PARADIGMA PROMOSI KESEHATAN

BRIGITTA AYU D.S., M.KEP

PARADIGMA PROMOSI KESEHATAN

a. Definisi paradigma
b. Definisi sehat
c. Definisi paradigma sehat
d. Dasar pemikiran paradigma sehat
e. Faktor pendukung
f. Strategi pembangunan kesehatan
g. Pilar Indonesia sehat
h. Indikator utama Indonesia sehat

DEFINISI PARADIGMA

- Kata paradigma berasal dari kata kerja Yunani paradeiknynai, yang berarti "untuk menunjukkan berdampingan".
- Paradigma adalah kerangka berpikir atau pandangan dunia yang mendasari tindakan, kepercayaan, dan sikap seseorang. Paradigma dapat berubah seiring perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi.
- Paradigma dapat digunakan dalam berbagai bidang, seperti sosial, ekonomi, dan teknologi. Dalam penelitian, paradigma adalah acuan yang berupa asumsi, dalil, aksioma, postulat, atau konsep yang digunakan sebagai petunjuk penelitian.

BEBERAPA JENIS PARADIGMA, DI ANTARANYA:

- Paradigma Positivis: Berfokus pada objektivitas, fakta, dan pengukuran yang dapat diobservasi
- Paradigma Konstruktivis: Menekankan konstruksi sosial dari realitas
- Paradigma Interpretatif: Berfokus pada pemahaman mendalam terhadap makna dan interpretasi yang diberikan oleh individu terhadap realitas
- Paradigma Kritis: Mengeksplorasi aspek-aspek kekuasaan, ketidaksetaraan, dan sosial dalam realitas
- Paradigma Feminis: Melihat realitas melalui lensa gender
- Paradigma Postmodern: Meragukan kebenaran mutlak dan mengakui keragaman interpretasi

DEFINISI SEHAT

- Sehat adalah kondisi optimal dari segi fisik, mental, spiritual, dan sosial. Sehat tidak hanya berarti bebas dari penyakit, tetapi juga memungkinkan seseorang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomi.

Definisi sehat menurut WHO

- Menurut World Health Organization (WHO), sehat adalah keadaan yang sempurna baik fisik, mental, maupun sosial.
- Sehat tidak hanya berarti terbebas dari penyakit atau kelemahan/cacat.

DEFINISI SEHAT MENURUT UNDANG-UNDANG

- Menurut Undang-Undang Kesehatan No 23 tahun 1992, sehat adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa, dan sosial.
- Menurut Undang-Undang nomor 36 tahun 2009 tentang kesehatan, sehat adalah suatu keadaan sehat baik secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial.

CIRI-CIRI ORANG SEHAT

- Memiliki badan yang sehat dan bugar
- Mampu menjalin hubungan baik dengan orang lain
- Merasa senang dan bahagia
- Mampu menyesuaikan diri dengan kehidupan sehari-hari
- Dapat menerima kelebihan dan kekurangan diri sendiri dan teman
- Melakukan kegiatan yang bermanfaat
- sehat tidak hanya fisik tapi rohani/psikis

SO PERLUNYA.....

- Gaya hidup sehat adalah segala upaya untuk menerapkan kebiasaan yang baik dalam menciptakan hidup yang sehat.

DEFINISI PARADIGMA SEHAT

- Paradigma sehat adalah model pembangunan kesehatan yang berorientasi pada peningkatan kesehatan masyarakat secara holistik, proaktif, dan antisipatif.

TUJUAN PARADIGMA SEHAT

- Mendorong masyarakat untuk bertanggung jawab dalam menjaga kesehatannya sendiri
- Meningkatkan pemeliharaan dan perlindungan terhadap penduduk agar tetap sehat
- Memanfaatkan berbagai faktor yang memengaruhi kesehatan secara lintas sektoral

PRINSIP PARADIGMA SEHAT

- Memandang masalah kesehatan sebagai masalah yang dipengaruhi oleh banyak faktor secara dinamis dan lintas sektoral
- Berorientasi pada peningkatan, pemeliharaan, serta perlindungan kesehatan
- Tidak hanya pada upaya penyembuhan penyakit atau pemulihan kesehatan

Upaya promotif dalam paradigma sehat Asupan gizi seimbang, Olahraga teratur, Pemberian pendidikan atau edukasi terkait kesehatan.

Program Indonesia Sehat Paradigma Sehat, Penguatan Pelayanan Kesehatan Primer, Jaminan Kesehatan Nasional (JKN).

GERAKAN MASYARAKAT HIDUP SEHAT (GERMAS)

- Gerakan masyarakat hidup sehat merupakan salah satu upaya dalam menyebarkan paradigma kesehatan di setiap aspek pembangunan nasional.

DASAR PEMIKIRAN PARADIGMA SEHAT

- Dasar pemikiran paradigma sehat adalah kerangka berpikir yang mendasari pembangunan kesehatan, termasuk proses, cara, dan perbuatan memikirnya. Paradigma sehat mendorong masyarakat untuk bertanggung jawab atas kesehatannya.

DASAR PEMIKIRAN PARADIGMA SEHAT:

- Bersifat holistik, proaktif, dan antisipatif
- Mendorong masyarakat untuk bertanggung jawab atas kesehatannya
- Meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat
- Meningkatkan derajat kesehatan masyarakat
- Mendukung pembangunan sumber daya manusia yang produktif

- Upaya promotif dalam paradigma sehat

Asupan gizi seimbang, Olahraga teratur, Pemberian pendidikan atau edukasi terkait kesehatan.

