



Buku Ajar  
**PROMOSI  
KESEHATAN**

Ester, SKM., M.Kes.

Buku Ajar  
**PROMOSI  
KESEHATAN**

**Sanksi Pelanggaran Pasal 113**  
**Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2014**  
**Tentang Hak Cipta**

1. Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000 (seratus juta rupiah).
2. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).
3. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah).
4. Setiap Orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp4.000.000.000,00 (empat miliar rupiah).

Buku Ajar

# PROMOSI KESEHATAN

Ester, SKM., M.Kes.



## **BUKU AJAR PROMOSI KESEHATAN**

**Penulis: Ester, SKM., M.Kes.**

**ISBN: 978-623-127-269-0**

*Copyright* ©September 2024  
Ukuran: 15,5 cm X 23 cm; hlm.: viii + 102

Co-Writer: Eva Septiana  
Penyelaras Aksara: Tiara Maysha Arieshanti  
Desainer sampul: Rian Saputra  
Penata isi: Kelvin Syuhada Lunivananda

Cetakan I: September 2024

Diterbitkan, dicetak, dan didistribusikan oleh  
**CV. Literasi Nusantara Abadi**  
Perumahan Puncak Joyo Agung Residence Kav. B11 Merjosari  
Kecamatan Lowokwaru Kota Malang  
Telp : +6285887254603, +6285841411519  
Email: penerbitlitnus@gmail.com  
Web: www.penerbitlitnus.co.id  
Anggota IKAPI No. 340/JTI/2022

Hak Cipta dilindungi oleh undang-undang. Dilarang mengutip atau memperbanyak baik sebagian atau keseluruhan isi buku dengan cara apa pun tanpa izin tertulis dari penerbit.



## Prakata

Promosi kesehatan merupakan suatu pendekatan komprehensif yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan masyarakat dengan fokus pada pencegahan penyakit dan peningkatan gaya hidup sehat. Pendekatan ini tidak hanya melibatkan sektor kesehatan, tetapi juga memperhitungkan berbagai faktor yang memengaruhi kesehatan individu, seperti lingkungan, sosial, dan perilaku. Dengan demikian, promosi kesehatan berusaha untuk menciptakan lingkungan yang mendukung gaya hidup sehat, memperkuat komunitas yang peduli akan kesehatan, serta memberikan pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan untuk mengambil keputusan yang sehat.

Salah satu tujuan utama dari promosi kesehatan adalah meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya kesehatan dan mendorong perubahan perilaku yang mendukung kesehatan. Ini dapat dilakukan melalui berbagai kegiatan, seperti penyuluhan, kampanye sosial, dan advokasi kebijakan. Misalnya, kampanye anti-merokok atau promosi pola makan sehat merupakan contoh konkret dari upaya promosi kesehatan untuk mengubah perilaku masyarakat agar lebih sehat.

Selain itu, promosi kesehatan juga berperan dalam mengurangi disparitas kesehatan antarkelompok masyarakat. Ini dilakukan dengan memperhatikan faktor-faktor sosial ekonomi, budaya, dan lingkungan yang memengaruhi akses serta pilihan kesehatan individu. Dengan mengidentifikasi

dan mengatasi determinan kesehatan yang mendasari, promosi kesehatan berupaya menciptakan kondisi yang setara bagi semua orang untuk mencapai kesehatan optimal.

Dalam era digital saat ini, promosi kesehatan juga semakin mengadopsi teknologi untuk mencapai lebih banyak orang dan memberikan informasi yang lebih tepat sasaran. Melalui aplikasi kesehatan, media sosial, dan platform *online* lainnya, pesan-pesan promosi kesehatan dapat disampaikan dengan lebih efektif serta dapat diakses oleh berbagai kalangan masyarakat. Dengan demikian, promosi kesehatan terus beradaptasi dengan perkembangan zaman untuk tetap relevan dan efektif dalam meningkatkan kesejahteraan masyarakat secara menyeluruh.



# Daftar Isi

Prakata .....	v
Daftar Isi .....	vii

## BAB I

KONSEP DASAR PROMOSI KESEHATAN .....	1
Pengertian Promosi Kesehatan .....	1
Tujuan Promosi Kesehatan .....	5
Sasaran Promosi Kesehatan .....	7
Upaya Promosi Kesehatan .....	11

## BAB II

AREA TINDAKAN PROMOSI KESEHATAN .....	15
Membangun Kebijakan Kesehatan Publik .....	15
Menciptakan Lingkungan yang Mendukung Kesehatan .....	18
Pemberdayaan Masyarakat .....	20
Pengembangan Personal Kesehatan .....	28
Berorientasi pada Layanan Kesehatan .....	29
Meningkatkan Tanggung Jawab Sosial terhadap Kesehatan .....	31
Meningkatkan Investasi Kesehatan dan Ketidakadilan Sosial .....	32
Meningkatkan Konsolidasi dan Memperluas Kerja Sama untuk Kesehatan .....	34

## **BAB III**

STRATEGI PENDEKATAN PROMOSI KESEHATAN .....	37
<i>Primary Care</i> .....	37
Pendidikan Kesehatan dan Perubahan Perilaku.....	39
Partisipasi Pendidikan Kesehatan.....	45
<i>Community Action</i> .....	46
<i>Socio-Ecological Health Promotion</i> .....	47

## **BAB IV**

PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) .....	53
Pengertian Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) .....	53
Sasaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).....	57
Tatanan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) .....	59

## **BAB V**

PERENCANAAN PROMOSI KESEHATAN .....	69
Identifikasi Kebutuhan dan Prioritas .....	69
Mementukan Tujuan dan Target.....	72
Identifikasi Metode yang Tepat dalam Pencapaian Tujuan .....	75
Identifikasi Sumber yang Terkait .....	76
Menyusun Metode Rencana Evaluasi .....	78
Menyusun Rencana Pelaksanaan.....	80
Pelaksanaan atau Implementasi dari Perencanaan.....	83

## **BAB VI**

MONITORING DAN EVALUASI PROMOSI KESEHATAN .....	85
Konsep Monitoring.....	85
Konsep Evaluasi .....	91
Monitoring dan Evaluasi dalam Promosi Kesehatan .....	94
Daftar Pustaka.....	99
Profil Penulis .....	101



# BAB I

## KONSEP DASAR PROMOSI KESEHATAN

### **Pengertian Promosi Kesehatan**

Green dan Kreuter (2005) mendefinisikan promosi kesehatan sebagai kombinasi dari upaya pendidikan, kebijakan, regulasi, dan organisasi yang bertujuan untuk mendukung kegiatan serta kondisi-kondisi hidup yang berdampak positif terhadap kesehatan individu, kelompok, atau komunitas.

Definisi yang disampaikan oleh Green dapat dipandang sebagai implementasi dari konsep definisi WHO yang lebih bersifat konseptual, sebagaimana tercantum dalam Ottawa Charter. Definisi tersebut secara rinci menggambarkan aktivitas-aktivitas yang perlu dilakukan dalam kerangka promosi kesehatan.

Departemen kesehatan republik Indonesia mendefinisikan promosi kesehatan sebagai upaya untuk meningkatkan kemampuan masyarakat dalam mengontrol faktor-faktor kesehatan melalui pembelajaran bersama, untuk, dan oleh masyarakat. Tujuannya adalah agar masyarakat dapat mandiri dalam membantu diri sendiri serta mengembangkan kegiatan yang sesuai dengan konteks sosial budaya lokal, didukung oleh kebijakan publik yang berfokus pada kesehatan. Definisi ini tertuang dalam Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 1114/Menkes/SK/VIII/2005.

Definisi ini menegaskan bahwa promosi kesehatan merupakan hasil dari pendidikan kesehatan yang berdampingan dengan kebijakan publik yang proaktif terhadap kesehatan. Gabungan kedua upaya ini diyakini dapat memberdayakan masyarakat untuk mengendalikan faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan mereka. Sebagai bagian integral dari program kesehatan masyarakat di Indonesia, promosi kesehatan berperan penting dalam mencapai visi pembangunan kesehatan nasional.

Dalam Undang-Undang (UU) Nomor 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan, visi pembangunan kesehatan ditetapkan sebagai meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat bagi setiap individu untuk mencapai derajat kesehatan masyarakat yang tertinggi. Hal ini dilihat sebagai investasi dalam sumber daya manusia yang berkontribusi secara positif baik secara sosial maupun ekonomi. Dengan demikian, promosi kesehatan didefinisikan sebagai usaha untuk memastikan bahwa masyarakat memiliki kesadaran dan kemampuan untuk menjaga serta meningkatkan kesehatannya (Soekidjo Notoatmodjo, 2010).

Pengertian promosi kesehatan sering kali masih menimbulkan kebingungan meskipun telah ada selama 25 tahun. Pengertian baru seperti yang disebutkan di atas belum sepenuhnya dipahami dan diimplementasikan secara luas. Banyak orang ketika membicarakan tentang promosi kesehatan, sering kali memikirkan salah satu dari dua konsep yang umum dikenal, yaitu upaya promotif dan promosi dalam konteks pemasaran.

Adapun penjelasan rincinya sebagaimana berikut.

1. Secara tradisional, istilah promosi kesehatan telah lama digunakan dalam bidang kesehatan untuk merujuk pada berbagai upaya yang dilakukan, baik secara individu maupun publik guna meningkatkan kesehatan secara keseluruhan. Tujuannya adalah agar individu dan komunitas dapat lebih mampu menjaga kesehatan serta mencegah timbulnya penyakit.

Istilah promkes ini dapat ditemukan dalam definisi kesehatan masyarakat menurut Winslow yang merupakan salah satu dari lima tingkat pencegahan (Leavell dan Clark, 1957), atau sebagai fungsi utama kedokteran (Sigerist, 1945). Di Indonesia, istilah promosi kesehatan sudah lama diadopsi oleh kalangan akademisi sebagai peningkatan derajat kesehatan atau dalam praktik kesehatan dikenal sebagai upaya promotif dan bukan sebagai promosi kesehatan.

2. Dikenalkannya konsep pemasaran ke dalam bidang sosial, khususnya kesehatan bersamaan dengan penggunaan istilah promosi secara luas oleh media publik dan massa untuk menggambarkan aktivitas kampanye komunikasi dalam memasarkan produk, telah menghasilkan pemahaman yang berbeda tentang promosi kesehatan.

Dalam konsep pemasaran, dikenal istilah bauran pemasaran (*marketing mix*) yang terdiri dari 4P, yaitu *product* (produk yang ditawarkan), *price* (harga yang ditetapkan agar sesuai dengan konsumen sasaran), *place* (tempat barang dipasok dan dijual, serta lokasi kegiatan kampanye produk), dan *promotion* (berbagai kegiatan untuk mengkampanyekan produk).

Pengertian P yang keempat dari 4P ini sangat merasuk ke dalam masyarakat, termasuk di kalangan kesehatan sehingga begitu membiarkan promosi kesehatan yang teringat adalah promosi dalam bentuk aktivitas kampanye komunikasi. Padahal aktivitas promosi dalam pemasaran sebenarnya merupakan promosi produk, bukan promosi kesehatan sebagai satu konsep yang utuh. Lahirnya konsep baru promosi kesehatan didorong oleh kenyataan bahwa upaya *health education* atau pendidikan kesehatan tidak hanya membuat individu atau masyarakat

berperilaku yang menguntungkan kesehatan. Hal ini karena pendidikan kesehatan bertujuan untuk menghasilkan perilaku yang menguntungkan kesehatan dan perilaku tersebut bersifat sukarela serta tidak memaksa (French dalam Naidoo dan Wills, 2000: 84).

Ilona Kickbush menjelaskan promosi kesehatan lahir dari pendidikan kesehatan. Beberapa alasan yang dikemukakan antara lain sebagai berikut.

1. Agar para penyuluh atau pendidik kesehatan masyarakat lebih menyadari pentingnya pendekatan positif dalam pendidikan kesehatan yang mencakup lebih dari sekadar pencegahan penyakit.
2. Semakin jelas bahwa pendidikan kesehatan akan lebih efektif jika didukung oleh berbagai upaya lain, seperti peraturan hukum, lingkungan yang mendukung, dan regulasi.
3. Pendidikan kesehatan yang bertujuan mengubah perilaku individu, kelompok, dan masyarakat ternyata tidak cukup untuk meningkatkan derajat kesehatan. Banyak faktor atau determinan yang memengaruhi kesehatan berada di luar wilayah kesehatan.

Determinasi kesehatan tidak bisa diintervensi hanya dengan pendidikan kesehatan, tetapi perlu melalui regulasi dan legislasi, serta upaya mediasi dan advokasi. Upaya advokasi, dukungan sosial, dan pemberdayaan ini yang menjadi misi serta strategi utama dalam promosi kesehatan. Secara umum, diakui bahwa untuk menciptakan atau mengubah perilaku agar lebih menguntungkan kesehatan, sering kali diperlukan metode yang mungkin bersifat memaksa, seperti pembentukan norma atau peraturan, serta penciptaan lingkungan sosial dan fisik yang mendukung lahirnya perilaku yang diinginkan.

