, Jasrida Yunita, Novita Rany,  
Susanti Br Perangin-angin, Arwyn Weynand Nusawakan, Faika Rachmawati, Elpira Asmin,  
Ni Made Ari Wilani, Kristy Mellyia Putri, Indah Safitriani, Ray March Syahadat.**

Desain Cover:

**Helmaria Ulfa**

Sumber Ilustrasi:

[www.freepik.com](http://www.freepik.com)

Tata Letak:

**Handarini Rohana**

Editor:

**Aas Masruroh**

ISBN:

**978-623-500-074-9**

Cetakan Pertama:

**Maret, 2024**

---

Hak Cipta Dilindungi Oleh Undang-Undang

---

**by Penerbit Widina Media Utama**

Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari Penerbit.

**PENERBIT:**

**WIDINA MEDIA UTAMA**

Komplek Puri Melia Asri Blok C3 No. 17 Desa Bojong Emas  
Kec. Solokan Jeruk Kabupaten Bandung, Provinsi Jawa Barat

**Anggota IKAPI No. 360/JBA/2020**

Website: [www.penerbitwidina.com](http://www.penerbitwidina.com)

Instagram: @penerbitwidina

Telepon (022) 87355370

## KATA PENGANTAR

Rasa syukur yang teramat dalam dan tiada kata lain yang patut kami ucapkan selain mengucap rasa syukur. Karena berkat rahmat dan karunia Tuhan Yang Maha Esa, buku yang berjudul “Perilaku Kesehatan & Promosi Kesehatan” telah selesai di susun dan berhasil diterbitkan, semoga buku ini dapat memberikan sumbangsih keilmuan dan penambah wawasan bagi siapa saja yang memiliki minat terhadap pembahasan tentang Perilaku Kesehatan & Promosi Kesehatan.

Akan tetapi pada akhirnya kami mengakui bahwa tulisan ini terdapat beberapa kekurangan dan jauh dari kata sempurna, sebagaimana pepatah menyebutkan “*tiada gading yang tidak retak*” dan sejatinya kesempurnaan hanyalah milik tuhan semata. Maka dari itu, kami dengan senang hati secara terbuka untuk menerima berbagai kritik dan saran dari para pembaca sekalian, hal tersebut tentu sangat diperlukan sebagai bagian dari upaya kami untuk terus melakukan perbaikan dan penyempurnaan karya selanjutnya di masa yang akan datang.

Terakhir, ucapan terima kasih kami sampaikan kepada seluruh pihak yang telah mendukung dan turut andil dalam seluruh rangkaian proses penyusunan dan penerbitan buku ini, sehingga buku ini bisa hadir di hadapan sidang pembaca. Semoga buku ini bermanfaat bagi semua pihak dan dapat memberikan kontribusi bagi pembangunan ilmu pengetahuan di Indonesia.

Penulis

# DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR .....	iii
DAFTAR ISI .....	iv
<b>BAB 1 KONSEP DAN RUANG LINGKUP PROMOSI</b>	
KESEHATAN DAN PERILAKU KESEHATAN .....	1
A. Pendahuluan .....	2
B. Promosi Kesehatan .....	3
C. Perilaku Kesehatan .....	9
D. Promosi Kesehatan dan Perilaku (Notoatmodjo, 2018) .....	13
E. Rangkuman Materi .....	15
<b>BAB 2 TEORI DAN MODEL PROMOSI KESEHATAN</b> .....	19
A. <i>Health Belief Model Theory</i> (HBM) .....	20
B. <i>Social Cognitive Theory</i> (SCT) .....	23
C. Teori Pengorganisasian Komunitas .....	28
D. Teori Social Support .....	37
E. Rangkuman Materi .....	41
<b>BAB 3 DETERMINAN KESEHATAN</b> .....	45
A. Pendahuluan .....	46
B. Determinan Kesehatan Menurut Hendrick L. Blum .....	48
C. Determinan Kesehatan Menurut Evans dan Stoddart .....	58
D. Determinan Kesehatan Menurut Dahlgren dan Whitehead .....	60
E. Rangkuman Materi .....	64
<b>BAB 4 PENILAIAN KESEHATAN DAN EVALUASI PERILAKU</b> .....	69
A. Pendahuluan .....	70
B. Penilaian Kesehatan .....	71
C. Evaluasi Perilaku .....	76
D. Rangkuman Materi .....	82
<b>BAB 5 FAKTOR-FAKTOR PENDORONG PERUBAHAN PERILAKU</b> .....	85
A. Pendahuluan .....	86
B. Definisi Perubahan .....	87
C. Teori Perubahan .....	88
D. Konsep Perilaku .....	90
E. Konsep Perubahan Perilaku .....	93

F. Teori-teori Perubahan Perilaku .....	97
G. Bentuk-bentuk Perubahan Perilaku .....	100
H. Strategi Perubahan Perilaku .....	101
I. Cara-cara Perubahan Perilaku .....	102
J. Rangkuman Materi .....	103
<b>BAB 6 KESEHATAN MASYARAKAT DAN BUDAYA .....</b>	<b>107</b>
A. Pendahuluan .....	108
B. Konsep Dasar Kesehatan Masyarakat .....	109
C. Konsep Budaya dan Kaitannya Dengan Kesehatan .....	116
D. Rangkuman Materi .....	121
<b>BAB 7 PROMOSI GAYA HIDUP SEHAT .....</b>	<b>125</b>
A. Pendahuluan .....	126
B. Gaya Hidup Sehat .....	127
C. Aktivitas Fisik .....	129
D. Makan Buah dan Sayur .....	131
E. Tidak Merokok .....	133
F. Tidak Mengkonsumsi Minuman Beralkohol .....	135
G. Cek Kesehatan Berkala .....	138
H. Menjaga Kebersihan Lingkungan .....	139
I. Penggunaan Jamban Sehat .....	140
J. Rangkuman Materi .....	141
<b>BAB 8 PENCEGAHAN PENYAKIT DAN PROMOSI KESEHATAN .....</b>	<b>147</b>
A. Pendahuluan .....	148
B. Tujuan Pencegahan Penyakit dan Promosi Kesehatan .....	150
C. Pencegahan Penyakit Berdasarkan Riwayat Alamiah Penyakit .....	150
D. Strategi Pencegahan Penyakit .....	158
E. Rangkuman Materi .....	160
<b>BAB 9 PROMOSI KESEHATAN MENTAL .....</b>	<b>163</b>
A. Pendahuluan .....	164
B. Kesehatan Mental .....	165
C. Dasar-dasar Promosi Kesehatan Mental .....	170
D. Prinsip Utama Dalam Menerapkan Promosi Kesehatan Mental .....	173
E. Tahap-tahap Menerapkan Program Promosi Kesehatan .....	176

F.	Promosi Kesehatan Mental Pada Berbagai Rentang Usia Kehidupan .....	177
G.	Rangkuman Materi .....	180
<b>BAB 10 KESEHATAN SEKSUAL DAN REPRODUKSI.....</b>	<b>185</b>	
A.	Pengertian Kesehatan Seksual dan Reproduksi .....	186
B.	Tujuan Kesehatan Reproduksi .....	187
C.	Sasaran Kesehatan Reproduksi .....	188
D.	Komponen Kesehatan Reproduksi .....	189
E.	Kesehatan Reproduksi Dalam Siklus Hidup Perempuan .....	192
F.	Faktor–Faktor Yang Mempengaruhi kesehatan Reproduksi .....	193
G.	Ruang Lingkup Kesehatan Reproduksi .....	194
H.	Masalah Kesehatan Reproduksi .....	196
I.	Hak–Hak Kesehatan Reproduksi.....	198
J.	Dasar Hukum Kesehatan Reproduksi .....	201
K.	Rangkuman Materi .....	201
<b>BAB 11 PROMOSI KESEHATAN DAN PRILAKU KESEHATAN.....</b>	<b>205</b>	
A.	Pendahuluan.....	206
B.	Promosi Kesehatan di Tempat Kerja .....	208
C.	Dasar Hukum .....	209
D.	Pentingnya Promosi Kesehatan di Tempat Kerja .....	212
E.	Tujuan Promosi Kesehatan di Tempat Kerja .....	213
F.	Manfaat Promosi Kesehatan di Tempat Kerja.....	213
G.	Upaya Promosi Kesehatan.....	215
H.	Sasaran Promosi Kesehatan di Tempat Kerja .....	215
I.	Pendekatan dalam Promosi Kesehatan di Tempat Kerja .....	216
J.	Strategi Promosi Kesehatan di Tempat Kerja .....	217
K.	Langkah-langkah Promosi Kesehatan di Tempat Kerja .....	217
L.	Elemen Program Berdasarkan Pengalaman di Lapangan.....	224
M.	Aplikasi Promosi Kesehatan di Tempat Kerja Promosi .....	224
N.	Rangkuman Materi .....	227
<b>BAB 12 KESEHATAN LINGKUNGAN DAN PROMOSI KESEAHATAN.....</b>	<b>249</b>	
A.	Pendahuluan .....	250
B.	Konsep Ekologi Kesehatan Lingkungan .....	251
C.	Konsep Sehat Sakit .....	252

D. Higiene dan Sanitasi .....	255
E. Penyediaan dan Pengelolaan Air Bersih .....	257
F. Memonitor Efektivitas Tindakan Pengelolaan .....	260
G. Sampah, Limbah, dan Pencemaran .....	263
H. Promosi Kesehatan .....	267
I. Rangkuman Materi .....	272
<b>GLOSARIUM .....</b>	<b>275</b>
<b>PROFIL PENULIS .....</b>	<b>281</b>



# PERILAKU KESEHATAN & PROMOSI KESEHATAN

## BAB 1: KONSEP DAN RUANG LINGKUP PROMOSI KESEHATAN DAN PERILAKU KESEHATAN

Dr. Hanna Tabita Hasianna Silitonga, dr., M.Kes., FISPH., FISCM.

Fakultas Kedokteran Universitas Ciputra Surabaya

# BAB 1

## **KONSEP DAN RUANG LINGKUP PROMOSI KESEHATAN DAN PERILAKU KESEHATAN**

---

### **A. PENDAHULUAN**

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 dan 2018, terdapat peningkatan insiden kanker, hipertensi, stroke, Diabetes Mellitus dalam kurun waktu lima tahun. Di sisi lain, dari data yang sama perilaku rutin minum obat hipertensi bagi penderita hipertensi berjumlah 54,4%, penderita berat badan lebih dan obesitas juga meningkat dari 11,5% dan 14,8% di tahun 2013 menjadi 13,6% dan 21,8%, prevalensi perilaku merokok tidak jauh berubah yaitu 29,3% di tahun 2013 menjadi 28,8% di tahun 2018. Hal ini menunjukkan pentingnya peran promosi kesehatan dan perilaku kesehatan dalam mencapai sasaran pembangunan masyarakat sehat di Indonesia.

Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan merupakan konsep penting dalam bidang kesehatan masyarakat dan pemberian layanan kesehatan. Hal ini mencakup pendekatan dari berbagai sisi yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan individu dan mendorong gaya hidup sehat dalam masyarakat. Terdapat interaksi yang rumit antara pilihan pribadi, faktor lingkungan, dan faktor penentu kesehatan sosial. Hal ini yang menyebabkan terdapatnya kesenjangan antara target dan kenyataan di lapangan. Promosi kesehatan melibatkan pemberdayaan individu dan komunitas untuk mengendalikan kesehatan mereka dengan mempromosikan perilaku positif dan menciptakan lingkungan yang

## DAFTAR PUSTAKA

- Maulana, H. D. . (2018). *Promosi Kesehatan*. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Menteri Kesehatan RI. (2004). *Kebijakan Nasional Promosi Kesehatan* (Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 1193/2004).
- Menteri Kesehatan RI. (2005). *Pedoman Pelaksanaan Promosi Kesehatan di Daerah* (Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 1114/MENKES/SK/II/2005).
- Menteri Kesehatan RI. (2007). *Pedoman pelaksanaan promosi kesehatan di puskesmas*. (Keputusan menteri Kesehatan RI Nomor 585/Menkes/SKN/2027).
- Menteri Kesehatan RI. (2014). *Pusat Kesehatan Masyarakat* (Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 75 Tahun 2014).
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. PT Asdi Mahasatya.
- Nurmala, I., Rahman, F., Nugroho, A., Erlyani, N., Laily, N., & Anhar, V. Y. (2018). *Promosi Kesehatan*. Airlangga University Press. [https://repository.unair.ac.id/87974/2/Buku Promosi Kesehatan.pdf](https://repository.unair.ac.id/87974/2/Buku%20Promosi%20Kesehatan.pdf)
- Raingruber, B. (2017). *Contemporary Health Promotion in Nursing Practice* (2nd editio). Jones and Bartlett Learning.
- Wartiningsih, M., Silitonga, H. T. H., Djuari, L., Prajitno, S., & Juliasih, N. N. (2023). *Komunikasi Efektif dalam Layanan Kesehatan*. Penerbit Agiamedia.



# PERILAKU KESEHATAN & PROMOSI KESEHATAN

## BAB 2: TEORI DAN MODEL PROMOSI KESEHATAN

Dipo Wicaksono, SKM., MKM

---

S3 Ilmu kesehatan masyarakat fakultas kedokteran universitas sebelas Maret

# BAB 2

## **TEORI DAN MODEL PROMOSI KESEHATAN**

---

### **A. HEALTH BELIEF MODEL THEORY (HBM)**

#### **1. Pengertian**

HBM adalah model psikologis untuk menjelaskan dan memprediksi perilaku kesehatan, dilakukan dengan berfokus pada sikap dan keyakinan individu. HBM adalah teori intrapersonal (dalam diri individu) meliputi pengetahuan dan keyakinan digunakan dalam promosi kesehatan untuk merancang program intervensi dan pencegahan (Burke,2013). HBM merupakan model kognitif – artinya perilaku individu dipengaruhi proses kognitif dalam diri individu. Proses kognitif dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu: variabel demografi, karakteristik sosio-psikologis, dan variabel struktural.

Variabel demografi antara lain usia, jenis kelamin, status sosial. Karakteristik sosio-psikologis meliputi, kepribadian, teman sebaya (*peer group*), dan tekanan kelompok. Variabel struktural meliputi pengetahuan dan pengalaman tentang masalah. Dengan demikian, HBM adalah model yang menerangkan adanya pengetahuan seseorang terhadap ancaman kesehatan dan pemahaman terhadap perilaku yang disarankan untuk mencegah/mengatasi masalah kesehatan yang didasarkan pada penilaian feasibilitas dan keuntungan dibandingkan dengan biaya.

Melalui pemahaman HBM, mampu mempelajari perilaku kesehatan masyarakat yang akan mempermudah pemahaman terhadap perubahan kualitas kesehatan masyarakat. Melalui pemahaman dan mengaplikasikan teori HBM yang baik akan tercipta kualitas kesehatan masyarakat yang

## **TUGAS DAN EVALUASI**

1. Jelaskan pengertian health belief model theory (HBM) !
2. Sebutkan dan jelaskan tiga faktor esensial yang ada pada kerangka konsep model !
3. Sebutkan dan jelaskan lima unsur utama pada HBM!
4. Jelaskan pengertian social cognitive theory (SCT) !

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Bandura A. 2002. Social cognitive theory of mass communication. In J. Bryant & M. B. Oliver (Eds.), *Media Effects: Advances in Theory and Research* (pp. 94-124). New York, NY: Routledge.
- Baron & Byrne. 2000. *Social Psychology*. (9th Edition). Massachusetts: A Pearson Education Company.
- Bedaso A., Jon A, Wenbo P & David S. 2021. Prevalence and determinants of low social support during pregnancy among Australian women: a community- based cross-sectional study. *Reprod Health* 18:158
- Burke E 2013. The Health Belief Model. *Current Nursing Theory* C M Chaparro & Parminder S Suchdev. 2019. "Anemia epidemiology, pathophysiology, and etiology in low- and middle-income countries," *Physiol. Behav.*, vol. 176, no. 3, pp. 139–148, 2019, doi: 10.1111/nyas.14092.
- Cohen S & Syme L. 1985. Issues in the Study and Application of *Social support*
- Cohen & S. L. Syme (Eds). *Social support and Health* (hlm 3-20).
- Herzog-Petropaki, N., Derksen, C., & Lippke, S. 2022. Health Behaviors and Behavior Change during Pregnancy: Theory-Based Investigation of Predictors and Interrelations. *Sexes*, 3(3), 351-366.
- Lewis GH, Sheringham J, Kalim K & Crayford TJ 2008. *Mastering Public Health A postgraduate guide to examinations and revalidation*. Royal Socciety of Medicine Press Ltd. Elsevier Australia.
- Lieberman, M.A. 1992. The Effect of *Social support* on Respond on Stress.

- Glanz K, Rimer, B K & Lewis F M 2002. Health Behavior and Health Education: Theory, Research and Practice, San Fransisco: Wiley and Sons.
- Golberger (Eds). Handbook of Stress: Theoritical & Clinical Aspects. London: Collier MacMillan Publisher
- Rosenstcock IM, Strecher, Victor J, Becker, & Marshall H. 1988. Social learning theory and the health belief model. *Health Education & Behaviour*; 15 (2) : 175-183.
- Rosenstcock IM. 1998. Themes, Logics and Arenas of Social Movements: A Structural Approach. in: Klandermans B, Kriesi H, Tarrow . (eds.). From Structure to Action: Comparing Social Movement Research Across Cultures. Greenwich, Conn: JAI Press, 305-328
- Rosenstock IM. 1974. Historical Origins of the Health Belief Model. *Health Education & Behaviour*; 2(4): 328-335.
- Sarafino E.P. 2006. Health Psychology Biopsychosocial Interactions (5th ed). USA
- John Willey & Sons Inc.
- Simpson V. 2015. Models and Theories to Support Health Behaviour Intervention and Program Planning. Purdue School of Nursing, Health and Human Sciences.
- Suharto Edi. 2009. Membangun Masyarakat Memberdayakan Masyarakat. (Bandung: PT Refika Aditama).
- Sulaeman, Endang Sutisna. 2016. Promosi Kesehatan Teori dan Implementasi di Indonesia. UNS Press. Surakarta.
- Sulaeman, Endang Sutisna. 2016. Pembelajaran "Model dan Teori Perilaku Kesehatan" Konsep dan Aplikasi. Surakarta: UNS Press
- Sulaeman, Endang Sutisna. 2020. Pemberdayaan Masyarakat di Bidang Kesehatan. UGM Press. Yogyakarta.
- Taylor S.E. 2008 . Health Psychology (7th ed). New York : McGraw-Hill .
- Taylor S.E. 2009. Psikologi Sosial Edisi Kedua Belas. Jakarta: Kencana.
- Triharini, M., Sulistyono, A., Adriani, M., & Devy, S. R. 2019. The Effect of Health Promotion Intervention on Anemia Prevention Behavior and Haemoglobin Level in Pregnant Women: Based on Health Promotion Model and SelfDetermination Theory. *Jurnal Ners*, 14(1), 92-100.



# PERILAKU KESEHATAN & PROMOSI KESEHATAN

## BAB 3: DETERMINAN KESEHATAN

Dr. Jasrida Yunita, SKM, M.Kes

Universitas Hang Tuah Pekanbaru

# BAB 3

## **DETERMINAN KESEHATAN**

---

### **A. PENDAHULUAN**

Manusia sudah menjadikan kesehatan sebagai kebutuhan dasar sejak zaman dahulu. Berbagai upaya dalam menjaga dan meningkatkan derajat kesehatan individu ataupun kelompok sudah dikembangkan dengan berbagai cara pengobatan tradisional maupun alami yang sudah dilakukan secara turun temurun.

Apa itu kesehatan? Menurut WHO (2014) kesehatan adalah keadaan sejahtera fisik, mental, dan sosial secara utuh dan bukan sekedar bebas dari penyakit atau kelemahan. Definisi kesehatan menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2023 Tentang Kesehatan (2023) menyatakan kesehatan adalah keadaan sehat seseorang, baik secara fisik, jiwa, maupun sosial dan bukan sekadar terbebas dari penyakit untuk memungkinkannya hidup produktif. Definisi oleh Institute of Medicine (1997) yang menyatakan kesehatan adalah keadaan sejahtera dan kemampuan untuk berfungsi dalam menghadapi perubahan keadaan.

Menurut Institute of Medicine (1997) tidak ada definisi yang secara eksplisit memperhitungkan bagaimana individu mengalami penyakit. Individu dapat merasa sakit tanpa adanya penyakit dan respon mereka terhadap suatu penyakit sangat bervariasi. Bagi individu yang penting bukan hanya tidak adanya penyakit, kecacatan, atau kematian, namun juga respons mereka terhadap gejala atau diagnosis; kapasitas mereka untuk berpartisipasi dalam pekerjaan, keluarga, dan masyarakat; dan perasaan sejahtera mereka di berbagai bidang (fisik, mental, sosial). Definisi yang lebih luas memungkinkan upaya untuk mengukur kesehatan

## DAFTAR PUSTAKA

- Adliyani, Z. O. N. (2015). Pengaruh Perilaku Individu terhadap Hidup Sehat. *Majority*, 4(7), 109–114. <https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/1458>
- Anggreny, D. E. (2022). Prinsip Dasar Ilmu Kesehatan Masyarakat. In A. Munandar (Ed.), *Ilmu Kesehatan Masyarakat* (pp. 15–28). Bandung: Media Sains Indonesia.
- Billings, M. E., Hale, L., & Johnson, D. A. (2020). Physical and Social Environment Relationship With Sleep Health and Disorders. *Chest*, 157(5), 1304–1312. <https://doi.org/10.1016/j.chest.2019.12.002>
- Blum, H. L. (1974). *Planning for Health Development and Application of Social Change Theory*. New York: Human Sciences Press.
- Dahlgren, G., & Whitehead, M. (1991). *Policies and Strategies to Promote Social Equity in Health*. Stockholm (Sweden): Institute for Futures Studies.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2023 Tentang Kesehatan, (2023).
- Dewi, S. H., Yunita, J., Gustina, T., Ismainar, H., & Mitra, M. (2023). Persepsi Remaja tentang Bahaya Merokok Ditinjau dari Health Belief Model. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 12(03), 225–231. <https://doi.org/10.33221/jikm.v12i03.1759>
- Evans, R. G., & Stoddart, G. L. (1990). Producing Health, Consuming Health Care. *Social Science and Medicine*, 31(12), 1347–1363. [https://doi.org/10.1016/0277-9536\(90\)90074-3](https://doi.org/10.1016/0277-9536(90)90074-3)
- Institute of Medicine. (1997). Understanding Health and Its Determinants. In *Improving Health in the Community: A Role for Performance Monitoring* (pp. 40–58). Wasington DC: National Academies Press. <https://doi.org/10.17226/5298>
- Irianto, K. (2014). *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Bandung: Alfabeta.
- Kemenkes RI. (2022). Perilaku CERDIK dalam Mencegah Penyakit Tidak Menular. In *Promkes.Kemkes.Go.Id*.