Bunton (Naidoo dan Wills, 2000: 85) menyatakan bahwa metode-metode baru yang diperkenalkan dalam promosi kesehatan mencakup regulasi sosial yang benar-benar bersifat menekan dan mengendalikan. Upaya intervensi perilaku ini meliputi tekanan (*enforcement*) dan edukasi (*education*). Berdasarkan berbagai aktivitas yang dilibatkan, promosi kesehatan bisa dianggap sebagai bentuk baru dari kesehatan masyarakat (Tones dan Green, 2004). Dengan kata lain, promosi kesehatan merupakan program



# BAB II

## AREA TINDAKAN PROMOSI KESEHATAN

### **Membangun Kebijakan Kesehatan Publik**

Membangun kebijakan kesehatan publik yang efektif dan berkelanjutan di Indonesia memerlukan pendekatan yang berbasis bukti ilmiah yang kuat. Untuk memahami kondisi kesehatan masyarakat, kebijakan harus didasarkan pada data epidemiologi terkini. Prevalensi penyakit infeksi menular seperti malaria dan tuberkulosis masih tinggi di beberapa daerah Indonesia sehingga kebijakan harus difokuskan pada pencegahan, deteksi dini, dan pengobatan yang tepat.

Pentingnya kolaborasi lintas sektoral dalam merumuskan kebijakan kesehatan publik. Studi oleh Soewondo (2020) menyoroti pentingnya kerja sama antara pemerintah, sektor swasta, dan masyarakat sipil dalam

meningkatkan akses serta kualitas layanan kesehatan di Indonesia, termasuk dalam hal promosi kesehatan dan pencegahan penyakit tidak menular seperti diabetes serta hipertensi.

Selain itu, kebijakan kesehatan publik juga harus memperhatikan aspek sosial dan budaya lokal karena tidak dapat dipungkiri bahwa setiap masyarakat memiliki karakteristik serta nilai-nilai unik yang dapat memengaruhi efektivitas intervensi kesehatan. Adopsi perilaku sehat sering kali dipengaruhi oleh norma sosial dan nilai budaya masyarakat, di mana kebijakan tersebut diterapkan. Norma-norma ini dapat menentukan bagaimana individu dan kelompok merespons berbagai upaya kesehatan, termasuk penerimaan terhadap program-program kesehatan, kesediaan untuk mengikuti anjuran kesehatan, bahkan pandangan terhadap kesehatan itu sendiri.

Oleh karena itu, sangat penting bagi pembuat kebijakan untuk mengembangkan pendekatan kebijakan yang inklusif dan sensitif terhadap keberagaman budaya di Indonesia sehingga kebijakan tersebut dapat disesuaikan dengan kebutuhan serta kondisi spesifik dari berbagai komunitas yang ada di negara ini. Dengan demikian, kebijakan kesehatan tidak hanya akan lebih efektif dalam mencapai tujuannya, tetapi juga akan lebih diterima dan didukung oleh masyarakat luas yang pada akhirnya akan berkontribusi pada peningkatan kesehatan masyarakat secara keseluruhan.

Keberlanjutan kebijakan kesehatan publik dapat ditingkatkan melalui pengembangan kapasitas sumber daya manusia dan infrastruktur kesehatan. Buku panduan seperti yang disusun oleh kementerian kesehatan RI (2021) memberikan panduan praktis dalam merancang program pelatihan dan pengembangan infrastruktur kesehatan yang berkelanjutan sehingga dapat meningkatkan kapasitas dalam merespons berbagai tantangan kesehatan masyarakat di masa depan.

Membangun kebijakan kesehatan publik yang relevan dan efektif di Indonesia pada tahun-tahun terbaru mengandalkan pada penelitian terbaru serta buku-buku panduan yang berbasis bukti. Berdasarkan jurnal-jurnal terbaru, isu-isu kesehatan masyarakat yang mendesak di Indonesia termasuk

peningkatan prevalensi penyakit tidak menular, seperti diabetes dan penyakit jantung, serta tantangan kesehatan mental yang semakin meningkat.

Selain itu, buku panduan terkini dari kementerian kesehatan Indonesia (2022) memberikan pedoman tentang strategi pencegahan dan penanggulangan pandemi seperti Covid-19, termasuk dalam hal implementasi vaksinasi massal serta manajemen krisis kesehatan publik. Rujukan ini krusial dalam menyusun kebijakan yang responsif dan adaptif terhadap dinamika epidemiologi serta kebutuhan masyarakat di Indonesia.

Kolaborasi lintas sektoral tetap menjadi fokus utama dalam merumuskan kebijakan kesehatan publik yang holistik, pentingnya integrasi antara pemerintah, sektor swasta, dan komunitas dalam meningkatkan aksesibilitas serta kualitas layanan kesehatan, dan promosi perilaku sehat di tingkat lokal.

Dalam konteks ini, pendekatan yang berbasis bukti dan berorientasi pada solusi menjadi kunci dalam menghadapi tantangan kesehatan publik yang semakin kompleks. Dengan mengacu pada penelitian terbaru dan panduan praktis, kebijakan kesehatan publik di Indonesia dapat lebih efektif dalam mencapai tujuan kesehatan yang berkelanjutan serta inklusif bagi seluruh masyarakat.

Taktik promosi kesehatan bertujuan untuk memengaruhi para pembuat kebijakan agar menyusun kebijakan publik yang memprioritaskan kesehatan masyarakat. Ini melibatkan upaya untuk memastikan bahwa peraturan dan keputusan hukum yang dibuat memberikan perlindungan serta dukungan yang maksimal terhadap kesehatan masyarakat.

Contoh pertama adalah kebijakan yang mengatur cuti bagi pekerja perempuan yang melahirkan. Kebijakan ini tidak hanya penting untuk kesehatan ibu dan bayi, tetapi juga untuk mendukung kesejahteraan keluarga secara keseluruhan. Dengan memberikan cuti melahirkan yang memadai, kebijakan ini memastikan bahwa pekerja perempuan memiliki waktu yang cukup untuk pemulihan dan perawatan bayi baru lahir yang pada gilirannya meningkatkan kesehatan jangka panjang.

Contoh berikutnya adalah perlindungan bagi pekerja yang bekerja di luar negeri. Kebijakan ini harus mencakup perlindungan hak-hak pekerja

migran, memastikan kondisi kerja yang aman, dan akses ke layanan kesehatan yang memadai. Ini penting karena pekerja migran sering kali menghadapi risiko kesehatan yang tinggi dan kondisi kerja yang tidak menentu. Dengan menerapkan kebijakan-kebijakan tersebut, pembuat kebijakan dapat secara efektif mempromosikan kesehatan masyarakat dan menciptakan lingkungan yang mendukung kesejahteraan semua orang.

## **Menciptakan Lingkungan yang Mendukung Kesehatan**

Menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan adalah langkah krusial dalam meningkatkan kualitas hidup masyarakat Indonesia. Ada beberapa aspek penting yang perlu dipertimbangkan dalam merancang lingkungan yang berkontribusi positif terhadap kesehatan.

Salah satu fokus utama adalah desain lingkungan fisik yang mempromosikan aktivitas fisik dan mobilitas. Studi oleh Departemen Teknik Lingkungan Universitas Indonesia (2023) menyoroti pentingnya infrastruktur yang ramah pejalan kaki dan pengendara sepeda yang dapat mendorong gaya hidup aktif serta mengurangi polusi udara yang berdampak negatif pada kesehatan pernapasan masyarakat.

Selain itu, aspek keamanan pangan juga menjadi perhatian serius dalam menciptakan lingkungan yang sehat karena pangan yang aman dan sehat merupakan komponen mendasar dalam menjaga kesehatan masyarakat secara keseluruhan. Buku pedoman terbaru yang diterbitkan oleh badan pengawas obat dan makanan pada tahun 2022 memberikan panduan komprehensif tentang bagaimana pengelolaan keamanan pangan yang baik dapat dilakukan. Buku pedoman ini mencakup berbagai regulasi yang harus dipatuhi oleh produsen, distributor, dan penjual makanan untuk memastikan bahwa makanan yang sampai ke konsumen adalah aman untuk dikonsumsi.

Selain itu, pedoman ini juga menguraikan praktik terbaik yang harus diadopsi oleh seluruh rantai pasokan pangan, mulai dari tahap produksi, pengolahan, penyimpanan, hingga distribusi dan penyajian makanan. Tujuannya adalah untuk mengurangi risiko penyakit terkait pangan yang

dapat memengaruhi kesehatan masyarakat, seperti keracunan makanan, infeksi bakteri, dan kontaminasi kimia. Dengan mengikuti regulasi dan praktik terbaik yang diuraikan, diharapkan semua pihak yang terlibat dalam industri pangan dapat berkontribusi secara signifikan dalam menciptakan lingkungan pangan yang lebih aman serta sehat. Pada gilirannya akan mendukung peningkatan kualitas hidup masyarakat secara keseluruhan.

Pengaturan lingkungan yang mendukung juga mencakup aspek psikososial dan kesejahteraan mental. Kebijakan urbanisasi yang berkelanjutan harus mempertimbangkan ketersediaan ruang terbuka hijau dan fasilitas rekreasi yang memiliki dampak positif terhadap kesehatan mental serta kepuasan hidup masyarakat.

Secara keseluruhan, menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan memerlukan pendekatan terintegrasi yang tidak hanya menggabungkan pengetahuan ilmiah terkini, tetapi juga memastikan bahwa kebijakan yang diimplementasikan efektif dan tepat sasaran. Hal ini berarti bahwa penelitian terbaru dari buku dan jurnal yang diterbitkan di Indonesia harus dimanfaatkan sepenuhnya oleh pemerintah serta *stakeholder* terkait. Dengan demikian, dapat merancang strategi promosi kesehatan yang lebih holistik, memperhitungkan berbagai faktor yang memengaruhi kesehatan masyarakat dan berkelanjutan, serta memastikan bahwa upaya-upaya yang dilakukan memiliki dampak jangka panjang yang positif.

Pendekatan yang komprehensif ini melibatkan berbagai sektor, mulai dari kesehatan, pendidikan, hingga infrastruktur untuk menciptakan lingkungan yang benar-benar mendukung kesehatan masyarakat. Dengan mengintegrasikan hasil penelitian dan rekomendasi dari sumber-sumber tepercaya, pemerintah dan *stakeholder* dapat lebih baik dalam memahami kebutuhan spesifik dari komunitas-komunitas yang berbeda di Indonesia serta merancang intervensi yang lebih efektif. Akhirnya, tujuan utama adalah untuk meningkatkan kesehatan masyarakat secara menyeluruh, menciptakan populasi yang lebih sehat, produktif, dan sejahtera.

## Pemberdayaan Masyarakat

Pemberdayaan masyarakat merupakan konsep krusial dalam pembangunan yang fokus pada pemberian pengetahuan, keterampilan, dan sumber daya kepada individu serta kelompok agar mereka dapat meningkatkan kendali, partisipasi, dan kesejahteraan mereka. Dalam bidang kesehatan, pemberdayaan masyarakat berperan penting dalam menciptakan lingkungan yang mendukung, memperluas akses ke layanan kesehatan, dan meningkatkan kualitas hidup.

Rukmi (2020) menjelaskan dasar tentang pemberdayaan masyarakat dan hubungannya dengan kesehatan sebagai berikut.

### 1. Konsep dasar pemberdayaan masyarakat

Pemberdayaan masyarakat menitikberatkan pada keterlibatan aktif individu dan kelompok dalam proses pengambilan keputusan yang berdampak pada kehidupan. Hal ini mencakup pemberian kesempatan kepada masyarakat untuk berpartisipasi dalam perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi program serta kebijakan kesehatan.

Pemberdayaan masyarakat fokus pada partisipasi aktif individu dan kelompok dalam pengambilan keputusan yang memengaruhi kehidupan. Hal ini termasuk memberikan kesempatan kepada masyarakat untuk terlibat dalam perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi program serta kebijakan kesehatan.

Pemberdayaan masyarakat merupakan suatu konsep yang erat kaitannya dengan pembangunan berkelanjutan. Pendekatan ini tidak hanya menekankan pada upaya pemberdayaan dalam konteks kesehatan saat ini, tetapi juga mengintegrasikan aspek-aspek pembangunan yang berkelanjutan. Tujuan utama dari pemberdayaan masyarakat adalah menciptakan perubahan yang berkelanjutan dengan memberikan pemahaman kepada masyarakat tentang dampak jangka panjang dari setiap keputusan yang mereka ambil.

Pendekatan ini melibatkan berbagai aktivitas, seperti pendidikan, pelatihan, dan pembangunan kapasitas yang dirancang untuk meningkatkan kesadaran serta keterlibatan masyarakat dalam memahami dan

mengatasi tantangan sosial, ekonomi, serta lingkungan yang dihadapi. Dengan demikian, pemberdayaan masyarakat tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan kesehatan fisik dan mental masyarakat, tetapi juga untuk mempromosikan prinsip-prinsip pembangunan yang berkelanjutan, serta mampu memberikan manfaat jangka panjang bagi generasi mendatang.

2. Hubungan kesehatan dengan pemberdayaan masyarakat  
Pemberdayaan masyarakat dalam bidang kesehatan dimulai dengan memberikan kemampuan kepada individu untuk membuat pilihan yang sehat. Masyarakat dapat mengelola kesehatannya dengan lebih baik jika mereka memahami tentang pola makan seimbang, praktik hidup bersih, dan pentingnya vaksinasi.

Pemberdayaan masyarakat memberi kesempatan kepada masyarakat untuk terlibat dalam pengambilan keputusan terkait kesehatan. Partisipasi ini dapat mencakup perencanaan program kesehatan lokal, menentukan prioritas layanan kesehatan, dan mengevaluasi dampak dari program-program kesehatan.

Masyarakat yang diberdayakan akan lebih mampu mengakses layanan kesehatan yang diperlukan. Mereka juga akan lebih memahami hak-hak mereka dalam mendapatkan perawatan, lebih mengerti proses perawatan, dan lebih proaktif dalam mencari layanan yang mereka butuhkan. Masyarakat yang memiliki kesadaran akan pentingnya kesehatan cenderung mengadopsi gaya hidup sehat dengan lebih efektif, seperti dengan rutin menerapkan vaksinasi, menjaga kebersihan pribadi dan lingkungan sekitar, serta mengikuti pola makan yang seimbang dan bergizi.

Selain itu, pemberdayaan masyarakat juga memberikan dampak positif pada kesehatan mental dan emosional individu. Ketika masyarakat merasakan adanya dukungan sosial yang kuat dari lingkungan sekitar dan merasa memiliki kontrol yang memadai atas kehidupan mereka, hal ini cenderung mengurangi tingkat stres serta tekanan mental yang mereka alami. Dengan demikian, pemberdayaan ini memiliki potensi

besar untuk meningkatkan kesehatan mental secara keseluruhan, serta memberikan keberlangsungan pada praktik-praktik kesehatan yang berkelanjutan dalam komunitas tersebut.

3. Pemberdayaan masyarakat dalam kesehatan

Partisipasi aktif komunitas dalam perencanaan program kesehatan merupakan langkah yang sangat dianjurkan. Melibatkan komunitas dalam proses perencanaan program kesehatan memiliki manfaat besar karena dapat memastikan bahwa program yang dirancang menanggapi secara tepat kebutuhan yang spesifik dan karakteristik unik dari masyarakat lokal tersebut. Dengan keterlibatan ini, program kesehatan memiliki peluang yang lebih besar untuk diterima dengan baik oleh masyarakat setempat karena mereka merasa memiliki bagian dalam proses pembuatan keputusan yang memengaruhi kesehatan.

Selain itu, keterlibatan komunitas dalam perencanaan juga berpotensi meningkatkan keberhasilan dalam implementasi program kesehatan tersebut. Dengan mempertimbangkan pandangan, nilai-nilai, dan kebutuhan masyarakat secara langsung, program kesehatan dapat dirancang serta dilaksanakan dengan lebih tepat sasaran, efektif, dan berkelanjutan. Pendekatan ini tidak hanya membangun rasa memiliki dan keterlibatan dalam masyarakat, tetapi juga meningkatkan kapasitas masyarakat untuk berpartisipasi aktif dalam upaya menjaga serta meningkatkan kesehatan mereka secara bersama-sama. Biasanya dalam program pemberdayaan kesehatan terdapat kegiatan pelatihan keterampilan dan edukasi kesehatan. Ini bertujuan untuk memberikan masyarakat pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan agar dapat merawat diri sendiri serta keluarga.

Kampanye kesadaran kesehatan di tingkat komunitas berperan dalam meningkatkan kesadaran tentang isu-isu kesehatan tertentu dan merangsang perubahan perilaku yang positif. Kampanye semacam ini bisa meliputi inisiatif, seperti peningkatan gizi, promosi imunisasi, dan sejenisnya. Masyarakat yang diberdayakan dapat membentuk kelompok untuk mendukung dan mendorong perbaikan kondisi kesehatan

mereka. Kelompok-kelompok ini dapat membantu individu yang membutuhkan, mempromosikan perubahan dalam kebijakan, serta memberikan dukungan kepada yang memerlukan.

4. Tanggung jawab masyarakat untuk kesehatan

Partisipasi aktif komunitas dalam perencanaan program kesehatan merupakan langkah yang sangat dianjurkan. Melibatkan komunitas dalam proses perencanaan program kesehatan memiliki manfaat besar karena hal ini memastikan bahwa program yang dirancang dapat menanggapi secara tepat kebutuhan yang spesifik dan karakteristik unik dari masyarakat lokal tersebut. Dengan keterlibatan ini, program kesehatan memiliki peluang yang lebih besar untuk diterima dengan baik oleh masyarakat setempat karena mereka merasa memiliki bagian dalam proses pembuatan keputusan yang memengaruhi kesehatan.

Selain itu, keterlibatan komunitas dalam perencanaan juga berpotensi meningkatkan keberhasilan dalam implementasi program kesehatan tersebut. Dengan mempertimbangkan pandangan, nilai-nilai, dan kebutuhan masyarakat secara langsung, program kesehatan dapat dirancang serta dilaksanakan dengan lebih tepat sasaran, efektif, dan berkelanjutan. Pendekatan ini tidak hanya membangun rasa memiliki dan keterlibatan dalam masyarakat, tetapi juga meningkatkan kapasitas masyarakat untuk berpartisipasi aktif dalam upaya menjaga serta meningkatkan kesehatan secara bersama-sama.

Beberapa komunitas mungkin memiliki nilai budaya yang menghambat perubahan dan pemberdayaan, terutama dalam konteks kesehatan. Memahami dan menerima nilai budaya ini bisa menjadi tantangan. Usaha pemberdayaan masyarakat dapat terkendala jika tidak ada dukungan atau keterlibatan dari pemerintah. Kebijakan yang tidak mendorong partisipasi masyarakat juga dapat membatasi kemampuan untuk mengelola kesehatan pribadi.

5. Mengatasi kendala dan mempromosikan pemberdayaan masyarakat  
Langkah awal dalam upaya pemberdayaan masyarakat adalah memberikan pelatihan dan pendidikan yang membantu meningkatkan





# BAB III

## STRATEGI PENDEKATAN PROMOSI KESEHATAN

### ***Primary Care***

*Primary care* dalam strategi pendekatan promosi kesehatan di Indonesia semakin mendapatkan perhatian seiring dengan meningkatnya kesadaran akan pentingnya layanan kesehatan yang komprehensif dan terintegrasi. *Primary care* didefinisikan sebagai layanan kesehatan yang pertama kali diakses oleh individu, mencakup upaya promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif. Dalam konteks promosi kesehatan, pendekatan *primary care* bertujuan untuk meningkatkan aksesibilitas dan keterjangkauan layanan kesehatan bagi masyarakat, khususnya bagi kelompok rentan dan di daerah terpencil. Strategi ini melibatkan penyuluhan kesehatan, edukasi mengenai pencegahan penyakit, serta peningkatan kapasitas tenaga kesehatan di tingkat puskesmas dan posyandu.

Penerapan *primary care* yang efektif dapat meningkatkan partisipasi masyarakat dalam program kesehatan, menurunkan angka kejadian penyakit menular dan tidak menular, serta memperbaiki kualitas hidup secara keseluruhan. Salah satu contoh sukses dari pendekatan ini adalah program Indonesia sehat dengan pendekatan keluarga (PIS-PK) yang menekankan pentingnya kunjungan rumah oleh tenaga kesehatan untuk mengidentifikasi dan mengatasi masalah kesehatan secara langsung di tingkat keluarga.

Dalam praktiknya, strategi promosi kesehatan berbasis *primary care* di Indonesia juga menekankan kolaborasi lintas sektor, termasuk pendidikan, lingkungan, dan sektor lain yang berkaitan. Pendekatan ini menekankan pentingnya integrasi antara layanan kesehatan dengan program-program kesejahteraan sosial untuk menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan masyarakat secara keseluruhan. Penggunaan teknologi informasi dan komunikasi dalam promosi kesehatan *primary care* dapat meningkatkan akses informasi kesehatan serta meningkatkan partisipasi masyarakat dalam program kesehatan.

*Primary care* merupakan elemen kunci dalam strategi pendekatan promosi kesehatan yang menekankan pada pelayanan kesehatan yang terintegrasi, berkelanjutan, dan berorientasi pada kebutuhan masyarakat. Pendekatan ini mencakup berbagai aspek, mulai dari pencegahan penyakit, deteksi dini, hingga manajemen penyakit kronis. Pentingnya peran tenaga kesehatan di puskesmas dalam memberikan edukasi kesehatan dan pelayanan preventif kepada masyarakat. Kolaborasi antara tenaga kesehatan dengan komunitas lokal mampu meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pola hidup sehat dan mengurangi prevalensi penyakit menular serta tidak menular.

Selain itu, buku *Strategi Promosi Kesehatan Berbasis Masyarakat di Indonesia* yang diterbitkan pada tahun 2023 menggarisbawahi pentingnya pendekatan berbasis komunitas dalam pelaksanaan promosi kesehatan. Pendekatan berbasis komunitas memungkinkan adanya pemberdayaan masyarakat untuk lebih aktif terlibat dalam upaya-upaya promosi kesehatan, seperti melalui program posyandu, kelas ibu hamil, dan kegiatan senam

sehat. Intervensi berbasis komunitas yang dilakukan di beberapa daerah di Indonesia berhasil meningkatkan akses masyarakat terhadap pelayanan kesehatan dasar, serta memperbaiki indikator kesehatan seperti angka kematian ibu dan bayi.

Secara keseluruhan, pendekatan *primary care* dalam strategi promosi kesehatan di Indonesia membutuhkan kolaborasi yang kuat antara berbagai pihak, termasuk pemerintah, tenaga kesehatan, dan masyarakat. Penelitian-penelitian terbaru menunjukkan bahwa dengan pendekatan yang holistik dan berbasis komunitas, upaya promosi kesehatan dapat lebih efektif dalam mencapai tujuan peningkatan kesehatan masyarakat secara keseluruhan.

## **Pendidikan Kesehatan dan Perubahan Perilaku**

### **Pendidikan Kesehatan**

---

Pendidikan kesehatan sebagai komponen dari ilmu kesehatan menggabungkan aspek ilmiah dan aspek seni. Dalam konteks seni, praktik pendidikan kesehatan melengkapi program kesehatan lainnya. Hal ini menegaskan bahwa pendidikan kesehatan penting untuk mendukung setiap inisiatif kesehatan, seperti pengendalian penyakit, perbaikan sanitasi lingkungan, perawatan kesehatan ibu dan anak, serta program layanan kesehatan. Pentingnya ini karena setiap program memengaruhi perilaku masyarakat yang perlu dipengaruhi melalui pendidikan kesehatan.

Pendidikan kesehatan menginisiasi proses perubahan untuk membentuk perilaku baru. Menurut Ali (2011) pendidikan kesehatan memulai transformasi yang menghasilkan adopsi perilaku baru. Secara dasar, pendidikan kesehatan adalah proses pembelajaran yang melibatkan pertumbuhan, perkembangan, atau perubahan dalam pendidikan yang menasar individu, kelompok, atau masyarakat untuk menjadi lebih matang, lebih baik, atau lebih terdidik. Ini melibatkan ekspansi pengetahuan dan keterampilan seseorang dengan menggunakan metode atau instruksi pembelajaran yang praktis dengan tujuan memahami fakta atau kondisi aktual, mengembangkan arahan diri, serta secara aktif menyediakan informasi atau gagasan baru.

Pendidikan kesehatan memberikan kekuatan kepada individu untuk mengambil keputusan sesuai dengan nilai-nilai dan aspirasi sehingga dapat mengambil tanggung jawab atas kesehatan pribadi sendiri. Seseorang dikatakan belajar ketika mengalami perubahan dari ketidaktahuan menjadi pengetahuan atau dari ketidakmampuan menjadi kemampuan untuk melakukan sesuatu.

Kegiatan belajar atau pendidikan ini memiliki tiga karakteristik sebagaimana berikut.

1. Belajar adalah aktivitas yang dapat menghasilkan perubahan pada individu, kelompok, atau masyarakat yang sedang belajar, baik secara langsung maupun tidak langsung.
2. Perubahan terjadi karena penerapan kemampuan baru dalam jangka waktu yang berkelanjutan.
3. Perubahan yang terjadi sebagai hasil dari upaya dan pengetahuan bukanlah kebetulan semata. Pendidikan kesehatan merupakan proses pembelajaran yang membawa individu, kelompok, atau masyarakat dari ketidaktahuan menuju pemahaman tentang tujuan kesehatan, dari ketidakmampuan dalam mengatasi masalah kesehatan menuju kemampuan untuk mengatasinya.

Pendidikan kesehatan adalah jenis intervensi perilaku yang mendorong gaya hidup sehat. Pendidikan ini merupakan usaha terencana untuk memengaruhi orang lain, baik individu, kelompok, maupun masyarakat agar melakukan tindakan yang diharapkan oleh praktisi pendidikan. Pengertian ini mengacu pada komponen-komponen pendidikan, di antaranya sebagai berikut.

1. *Input*  
Sasaran pendidikan, yaitu individu, kelompok, dan masyarakat, serta pendidik atau pelaku pendidikan.
2. *Proses*  
Upaya yang sengaja dilakukan untuk memengaruhi individu.

### 3. *Output*

Melakukan tindakan yang diperlukan atau mengubah perilaku. Tujuan utama dari pendidikan kesehatan adalah menciptakan perilaku kesehatan atau perilaku yang mendukung dan meningkatkan kesehatan yang dikenal sebagai perilaku kondusif.

Perubahan dari perilaku yang tidak kondusif menuju perilaku kondusif memiliki beberapa karakteristik, di antaranya sebagai berikut.

#### 1. Perubahan perilaku

Perubahan perilaku adalah hasil dari upaya masyarakat, baik yang berfokus pada kesehatan maupun tidak, atau tindakan yang berhubungan dengan kesehatan yang bertujuan untuk mengubah perilaku yang tidak sehat. Perilaku kesehatan yang merugikan perlu diubah, seperti merokok, menggunakan narkoba, konsumsi alkohol berlebihan, berhubungan seks bebas, dan mengabaikan gejala penyakit atau tanda penyakit.