- <https://promkes.kemkes.go.id/perilaku-cerdik-dalam-mencegah-penyakit-tidak-menular>
- Kementerian Kesehatan. (2019). *Derajat Kesehatan 40% Dipengaruhi Lingkungan - Sehat Negeriku*. Kemkes RI.
- Labego, Y., Maramis, F. R. R., & Tucunan, A. A. T. (2020). Hubungan antara Peran Teman Sebaya dan Sikap Peserta Didik tentang Kesehatan Reproduksi terhadap Perilaku Seksual Pranikah di SMA Negeri 1 Tagulandang. *J.Kesmas*, 9(6), 75–80.
- Medhyna, V. (2019). Hubungan Lingkungan Fisik Rumah Dengan Kejadian Ispa Pada Bayi. *Maternal Child Health Care*, 1(2), 85. <https://doi.org/10.32883/mchc.v1i2.589>
- Musniati, N., Puspa Sari, M., & Hamdan, H. (2021). Hubungan Faktor Keluarga dan Teman Sebaya dengan Perilaku Merokok pada Remaja. *ARKESMAS (Arsip Kesehatan Masyarakat)*, 6(2), 35–40. <https://doi.org/10.22236/arkesmas.v6i2.7736>
- Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan* (Cetakan II). Jakarta: Rineka Cipta.
- Nugraheni, H., Wiyatini, T., & Wiradona, I. (2019). *Kesehatan Masyarakat dalam Determinan Sosial Budaya* (Cetakan II). Yogayakarta: Deepublish.
- Prasetya, M. A. A. Y. (2015). The association between intake of energy, protein and phisical activity with nutritional status of elderly people. *Medical Journal of Lampung University*, 4(2), 52–59.
- Ridlo, I. A., Laksono, A. D., Ridwanah, azizah andzar, & Yoto, M. (2019). Intervensi Berbasis Komunitas: Sebuah Pengantar. In *Riset Aksi Partisipatif Desa Sehat Berdaya* (pp. 1–18). <https://doi.org/10.31227/osf.io/2fpjz>
- Sari, R. D. P., Sutarto, & Utama, W. T. (2020). *Faktor Lingkungan yang Berpengaruh terhadap Kesehatan Reproduksi*. Sleman: Graha ilmu.
- Triwibowo, C., & Puspahandani, M. E. (2015). *Pengantar Dasar Ilmu Kesehatan Masyarakat* (Cetakan Pe). Yogayakarta: Nuha Medika.
- WHO. (2014). Constitution of the World Health Organization. Basic Documents, 48th ed. In WHO (No. 48). <https://apps.who.int/gb/bd/PDF/bd48/basic-documents-48th-edition-en.pdf>

Yunita, J., Mitra, M., & Susmaneli, H. (2012). Pengaruh Perilaku Masyarakat dan Kondisi Lingkungan Terhadap Kejadian Demam Berdarah Dengue. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 1(4), 193–198.  
<https://doi.org/10.25311/keskom.vol1.iss4.28>



# PERILAKU KESEHATAN & PROMOSI KESEHATAN

## BAB 4: PENILAIAN KESEHATAN DAN EVALUASI PERILAKU

Dr. Novita Rany, SKM., M.Kes

Universitas Hang Tuah Pekanbaru

# BAB 4

## PENILAIAN KESEHATAN DAN EVALUASI PERILAKU

---

### A. PENDAHULUAN

Penilaian kesehatan dan evaluasi perilaku memegang peranan krusial dalam konteks kesehatan masyarakat. Mengenai hal ini, pendidikan kesehatan muncul sebagai sarana efektif untuk merubah perilaku individu, kelompok, dan masyarakat agar sesuai dengan nilai-nilai kesehatan yang diinginkan. Pentingnya evaluasi program pendidikan kesehatan tidak dapat diabaikan, yang mencakup analisis aspek relevansi, proses pelaksanaan, dan dampak yang dihasilkan oleh program tersebut dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat (Ribek et al., 2017).

Evaluasi model dalam konteks ini secara umum dapat dibagi menjadi tiga tahap utama, yaitu masukan (*antecedents*), proses (*transactions*), dan hasil (*outcomes*). Masukan melibatkan faktor-faktor yang mempengaruhi implementasi program, proses menilai bagaimana program tersebut dijalankan, dan hasil mengukur dampak serta prestasi yang telah dicapai. Perubahan paradigma dalam penilaian kesehatan dan evaluasi perilaku terus mengalami perkembangan, mencerminkan pentingnya adaptasi terhadap perkembangan ilmu pengetahuan dan kebutuhan Masyarakat (Ravi & Divyashree, 2014)

Evaluasi kegiatan juga menjadi bagian integral dalam konteks ini, di mana proses ini digunakan untuk menentukan nilai atau keberhasilan dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya. Dalam konteks pendidikan kesehatan, evaluasi kegiatan sering kali dilakukan oleh guru terhadap siswa dengan tujuan untuk mendapatkan wawasan lebih

## DAFTAR PUSTAKA

- Adventus MRL, SKM. ,M. K., I Made Merta Jaya, M. K., & Ns. Donny Mahendra, S. K. (2019). *BUKU AJAR MODUL PROMOSI KESEHATAN*.
- Martina Pakpahan, Deborah Siregar, Andi Susilawaty, Tasnim Mustar, Radeny Ramdany, Evanny Indah Manurung, Efendi Sianturi, Marianna Rebecca Gadis Tompunu, Yenni Ferawati Sitanggang, & Maisyarah. M. (2021). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*.
- Ravi, K., & Divyashree, P. (2014). Psidium guava: A review on its potential as an adjunct in treating periodontal disease. In *Pharmacognosy Reviews* (Vol. 8, Issue 16, pp. 96–100). Medknow Publications. <https://doi.org/10.4103/0973-7847.134233>
- Ribek, N., Al, S. N., Ai, S. N., Mertha, M., Politeknik, J. K., Denpasar, K., Keperawatan, J., & Kesehatan Denpasar, P. (2017). Evaluasi Program Pendidikan Kesehatan Masyarakat Model Stake di Desa Penglipuran Kubu Bali. In *International Journal of Natural Science and Engineering* (Vol. 1, Issue 1).
- Ridlo, I. A., Ridwanah, A. A., Yoto, M., & Laksono, A. D. (2019). *Intervensi Berbasis Komunitas: Sebuah Pengantar*.
- Yesti Permata, & Lina Handayani. (2022). *Literature Review: Faktor-faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan Intervensi Berbasis Komunitas dalam Merubah Gaya Hidup*.
- Gischa, S. (2021, July 12). Tingkat Kesehatan Bank: Pengertian, Faktor, Jenis, Indikator, Contoh Halaman all - Kompas.com. KOMPAS.com. <https://www.kompas.com/skola/read/2021/07/12/144500169/tingkat-kesehatan-bank-pengertian-faktor-jenis-indikator-contoh?page=all>
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Pedoman Penilaian Kesehatan. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- World Health Organization. (2016). WHO STEPS Surveillance Manual: The WHO STEPwise Approach to Chronic Disease Risk Factor Surveillance. Geneva: World Health Organization.

- Chen, Y., Wang, K., Luo, J., Li, F., Zhang, Y., Zhang, L., & Wang, J. (2018). Mobile Health (mHealth) Interventions for the Self-Management of Type 2 Diabetes: A Systematic Review. *Journal of Diabetes Research*, 2018, 1–18. [https://doi.org/10.1155/2018/9839270](<https://doi.org/10.1155/2018/9839270>)
- Kim, H., Xie, B., Health, M., & System, I. (2015). Impact of a Web-Based Intervention on Health Literacy and Physical Activity in Older Adults: A Randomized Controlled Trial. *Journal of Medical Internet Research*, 17(5), e112. [https://doi.org/10.2196/jmir.3993](<https://doi.org/10.2196/jmir.3993>)



# PERILAKU KESEHATAN & PROMOSI KESEHATAN

## BAB 5: FAKTOR-FAKTOR PENDORONG PERUBAHAN PERILAKU

Susanti Br Perangin-angin, SKM., M.Kes

Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan Kesehatan Lingkungan

# BAB 5

## **FAKTOR-FAKTOR PENDORONG PERUBAHAN PERILAKU**

---

### **A. PENDAHULUAN**

Perubahan merupakan suatu gejala yang hampir ditemukan dimana-mana, setiap saat. perubahan pikiran seseorang, dapat mengubah keadaan. Hampir setiap masyarakat dalam kehidupannya mengalami perubahan-perubahan. Berdasarkan sifatnya, perubahan yang terjadi dalam masyarakat bukan hanya menuju ke arah kemajuan, namun dapat juga dapat menuju ke arah kemunduran. Perubahan-perubahan yang terjadi berlangsung demikian cepatnya, sehingga membingungkan manusia yang menghadapinya. Perubahan terus sosial adalah perubahan unsur-unsur atau struktur sosial dan perilaku manusia dalam masyarakat dari keadaan tertentu ke keadaan yang lain. Perubahan sosial budaya dapat dibedakan menjadi perubahan cepat dan lambat, perubahan kecil dan besar, dan perubahan dikehendaki dan tidak dikehendaki.

Masalah Perilaku manusia sangat dipengaruhi oleh segala aspek kehidupan yang ada di sekitarnya, seperti aspek ekonomi, sosial, politik, budaya, bahkan juga faktor lingkungan. Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi juga sangat berpengaruh terhadap kehidupan manusia dalam masyarakat. Aspek kehidupan yang ada akan membentuk suatu sikap manusia dalam kehidupannya. Manusia akan menjadi orang baik jika semua aspek kehidupan yang ada di sekitarnya mendukung untuk menjadi baik, begitu pula sebaliknya. Banyaknya pengaruh yang tidak baik akan menyebabkan munculnya akibat dalam masyarakat, salah satunya adalah munculnya kejahatan. Perkembangan di segala bidang selain membawa

## DAFTAR PUSTAKA

- Aprinda, S. (2022). Perubahan. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 3(April), 49–58.
- Damanik, M. R. M. (2021). Komunikasi Perubahan Perilaku Training of Trainer (Tot) Pendampingan Keluarga dalam Percepatan Penurunan Stunting. *Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional*, 1–32.
- Fertman. (2010). *Procede-proceede*. 53(9), 1689–1699.
- Kurniati, D. P. Y. (2016). MODUL KERANGKA KERJA PERUBAHAN PERILAKU (Perubahan Perilaku Kesehatan). 3–17.  
[http://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/850/1/4\\_PERILAKU KESEHATAN\\_1.pdf](http://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/850/1/4_PERILAKU KESEHATAN_1.pdf)
- Teaching, T., Kebidanan, K., Perilaku, P., & Dari, T. (2021). Topik 12 Konsep Perubahan. *Kebidanan SV UNS*, 6.



# PERILAKU KESEHATAN & PROMOSI KESEHATAN

## BAB 6: KESEHATAN MASYARAKAT DAN BUDAYA

Ners. Arwyn Weynand Nusawakan, S.Kep.,MA

Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Kristen Satya Wacana

# BAB 6

## KESEHATAN MASYARAKAT DAN BUDAYA

---

### A. PENDAHULUAN

Seorang bidan, *fresh graduate*, ditempatkan pada salah satu desa terpencil yang mayoritas masyarakatnya sangat percaya dengan layanan seorang dukun beranak yang juga adalah warga masyarakat yang berasal dari desa tersebut. Pada beberapa bulan awal pelayanannya, bidan muda ini menyadari bahwa layanan maternal di masyarakat desa tersebut lebih condong menggunakan jasa sang dukun beranak. Bidan lalu memutuskan bertemu ke rumah dukun, memperkenalkan diri dan beberapa kali membangun hubungan baik dengan sang dukun. Setelah beberapa kali bertemu, bidan meminta kesediaan dukun untuk mengajaknya ketika melakukan pelayanan sang dukun. Dukun dengan tangan terbuka mengiyakan. Beberapa kali aktifitas menolong persalinan dilakukan bersama dukun, bidan hanya melihat sambil sesekali membantunya. Setelah selesai persalinan bidan dan dukun bercerita santai di rumah dukun, dan dengan rendah hati bidan memberi masukan pada dukun untuk memodifikasi beberapa teknik persalinan dengan maksud agar lebih *safety* untuk ibu bersalin dan dukun mengiyakan. Lambat laun keadaan berbalik, dukun dengan suka cita mempersilahkan bidan untuk memimpin persalinan dan ia hanya bersifat membantu. Setahun berlalu, perilaku masyarakat desa tersebut berubah tidak hanya melibatkan dukun beranak saja melainkan juga sang bidan. Bidan pun mengajak dukun untuk membantunya di posyandu pembantu sebagai kader yang telah dilatih. Ternyata selain pendekatan yang dilakukan kepada dukun, bidan muda

## DAFTAR PUSTAKA

- Blum, Hendrik L. (1974). Planning for Health, Development and Application of Social Changes Theory. New York: Human Sciences Press.
- Bronfenbrenner, U. (1994). Ecological models of human development. In International Encyclopedia of Education. Vol3, 2<sup>nd</sup>.Ed. Oxford: Elsevier
- Campinha-Becote, J. (1991). The Process of Cultural Competence: A Culturally Competent Model of Care, 2nd ed, Wyoming, OH: TCN Care Associates.
- Firth R. (1960). Man and Culture, An Evaluation of the work of Bronislaw Malinowski. Routledge & Kegan Paul: London
- Foster & Anderson. (1986). Antropologi Kesehatan (terjemahan). UI-Press: Jakarta
- Kementerian Kesehatan. (2019). Derajat Kesehatan 40% Dipengaruhi Lingkungan. Sehat Negeriku. Retrieved from <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20190221/3029520/derajat-kesehatan-40-dipengaruhi-lingkungan/>
- Koentjaraningrat. (1982). Pengantar Ilmu Antropologi. Jakarta: Aksara Baru
- Krupić F, Čustović S, Jašarević M, Šadić S, Fazlić M, Grbic K, Samuelsson K. Ethnic differences in the perception of pain: a systematic review of qualitative and quantitative research. Med Glas (Zenica). 2019 Feb 1;16(1):108-114. doi: 10.17392/966-19. PMID: 30256059.
- Leininger M & McFarland Marilyn R. (2002). Transcultural Nursing: Concepts, Theories, Research, and Practice, Third Edition. The McGraw-Hill: United States.
- Nusawakan AW & Batiles C. (2015). Cultural Function of Traditional Birth Attendants in Nusalaut Moluccas. Proceeding of International Nursing and Health Sciences Seminar, Makassar 2015.
- Pool, R & Geissler, W. (2005). Medical Anthropology. London School of Hygiene and Tropical Medicine. England
- Price DD. (2000). Psychological and neural mechanisms of the affective dimension of pain. Science; 288:1769–72. [PubMed: 10846154]

- Ryadi, ALS. (2016). Ilmu Kesehatan Masyarakat. Penerbit Andi: Yogyakarta.
- Untari, I. (2017). 7 Pilar Utama Kesehatan Masyarakat. Thema Publishing.
- Vachon-Presseau E, Roy M, Woo CW, Kunz M, Martel MO, Sullivan MJ, Jackson PL, Wager TD, Rainville P. Multiple faces of pain: effects of chronic pain on the brain regulation of facial expression. *Pain*. 2016 Aug;157(8):1819-1830. doi: 10.1097/j.pain.0000000000000587. PMID: 27411160; PMCID: PMC5988359.
- World Health Organization. (1947). Minutes of the Technical Preparatory Committee for the International Health Conference Held in Paris from 18 March to 5 April 1946. World Health Organization, available from: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/85572>



# PERILAKU KESEHATAN & PROMOSI KESEHATAN

## BAB 7: PROMOSI GAYA HIDUP SEHAT

dr. Faika Rachmawati, M.Kes

Dinas Kesehatan Kota Depok

# BAB 7

## **PROMOSI GAYA HIDUP SEHAT**

---

### **A. PENDAHULUAN**

Kesehatan merupakan sesuatu yang berharga dan tidak tergantikan dalam kehidupan manusia. Kesehatan mempunyai dimensi yang lebih luas tidak sekedar membahas tentang penyakit yaitu dimensi fisik (biologis), mental (perilaku) dan sosial (lingkungan) yang secara holistik saling mempengaruhi (Rokeach, 1995). Perilaku sehat (*behavioral health*) merupakan salah satu kebutuhan dasar yang perlu dipenuhi oleh manusia. Dengan berkembangnya teknologi modern maka manusia telah mengembangkan gaya hidup (*lifestyle*) yang mengutamakan kecepatan mobilitas dan efisiensi untuk memenuhi gaya hidup tersebut oleh karena itu berkembang suatu gaya hidup yang tidak sesuai dengan perilaku sehat (Sheridan, C.L., & Radmacher, 1992)

Sehat adalah keadaan normal, di mana manusia mempunyai hak untuk hidup. Sehat berhubungan dengan hukum alam yang mengatur tubuh, jiwa, dan lingkungan berupa udara segar, sinar matahari, relaksasi, kebersihan serta pikiran, kebiasaan dan gaya hidup yang baik atau bisa dikatakan bahwa sehat adalah memperbaiki kondisi manusia, baik fisik, mental ataupun spiritual, sosial dan tidak hanya pemberantasan penyakit.(Chandra, 2006)

Konsep promosi kesehatan merupakan pengembangan dari konsep pendidikan kesehatan, yang berlangsung sesuai dengan perubahan paradigma kesehatan di masyarakat (*Public Health*). Perubahan paradigma kesehatan masyarakat antara lain terjadi akibat perubahan pola penyakit, gaya hidup, kondisi kehidupan, lingkungan hidup, dan demografi. Pada

## DAFTAR PUSTAKA

- Adliyani, Z. O. N. (2015). Pengaruh Perilaku Individu terhadap Hidup Sehat. *Majority*, 4(7), 109–114.
- Agustina, S. (2020). Analisis Faktor Gaya Hidup Sehat dan Social Media Marketing Terhadap Niat Beli pada Followers Instagram Herbalife Indonesia. *Jurnal Ilmu Manajemen (JIM)*, 8(1), 257–264.
- Ahira, A. (2010). *Pengertian Gaya Hidup Sehat*. <http://www.anneahira.com/pengertian-pola-hidup-sehat-8691.htm>
- Andayani, R, Z. Mubarak dan D.R. Rinanda.J Syiah Kuala Dent Soc, 2016, 1 (2):201-210. (2016). Aktivitas antibakteri tepung Faecalis, cacing tanah (*Lumbricus rubellus*) terhadap Enterococcus secara in vitro. *J Syiah Kuala Dent Soc*, 1(2), 201–210.
- Aphrodita, M. E. B. M. S. (2010). *Terapi Jus Buah Dan Sayuran*. Kata Hati.
- Aziz, R. A., & Putri, A. K. R. (2019). Perilaku Hidup Sehat di Masyarakat. *STIKES Surya Mitra Husada*, 1–4.
- Cahyono, J. B. S. B. (2008). P. G. hidup dan P. K. G. H. & P. M. (2008). Perubahan Gaya hidup dan Penyakit Kronis Modern. In *Gaya Hidup dan Penyakit Kronis Modern*.
- Chandra. (2006). *Ilmu Kedokteran Pencegahan dan Komunitas*. EGC.
- Dainur. (1995). *Materi-Materi Pokok Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Widya Medika.
- Diyah, I. A., & Wijaya, T. (2017). Determinant Factors of Purchase Intention on Green Product. *Jurnal Aplikasi Manajemen*, 15(1), 54–62. <https://doi.org/10.18202/jam23026332.15.1.07>
- Godin, G. dan G. K. (2015). The Theory of Planned Behavior : A Review of Its Applications to Health-Related Behaviors. *American Journal of Health Promotion*, XI(2), 87–98.
- Hallal PC, Andersen LB, B. F., Guthold R, Haskell W, E., & Activity, U. (2012). *Lancet Physical Physical, Series Working Group*. Lancet Physical Physical, Series Working Group. Global Progress, activity levels: surveillance Pitfalls, and prospects. *The lancet*.

- Hamidah, S. (2015). Sayuran dan Buah Serta Manfaatnya Bagi Kesehatan Disampaikan dalam Pengajian Jamaah Langar Mafaza Kotagede Yogyakarta. *Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta*, 1–10.
- Isti Cahyani, D., Irene Kartasurya, M., & Zen Rahfiludin, M. (2020). Gerakan Masyarakat Hidup Sehat dalam Perspektif Implementasi Kebijakan(Studi Kualitatif). *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 15(10), 10–18. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jkmi>,
- Keller, K. (2012). *Manajemen Pemasaran* (12th ed.). Erlangga.
- Kemenkes RI. (2018). Ayo Hidup Sehat! *Warta Kesmas*, 04. [www.kesmas.kemkes.go.id](http://www.kesmas.kemkes.go.id)
- Kemenkes RI. (2022). “*Jangan Sebar Kotoranmu! Ayo Pakai Jamban Sehatmu!*” <https://promkes.kemkes.go.id/buku-bacaan-kader-posyandu-jangan-sebar-kotoranmu-ayo-pakai-jamban-sehatmu>
- Lee, I. C., Chang, C. S., & Du, P. L. (2017). Do healthier lifestyles lead to less utilization of healthcare resources? *BMC Health Services Research*, 17(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12913-017-2185-4>
- Martina,Deborah,Andi Susilawaty,Tasnim, dkk. (2012). Promosi Kesehatan & Perilaku Kesehatan. In Jakarta: EGC. Yayasan Kita Menulis.
- Moch. Agus Krisno Budiyono. (2004). *Dasar-dasar ilmu Gizi*. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Murdiati, A., dan A. (2013). *Panduan Penyiapan Pangan Sehat Untuk Semua* (Pertama). Kencana Prenadamedia Group.
- Nugroho, A. S., Kaswinarni, F., & Prasetyo, P. (2012). Pengelolaan Kebersihan Dan Kesehatan Lingkungan Masyarakat Kalicari Kecamatan Pedurungan Kota Semarang. *E-Dimas*, 3(2), 21. <https://doi.org/10.26877/e-dimas.v3i2.1547>
- Prasetyo, K. M. (2020). Buku Pemantauan Aktivitas Fisik. In *Yogyakarta: The Journal Publishing*.
- Priangguna, C. (2014). Perilaku Mengkonsumsi Minuman beralkohol pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal BK UNESA*, 4(3), 1–7. <http://batam.tribunnews.com>
- Putra, A. (2012). Pengaruh Alkohol Terhadap Kesehatan. In *Semnas FMIPA UNDIKSHA* (pp. 1–8). <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/semnasmipa/article/view/2749>

- Rokeach, S. (1995). *Health Psychologi*. Mc.Graw-Hill.
- Sarwono, S. W. (2011). *Psikologi Remaja*. Rajawali Pers.
- Sheridan, C.L., & Radmacher, S. A. (1992). *Health Psychology:Challenging the Biomedical Model*. John Wiley & Sonc, Inc., New York.
- Sumarwati, M., Mulyono, W. A., Nani, D., Swasti, K. G., & Abdilah, H. A. (2022). Pendidikan Kesehatan tentang Gaya Hidup Sehat Pada Remaja Tahap Akhir. *Jurnal Abdimas BSI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 36–48.  
<https://doi.org/10.31294/jabdimas.v5i1.11354>
- Tritama, T. K. (2015). Konsumsi Alkohol dan Pengaruhnya terhadap Kesehatan. *Journal Majority*, 4(8), 7–10.
- WHO. (2022). *Aktivitas fisik*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- Wicaksono, A. (2021). *Buku Aktivitas Fisik dan Kesehatan* (Issue July).  
<https://www.researchgate.net/publication/353605384>
- Winarto, W. P. dan T. L. (2004). *Khasiat dan Manfaat Kunyit (Sehat Jakarta dengan Ramuan Tradisional)*. Agromeda.
- Yuliarti. (2008). *Food Suplement: Panduan mengkonsumsi makanan Tambahan Untuk Kesehatan Anda*. Banyu Media.
- Yunita Amraeni, Muhammad Ilyas, I. M. (1967). Promosi Kesehatan. In *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. Eureka Media Aksara.