#### 2. Pembinaan perilaku

Pembinaan yang diberikan di sini bertujuan utamanya untuk mempertahankan perilaku komunal yang sehat sehingga masyarakat yang sudah menerapkan gaya hidup sehat dapat terus mempraktikkannya. Contohnya, rajin berolahraga, menjaga pola makan seimbang, mandi secara teratur, membuang sampah dengan benar, dan tidak merokok.

#### 3. Pengembangan perilaku

Tujuan utama pengembangan perilaku sehat adalah menginspirasi generasi muda untuk mengadopsi gaya hidup sehat. Pentingnya memulai perilaku sehat sejak dini ditekankan karena pengasuhan anak, termasuk layanan kesehatan yang diberikan oleh orang tua berdampak langsung pada perilaku kesehatan anak di masa mendatang.

Untuk mengembangkan dan meningkatkan perilaku kesehatan masyarakat, diperlukan pendekatan pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan dapat dijelaskan sebagai suatu tindakan atau upaya untuk mengubah perilaku sehingga lebih mendukung kesehatan. Secara sederhana, tujuan pendidikan kesehatan adalah untuk memastikan bahwa perilaku individu, kelompok,

atau masyarakat memiliki dampak positif dalam menjaga dan meningkatkan kesehatan. Untuk memastikan bahwa upaya tersebut tepat sasaran, diagnosis atau analisis masalah perilaku harus dilakukan sebelum implementasi intervensi.

Secara garis besar maka tujuan pendidikan kesehatan dapat dibagi menjadi dua bagian, di antaranya sebagai berikut.

1. Menurut definisi Organisasi Kesehatan Dunia, tujuan pendidikan kesehatan adalah mengubah perilaku masyarakat atau komunitas dari kondisi tidak sehat menjadi sehat. Sesuai dengan Undang-Undang (UU) Nomor 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan yang mengartikan kesehatan sebagai keadaan yang baik secara jasmani, rohani, dan sosial yang memungkinkan individu untuk hidup secara produktif secara sosial serta ekonomi.
2. Mengubah perilaku yang sesuai dengan budaya merupakan tantangan tersendiri. Budaya mencakup sikap dan perilaku, termasuk kebiasaan, tradisi, nilai, dan standar. Misalnya, kebiasaan menyikat gigi yang sering dilakukan saat mandi pagi dan sore hari, walaupun mungkin tidak semua orang menyadari bahwa setiap kali makanan dapat mencemari mulut mereka, serta bakteri dapat berkembang biak dalam waktu 30 menit menurut teori.

Para ahli sosial menjelaskan bahwa konsep kebudayaan mencakup segala hasil karya manusia, termasuk pemikiran dan karya yang tidak berasal dari naluri serta terbentuk melalui proses pembelajaran. Meskipun tujuan utama pendidikan kesehatan adalah mengubah perilaku yang tidak sehat menjadi sehat, tetapi cakupan perilaku tersebut sangat luas.

Azwar (1983) mengklasifikasikan tiga jenis perilaku kesehatan sebagai target pendidikan kesehatan, di antaranya sebagai berikut.

1. Perilaku yang memberikan kontribusi positif terhadap kesehatan masyarakat. Contohnya, peran kader kesehatan dalam menyampaikan informasi dan memberikan arahan untuk mendorong gaya hidup sehat menjadi kebiasaan di masyarakat.

2. Pendidikan kesehatan juga bertujuan untuk mengembangkan perilaku sehat, baik pada tingkat individu maupun kelompok. Sebagai contoh, program Posyandu merupakan inisiatif dari program kesehatan masyarakat desa (PKMD) yang bertujuan untuk pencegahan penyakit.
3. Mendorong penggunaan yang efektif dan tepat dari sarana pelayanan kesehatan yang tersedia. Contohnya, beberapa anggota masyarakat dapat menggunakan pelayanan kesehatan secara berlebihan, sementara yang lain mungkin tidak memanfaatkannya meskipun membutuhkan perawatan yang sebenarnya.

## **Perubahan Perilaku**

Menurut WHO bentuk perubahan perilaku dikelompokkan menjadi tiga, antara lain sebagai berikut (Adventus, Jaya, dan Mahendra, 2019).

1. Perubahan alami

Perubahan perilaku yang dipengaruhi oleh peristiwa alam. Contoh historis termasuk penggunaan tanaman obat di pekarangan untuk pengobatan herbal atau produksi makanan dalam kebutuhan sehari-hari.

2. Perubahan yang direncanakan

Penyesuaian perilaku yang dilakukan secara sengaja oleh individu karena manfaat yang diharapkan atau kerugian yang mungkin terjadi jika tidak dilakukan. Contoh nyata adalah seseorang yang berhenti merokok karena khawatir akan kesehatannya jika terus merokok.

3. Kesiediaan untuk berubah

Individu yang menghadapi stimulus yang sama dapat menunjukkan variasi dalam respons perilaku mereka. Beberapa individu mungkin merespons stimulus dengan cepat, mengalami perubahan perilaku yang signifikan, sementara yang lain mungkin mengalami perubahan perilaku secara bertahap. Kecepatan perubahan perilaku ini dipengaruhi oleh tingkat keinginan individu untuk melakukan perubahan.

Teori adopsi inovasi yang dikemukakan oleh Roger dan Shoemaker menyatakan bahwa proses adopsi suatu inovasi terdiri dari lima tahapan,

yaitu kesadaran (*awareness*), minat (*interest*), evaluasi (*evaluation*), uji coba (*trial*), dan adopsi (*adoption*) (Notoatmodjo, 2007 dan Irwan, 2017).

Menurut WHO ada empat alasan utama yang menyebabkan seseorang berperilaku tertentu, di antaranya sebagai berikut.

1. Pemikiran dan perasaan

Faktor pertama adalah pikiran dan sentimen individu yang mencakup pengetahuan, persepsi, sikap, serta penilaian mereka terhadap suatu hal seperti kesehatan. Pengetahuan yang dimiliki seseorang tentang kesehatan, persepsi mereka terhadap risiko penyakit, sikap mereka terhadap praktik kesehatan, dan bagaimana mereka menilai pentingnya menjaga kesehatan, semuanya memengaruhi perilaku mereka.

2. Penggunaan orang-orang penting sebagai referensi

Orang-orang yang dianggap penting oleh individu, seperti keluarga, teman dekat, atau tokoh masyarakat menjadi acuan dalam pengambilan keputusan dan tindakan. Individu sering kali melihat bagaimana orang-orang penting ini berperilaku dan menggunakan informasi tersebut sebagai panduan untuk perilaku mereka sendiri.

3. Pengaruh orang-orang penting

Jika individu tersebut penting bagi seseorang, ada kemungkinan besar bahwa apa yang mereka katakan atau lakukan akan diikuti atau ditiru. Pengaruh ini bisa datang dari dukungan, tekanan sosial, atau contoh langsung yang diberikan oleh orang-orang penting tersebut.

4. Sumber daya

Sumber daya di sini mencakup fasilitas-fasilitas, uang, waktu, tenaga dan sebagainya. Semua itu berpengaruh terhadap perilaku seseorang atau kelompok masyarakat.

Dengan memahami empat alasan utama ini, kita dapat lebih baik merancang intervensi yang efektif untuk mempromosikan perilaku sehat di masyarakat. Berdasarkan alasan-alasan tersebut, terlihat bahwa ada berbagai faktor yang memengaruhi perilaku seseorang. Oleh karena itu, perilaku serupa yang ditunjukkan oleh beberapa individu dapat memiliki penyebab atau latar belakang yang berbeda-beda (Notoatmodjo, 2010).

## Partisipasi Pendidikan Kesehatan

Partisipasi dalam pendidikan kesehatan memegang peran krusial dalam upaya meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat terkait upaya menjaga kesehatan. Partisipasi aktif dari masyarakat dalam berbagai program pendidikan kesehatan telah terbukti mampu menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman mereka mengenai pencegahan penyakit menular dan tidak menular.

Edukasi kesehatan yang melibatkan masyarakat secara aktif dapat meningkatkan kesadaran tentang pentingnya perilaku hidup sehat. Contoh sederhana dari perilaku ini termasuk praktik mencuci tangan dengan benar, menjaga kebersihan lingkungan, dan menerapkan pola makan yang sehat. Menurut Suparyanto (2023), partisipasi aktif masyarakat dalam pendidikan kesehatan berperan penting dalam menyebarkan informasi yang bermanfaat mengenai kesehatan yang pada akhirnya berkontribusi dalam mencegah berbagai penyakit.

Selain itu, buku panduan dari Kementerian Kesehatan Indonesia (2022) juga menekankan pentingnya kolaborasi berbagai pihak dalam melaksanakan pendidikan kesehatan. Buku tersebut menggarisbawahi peran penting yang dimainkan oleh sekolah, komunitas, dan tenaga kesehatan. Misalnya, program pendidikan kesehatan di sekolah bisa mengintegrasikan materi kesehatan ke dalam kurikulum, serta mengadakan kegiatan ekstrakurikuler yang mendukung pembelajaran mengenai kesehatan. Dengan demikian, siswa tidak hanya memperoleh pengetahuan teoretis tentang kesehatan, tetapi juga mendapatkan pengalaman praktik langsung dalam menjaga kesehatan diri dan lingkungan mereka.

Penelitian yang dilakukan oleh Fitriyani (2023) juga mendukung temuan tersebut, menunjukkan bahwa partisipasi komunitas dalam program pendidikan kesehatan mampu meningkatkan efektivitas program tersebut. Melalui pendekatan partisipasi, komunitas tidak hanya menjadi penerima manfaat dari program, tetapi juga berperan aktif dalam merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi program kesehatan. Pendekatan ini memastikan bahwa program yang dikembangkan benar-benar sesuai dengan kebutuhan



# BAB IV

## PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS)

### **Pengertian Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)**

Menurut Proverawati dan Rahmawati (2012: 1), perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) adalah sebuah konsep yang mencerminkan cara hidup sebuah keluarga yang fokus pada pentingnya kesehatan dan mendukung kesejahteraan semua anggotanya. PHBS bukan hanya mencakup kebiasaan individu dalam menjaga kebersihan dan kesehatan, tetapi juga mencakup perilaku yang dilakukan dengan kesadaran penuh untuk memastikan bahwa setiap anggota keluarga mampu merawat diri mereka sendiri dalam aspek kesehatan. Selain itu, PHBS juga mendorong partisipasi aktif anggota keluarga dalam kegiatan kesehatan di masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan kolektif dan kesejahteraan bersama.

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) adalah kegiatan yang bersifat preventif untuk mencegah penyakit atau gangguan kesehatan dan promotif untuk meningkatkan derajat kesehatan dalam diri seseorang. PHBS menjadi salah satu pilar penting dalam program Indonesia Sehat 2010. PHBS diharapkan dapat diterapkan oleh semua lapisan masyarakat, termasuk generasi muda usia sekolah. Namun, terdapat banyak faktor yang memengaruhi penerapan perilaku hidup bersih dan sehat ini, di antaranya adalah kebiasaan keluarga, lingkungan masyarakat, sekolah, serta guru yang mungkin tidak menjadi panutan atau teladan yang baik, dan kesadaran anak itu sendiri.

Meskipun latihan rutin diberikan, hal ini sering kali tidak cukup untuk membuat anak lebih sadar akan pentingnya PHBS. Anak-anak masih belum mampu melakukan perilaku atau tindakan yang mencerminkan diri mereka sebagai anak yang sehat, cerdas, dan menyenangkan. Hal ini menunjukkan bahwa penerapan PHBS memerlukan pendekatan yang lebih komprehensif dan dukungan dari berbagai pihak agar bisa efektif.

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) adalah sebuah pendekatan yang bertujuan untuk mempromosikan hidup sehat pada individu, keluarga, dan masyarakat. Fokus utama dari PHBS adalah kesejahteraan fisik, mental, spiritual, dan sosial. Dengan kata lain, PHBS berusaha untuk mencakup seluruh aspek kehidupan yang memengaruhi kesehatan dan kesejahteraan manusia.

PHBS mengedepankan konsep hidup bersih dan sehat dengan cara memberikan kesempatan kepada individu, kelompok, serta keluarga untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku terhadap kesehatan. Ini berarti melalui PHBS diharapkan setiap orang memiliki informasi yang cukup, pandangan yang positif, serta perilaku yang mendukung kesehatan sendiri dan orang-orang di sekitar. Dengan demikian, PHBS bertujuan untuk menciptakan masyarakat yang lebih sadar akan pentingnya kesehatan dan lebih aktif dalam menjaga serta meningkatkan kesehatannya.

Selain itu, PHBS juga memiliki tujuan untuk memberdayakan masyarakat agar mampu mengidentifikasi dan menyelesaikan masalah kesehatannya sendiri. Hal ini mencakup kemampuan untuk mengenali potensi masalah kesehatan di lingkungan mereka, mencari solusi yang tepat, dan mengambil

tindakan yang diperlukan untuk mengatasi masalah tersebut. Dengan demikian, PHBS berupaya untuk mengarahkan masyarakat menuju gaya hidup yang lebih sehat dan pada akhirnya meningkatkan hasil kesehatan secara keseluruhan.

Menurut Notoadmodjo (2007), pemberdayaan masyarakat dalam konteks PHBS adalah kunci utama. Ketika masyarakat diberikan alat dan pengetahuan yang dibutuhkan untuk mengatasi masalah kesehatan, mereka menjadi lebih mandiri serta mampu menjaga kesejahteraan secara berkelanjutan. Proses ini tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga meningkatkan kualitas hidup secara menyeluruh, termasuk aspek mental, spiritual, dan sosial. Secara keseluruhan, PHBS adalah pendekatan holistik yang tidak hanya berfokus pada pencegahan penyakit tetapi juga pada peningkatan kualitas hidup melalui peningkatan pengetahuan, sikap, dan perilaku sehat di seluruh lapisan masyarakat.

Hidup bersih dan sehat adalah konsep yang mencakup berbagai upaya untuk menjaga kebersihan serta kesehatan dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2011), perilaku hidup bersih dan sehat mengacu pada kemampuan individu, keluarga, kelompok, atau komunitas untuk membantu diri sendiri secara mandiri. Selain itu, perilaku ini juga melibatkan kontribusi aktif terhadap kesehatan masyarakat secara keseluruhan.

Dalam konteks ini, PHBS adalah sebuah pendekatan yang mendorong setiap individu untuk tidak hanya memperhatikan kebersihan dan kesehatannya sendiri, tetapi juga memberikan dampak positif bagi lingkungan sekitarnya. Kemampuan ini mencakup berbagai aspek, mulai dari pengetahuan tentang cara menjaga kebersihan dan kesehatan, sikap yang mendukung tindakan-tindakan sehat, hingga keterampilan praktis yang diperlukan untuk menjalani gaya hidup sehat.

PHBS dapat diterapkan di berbagai tempat dan lingkungan. Misalnya di rumah, perilaku PHBS mencakup praktik-praktik seperti mencuci tangan dengan sabun, menjaga kebersihan rumah, dan memastikan makanan yang dikonsumsi adalah makanan yang sehat serta bersih. Di sekolah, PHBS dapat

diwujudkan melalui kebiasaan menjaga kebersihan lingkungan sekolah, mengikuti program-program kesehatan, dan menjalankan pola hidup sehat di kalangan siswa dan guru.

Di tempat kerja, PHBS melibatkan upaya untuk menciptakan lingkungan kerja yang bersih dan sehat, termasuk melalui praktik-praktik kebersihan, penyediaan fasilitas sanitasi yang memadai, serta promosi kesehatan di tempat kerja. Tempat umum seperti taman, pusat perbelanjaan, dan transportasi umum juga menjadi area penting untuk menerapkan PHBS. Di sini, perilaku sehat dapat mencakup penggunaan fasilitas sanitasi yang disediakan, menjaga kebersihan lingkungan, dan mengikuti aturan-aturan kesehatan yang berlaku.

Institusi kesehatan, seperti rumah sakit dan klinik juga memainkan peran penting dalam penerapan PHBS. Di tempat-tempat ini, perilaku sehat mencakup praktik-praktik kebersihan yang ketat, pemanfaatan layanan kesehatan dengan bijak, dan partisipasi dalam program-program kesehatan yang ditawarkan.

Dengan demikian, hidup bersih dan sehat adalah sebuah pendekatan komprehensif yang mendorong setiap individu dan komunitas untuk mengambil peran aktif dalam menjaga serta meningkatkan kesehatan mereka sendiri dan lingkungan sekitar mereka. Melalui penerapan PHBS di berbagai tempat, mulai dari rumah hingga institusi kesehatan diharapkan dapat tercipta masyarakat yang lebih sehat, produktif, dan sejahtera.

Hidup bersih dan sehat melibatkan proses berbagi pengalaman serta pengetahuan tentang gaya hidup sehat dengan individu, kelompok, dan komunitas melalui berbagai saluran komunikasi. Ini berarti bahwa informasi tentang cara menjalani hidup yang bersih dan sehat disebarkan secara luas, baik melalui diskusi langsung, media sosial, seminar, lokakarya, atau bahan ajar yang disediakan oleh pihak-pihak terkait. Dengan berbagi informasi dan bahan ajar ini, tujuan utamanya adalah untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat agar dapat mengadopsi pola hidup yang lebih sehat. Menekankan bahwa penyebaran bahan ajar ini sangat penting untuk mencapai perubahan positif dalam gaya hidup masyarakat.

Salah satu masalah kesehatan yang sering dihadapi oleh masyarakat adalah penyakit menular. Inisiatif masyarakat dalam memerangi penyakit menular sering kali berfokus pada pengobatan setelah penyakit tersebut muncul. Pendekatan ini bisa jadi kurang efektif karena biaya pengobatan yang tinggi dan risiko penyebaran penyakit yang tetap ada. Sebagai alternatif yang lebih efektif, penerapan praktik hidup sehat dipandang sebagai langkah preventif yang dapat menjaga dan meningkatkan kesehatan secara keseluruhan. Praktik hidup sehat ini mencakup kebiasaan seperti mencuci tangan dengan benar, menjaga kebersihan lingkungan, mengonsumsi makanan bergizi, berolahraga secara teratur, dan menjalani pola hidup yang mendukung kesejahteraan fisik serta mental.

Namun, meskipun penerapan praktik hidup sehat dianggap lebih efektif serta ekonomis dalam jangka panjang, Amalia (2009) dan Ikhwanudin (2013) mengungkapkan bahwa masyarakat belum sepenuhnya menyadari pentingnya pendekatan ini. Banyak orang masih belum memahami bahwa mencegah penyakit melalui gaya hidup sehat jauh lebih baik daripada harus mengobati penyakit yang sudah muncul. Kurangnya kesadaran ini mungkin disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk kurangnya informasi yang tersedia, rendahnya tingkat pendidikan kesehatan, atau kurangnya dukungan dari pihak berwenang dan penyedia layanan kesehatan.

Oleh karena itu, penting untuk terus mengedukasi masyarakat tentang manfaat hidup bersih dan sehat, serta mendorong mereka untuk mengadopsi praktik-praktik ini dalam kehidupan sehari-hari. Dengan meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat, diharapkan lebih banyak orang akan memahami pentingnya pencegahan penyakit serta mengambil langkah-langkah proaktif untuk menjaga kesehatan sendiri dan kesehatan komunitas.

## **Sasaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)**

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan upaya yang dirancang untuk meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat secara keseluruhan melalui berbagai tindakan preventif dan promotif. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2011), sasaran PHBS mencakup berbagai

lapisan masyarakat, mulai dari individu, keluarga, sekolah, tempat kerja, hingga lingkungan umum. Sasaran utama dari program ini adalah untuk membangun kesadaran dan mengubah perilaku masyarakat agar lebih peduli dan aktif dalam menjaga kesehatan diri serta lingkungan sekitar.

Pada tingkat individu, PHBS bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan kepada setiap orang agar mereka dapat menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini meliputi kebiasaan mencuci tangan dengan sabun, mengonsumsi makanan yang sehat dan bergizi, serta melakukan aktivitas fisik secara teratur. Dalam jurnal kesehatan yang diterbitkan oleh Proverawati dan Rahmawati (2012), disebutkan bahwa individu yang memiliki kesadaran tinggi terhadap perilaku hidup bersih dan sehat akan lebih mampu mencegah penyakit serta menjaga kesejahteraan fisik maupun mentalnya.

Keluarga juga menjadi sasaran penting dalam penerapan PHBS. Keluarga sebagai unit terkecil dalam masyarakat memiliki peran krusial dalam menanamkan nilai-nilai dan kebiasaan hidup sehat kepada setiap anggotanya. Buku karya Notoadmodjo (2007) menjelaskan bahwa keluarga yang menerapkan PHBS dapat menjadi teladan bagi anggota lainnya, terutama anak-anak dalam membangun fondasi gaya hidup sehat sejak dini. Oleh karena itu, program-program PHBS sering kali diarahkan untuk memberdayakan keluarga melalui penyuluhan dan kegiatan yang mendukung kesehatan keluarga secara keseluruhan.

Sekolah sebagai tempat pendidikan formal juga menjadi salah satu fokus utama dalam sasaran PHBS. Di lingkungan sekolah, PHBS diimplementasikan melalui program-program yang mengajarkan siswa tentang pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan, serta mendorong mereka untuk menerapkan perilaku sehat di sekolah maupun di rumah. Fatmawati (2019) dalam penelitiannya menyatakan bahwa penerapan PHBS di sekolah dapat membantu menciptakan lingkungan belajar yang sehat dan kondusif sehingga mendukung proses pembelajaran yang optimal.

Selain itu, tempat kerja juga menjadi sasaran penerapan PHBS. Tempat kerja yang sehat dapat meningkatkan produktivitas dan kesejahteraan

karyawan. Amalia (2009) berpendapat bahwa dengan menyediakan fasilitas sanitasi yang memadai dan menciptakan lingkungan kerja yang bersih, perusahaan dapat membantu karyawan menjaga kesehatan mereka yang pada gilirannya dapat mengurangi angka absensi serta meningkatkan efisiensi kerja.

Lingkungan umum seperti tempat-tempat publik juga tidak luput dari sasaran PHBS. Pemerintah dan berbagai organisasi kesehatan terus mengampanyekan pentingnya menjaga kebersihan di tempat-tempat umum untuk mencegah penyebaran penyakit menular. Ikhwanudin (2013) menyebutkan bahwa partisipasi aktif masyarakat dalam menjaga kebersihan lingkungan sekitar dapat membantu menciptakan komunitas yang sehat dan berkelanjutan.

Secara keseluruhan, sasaran PHBS mencakup berbagai aspek kehidupan masyarakat dengan tujuan akhir meningkatkan kualitas kesehatan dan kesejahteraan masyarakat secara menyeluruh. Dengan mengedepankan pendekatan yang komprehensif dan melibatkan berbagai pihak, diharapkan program PHBS dapat membawa perubahan positif dan berkelanjutan dalam perilaku hidup sehat masyarakat Indonesia.

## **Tatanan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)**

Kementerian Kesehatan RI (2007) mencatat bahwa penanaman perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada individu merupakan prosedur yang memakan waktu serta menantang. Proses ini tidak hanya melibatkan perubahan kebiasaan individu, tetapi juga memerlukan penyesuaian dalam tatanan sosial di mana individu tersebut berada. Setiap individu berinteraksi dan saling memengaruhi dalam konteks sosial mereka, sehingga perubahan perilaku pada satu individu dapat berdampak pada orang lain di sekitarnya.

Memantau, menilai, dan mengukur kemajuan dalam menerapkan PHBS di tingkat komunitas atau kelompok lebih mudah dibandingkan dengan tingkat individu. Hal ini karena dalam kelompok, perubahan perilaku dapat diamati secara kolektif dan dampaknya lebih terlihat. Oleh karena





# BAB V

## PERENCANAAN PROMOSI KESEHATAN

### Identifikasi Kebutuhan dan Prioritas

Diagnosis masalah merupakan langkah kritis dalam perencanaan promosi kesehatan yang mengacu pada pendekatan PRECEDE-PROCEED yang diperkenalkan oleh Green (1980). Kerangka PRECEDE digunakan untuk mengidentifikasi penyebab, predisposisi, penguat, dan pemungkin dalam masalah kesehatan yang ada, sementara PROCEED mengembangkan strategi kebijakan, peraturan, serta organisasi untuk mengatasi masalah tersebut dalam konteks pendidikan dan lingkungan.

Green (1980) menguraikan bahwa PRECEDE memberikan teknik yang berguna dalam mengidentifikasi kebutuhan pendidikan kesehatan masyarakat. Pendekatan ini melibatkan tahap awal diagnosis masalah untuk

menentukan prioritas dan tujuan intervensi yang akan dikembangkan. Dengan mengidentifikasi faktor predisposisi, misalnya pengetahuan, sikap, dan kepercayaan. Penguat seperti dukungan sosial dan fasilitas yang tersedia, serta pemungkin, seperti faktor lingkungan dan kebijaka.

Pada tahun 1991, Green memperluas kerangka PRECEDE menjadi PRECEDE-PROCEED dengan menambahkan komponen PROCEED yang menekankan konstruksi kebijakan, peraturan, dan organisasi dalam mengembangkan pendidikan serta lingkungan. Hal ini memungkinkan perencanaan, implementasi, dan evaluasi program promosi kesehatan untuk dilakukan dengan lebih terstruktur serta efektif. PROCEED membantu dalam menetapkan target spesifik, kriteria kebijakan, dan langkah-langkah evaluasi yang diperlukan untuk memastikan keberhasilan program kesehatan masyarakat secara keseluruhan.

Dengan demikian, penggunaan pendekatan PRECEDE-PROCEED tidak hanya memungkinkan diagnosis masalah yang lebih mendalam dan akurat, tetapi juga memastikan bahwa strategi intervensi yang dipilih sesuai dengan kebutuhan nyata masyarakat serta terintegrasi dengan kebijakan dan struktur organisasional yang relevan. Metode ini telah terbukti efektif dalam berbagai konteks untuk mengatasi tantangan kesehatan masyarakat dan meningkatkan hasil kesehatan secara berkelanjutan.

Untuk menetapkan prioritas masalah dalam perencanaan promosi kesehatan, langkah-langkah yang diperlukan antara lain sebagai berikut.

1. Menilai kondisi kesehatan masyarakat

Langkah ini melibatkan evaluasi menyeluruh terhadap kondisi kesehatan yang ada di masyarakat. Ini mencakup pengumpulan dan analisis data epidemiologi untuk mengidentifikasi prevalensi penyakit, faktor risiko utama, serta pola-pola kesehatan yang signifikan dalam populasi yang dituju.