# PERILAKU KESEHATAN & PROMOSI KESEHATAN

## BAB 8: PENCEGAHAN PENYAKIT DAN PROMOSI KESEHATAN

Elpira Asmin, M.Kes

Universitas Pattimura

# BAB 8

## PENCEGAHAN PENYAKIT DAN PROMOSI KESEHATAN

---

### A. PENDAHULUAN

Pencegahan penyakit dan promosi kesehatan sangat penting untuk meningkatkan kualitas hidup. Pencegahan penyakit dan promosi kesehatan melibatkan berbagai strategi untuk mencegah penyakit dan mempromosikan kesehatan masyarakat secara keseluruhan. Ini termasuk pendidikan kesehatan, kampanye penyuluhan, program vaksinasi, kebijakan lingkungan yang sehat, akses yang lebih baik ke layanan kesehatan, promosi gaya hidup sehat, serta peningkatan kesadaran akan pentingnya kesehatan mental. Upaya ini bertujuan untuk mencegah penyakit sebelum mereka berkembang serta meningkatkan kesejahteraan fisik dan mental individu dan masyarakat secara keseluruhan.

Pencegahan merupakan komponen yang paling penting dari berbagai aspek kebijakan publik (sebagai contoh pencegahan kejahatan, pencegahan kekerasan pada anak, keselamatan berkendara), banyak juga yang berkontribusi secara langsung maupun tidak langsung untuk kesehatan. Konsep pencegahan adalah suatu bentuk upaya sosial untuk promosi, melindungi, dan mempertahankan kesehatan pada suatu populasi tertentu (*National Public Health Partnership*, 2006).

Pengertian pencegahan secara umum adalah mengambil tindakan terlebih dahulu sebelum kejadian. Dalam mengambil langkah-langkah pencegahan, haruslah didasarkan pada data atau keterangan yang bersumber dari hasil analisis dari epidemiologi. Pencegahan penyakit berkembang secara terus menerus dan pencegahan tidak hanya ditujukan

## DAFTAR PUSTAKA

- Asmin, E. (2023). *Vaksinasi Meningitis Pada Jemaah Haji di Kantor Kesehatan Pelabuhan Ambon*. 4(1), 43–49.
- Budiarto, Eko & Anggraeni, Dewi. 2013. Pengantar Epidemiologi. Jakarta: Buku Kedokteran EGC
- Bustan, M.N. 2006. Pengantar Epidemiologi Edisi Revisi. Jakarta: Rineka Cipta
- Bustan, M.N. 2007. Epidemiologi Penyakit Tidak Menular. Jakarta: Rineka Cipta
- Centers for Disease Control and Prevention. (2019). Principles of community engagement (2nd ed.). Atlanta: U.S. Department of Health and Human Services.
- Kholid Ahmad. 2012. Promosi Kesehatan Dengan Pendekatan Teori Perilaku, Media dan Aplikasinya. Jakarta : RajaGrafindo Persada
- Kickbusch, I., Nutbeam, D., & Harris, E. (Eds.). (2017). Health promotion glossary (3rd ed.). Geneva: World Health Organization.
- Linggar, E. Z. E. S., Asmin, E., Astina, Tuakia, A., Kailola, N., & Mainase, J. (2023). Penanganan Awal dari Sengatan Hewan Laut di Maluku Tengah. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(2), 1886–1894.
- Lombogia, M. (2017). Buku Ajar Maternitas : Teori dan konsep. Jakarta : Media Group, 1–27.
- Noor. Nur Nasry. 2006. Pengantar Epidemiologi Penyakit Menular. Jakarta: Rineka Cipta
- Noor, Nur Nasry. 2008. Epidemiologi. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo Soekidjo. 2003. Ilmu Kesehatan Masyarakat. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo Soekidjo. 2005. Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo Soekidjo. 2007. Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notosoedirdjo & Latipun. 2005. Kesehatan Mental, Konsep, dan Penerapan. Jakarta: UMM Press

- Nutbeam, D., & Harris, E. (2019). Theory in a nutshell: A practical guide to health promotion theories (4th ed.). Sydney: McGraw-Hill Education.
- Roni, S., Asmin, E., Pelupessy, T., Tahitu, R., Titaley, C. R., & Zuneldi, T. (2022). Upaya Peningkatan Pengetahuan tentang Tuli Akibat Bising dan Kesehatan Keselamatan Kerja kepada Nelayan di Negeri Latulahat, Maluku. *Dharma Laksana Mengabdi Untuk Negeri*, 5(2), 507–513.
- Ryadi, A.L. Slamet & Wijayanti, T. 2014. Dasar-Dasar Epidemiologi Edisi ke-2. Jakarta: Salemba Medika
- Toressy, O., Asmin, E., & Kailola, N. E. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Kematian Neonatal di RSUD Dr. M. Haulussy Ambon Periode Januari 2017-April 2019. *PAMERI: Pattimura Medical Review*, 2(1), 13–25. <https://doi.org/10.30598/pamerivol2issue1page13-25>
- World Health Organization. (2009). Preventing chronic diseases: A vital investment. Geneva: WHO Press.



# PERILAKU KESEHATAN & PROMOSI KESEHATAN

## BAB 9: PROMOSI KESEHATAN MENTAL

Ni Made Ari Wilani, S.Psi., M.Psi

P.S Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana

# BAB 9

## **PROMOSI KESEHATAN MENTAL**

---

### **A. PENDAHULUAN**

Promosi kesehatan mental adalah usaha yang sangat penting untuk meningkatkan kesejahteraan mental baik dalam tataran individu maupun kelompok masyarakat yang lebih luas. Kebutuhan dan kesadaran untuk meningkatkan kesehatan mental masyarakat secara global bahkan sudah dicanangkan dalam Rencana Aksi Global WHO tahun 2013-2020 (World Health Organisation, 2013). Mengingat mulai masifnya wacana dan pengembangan promosi kesehatan mental dilakukan, maka pengetahuan awal mengenai promosi kesehatan mental yang akan disajikan di bagian ini akan membantu memudahkan dalam merencanakan intervensi dalam bentuk promosi kesehatan mental.

Promosi kesehatan mental merupakan konsep yang perlu lebih banyak diperkenalkan, sehingga dapat meningkatkan ruang untuk optimalisasi perkembangan promosi kesehatan mental khususnya di Indonesia. Selain itu konsep tentang promosi kesehatan mental juga terkadang masih tumpang tindih dengan prevensi atau pencegahan kesehatan mental. Dalam bagian ini akan diuraikan dengan lebih terperinci tentang konsep-konsep penting dalam kesehatan mental secara umum, apa itu promosi kesehatan mental, prinsip-prinsip dasar dalam mengembangkan promosi kesehatan mental, strategi dalam menerapkan promosi kesehatan mental, promosi kesehatan pada berbagai rentang usia dan akan disajikan pula latihan soal untuk mengasah pemahaman.

## DAFTAR PUSTAKA

- Barry, M. M. (2007). Generic principles of effective mental health promotion. *International Journal of Mental Health Promotion*, 9(2), 4–16.  
[https://aran.library.nuigalway.ie/bitstream/handle/10379/2616/022007\\_ja\\_generic\\_principles\\_ijmhp\\_92.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://aran.library.nuigalway.ie/bitstream/handle/10379/2616/022007_ja_generic_principles_ijmhp_92.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Barry, M. M. (2019a). A Generic Template for Implementing Mental Health Promotion. In M. M. Barry, A. M. Clarke, I. Petersen, & R. Jenkins (Eds.), *Implementing Mental Health Promotion* (Second Edi). Springer Nature Switzerland AG.
- Barry, M. M. (2019b). Concepts and Principles of Mental Health Promotion. In M. M. Barry, A. M. Clarke, I. Petersen, & R. Jenkins (Eds.), *Implementing Mental Health Promotion*. Springer Nature Switzerland AG.
- Billington, D. . (2018). Mental Health Promotion. In M. C. Murray & C. A. Reed (Eds.), *Promotion of Mental Health Volume 7, 2000*. Routledge.
- Cattan, M. (2006a). Introduction. In M. Cattan & S. Tilford (Eds.), *Mental Health Promotion: A Lifespan Approach* (p. 1). Open University Press.
- Cattan, M. (2006b). Older people: the retirement years (65–80 years and 80+ years). In M. Cattan & S. Tilford (Eds.), *Mental Health Promotion: A Lifespan Approach*. Open University Press.
- Cattan, M., & Tilford, S. (2006). Adulthood: increasing responsibility and middle-age (25–45 years and 45–65 years). In M. Cattan & S. Tilford (Eds.), *Mental Health Promotion: A Lifespan Approach*. Open University Press.
- Herrman, H., & Jané-Llopis, E. (2012). The Status of Mental Health Promotion. *Public Health Reviews*, 34(2), 1–21.  
<https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/BF03391674.pdf>
- Herrman, H., Saxena, S., Moodie, R., & Walker, L. (2005). Introduction: Promoting Mental Health as a Public Health Priority. In H. Herrman, S. Saxena, & R. Moodie (Eds.), *Promoting Mental Health: Concepts, Emerging Evidence, Practice* (pp. 2–15). World Health Organization.  
<https://www.who.int/publications/i/item/9241562943>

- MacDonald, G. (2006). What is Mental Health? In M. Cattan & S. Tilford (Eds.), *Mental Health Promotion: A Lifespan Approach*. Open University Press.
- Rowling, L. (2006). Adolescence and emerging adulthood (12–17 years and 18–24 years). In M. Cattan & S. Tilford (Eds.), *Mental Health Promotion: A Lifespan Approach*. Open University Press.
- Tilford, S. (2006a). Infancy and childhood (0–5 years and 6–12 years). In M. Cattan & S. Tilford (Eds.), *Mental Health Promotion: A Lifespan Approach*. Open University Press.
- Tilford, S. (2006b). Mental Health Promotion. In M. Cattan & S. Tilford (Eds.), *Mental Health Promotion: A Lifespan Approach*. Open University Press.
- World Health Organisation. (2013). *Mental Health Action Plan 2013-2020*.  
[https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/89966/9789241506021\\_eng.pdf?sequence=1](https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/89966/9789241506021_eng.pdf?sequence=1)
- World Health Organisation. (2022a). *Mental Health*. WHO.  
<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- World Health Organisation. (2022b). *World mental health report: transforming mental health for all*.  
<https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/356119/9789240049338-eng.pdf?sequence=1>



# PERILAKU KESEHATAN & PROMOSI KESEHATAN

## BAB 10: KESEHATAN SEKSUAL DAN REPRODUKSI

Kristy Mellya Putri, SST., Bdn., M.Kes

Pendidikan Profesi Bidan

# BAB 10

## **KESEHATAN SEKSUAL DAN REPRODUKSI**

---

### **A. PENGERTIAN KESEHATAN SEKSUAL DAN REPRODUKSI**

Kesehatan reproduksi adalah suatu keadaan sejahtera fisik, mental, dan sosial secara utuh tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan dalam suatu yang berkaitan dengan system reproduksi, fungsi dan prosesnya (WHO).

Kesehatan reproduksi adalah keadaan sempurna fisik, mental dan kesejahteraan social dan tidak semata-mata ketiadaan penyakit atau kelemahan, dalam segala hal yang berkaitan dengan system reproduksi dan fungsi serta proses (ICPD, 1994).

Kesehatan Reproduksi adalah suatu keadaan sehat mental, fisik dan kesejahteraan sosial secara utuh pada semua hal yang berhubungan dengan sistem dan fungsi serta proses reproduksi dan bukan hanya kondisi yang bebas dari penyakit dan kecacatan serta dibentuk berdasarkan perkawinan yang sah, mampu memenuhi kebutuhan spiritual dan material yang layak, bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, spiritual yang memiliki hubungan yang serasi, selaras dan seimbang antara anggota keluarga dan antara keluarga dengan masyarakat dan lingkungan (BKKBN,1996).

Kesehatan reproduksi adalah kemampuan seseorang untuk dapat memanfaatkan alat reproduksi dengan mengukur kesuburnya dapat menjalani kehamilannya dan persalinan serta aman mendapatkan bayi tanpa resiko apapun (*Well Health Mother Baby*) dan selanjutnya mengembalikan kesehatan dalam batas normal (IBG. Manuaba, 1998).

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Aswini, Y. B., & Varun, S. (2010). Genetics in public health: Rarely explored. Indian J Hum Genet, 16(2), 47-54. doi:10.4103/0971-6866.69326
- Peraturan Pemerintah (PP) Nomor 61 Tahun 2014 tentang Kesehatan Reproduksi sumber LN. 2014 No. 169, TLN No. 5559, LL SETNEG : 30 HLM
- Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 43 Tahun 2015 tentang Penyelenggaraan Pelayanan Reproduksi Dengan Bantuan Atau Kehamilan Di Luar Cara Alamiah sumber BN.2015/NO. 868, kemenkes.go.id : 13 hlm
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 97 Tahun 2014 Tentang Pelayanan Kesehatan Masa Sebelum Hamil, Masa Hamil, Persalinan, Dan Masa Sesudah Melahirkan, Penyelenggaraan Pelayanan Kontrasepsi, Serta Pelayanan Kesehatan Seksual
- Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/MENKES/320/2020 tentang Standar Profesi Bidan



# PERILAKU KESEHATAN & PROMOSI KESEHATAN

## BAB 11: PROMOSI KESEHATAN DAN PRILAKU KESEHATAN

---

Indah Safitriani, A.Md.Kep., SKM., MKM

INKES Hermina

# BAB 11

## PROMOSI KESEHATAN DAN PRILAKU KESEHATAN

---

### A. PENDAHULUAN

#### 1. Kesehatan Kerja

Data *Internasional Labour Organization* (ILO) melaporkan bahwa satu pekerja meninggal setiap 15 detik akibat kecelakaan kerja didunia, ILO menunjukkan sekitar 160 juta pekerja menjadi sakit karena bahaya di tempat kerja, dan diperkirakan 2,3 juta pekerja meninggal setiap tahun akibat kecelakaan dan penyakit akibat kerja (PAK). Lebih dari 160 juta pekerja menderita penyakit akibat kerja dan 313 juta pekerja mengalami kecelakaan non-fatal per tahunnya. Dilihat dari sudut pandang ekonomi, ILO memperkirakan lebih dari 4 persen Produk Domestik Bruto (PDB) digunakan untuk kecelakaan dan penyakit akibat kerja. Persentase tersebut setara dengan biaya sebesar US\$ 2,8 triliun yang dihabiskan untuk hilangnya waktu kerja, gangguan produksi, kecelakaan dan penyakit akibat kerja, serta ganti rugi kepada keluarga korban. ILO mengimbau kepada seluruh negara dan perusahaan untuk mananamkan kesadaran terkait keselamatan dan kesehatan kerja (K3). Perusahaan harus menciptakan kondisi kerja yang aman untuk para pekerjanya dan menumbuhkan kesadaran kepada para pekerja untuk mengikuti prosedur K3 sesuai ketentuan yang berlaku. Salah satu upayanya, perusahaan wajib melaksanakan pelatihan, pemasangan safety sign sesuai standar di area kerja, atau melakukan kampanye K3 kreatif untuk disosialisasikan kepada para pekerja. Konsekuensi dari penyakit akibat kerja (PAK) merupakan kerugian besar bagi perusahaan dan pekerja. Di tahun 2015, Angka tenaga

# DAFTAR PUSTAKA

Definition of Occupational Health (ILO/WHO Joint Committeeon OH 1950 & 1995)

Basic Occupational Health Services (ICOH/ILO/WHO 2005, 2007: Primary Health Care)

International Code of Ethics for Occupational Health Professional (ICOH 2002)

Occupational Health and Safety Administration Series (OHSAS) 18000: 2007

[https://www.researchgate.net/publication/13356487 Book Evaluating Health Promotion](https://www.researchgate.net/publication/13356487_Book_Evaluating_Health_Promotion)

<https://www.wellsteps.com/blog/2020/01/02/workplace-health-promotion-programs/>

<https://www.asia.elsevierhealth.com/foundations-for-health-promotion-indonesian-ed-9789814995153.html>

[https://lisa.poltekkesjakarta3.ac.id/perpustakaan/index.php?p=show\\_detail&id=10062](https://lisa.poltekkesjakarta3.ac.id/perpustakaan/index.php?p=show_detail&id=10062)

<https://www.artsciencehpi.com/wp-content/uploads/2017/07/HealthPromotionWorkplace5thEd.pdf>

<https://www.amazon.com/Workplace-Health-Promotion-Programs-Implementation/dp/1118669428>

[https://www.researchgate.net/publication/7411755 Workplace health promotion The role and responsibility of health care managers](https://www.researchgate.net/publication/7411755_Workplace_health_promotion_The_role_and_responsibility_of_health_care_managers)

<https://www.amazon.com/Workplace-Health-Promotion-Programs-Implementation/dp/1118669428>

<https://pracanazdrowie.pl/wp-content/uploads/workplace-health-promotion.pdf>

<https://us.humankinetics.com/products/worksites-health-promotion-3rd-edition>

<https://www.publichealth.va.gov/docs/employeehealth/health-promotion-guidebook.pdf>

## Nasional

<https://id.scribd.com/document/275479875/Promosi-Kesehatan-Di-Tempat-Kerja>

[https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/-/---asia/---ro-bangkok/---ilo-jakarta/documents/publication/wcms\\_237650.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/-/---asia/---ro-bangkok/---ilo-jakarta/documents/publication/wcms_237650.pdf)

<https://www.wellsteps.com/blog/2020/01/02/workplace-health-promotion-programs/>

<https://promkes.kemkes.go.id/pub/files/files94785274.%20Pedoman%20Pelaksanaan%20Promosi%20Kesehatan%20di%20Puskesmas.pdf>

<https://id.scribd.com/document/275479875/Promosi-Kesehatan-Di-Tempat-Kerja>

Undang-Undang Nomor 36 tahun 2009 tentang Kesehatan (Bab XII Kesehatan Kerja)

UUD 1945.

UU No. 14/1969 Ketentuan Pokok Mengenai Tenaga Kerja.

UU No. 1/1970 TentangKeselamatanKerja.

UU No. 23/1992 TentangKesehatan.

UU No. 3/1992 TentangJaminanSosialTenagaKerja.

UU No. 13/2003 TentangKetenagakerjaan.

UU No. 1 Tahun 1970 tentang Keselamatan Kerja [JDIH BPK RI]

Peraturan Menteri Tenaga Kerja No. PER-04/MEN/1987 pasal 1

Permenaker No. PER-04/MEN/1987 tentang P2K3 serta Tata Cara Penunjukan Ahli Keselamatan Kerja, Pasal 1

Peraturan Menteri Tenaga Kerja Nomor 5 tahun 1996 tentang Sistem Manajemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja

<https://media.neliti.com/media/publications/86544-ID-pengaruh-keselamatan-dan-kesehatan-kerja.pdf>. Diakses pada tanggal 14 Mei 2018 Badan Pusat Statistik. Februari 2015, Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) sebesar 5,81 Persen. BPS [Online]. [Diakses 5 April 2016] Dari:URL: <http://www.bps.go.id/brs/view/id/1139> Kementerian Kesehatan. 2014. 1

Orang Pekerja Di Dunia Meninggal Setiap 15 Detik Karena Kecelakaan Kerja. <http://www.depkes.go.id/article/print/201411030005/1-orang-pekerja-didunia-meninggal-setiap-15-detik-karena-kecelakaan-kerja.html> diakses pada tanggal 14 Mei 2018

Kurniawidjaja, L. M. 2010. Teori dan Aplikasi Kesehatan Kerja. Jakarta : Penerbit Universitas Indonesia (UI-Press). Putri, D.K.A.Y., Kusreni, S. Analisis Pengaruh Tingkat Kesehatan, Tingkat Pendidikan, Dan Upah Terhadap Produktivitas Tenaga Kerja Di Indonesia. JIEP-Vol. 17, No 2, November 2017 ISSN (P) 1412-2200 E-ISSN 2548-1851

[https://www.google.com/search?q=beberapa+alasan+mengapa+pentingnya+promosi+kesehatan+tempat+kerja&sca\\_esv=c36154a2d2ecdf1d&ei=W\\_jmZYmqM8WK4-EPxOCR0As&oq=Beberapa+alasan+mengapa+pentingnya+promosi+kesehatan+ditem&gs\\_lp=Egxnd3Mtd2I6LXNlcnAiOkJlYmVyYXBhIGF5YXNhbiBtZW5nYXBhIHBlbnRpbmdueWEgcHJvbW9zaSBrZXNlaGF0YW4gZGIZW0qAggAMgcQIRgKGKABMgcQIRgKGKABMgcQIRgKGKAB SJ\\_WClCctwlYgcMKcA54AZABAjBtgGgAb4yqgEFNDUuMjO4AQHIA\\_QD4AQGYAIkAgp5qAIKwgIKEAAYRxjWBBiwA8ICCxAAGIAEGLedGI\\_MBwgILEC4YgwEYsQMYgATCAg4QABiABBiKBRixAxiDAcICBRAuGIAE\\_wgiQEAAYgAQYigUYQxixAxiDAcICChAAGIAEGloFGEPCAhEQLhiABBixAxiDARjHARjRA8ICBRAAGIAEwgIIEAAYgAQYsQPCAhAQABiABBiKBRixAxiDARgKwgIIEC4YgAQYsQPCAgQQABgDwgILEC4YgAQYsQMYgwHC\\_AhYQABgDGI8BGOUCGOoCGLQCGIwD2AEBwgIWECA4YAxPARjlAhjqAhi0AhiMA9gBAcICCxAuGIAEGMcBGK8BwgIGEAAyFhgewgIIEAAYFhgeGA\\_CAgUQIRigAcICBRAhGJ8FwgIEECEYFZgDDYgGAZAGCLoGBAgB\\_GAqSBwU1MC4zMqAH9MkD&sclient=gws-wiz-serp](https://www.google.com/search?q=beberapa+alasan+mengapa+pentingnya+promosi+kesehatan+tempat+kerja&sca_esv=c36154a2d2ecdf1d&ei=W_jmZYmqM8WK4-EPxOCR0As&oq=Beberapa+alasan+mengapa+pentingnya+promosi+kesehatan+ditem&gs_lp=Egxnd3Mtd2I6LXNlcnAiOkJlYmVyYXBhIGF5YXNhbiBtZW5nYXBhIHBlbnRpbmdueWEgcHJvbW9zaSBrZXNlaGF0YW4gZGIZW0qAggAMgcQIRgKGKABMgcQIRgKGKABMgcQIRgKGKAB SJ_WClCctwlYgcMKcA54AZABAjBtgGgAb4yqgEFNDUuMjO4AQHIA_QD4AQGYAIkAgp5qAIKwgIKEAAYRxjWBBiwA8ICCxAAGIAEGLedGI_MBwgILEC4YgwEYsQMYgATCAg4QABiABBiKBRixAxiDAcICBRAuGIAE_wgiQEAAYgAQYigUYQxixAxiDAcICChAAGIAEGloFGEPCAhEQLhiABBixAxiDARjHARjRA8ICBRAAGIAEwgIIEAAYgAQYsQPCAhAQABiABBiKBRixAxiDARgKwgIIEC4YgAQYsQPCAgQQABgDwgILEC4YgAQYsQMYgwHC_AhYQABgDGI8BGOUCGOoCGLQCGIwD2AEBwgIWECA4YAxPARjlAhjqAhi0AhiMA9gBAcICCxAuGIAEGMcBGK8BwgIGEAAyFhgewgIIEAAYFhgeGA_CAgUQIRigAcICBRAhGJ8FwgIEECEYFZgDDYgGAZAGCLoGBAgB_GAqSBwU1MC4zMqAH9MkD&sclient=gws-wiz-serp)



# PERILAKU KESEHATAN & PROMOSI KESEHATAN

## BAB 12: KESEHATAN LINGKUNGAN DAN PROMOSI KESEAHATAN

Ray March Syahadat, S.P., S.Ling., M.Si., M.M.