2. Mengidentifikasi praktik layanan kesehatan masyarakat

Penting untuk memahami praktik layanan kesehatan yang sedang berlangsung di masyarakat. Ini termasuk mengevaluasi jenis layanan

yang tersedia, aksesibilitas, dan kecukupan dalam memenuhi kebutuhan kesehatan masyarakat.

3. Periksa hubungan antara status kesehatan dan akses terhadap layanan kesehatan di masyarakat

Langkah ini bertujuan untuk memahami sejauh mana aksesibilitas terhadap layanan kesehatan memengaruhi status kesehatan masyarakat. Ini melibatkan analisis tentang bagaimana faktor seperti jarak geografis, ekonomi, dan sosial memengaruhi kemampuan individu untuk memperoleh layanan kesehatan yang diperlukan.

4. Mengidentifikasi faktor-faktor yang berkontribusi terhadap masalah kesehatan masyarakat

Proses ini mencakup identifikasi faktor-faktor yang dapat memengaruhi atau berkontribusi terhadap masalah kesehatan dalam masyarakat. Faktor-faktor ini bisa meliputi karakteristik demografis seperti tingkat pendidikan, usia, jenis kelamin, dan etnisitas, serta aspek-aspek lain seperti geografi, kebiasaan atau perilaku, dan kepercayaan budaya yang memengaruhi keputusan kesehatan.

Dengan menjalankan langkah-langkah ini secara sistematis, perencana promosi kesehatan dapat memprioritaskan masalah-masalah kesehatan yang paling penting dan mendesak untuk diatasi dalam upaya meningkatkan kesehatan masyarakat secara keseluruhan. Langkah-langkah ini juga membantu dalam merumuskan strategi intervensi yang lebih tepat dan efektif sesuai dengan konteks serta kebutuhan khusus dari masyarakat yang bersangkutan.

Untuk memprioritaskan masalah dalam perencanaan promosi kesehatan, langkah-langkah yang diperlukan adalah sebagai berikut.

1. Periksa elemen termasuk tingkat keparahan

Evaluasi tingkat keparahan masalah kesehatan adalah langkah pertama yang penting. Ini melibatkan penilaian tentang seberapa serius dan meresahkan masalah kesehatan tersebut bagi masyarakat. Misalnya, apakah masalah tersebut memengaruhi sebagian besar populasi atau hanya sebagian kecil dan seberapa buruk dampaknya terhadap kualitas hidup individu.

## 2. Implikasi

Langkah selanjutnya adalah mempertimbangkan implikasi dari masalah kesehatan tersebut. Implikasi ini meliputi dampak jangka pendek dan jangka panjang dari masalah tersebut terhadap kesehatan masyarakat secara keseluruhan. Misalnya, apakah masalah tersebut dapat menyebabkan peningkatan angka kematian, atau mengurangi produktivitas masyarakat secara signifikan.

## 3. Masalah politik

Aspek politik juga harus diperiksa dalam menentukan prioritas masalah kesehatan. Hal ini mencakup faktor-faktor seperti tingkat dukungan politik untuk menangani masalah tertentu, serta kemungkinan untuk mendapatkan dukungan finansial dan kebijakan yang diperlukan untuk mengatasi masalah tersebut.

## 4. Sumber daya yang tersedia di masyarakat

Langkah terakhir adalah mengevaluasi sumber daya yang tersedia di masyarakat untuk mengatasi masalah kesehatan. Ini mencakup tidak hanya sumber daya finansial, tetapi juga infrastruktur kesehatan, tenaga kerja terlatih, dan dukungan dari organisasi masyarakat atau pemerintah lokal.

Dengan melakukan penilaian komprehensif berdasarkan keempat elemen ini, perencana promosi kesehatan dapat membuat keputusan yang informasional dan berbasis bukti tentang masalah kesehatan mana yang harus diprioritaskan untuk intervensi. Ini memungkinkan alokasi sumber daya yang lebih efisien dan efektif dalam upaya meningkatkan kesehatan masyarakat secara keseluruhan.

## **Mementukan Tujuan dan Target**

Promosi kesehatan bertujuan untuk mencapai tiga tujuan utama. Adapun tiga tujuan utama dalam promosi kesehatan adalah sebagaimana berikut.

1. Meningkatkan pemahaman masyarakat terhadap pentingnya kesehatan dan meningkatkan sikap positif mereka terhadap praktik kesehatan yang baik. Melalui penyuluhan, edukasi, dan kampanye publik, pro-

mosi kesehatan berupaya untuk memperluas pengetahuan masyarakat tentang faktor-faktor risiko kesehatan serta cara-cara untuk mencegah penyakit.

2. Promosi kesehatan berusaha untuk memperbaiki perilaku masyarakat. Ini mencakup mengubah kebiasaan sehari-hari dan pola hidup yang tidak sehat menjadi lebih sehat. Dengan mendorong adopsi gaya hidup yang aktif, pengaturan pola makan yang seimbang, penghindaran terhadap kebiasaan merokok dan konsumsi alkohol berlebihan, promosi kesehatan berperan dalam memotivasi individu untuk mengambil tindakan preventif yang dapat meningkatkan kualitas hidup.
3. Tujuan utama promosi kesehatan adalah untuk meningkatkan hasil kesehatan masyarakat secara keseluruhan. Hal ini mencakup menurunkan tingkat penyakit dan cedera, meningkatkan harapan hidup, serta meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan. Dengan membangun lingkungan yang mendukung perilaku sehat, mengurangi disparitas kesehatan, dan mempromosikan akses yang adil terhadap layanan kesehatan, promosi kesehatan berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan masyarakat secara luas.

Selanjutnya, tujuan promosi kesehatan dengan syarat, di antaranya sebagai berikut.

1. Sasaran harus spesifik dan fokus, artinya harus jelas serta terdefinisi dengan baik dalam hal apa yang ingin dicapai dan siapa yang akan terlibat.
2. Sasaran harus terukur yang berarti dapat diukur untuk mengevaluasi kemajuan dan pencapaian selama pelaksanaan program promosi kesehatan.
3. Sasaran harus sesuai yang mengacu pada kebutuhan dan karakteristik masyarakat atau kelompok tertentu yang dituju oleh program promosi kesehatan.
4. Sasaran harus wajar dan layak dengan mempertimbangkan sumber daya yang tersedia, baik itu finansial, manusia, maupun logistik yang diperlukan untuk mencapai sasaran tersebut.

5. Sasaran harus dibatasi waktu dengan menetapkan jangka waktu yang jelas untuk mencapai setiap sasaran yang telah ditetapkan sehingga memungkinkan evaluasi periodik dan perbaikan dalam pelaksanaan program promosi kesehatan.

Green (1990) mengidentifikasi tiga tingkatan tujuan promosi kesehatan, antara lain sebagai berikut.

1. Tujuan program

Pernyataan tentang aspek-aspek terkait status kesehatan yang dikenal melalui kerangka kerja PRECEDE-PROCEED sebagai mencerminkan fase sosial dan epidemiologis. Tujuan ini kadang disebut sebagai tujuan jangka panjang. Sebagai contoh, promosi kesehatan selama lima tahun dapat menghasilkan penurunan angka kematian akibat komplikasi persalinan sebesar 50%.

2. Tujuan pendidikan

Tujuan pendidikan atau jangka menengah, menggambarkan perilaku yang diinginkan untuk mengatasi masalah kesehatan yang ada. Sebagai contoh, promosi kesehatan selama tiga tahun dapat menghasilkan peningkatan cakupan ANC (*antenatal care*) sebesar 75%.

3. Tujuan perilaku

Tujuan perilaku adalah menciptakan perilaku yang lebih baik melalui proses pembelajaran. Tujuan jangka pendek terkait perilaku sejalan dengan tingkat pengetahuan dan sikap yang ada. Setelah kampanye promosi kesehatan selama enam bulan, kesadaran masyarakat terhadap isu kehamilan dan persalinan meningkat sebesar 60%.

Target promosi kesehatan di Indonesia telah mengalami perkembangan signifikan. Berbagai studi terbaru menyoroti pentingnya penetapan target yang spesifik, terukur, sesuai dengan konteks lokal, wajar dalam hal sumber daya yang tersedia, dan dibatasi waktu untuk mencapai hasil yang maksimal dalam meningkatkan kesehatan masyarakat. Penekanan pada efektivitas intervensi promosi kesehatan di Indonesia juga tecermin dalam upaya untuk mengintegrasikan pendekatan multidisiplin dan menerapkan strategi yang

adaptif terhadap perubahan sosial, ekonomi, serta epidemiologi yang terjadi di masyarakat.

## Identifikasi Metode yang Tepat dalam Pencapaian Tujuan

Adapun contoh pemilihan metode promosi kesehatan berdasarkan tujuannya menurut Susilowati (2016), di antaranya sebagaimana berikut.

1. Meningkatkan kesadaran kesehatan  
Pendekatan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya kesehatan melalui berbagai metode, seperti ceramah, kerja kelompok, media massa, seminar, dan kampanye. Melalui cara ini, informasi tentang isu-isu kesehatan disebarluaskan secara luas untuk menciptakan kesadaran dan perhatian terhadap kesehatan.
2. Meningkatkan pengetahuan  
Memberikan informasi yang lebih mendalam dan spesifik kepada masyarakat agar memiliki pemahaman yang lebih baik tentang masalah kesehatan. Pendekatan ini bisa dilakukan melalui tatap muka, seminar, kampanye media massa, dan kelas kelompok, di mana informasi yang disampaikan diharapkan dapat memperluas wawasan serta pengetahuan masyarakat tentang cara menjaga kesehatan dan mencegah penyakit.
3. Pemberdayaan diri  
Pendekatan ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan pengambilan keputusan masyarakat melalui kerja kelompok, simulasi, pemecahan masalah, dan metode pengajaran sejawat. Dengan cara ini, individu diharapkan dapat lebih mandiri dalam membuat keputusan yang berkaitan dengan kesehatan, dan mampu menerapkan solusi yang tepat dalam situasi kesehatan yang dihadapi.
4. Mengubah kebiasaan  
Pendekatan ini berfokus pada mengubah gaya hidup seseorang menjadi lebih sehat. Kegiatan yang dilakukan meliputi kerja kelompok, keterampilan kebugaran, pelatihan, dan teknik berdebat. Melalui pendekatan ini, individu diharapkan dapat mengadopsi kebiasaan yang lebih sehat

dalam kehidupan sehari-hari, seperti rutin berolahraga, pola makan yang sehat, dan menghindari perilaku berisiko.

5. Berkolaborasi dengan pemerintah

Pendekatan ini melibatkan kerja sama dengan pemerintah untuk mengembangkan kebijakan terkait kesehatan dan perubahan lingkungan yang mendukung gaya hidup sehat. Melalui kolaborasi ini, diharapkan adanya kebijakan yang dapat mendukung upaya promosi kesehatan secara lebih efektif dan menyeluruh, serta menciptakan lingkungan yang kondusif bagi masyarakat untuk menerapkan perilaku hidup sehat.

## Identifikasi Sumber yang Terkait

Identifikasi sumber daya harus melibatkan berbagai pihak, termasuk pemerintah lokal, organisasi non-pemerintah, serta komunitas setempat. Keberhasilan program promosi kesehatan sangat dipengaruhi oleh kemampuan untuk mengidentifikasi dan memobilisasi sumber daya yang ada dengan tepat. Misalnya, penggunaan kader kesehatan masyarakat yang terlatih dapat meningkatkan efektivitas program edukasi kesehatan di tingkat masyarakat.

Sumber daya teknologi informasi juga merupakan komponen penting yang harus diidentifikasi dan dimanfaatkan. Penggunaan media sosial, aplikasi kesehatan, dan platform digital lainnya dapat memperluas jangkauan promosi kesehatan dan memungkinkan interaksi yang lebih dinamis dengan masyarakat. Teknologi ini juga mempermudah pengumpulan data dan evaluasi program secara *real time* yang sangat berguna untuk penyesuaian strategi promosi kesehatan yang lebih responsif terhadap kebutuhan masyarakat.

Identifikasi sumber daya tidak hanya terbatas pada aspek finansial dan materiel, tetapi juga mencakup sumber daya budaya dan sosial. Pentingnya memahami nilai-nilai budaya, kepercayaan, dan praktik lokal yang dapat memengaruhi perilaku kesehatan masyarakat. Dengan menghargai dan mengintegrasikan aspek-aspek budaya ini ke dalam program promosi

kesehatan, intervensi yang dilakukan akan lebih diterima dan diadopsi oleh masyarakat.

Promosi kesehatan di Indonesia telah menjadi fokus utama dalam upaya meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat. Langkah awal yang krusial dalam promosi kesehatan adalah identifikasi sumber daya yang tersedia. Sumber daya ini mencakup sumber daya manusia, finansial, serta materi edukatif yang dapat digunakan di komunitas, pentingnya pemetaan sumber daya lokal untuk mendukung program promosi kesehatan yang berkelanjutan dan efektif. Misalnya dalam konteks daerah pedesaan, peran kader kesehatan masyarakat dapat sangat signifikan dalam menyebarkan informasi kesehatan (Suryani, 2023).

Identifikasi sumber daya harus melibatkan berbagai pihak, termasuk pemerintah lokal, organisasi non-pemerintah, serta komunitas setempat. Keberhasilan program promosi kesehatan sangat dipengaruhi oleh kemampuan untuk mengidentifikasi dan memobilisasi sumber daya yang ada secara tepat. Misalnya dalam program edukasi kesehatan, penggunaan media massa lokal dapat meningkatkan jangkauan dan efektivitas kampanye kesehatan (Prasetyo, 2024).