Institut Sains dan Teknologi Nasional

# BAB 12

## **KESEHATAN LINGKUNGAN DAN PROMOSI KESEAHATAN**

---

### **A. PENDAHULUAN**

Kesehatan lingkungan dan promosi kesehatan merupakan topik yang saling terkait dalam upaya meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat. Kesehatan lingkungan mencakup upaya untuk memelihara dan melindungi kebersihan lingkungan, termasuk sanitasi, ketersediaan air bersih, pengelolaan limbah, keamanan makanan, dan kebersihan mulai dari diri, rumah, hingga luar rumah. Lingkungan yang bersih, aman, dan sehat sangat penting untuk mencegah penyakit dan meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat. Sementara itu, promosi kesehatan merupakan upaya untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku individu maupun masyarakat dalam rangka meningkatkan kesehatan. Upaya promosi kesehatan juga melibatkan penyuluhan tentang pentingnya sanitasi lingkungan untuk meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat. Dengan demikian, promosi kesehatan memainkan peran penting dalam mencegah penyakit dan meningkatkan kesejahteraan masyarakat (Hammado & Muzaini, 2023; Ratodi, 2015; Tanjung et al., 2023).

Lingkungan yang bersih, aman, dan sehat sangat penting untuk mencegah penyakit dan meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat (Hammado & Muzaini, 2023; Tanjung et al., 2023). Upaya seperti penyuluhan, pembentukan gugus tugas, dan aplikasi sistem pakar juga dilakukan untuk meningkatkan kualitas kesehatan lingkungan dan mencegah penyakit (Hammado & Muzaini, 2023; Puluhulawa & Achir, 2021; Tanjung et al., 2023). Promosi kesehatan merupakan upaya untuk

## DAFTAR PUSTAKA

- Asmaningrum, H. P., & Sumanik, N. B. (2022). *Kimia Lingkungan Kontribusi Ilmu Kimia terhadap Lingkungan Berkelanjutan*. UNY Press.
- Friederichs, K. (1958). A definition of ecology and some thoughts about basic concepts. *Ecology*, 39(1), 154–159. <https://doi.org/10.2307/1929981>
- Gertsman, B. B. (2013). *Epidemiology Kept Simple an Introduction to a Traditional and Modern Epidemiology*. John Wiley & Sons.
- Hammado, N., & Muzaini, M. (2023). Penyuluhan pentingnya sanitasi lingkungan untuk peningkatan kualitas kesehatan masyarakat Desa Gantarang Kecamatan Kelara Kabupaten Jeneponto. *Jurnal Abdimas Indonesia*, 3(3), 254–257. <https://doi.org/10.53769/jai.v3i3.478>
- Herlambang, A. (2006). Pencemaran air dan strategi penanggulangannya. *Jurnal Air Indonesia*, 2(1), 16–29. <https://doi.org/10.29122/jai.v2i1.2280>
- Pratiwi, D. S., Dahlan, F. M., Pongdatu, M., Safaringga, M., Sarita, S., Azlimin, Syahwal, M., Al-Fajri, B. A., Risnawati, Juliana, N., Yati, M., Novitasari, A., & Saltar, L. (2023). *Promosi Kesehatan* (Y. Amraeni, M. Ilyas, & I. M. A. K. Arifin (eds.)). CV. EUREKA MEDIA AKSARA.
- Puluhulawa, M. R., & Achir, N. (2021). Peningkatan kesehatan masyarakat Desa melalui pembentukan gugus tugas pencegahan stunting dan penyuluhan hukum kesehatan lingkungan di Desa Buntulia Tengah. *DAS SEIN: Jurnal Pengabdian Hukum Dan Humaniora*, 1(2), 89–99. <https://doi.org/10.33756/jds.v2i1.8258>
- Purnama, S. G. (2017). *Diktat Dasar-Dasar Kesehatan Lingkungan*. Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana.
- Ratodi, M. (2015). Integrasi konsep Islam dalam konteks promosi kesehatan studi pada model lima tahap Bracht. *Al-Mabsut: Jurnal Studi Islam Dan Sosial*, 9(2), 41–58. <https://doi.org/10.56997/almabsut.v9i2.72>
- Sagoff, M. (2017). On the definition of ecology. *Biological Theory*, 12(2), 85–98. <https://doi.org/10.1007/s13752-017-0263-9>

- Scholthof, K. B. G. (2007). The disease triangle: pathogens, the environment and society. *Nature Reviews Microbiology*, 5(2), 152–156.
- Siregar, P. A. (2020). *Buku Ajar Promosi Kesehatan*. Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
- Susilawati, Aznam, N., & Paidi. (2022). *Pencemaran Lingkungan Berbasis Model Pembelajaran ISSITech*. UNY Press.
- Susser, M. (1973). *Causah Thinking in The Health Science. Concepts and Strategies in Epidemiology*. Oxford University Press.
- Syahadat, R. M., Nailufar, B., Saleh, I., Pratama, B. A., & Mulyawati, I. (2021). Review of outbreak and disease threats due to climate change. *KESMAS UWIGAMA: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 198–207. <https://doi.org/10.24903/kujkm.v7i2.1048>
- Syahadat, R. M., Putra, P. T., & Pratiwi, M. D. (2017). Ruang terbuka hijau dan permasalahan kesehatan perkotaan studi kasus di Provinsi DKI Jakarta. *Jurnal Arsitektur Lansekap*, 3(2), 179–188. <https://doi.org/10.24843/JAL.2017.v03.i02.p07>
- Tanjung, N., Auliani, R., Rusli, M., Siregar, I. R., & Taher, M. (2023). Peran kesehatan lingkungan dalam pencegahan penyakit menular pada remaja di Jakarta: Integrasi ilmu lingkungan, epidemiologi, dan kebijakan kesehatan. *Jurnal Multidisiplin West Science*, 2(9), 790–798. <https://doi.org/10.58812/jmws.v2i09.629>
- Walters, A. H. (1985). Clinical ecology in environmental health. *Reviews on Environmental Health*, 5(3), 271–293.

## **PROFIL PENULIS**

## **Dr. Hanna Tabita Hasianna Silitonga, dr., M.Kes., FISPH., FISCM.**



Penulis adalah dosen di Fakultas Kedokteran Universitas Ciputra (FKUC) Surabaya. Merupakan alumni profesi dokter dari Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara (USU) dan pendidikan Doktoral di Fakultas Kesehatan Masyarakat Airlangga Universitas Airlangga (UNAIR) Surabaya. Beliau menjabat sebagai sekretaris Komite Etik Penelitian Kesehatan di kampusnya saat ini dan aktif dalam penelitian dan pengabdian masyarakat.

## **Dipo Wicaksono, SKM., MKM**



Penulis lahir di Jakarta 13 November 1985. Merupakan anak ke 2 dari 2 bersaudara. Beliau merupakan lulusan S1 dan S2 Fakultas Kesehatan Masyarakat, Jurusan Gizi Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia dan saat ini sedang menempuh pendidikan S3 Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Sebelas Maret, Surakarta. Beliau saat sebagai penulis, praktisi dan fasilitator untuk beberapa riset kesehatan. Sebelumnya beliau merupakan staf pengajar Program Studi Promosi Kesehatan, Program Sarjana Terapan di Universitas Kusuma Husada, Surakarta. Sebelumnya beliau juga mengajar di Program Pendidikan Gizi, Universitas MH Thamrin, Jakarta. Saat ini beliau sudah mengeluarkan 11 book chapter yang terdiri dari: Kesehatan Reproduksi, Pengantar Promosi Kesehatan, Metodologi Penelitian Kuantitatif, Konsep & Strategi Mewujudkan PIS-PK, Pangan & Gizi, Pengantar Keperawatan Gerontik, Pengenalan dan Pemeriksaan Fisis Bayi dan Anak, Pengantar Ilmu Gizi, Stunting dan Gizi Buruk, Keperawatan Kesehatan Jiwa, Metode penelitian Pendidikan dan 1 buku singel author (Pentingnya Media Audio Visual dan Booklet MP-ASI). Email: dipowicaksono@gmail.com

### **Dr. Jasrida Yunita, SKM, M.Kes**



Penulis menamatkan pendidikan S1 di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara, S2 di Program Studi Kesehatan Masyarakat Pascasarjana Universitas Andalas, dan S3 di Program Studi Doktoral Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia. Beliau merupakan dosen PNS dpk LLDikti Wilayah X pada Universitas Hang Tuah Pekanbaru dan saat ini menjabat sebagai Direktur Program Pascasarjana. Beliau juga aktif dalam organisasi profesi Ikatan Ahli Kesehatan Masyarakat Indonesia (IAKMI) baik di tingkat daerah maupun tingkat pusat, serta ikut terlibat dalam kepengurusan APTISI Wilayah X B Riau. Selain itu juga aktif dalam kegiatan kemasyarakatan sebagai pembina dalam kegiatan posyandu, baik posyandu balita maupun posyandu lansia. Tulisan beliau dengan topik kesehatan masyarakat sudah banyak diterbitkan dalam jurnal, baik nasional maupun internasional.