Penggunaan media sosial, aplikasi kesehatan, dan platform digital lainnya dapat memperluas jangkauan promosi kesehatan serta memungkinkan interaksi yang lebih dinamis dengan masyarakat. Teknologi ini juga mempermudah pengumpulan data dan evaluasi program secara *real time* yang sangat berguna untuk penyesuaian strategi promosi kesehatan yang lebih responsif terhadap kebutuhan masyarakat.

Identifikasi sumber daya tidak hanya terbatas pada aspek finansial dan materiel, tetapi juga mencakup sumber daya budaya serta sosial. Nurhayati menyoroti pentingnya memahami nilai-nilai budaya, kepercayaan, dan praktik lokal yang dapat memengaruhi perilaku kesehatan masyarakat. Dengan menghargai dan mengintegrasikan aspek-aspek budaya ini ke dalam program promosi kesehatan, intervensi yang dilakukan akan lebih diterima serta diadopsi oleh masyarakat (Nurhayati, 2024).





# BAB VI

## MONITORING DAN EVALUASI PROMOSI KESEHATAN

### Konsep Monitoring

Monitoring adalah kegiatan pengawasan dan peninjauan kembali secara sistematis terhadap kegiatan yang dilakukan oleh pengelola program untuk memastikan bahwa implementasi program sesuai dengan yang telah direncanakan. Pemantauan ini sering juga disebut sebagai evaluasi proses. Berdasarkan konsep dasar tentang pemantauan, sangat penting bagi pelaksana program kesehatan untuk menyelesaikan proses pemantauan dengan baik.

Seperti halnya dalam perencanaan program promosi kesehatan, pelaksana harus memahami dengan baik program-program yang telah dan sedang dilaksanakan. Oleh karena itu, ada beberapa tahapan sistematis

yang harus dilakukan oleh pelaksana sebagai panduan dalam melakukan proses pemantauan.

Tahapan ini meliputi pemahaman yang mendalam tentang tujuan dari pemantauan serta manfaat yang dapat dihasilkan, serta identifikasi tahapan-tahapan yang harus dilalui dalam proses pemantauan tersebut, di antaranya sebagai berikut.

1. Tujuan monitoring

Tujuan dari pemantauan adalah untuk secara cepat mendeteksi dan memperbaiki masalah-masalah yang mungkin timbul selama pelaksanaan program, di antaranya sebagai berikut.

- a. Mengidentifikasi taktik yang tidak berhasil dalam mencapai tujuan program.
- b. Mengevaluasi keefektifan mekanisme program yang digunakan dan mengidentifikasi area mana yang mungkin perlu penyesuaian atau perbaikan.
- c. Memastikan bahwa pelaksanaan program berjalan sesuai dengan rencana yang telah ditetapkan sebelumnya.
- d. Mendeteksi apakah ada masalah baru yang muncul selama implementasi program yang perlu segera ditangani untuk meminimalkan dampak negatifnya.

2. Tahapan monitoring

- a. Logistik yang dibutuhkan untuk melaksanakan program, seperti memastikan ketersediaan sumber daya fisik dan keuangan yang diperlukan untuk menjalankan program dengan lancar.
- b. Hasil antara yang mencakup evaluasi terhadap pencapaian sementara atau tengah jalan terhadap tujuan-tujuan program yang telah ditetapkan.
- c. Perilaku yang diharapkan dari peserta program, di mana pemantauan dilakukan untuk memastikan bahwa peserta mengadopsi perilaku-perilaku sehat yang diinginkan sesuai dengan tujuan promosi kesehatan.

- d. Peningkatan kesehatan, yaitu tahap di mana dampak dari program terhadap perbaikan kesehatan peserta program dinilai untuk memastikan efektivitas dan manfaatnya.
3. Manfaat monitoring
    - a. Manajemen pemantauan memberikan informasi kepada pemimpin program mengenai metode dan cakupan program, serta memberikan umpan balik yang diperlukan mengenai pelaksanaannya. Ini membantu memastikan bahwa program berjalan sesuai dengan yang direncanakan dan memungkinkan penyesuaian yang diperlukan dalam pengelolaan program.
    - b. Evaluasi pemantauan yang tepat dan efektif mampu mengevaluasi hasil akhir program dengan akurat. Ini berarti pemimpin program dapat membuat keputusan yang didasarkan pada data yang valid dan tepercaya tentang keberhasilan program serta dampaknya terhadap target yang ditetapkan.
    - c. Pemantauan yang dilakukan dengan baik juga mengomunikasikan kepada semua pihak terkait bahwa pemimpin program sangat memperhatikan kebutuhan finansial dan sumber daya yang tersedia. Hal ini membantu dalam mendukung pengelolaan yang efisien dan efektif dari aspek-aspek program yang berhubungan dengan penggunaan sumber daya.

Dengan demikian, pemantauan bukan hanya sekadar alat untuk memantau pelaksanaan program, tetapi juga merupakan komponen kunci dalam memastikan kesuksesan dan keberlanjutan dari program promosi kesehatan. Hal-hal yang dimonitor atau dipantau dalam sebuah program promosi kesehatan, antara lain sebagai berikut.

- a. Masukan  
Ini mencakup berbagai aspek, seperti materi yang digunakan dalam program, misalnya brosur, poster, kemudian distribusi materi tersebut kepada target yang tepat, jenis media yang digunakan, seperti media sosial, dan cetak, serta sejauh mana jangkauan dari program tersebut terhadap sasaran yang dituju.

- b. Kegiatan program  
Fokus pada evaluasi dari segi implementasi program itu sendiri, mencakup apakah program berjalan sesuai dengan rencana yang telah ditetapkan, penggunaan sumber daya yang ada, dan efisiensi dalam pelaksanaan program.
  - c. *Output*  
Berdasarkan hasil antara yang diperoleh selama pelaksanaan program, termasuk pertanyaan seperti apakah target audiens menerima pesan atau materi yang disampaikan, apakah mereka bersedia dan mampu menggunakan materi tersebut untuk kebaikan mereka sendiri, serta sejauh mana mereka melihat manfaat dari materi yang telah diterima.
  - d. Hasil  
Menilai dampak dari intervensi program promosi kesehatan yang melibatkan evaluasi apakah program tersebut telah berhasil mengubah perilaku target audiens sesuai dengan tujuan yang diinginkan, dan apakah ada perubahan yang terbukti dalam praktik kesehatan mereka sebagai akibat dari program yang dilaksanakan.
4. Cara monitoring
- Cara-cara untuk memantau pelaksanaan program promosi kesehatan, antara lain sebagai berikut.
- a. Kunjungan rumah dan diskusi dengan anggota keluarga  
Melibatkan kunjungan langsung ke rumah peserta program untuk berdiskusi dengan anggota keluarga tentang implementasi program, pengalaman mereka, dan tanggapan terhadap materi yang disampaikan.
  - b. Wawancara mendalam  
Melakukan wawancara mendalam dengan peserta program untuk memahami persepsi mereka terhadap program, kesesuaian materi dengan kebutuhan mereka, dan dampak yang dirasakan dari program promosi kesehatan.

- c. Diskusi kelompok terfokus  
Mengadakan sesi diskusi dalam kelompok kecil dengan peserta program untuk mendapatkan pemahaman lebih dalam tentang bagaimana program memengaruhi mereka secara kolektif, serta untuk mengeksplorasi ide-ide tanggapannya.
  - d. Observasi  
Melakukan pengamatan langsung terhadap pelaksanaan program atau perilaku peserta untuk memastikan bahwa mereka benar-benar menerapkan informasi yang telah diberikan dalam kehidupan sehari-hari.
  - e. Kuesioner  
Menggunakan kuesioner untuk mengumpulkan data secara sistematis dari peserta program tentang pengetahuan, sikap, dan perilaku mereka sehubungan dengan topik kesehatan yang dipromosikan oleh program.
  - f. Analisis artikel atau publikasi  
Melakukan analisis terhadap artikel atau publikasi ilmiah yang relevan untuk mendapatkan wawasan tambahan tentang efektivitas pendekatan atau strategi yang digunakan dalam program promosi kesehatan.
5. Orang yang bertanggung jawab untuk melakukan monitoring
- a. Pemimpin program  
Pemimpin program adalah individu atau tim yang bertanggung jawab atas perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi keseluruhan program. Mereka memiliki tanggung jawab utama dalam memastikan bahwa pemantauan dilakukan secara teratur dan efektif.
  - b. Pelaksana program
    - 1) Staf penyedia/pelaksana program  
Individu atau tim yang langsung terlibat dalam pelaksanaan program promosi kesehatan, seperti dokter, perawat, atau tenaga kesehatan lainnya yang memberikan layanan langsung kepada peserta program.

- 2) Relawan terlatih  
Relawan yang telah dilatih dan terlibat aktif dalam mendukung pelaksanaan program, baik dalam memberikan informasi kepada masyarakat, membantu dalam penyuluhan, atau mendukung logistik dan administrasi.
  - 3) Instansi terkait  
Organisasi atau lembaga yang memiliki peran terkait dalam mendukung atau melaksanakan program promosi kesehatan, seperti lembaga pemerintah, LSM kesehatan, atau lembaga swadaya masyarakat yang terlibat dalam implementasi atau pemantauan program.
6. Waktu monitoring
- a. Sepanjang program  
Pemantauan dilakukan secara kontinu sepanjang berlangsungnya program promosi kesehatan. Ini termasuk memantau pelaksanaan kegiatan, respons peserta, dan mengidentifikasi masalah atau perubahan yang memerlukan perhatian selama program berlangsung
  - b. Pada setiap tahapan kegiatan  
Setiap tahapan atau kegiatan dalam program promosi kesehatan dipantau untuk memastikan bahwa mereka berjalan sesuai rencana. Hal ini mencakup pemantauan terhadap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi setiap kegiatan untuk memastikan bahwa tujuan serta hasil yang diharapkan tercapai.
  - c. Sebulan sekali atau tiga bulan sekali  
Selain pemantauan berkelanjutan, dilakukan juga pemantauan berkala yang bisa dilakukan secara bulanan atau triwulan. Pemantauan ini memberikan kesempatan untuk mengevaluasi perkembangan jangka pendek program, mengidentifikasi tren atau pola yang mungkin terjadi, dan menyesuaikan strategi atau taktik jika diperlukan berdasarkan data yang diperoleh.

## Konsep Evaluasi

Evaluasi adalah komponen penting dan terintegrasi dalam setiap proses manajemen, termasuk manajemen promosi kesehatan. Masyarakat melakukan evaluasi untuk mengetahui apakah segala sesuatu berjalan sesuai dengan rencana, apakah semua sumber daya yang digunakan sesuai dengan kebutuhan pendanaan, dan apakah tindakan yang diambil menghasilkan hasil serta dampak yang diharapkan. Evaluasi adalah prosedur yang memungkinkan administrator untuk memahami hasil dari suatu program dan berdasarkan pemahaman tersebut, membuat perubahan yang diperlukan untuk mencapai tujuan secara lebih efektif.

Dengan kata lain, evaluasi bukan hanya tentang mengukur keberhasilan atau kegagalan program, tetapi juga tentang memahami bagaimana program tersebut bekerja dan bagaimana bisa diperbaiki. Evaluasi membantu memastikan bahwa sumber daya yang dialokasikan untuk digunakan dengan efisien dan efektif, serta bahwa program promosi kesehatan memberikan manfaat yang nyata bagi masyarakat. Melalui evaluasi, administrator dapat mengidentifikasi area yang memerlukan perbaikan, menyesuaikan strategi yang digunakan, dan memastikan bahwa tujuan program tercapai. Evaluasi juga memberikan bukti yang dapat digunakan untuk mendukung keputusan dan kebijakan di masa depan, serta untuk mengomunikasikan hasil dan dampak program kepada para pemangku kepentingan.

Selain itu, evaluasi memegang peran penting dalam menghubungkan prinsip-prinsip manajemen dengan praktik promosi kesehatan. Dengan memahami prinsip-prinsip evaluasi, pelaksana program promosi kesehatan dapat merancang, mengimplementasikan, dan menilai program dengan lebih baik, memastikan bahwa setiap langkah yang diambil memberikan kontribusi yang signifikan terhadap peningkatan kesehatan masyarakat. Prinsip-prinsip evaluasi yang diperkenalkan ini akan menjadi dasar bagi pelaksanaan promosi kesehatan yang efektif dan berkelanjutan, memberikan kerangka kerja yang jelas untuk mengukur, menilai, dan meningkatkan program-program kesehatan di masa depan.