### **Dr. Novita Rany, SKM., M.Kes**



Penulis lahir di Pekanbaru 11 Juli 1986. Saat ini penulis sebagai dosen tetap di Universitas Hang Tuah Pekanbaru. Penulis sudah menulis beberapa buku antara lain berjudul Perilaku Kesehatan dan Pengukurannya, Psikologi dan Konseling Kesehatan dan Metodologi Penelitian Kualitatif. Di sela-sela sebagai dosen, ia menulis beberapa tulisan ilmiah. Salah satu tulisan yang kini yang sudah diterbitkan di Jurnal Internasional terindeks Scopus Q2 yang berjudul "Implementasi Program Sanitasi Total Berbasis Masyarakat (STBM) di Pinggiran Sungai Siak". Beberapa karyanya yang lain akan menyusul. Selain itu, penulis juga aktif sebagai narasumber, salah satunya narasumber pemicuan Program STBM di Pekanbaru. Penulis juga aktif di organisasi profesi Ikatan Ahli Kesehatan Masyarakat Indonesia (IAKMI) Provinsi Riau di bidang Promosi Kesehatan

## **Susanti Br Perangin-angin, SKM., M.Kes**



Penulis lahir di Kabanjahe, Sumatera Utara, 16 Agustus 1973. Tamatan SMA Negeri 1 Kabanjahe tahun 1992 dan masuk PAMSKL Departemen Kesehatan Republik Indonesia. Tahun 2004 mendapat beasiswa melanjutkan ke S1 ke Fakultas Kesehatan Masyarakat Jurusan Epidemiologi USU dan pada tahun 2010 juga mendapat bea siswa sehingga penulis melanjutkan Pendidikan ke FKM Universitas Sumatera Utara dan selesai pada tahun 2012. Pekerjaan sebagai PNS pada tahun 1999 dan mengajar sejak tahun 2006 sampai sekarang dan bekerja di Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan Kesehatan Lingkungan sampai sekarang dan pernah menjabat sebagai pengelola akademik dan pengelola yang lain dan diangkat sebagai Kaprodi Sarjana Terapan Sanitasi Lingkungan selain sebagai dosen tetap (2018-2022). Jabatan sekarang sebagai dosen tetap dan Pengelola Kemahasiswaan dan Penjaminan Mutu. Aktif melakukan kegiatan penelitian dan kegiatan pengabdian masyarakat dan terbit di berbagai jurnal baik nasional maupun internasional. Mengikuti beberapa organisasi seperti organisasi HAKLI (Himpunan Ahli Kesehatan Lingkungan Indonesia), FOPI (Federasi Olahraga Petanque Indonesia) dll. Pernah mengikuti lebih dari 50 seminar baik online maupun luring dan pertemuan ilmiah di dalam negeri dan menulis beberapa tulisan di beberapa buku. Dan mendapatkan beberapa HAKI baik penelitian dan buku.

## **Ners. Arwyn Weynand Nusawakan, S.Kep.,MA**



Penulis lahir sebagai anak kedua dari tiga bersaudara dan dibesarkan di Ambon sejak 1990. Dibesarkan sebagai anak korban konflik sosial ditahun 1999-2003 membuat penulis makin memahami betapa pentingnya merawat keberagaman. Memutuskan merantau ke pulau Jawa sejak 2007 untuk berkuliahan jurusan sarjana keperawatan di Universitas Kristen Satya Wacana.

Setelah lulus langsung direkrut menjadi dosen di tempat yang sama kemudian mendapat beasiswa untuk mengambil s2 tentang Antropologi di Silliman University Philippines pada 2013-2015. Sekembalinya ke Indonesia penulis mengambil program profesi Ners di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (kini berubah nama menjadi Universitas) Kusuma Husada Surakarta di tahun 2018. Latar belakang sebagai perawat dan juga antropolog membuat penulis banyak melakukan kajian riset tentang antropologi keperawatan, transcultural nursing maupun topik-topik lain seputar kesehatan dan budaya. Dalam dua tahun terakhir penulis sedang mengembangkan riset kualitatif terkait pengalaman nyeri dan penyakit gout arthritis. Beberapa hasil penelitian penulis dapat dilihat pada google scholar maupun Sinta Dikti dengan memasukan nama penulis.

### **dr. Faika Rachmawati, M.Kes**



Penulis lahir di kota Madiun 5 Desember 1975. Menamatkan pendidikan Sekolah Dasar sampai dengan Menengah Atas di Kota Madiun. Melanjutkan pendidikan sarjana S1 dan profesi kedokteran umum di Universitas Hang Tuah Surabaya. Menyelesaikan pendidikan Sarjana Magister Kesehatan di Universitas Respati Indonesia. Bekerja pertama kali sebagai ASN di lingkungan Dinas Kesehatan Kota Metro Provinsi

Lampung menjadi Kepala Puskesmas Karangrejo dan Kepala Puskesmas Tejoagung Kota Metro, Provinsi Lampung Kemudian mutasi ke DKI Jakarta di Puslitbang Upaya Kesehatan, Badan Penelitian dan pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI, yang pada tahun 2022 berubah nama menjadi Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. Selama meniti karir sebagai peneliti, di bidang penyakit menular dan perilaku kesehatan beberapa Karya tulis ilmiah (KTI) telah terbit di jurnal dan prosiding nasional serta mengikuti berbagai survei nasional di bidang kesehatan. Tahun 2022 sampai sekarang bekerja di Dinas Kesehatan Pemerintah Kota Depok Provinsi Jawa Barat.

## **Elpira Asmin, M.Kes**



Penulis seorang akademisi yang bekerja di Universitas Pattimura dan berdomisili di Kota Ambon Provinsi Maluku. Elpira menyelesaikan program sarjana dan magister Kesehatan Masyarakat di Universitas Hasanuddin. Elpira mulai menjadi dosen sejak tahun 2015 di STIKES Pasapua Ambon dan sejak tahun 2018 pindah ke Universitas Pattimura. Bidang ilmu yang didalami oleh Elpira adalah ilmu Kesehatan Masyarakat.

Berbagai hasil penelitian dan pengabdian kepada Masyarakat pada bidang Kesehatan Masyarakat telah dipublikasikan pada beberapa jurnal ilmiah nasional.

## **Ni Made Ari Wilani, S.Psi., M.Psi.**



Penulis bernama lengkap Ni Made Ari Wilani, S.Psi., M.Psi. Penulis saat ini bekerja sebagai dosen di Program Studi Sarjana Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana. Penulis menamatkan pendidikan Sarjana Psikologi dari Universitas Negeri Malang dan melanjutkan pendidikan Magister Profesi Psikologi dari Universitas Airlangga. Penulis saat ini mengajar beberapa mata kuliah dan tertarik menekuni kajian-kajian keilmuan terkait Kesehatan Mental, Psikologi Klinis, Psikologi Positif, Psikologi Konseling, dan Psikologi Transpersonal.

## **Kristy Mellya Putri, SST., Bdn., M.Kes**



Penulis lahir di Nipah Panjang pada tanggal 1 Juli 1990. Riwayat Pendidikan : SMA N 5 Kota Jambi lulus tahun 2008, memperoleh gelar Ahli Madya Kebidanan dari Poltekkes Kemenkes Jambi tahun 2011, memperoleh gelar Sarjana Sains Terapan Program Studi Diploma IV Bidan Pendidik dari Universitas Respati Yogyakarta tahun 2013, memperoleh gelar Magister Kesehatan Masyarakat peminatan Kesehatan Reproduksi dari Universitas Respati Indonesia tahun 2015, memperoleh gelar Profesi Bidan di Poltekkes Kemenkes Jambi tahun 2022. Riwayat Pekerjaan: Dosen tetap di Akbid Jakarta Mitra Sejahtera dari 2013-2021, Dosen tetap Program Studi Pendidikan Diploma III Kebidanan Tahun 2021 dan Pendidikan Profesi Bidan dari 2022 sampai sekarang di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Adiwangsa Jambi, telah lulus Sertifikasi Dosen. Penulis juga aktif dalam Tridarma Perguruan Tinggi serta keikutsertaan dalam Organisasi Ikatan Bidan Indonesia di Kota Jambi. Setiap langkah mempunyai arah dan tujuan sehingga setiap orang mempunyai keinginan untuk mencapai sesuatu yang bisa bermanfaat bagi orang lain. Semoga buku ini bermanfaat bagi orang banyak terkhusus para pembaca.

Email Penulis : [kristymellyaputri@rocketmail.com](mailto:kristymellyaputri@rocketmail.com)

## **Indah Safitriani, A.Md.Kep., SKM., MKM**



Penulis adalah Seorang Public Health Profesional and Occupational Safety, Penulis yang mengawali karirnya, sebagai Tenaga kesehatan, HRD, Manajer SDM, Dosen, Peneliti dan Health Promotor Occupational Safety, Owner Khalisha Skin Care & Beauty Care, Khalisha Fashion, HSD Residence Gedong, Dhan DD House Metro, Dhan Shop Metro and Dhan car Wash, Menyelesaikan pendidikan S-1 tahun 2013 difakultas kesehatan masyarakat dengan peminatan Epidemiologi, Universitas Respati Indonesia, pendidikan S-2 tahun 2022 dengan peminatan kesehatan

keselamatan kerja program studi kesehatan masyarakat di fakultas kesehatan masyarakat dengan predikat sangat memuaskan IP 3.64, kemudian melanjutkan pendidikan keahlian dibidang kecantikan tahun 2023.

## **Ray March Syahadat, S.P., S.Ling., M.Si., M.M.**



Penulis merupakan dosen tetap di Institut Sains dan Teknologi Nasional (ISTN) Jakarta dan juga aktif menjadi dosen tamu di beberapa institusi pendidikan tinggi di Indonesia. Empat gelar sarjana dan magisternya diperoleh dari IPB University (S1 dan S2), Universitas Ivet (S1), dan STIE Bank BPD Jateng (S2). Saat ini penulis sedang menempuh pendidikan doktor di Universitas Gadjah Mada. Penulis telah mempublikasikan puluhan artikel ilmiah. Tulisan pada buku ini merupakan salah satu dari beberapa tulisannya yang diterbitkan oleh Penerbit Widina. Penulis memiliki ketertarikan di bidang kesehatan, olahraga, dan lingkungan sehingga pernah mengambil beberapa *course* terkait bidang tersebut seperti *Science of Exercise* di University of Colorado Boulder, *Infection Prevention in Nursing Homes* di The University of North Carolina at Chapel Hill, *Healing with the Arts* di University of Florida, dan COVID-19: *What You Need to Know (CME Eligible)* oleh The Interstate Postgraduate Medical Association yang bekerjasama dengan Osmosis, dan *Ecology: Ecosystem Dynamics and Conservation* oleh American Museum of Natural History and Howard Hughes Medical Institute. Sebelumnya, ia juga pernah mengambil *supporting course* untuk mata kuliah Bioetika dan Kesehatan Masyarakat dari Departemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, di IPB University saat masih menjadi mahasiswa di program sarjana pada universitas yang sama. Pada tahun 2019 penulis pernah memenangkan penghargaan *Playground Challenge for Male Category* oleh Celebrity Fitness. Selanjutnya, pada tahun 2022 ia juga menjadi salah satu Top 30 The New L-men of The Year, sebuah kontes pria Indonesia untuk menginspirasi khalayak dalam bergaya hidup sehat melalui nutrisi yang benar dan olahraga yang teratur.

# PERILAKU KESEHATAN & PROMOSI KESEHATAN

Perilaku Kesehatan & Promosi Kesehatan adalah panduan komprehensif yang menguraikan beragam aspek penting dalam upaya meningkatkan kesehatan masyarakat. Dari konsep dan ruang lingkup promosi kesehatan hingga teori dan model yang mendasarinya, buku ini membawa pembaca dalam perjalanan mendalam untuk memahami faktor-faktor yang memengaruhi perilaku kesehatan. Dengan penekanan pada determinan kesehatan, pembaca diperkenalkan dengan berbagai metode penilaian kesehatan dan evaluasi perilaku yang menjadi landasan dalam merancang program promosi kesehatan yang efektif. Selain itu, buku ini menyoroti faktor-faktor pendorong perubahan perilaku, termasuk budaya dan lingkungan, yang memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang dinamika kesehatan masyarakat. Dari promosi gaya hidup sehat hingga pencegahan penyakit, pembaca akan dipandu untuk menggali strategi-promosi yang relevan dengan konteks kesehatan mental, kesehatan seksual dan reproduksi, serta pentingnya menjaga kesehatan lingkungan. Dengan bahasa yang jelas dan informatif, tidak hanya menyajikan wawasan teoritis, tetapi juga menawarkan panduan praktis bagi pembaca untuk mengimplementasikan konsep-konsep yang diajarkan. Buku ini merupakan sumber pengetahuan yang berharga bagi para profesional kesehatan, mahasiswa, dan siapa pun yang tertarik dalam upaya memajukan kesehatan masyarakat.



Penerbit

**widina**  
[www.penerbitwidina.com](http://www.penerbitwidina.com)

ISBN 978-623-500-074-9

9 786235 000749