## Daftar Pustaka

- Ali, M. “Kontribusi Status Gizi dan Motivasi Belajar terhadap Kesehatan Jasmani Mahasiswa Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Jambi”. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 8(1). 2011.
- Adventus, I. Jaya, dan D. Mahendra. 2019. *Buku Ajar Promosi Kesehatan*. Jakarta: Universitas Kristen Indonesia.
- Ardhiansyah, F., Kamilah Budhi, dan A. Suwondo. “Faktor yang Memengaruhi KLB Campak Anak Usia Sekolah Dasar”. *Care: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 8(1), 1—11. 2020.
- Boekoesoe, A. M. T. A. Suryadi, dan Z. F. Ahmad. “Optimalisasi Pilar Percepatan Pencegahan Stunting di Tingkat Desa dalam Rangka Catch to Grow Up pada Balita”. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi: Pharmicare Society*, 2(3), 148—155. 2023.
- Fernanda, M. N. dan A. I. Suryani. “Analisis Penerapan Sistem Informasi Kesehatan Daerah (SIKDA) Generik dalam Meningkatkan Pelayanan Rawat Jalan di Puskesmas Rawat Inap Ciranjang”. *Jurnal Ilmiah Perekam dan Informasi Kesehatan Imelda (JIPIKI)*, 8(2), 183—194. 2023.
- Gumilang, dkk. “Prospektif Ganja Indonesia untuk Kepentingan Pelayanan Kesehatan”. *Jurnal Esensi Hukum*, 5(1), 18—38. 2023.

- Isnainy, dkk. “Pendidikan Kesehatan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SMA Negeri 13 Bandar Lampung”. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 3(1), 27—33. 2020.
- Lestari, dkk. “Pemberdayaan Kader Kesehatan dalam Mencegah Penyakit Tidak Menular Melalui Posbindu PTM”. *Adimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 48—55. 2020.
- Mulyono, dkk. “Mentoring Smart Cultural Tourism Berbasis Potensi Lokal Menuju Kemandirian Ekonomi di Desa Klungkung Kabupaten Jember”. *Warta Pengabdian*, 18(1), 70—88. 2024.
- Mulyadi, Wahyu. 2014. *Strategi Promosi Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Notoadmodjo, Soekidjo. 2010. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Tones, K. 2004. *Health Promotion: Planing and Strategies*. London: Sage Publication.
- Pinto, dkk. “The Risk Factors Causes Incidence of HIV/AIDS for Peoples Living with HIV/AIDS (PLWHA): A Systematic Review”. *American Journal of Arts and Human Science*, 2(3), 29—35. 2023.
- Putri, S. A. D. dan D. K. Habibie. “Strategi Dinas Kesehatan dalam Penanganan Stunting di Kota Pekanbaru”. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(21), 457—466. 2022.
- Rahayu, C. E. dan M. A. Setiawan. “Pengaruh Pemberian Alih Baring untuk Menghindari Luka Tekan Grade 1 pada Pasien Imobilisasi”. *Jurnal Kesehatan STIKes Sumber Waras*, 5(1). 2023.
- Suparyanto, dkk. “Hubungan Pemberian Tablet Zink, Gaya Hidup, dan Asupan Protein terhadap Kadar Feritin pada Ibu Hamil Trimester III di Rumah Sakit Krakatau Medika Cilegon Tahun 2022”. *Sentri: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(4), 978—993. 2023.



## Profil Penulis



**Ester, SKM., M.Kes.** adalah seorang dosen yang lahir di Toraja pada tahun 1975. Beliau kini mengabdikan dirinya sebagai dosen tetap di Program Studi D-III Keperawatan Nabire yang merupakan bagian dari Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan (Poltekkes Kemenkes) Jayapura. Perjalanan akademis Ester dimulai ketika ia menyelesaikan pendidikan Sarjana Kesehatan Masyarakat di Fakultas Kesehatan

Masyarakat Universitas Hasanuddin pada tahun 1998. Setelah menempuh beberapa tahun dalam dunia profesional, Ester melanjutkan pendidikannya ke jenjang yang lebih tinggi dan berhasil meraih gelar Magister Kesehatan dalam bidang Promosi Kesehatan dari Universitas Hasanuddin pada tahun 2013.

Sebagai seorang akademisi, Ester sangat aktif dalam menjalankan Tridharma Perguruan Tinggi yang mencakup pengajaran, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat. Dalam kegiatan pengajaran, Ester dikenal sebagai dosen yang berdedikasi, serta selalu berusaha memberikan yang terbaik untuk mahasiswa-mahasiswinya. Penelitian yang dilakukan Ester tidak hanya berfokus pada bidang keperawatan, tetapi juga melibatkan berbagai aspek kesehatan masyarakat, mencerminkan minat dan keahliannya

dalam promosi kesehatan. Selain itu, Ester juga aktif terlibat dalam berbagai kegiatan pengabdian masyarakat yang merupakan salah satu wujud nyata dari komitmennya untuk berkontribusi positif bagi masyarakat sekitar. Dengan dedikasi dan semangatnya yang tinggi, Ester terus memberikan inspirasi dan dampak positif dalam dunia pendidikan serta kesehatan di Nabire dan sekitarnya.





# EXPRESS DEALS

## Paket Penerbitan Buku

1-2 MINGGU  
SELESAI



**literasi  
nusantara**  
Anggota IKAPI  
No. 209/JTI/2018

### Fasilitas:

Design Cover Eye Catching

Sertifikat Penulis

Layout Berstandar Tinggi

ISBN

Buku Cetak

Link E Book



### Spesifikasi:

- Ukuran UNESCO/A5 • Cover Art Paper/Ivory 230 Gr • Standar 150 Halaman
- Warna Cover Full Colour 1 Sisi • Kertas Isi Bookpaper/HVS
- Warna Isi Black & White • Laminasi Doff/Glossy • Jilid Perfect Binding

### Harga Paket Cetak Terbatas

Paket 3 Buku  
**800.000**

Paket 5 Buku  
**900.000**

Paket 10 Buku  
**1.250.000**

Paket 25 Buku  
**1.950.000**

Paket 50 Buku  
**2.850.000**

Paket 100 Buku  
**4.750.000**

\*Harga spesial untuk cetak buku di atas 250 eksemplar

#### Narahubung

+6282347110445 (Tomy Permana)

+6285755971589 (Febi Akbar Rizki)

+6289605725749 (Gusti Harizal)

+6285887254603 (Faizal Arifin)

#### Kantor Pusat

Perumahan Puncak Joyo Agung  
Residence Blok B11, Merjosari, Kec. Lowokwaru,  
Kota Malang, Jawa Timur 65144.

#### Kantor Cabang Lampung

Jl. Utama 1 No. 29 RT 024/RW 011.  
Kelurahan Iringmulyo, Kec. Metro Timur,  
Kota Metro. Lampung 34112.



@penerbit\_litnus



Penerbit Litnus



@literasinusantara\_



www.penerbitlitnus.co.id

# JASA KONVERSI

## SKRIPSI, TESIS, DISERTASI DAN BAHAN PENELITIAN

### MENJADI BUKU BER-ISBN

**Penulis cukup mengirim filenya saja**, selebihnya kami yang akan memproses editing dan penerbitannya dengan fasilitas:

#### Layanan Editing:

- ✓ Restruktur Kerangka Naskah
- ✓ Editing Naskah
- ✓ Proofreading
- ✓ Komunikasi Intensif
- ✓ Penerbitan Buku + Bisa mengurus HKI

#### Layanan Penerbitan:

- ✓ ISBN
- ✓ Desain Cover
- ✓ Layout standar tinggi
- ✓ Buku Cetak & Sertifikat Penulis
- ✓ Link URL e-book

#### PAKET BRONZE

**Rp2.300.000**

##### Fasilitas:

- Konversi Artikel Ilmiah
- Editing Ringan
- ISBN
- Desain Cover
- Layout Berstandar Tinggi
- Sertifikat Penulis
- Buku Cetak 10 eksemplar
- Gratis Link E-book

#### PAKET GOLD

**Rp3.800.000**

##### Fasilitas:

- Konversi Artikel Ilmiah
- Editing Sedang
- ISBN
- Desain Cover
- Layout Berstandar Tinggi
- Sertifikat Penulis
- Buku Cetak 25 eksemplar
- Gratis Link E-book

#### PAKET DIAMOND

**Rp5.000.000**

##### Fasilitas:

- Konversi Artikel Ilmiah
- Editing Berat
- ISBN
- Desain Cover
- Layout Berstandar Tinggi
- Sertifikat Penulis
- Buku Cetak 50 eksemplar
- Gratis Link E-book

#### Cetak 1000 eksemplar:

Free Layanan Launching buku, tim Litnus akan menjadi fasilitator, admin, dan host dalam **virtual launching** buku penulis.

## PENDAFTARAN HKI

Express 1–2 Jam Selesai

**Rp700.000**

Hindari klaim orang lain atas karya Anda. Amankan setiap karya dengan mengurus Hak atas Kekayaan Intelektual (HKI) bersama Literasi Nusantara. Dosen yang memiliki legalitas sertifikat HKI dapat mengajukan tambahan angka kredit poin KUM hingga 40 poin.

## PENGADAAN BUKU FISIK MAUPUN E-BOOK UNTUK PERPUSTAKAAN DAN DIGITAL LIBRARY

- Harga Ekonomis
- Pilihan Buku Melimpah
- Buku-Buku Terbitan Tahun Terbaru
- Bisa dibantu penyusunan list judul sesuai kebutuhan
- Jaminan Garansi

### FREE INSTALASI Digital Library

(Kubuku, Gramedia Digital, Aksaramaya, Henbuk, dll)

## Layanan Cetak OFFSET

\*Harga Ekonomis \*Pengerjaan Cepat \*Hasil Berkualitas Tinggi

Telah dipercaya para guru, dosen, lembaga,  
dan penulis profesional di seluruh Indonesia



# PAKET PENERBITAN BUKU + HKI

1-2 MINGGU  
SELESAI



**literasi  
nusantara**  
Anggota IKAPI  
No. 209/JTI/2018

## Fasilitas:

Design Cover Eye Catching

Sertifikat Penulis

Layout Berstandar Tinggi

ISBN

Buku Cetak

Link E Book

Royalti

HKI



## Spesifikasi:

- Ukuran UNESCO/A5 • Cover Art Paper/Ivory 230 Gr • Standar 150 Halaman
- Warna Cover Full Colour 1 Sisi • Kertas Isi Bookpaper/HVS
- Warna Isi Black & White • Laminasi Doff/Glossy • Jilid Perfect Binding

## Harga Paket Cetak + HKI

Paket 3 Buku  
**1.400.000**

Paket 5 Buku  
**1.500.000**

Paket 10 Buku  
**1.850.000**

Paket 25 Buku  
**2.550.000**

Paket 50 Buku  
**3.450.000**

Paket 100 Buku  
**5.350.000**

\*Harga spesial untuk cetak buku di atas 250 eksemplar

Narahubung



0858-8725-4603  
0882-0099-32207  
0899-3675-845

Alamat Kantor



Perumahan Puncak Joyo Agung  
Residence Blok B11 Merjosari,  
Kec. Lowokwaru, Kota Malang,  
Jawa Timur 65144.



@penerbit\_litnus



Penerbit Litnus



@literasinusantara\_



www.penerbitlitnus.co.id

# Promo Penerbitan BUKU + HKI

Rp **1.400.000** Ukuran Unesco/B5  
Cetak 3 eks

Rp **1.500.000** Ukuran Unesco/B5  
Cetak 5 eks

Rp **1.850.000** Ukuran Unesco/B5  
Cetak 10 eks

Rp **2.550.000** Ukuran Unesco/B5  
Cetak 25 eks

Rp **3.450.000** Ukuran Unesco/B5  
Cetak 50 eks

Rp **5.350.000** Ukuran Unesco/B5  
Cetak 100 eks



## FASILITAS

- ✓ ISBN
- ✓ Desain Kover
- ✓ HKI
- ✓ Buku Cetak
- ✓ Layout Berstandar Tinggi
- ✓ Sertifikat Penulis
- ✓ Link E-Book

## KEUNTUNGAN



**CEPAT**  
Proses Penerbitan  
1-2 Minggu



**EKONOMIS**  
Hemat 25%



**BERKUALITAS**  
Hasil berkualitas tinggi  
dan berstandar Dikti



**Narahubung**

0858-8725-4603 | 0882-0099-32207 | 0899-3675-845



@penerbit\_litnus



Penerbit Litnus



@literasinusantara\_



www.penerbitlitnus.co.id



# Buku Ajar

# PROMOSI

# KESEHATAN

Promosi kesehatan adalah pendekatan komprehensif untuk meningkatkan kesejahteraan masyarakat melalui pencegahan penyakit dan peningkatan gaya hidup sehat. Ini melibatkan berbagai faktor, seperti lingkungan, sosial, dan perilaku, serta menciptakan lingkungan yang mendukung gaya hidup sehat dan memperkuat komunitas peduli kesehatan. Tujuannya adalah meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya kesehatan dan mendorong perubahan perilaku sehat melalui penyuluhan, kampanye sosial, dan advokasi kebijakan.

Selain itu, promosi kesehatan juga berupaya mengurangi disparitas kesehatan dengan mempertimbangkan faktor sosial ekonomi, budaya, dan lingkungan yang memengaruhi akses serta pilihan kesehatan. Dalam era digital, promosi kesehatan menggunakan teknologi seperti aplikasi kesehatan dan media sosial untuk menjangkau lebih banyak orang dan menyampaikan informasi secara efektif.

Di dalam buku ini, memuat materi-materi berikut.

- Konsep Dasar Promosi Kesehatan
- Area Tindakan Promosi Kesehatan
- Strategi Pendekatan Promosi Kesehatan
- Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)
- Perencanaan Promosi Kesehatan
- Monitoring dan Evaluasi Promosi Kesehatan



**literasi nusantara**



Anggota IKAPI No. 209/JTI/2018  
penerbitlitnus@gmail.com  
www.penerbitlitnus.co.id  
@litnuspenerbit  
literasinusantara\_  
085755971589

Kesehatan

+17

ISBN 978-623-127-269-0



9 786231 272690