Program Indonesia Sehat

- Program Indonesia Sehat merupakan upaya untuk mempromosikan pelayanan kesehatan yang bermutu dan mendorong semua orang untuk mencapai tingkat kesehatan tertinggi.

Pembangunan kesehatan

- Pembangunan kesehatan merupakan investasi untuk peningkatan kualitas sumber daya manusia dalam mendukung percepatan pembangunan nasional.

FAKTOR PENDUKUNG PARADIGMA SEHAT

- Faktor pendukung paradigma sehat adalah perilaku hidup sehat, pelayanan kesehatan, lingkungan bersih, dan keturunan.

- Perilaku hidup sehat, seperti mengonsumsi makanan bergizi, berolahraga teratur, dan mendapatkan pendidikan kesehatan.
- Pelayanan kesehatan, seperti program Indonesia Sehat yang meliputi penerapan paradigma sehat, penguatan pelayanan kesehatan, dan pelaksanaan jaminan kesehatan nasional (JKN).
- Lingkungan bersih, seperti menjaga kebersihan lingkungan sekitar.
- Keturunan, seperti faktor genetik yang memengaruhi kesehatan.

- Paradigma sehat adalah pendekatan dalam pembangunan kesehatan yang holistik, proaktif, dan antisipatif. Paradigma ini mendorong masyarakat untuk bertanggung jawab dalam menjaga kesehatannya secara mandiri.
- Paradigma sehat berorientasi pada peningkatan pemeliharaan dan perlindungan terhadap penduduk agar tetap sehat. Masalah kesehatan dipandang sebagai masalah yang dipengaruhi oleh banyak faktor secara dinamis dan lintas sektoral.
- Program Indonesia Sehat dilaksanakan dengan pendekatan keluarga, di antaranya: Keluarga mengikuti program Keluarga Berencana (KB), Ibu melakukan persalinan di fasilitas kesehatan, Bayi mendapat imunisasi dasar lengkap, Bayi mendapat Air Susu Ibu (ASI) eksklusif, Balita mendapatkan pemantauan pertumbuhan.

Transformasi sistem kesehatan 2021-2024

5 RPJMN dan 6 pilar transformasi

Visi

Sejalan dengan visi Presiden untuk mewujudkan masyarakat yang sehat, produktif, mandiri dan berkeadilan

Outcome RPJMN bidang kesehatan

- Meningkatkan kesehatan ibu, anak, keluarga berencana dan kesehatan reproduksi
- Mempercepat perbaikan gizi masyarakat
- Memperbaiki pengendalian penyakit
- Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS)
- Memperkuat sistem kesehatan & pengendalian obat dan makanan

6 kategori utama

1 Transformasi layanan primer

a. Edukasi penduduk

7 kampanye utama: imunisasi, gizi seimbang, olah raga, anti rokok, sanitasi & kebersihan lingkungan, skrining penyakit, kepatuhan pengobatan

b. Pencegahan primer

Penambahan imunisasi rutin menjadi 14 antigen dan perluasan cakupan di seluruh Indonesia.

c. Pencegahan sekunder

Skrining 14 penyakit penyebab kematian tertinggi di tiap sasaran usia, skrining stunting, & peningkatan ANC untuk kesehatan ibu & bayi.

d. Meningkatkan kapasitas dan kapabilitas layanan primer

Pembangunan Puskesmas di 171 kec., penyediaan 40 obat esensial, pemenuhan SDM kesehatan primer

2 Transformasi layanan rujukan

Meningkatkan akses dan mutu layanan sekunder & tersier

Pembangunan RS di Kawasan Timur, jejaring pengampuan 6 layanan unggulan, kemitraan dengan *world's top healthcare centers*.

3 Transformasi sistem ketahanan kesehatan

a. Meningkatkan ketahanan sektor farmasi & alat kesehatan

Produksi dalam negeri 14 vaksin rutin, top 10 obat, top 10 alkes *by volume & by value*.

b. Memperkuat ketahanan tanggap darurat

Jejaring nasional surveilans berbasis lab, tenaga cadangan tanggap darurat, *table top exercise* kesiapsiagaan krisis.

4 Transformasi sistem pembiayaan kesehatan

Regulasi pembiayaan kesehatan dengan 3 tujuan: tersedia, cukup, dan berkelanjutan; alokasi yang adil; dan pemanfaatan yang efektif dan efisien.

5 Transformasi SDM Kesehatan

Penambahan kuota mahasiswa, beasiswa dalam dan luar negeri, kemudahan penyetaraan nakes lulusan luar negeri.

6 Transformasi teknologi kesehatan

Pengembangan dan pemanfaatan teknologi, digitalisasi, dan bioteknologi di sektor kesehatan.

PILAR INDONESIA SEHAT

- terdiri dari tiga pilar utama, yaitu: Penerapan paradigma sehat, Penguatan pelayanan kesehatan, Pelaksanaan jaminan kesehatan nasional (JKN).

Selain itu, Indonesia juga sedang menjalankan transformasi kesehatan melalui enam pilar, yaitu:

- Transformasi layanan primer
- Transformasi layanan rujukan
- Sistem ketahanan kesehatan
- Sistem pembiayaan kesehatan
- SDM kesehatan
- Teknologi kesehatan

BEBERAPA LANGKAH YANG TELAH DILAKUKAN UNTUK MEWUJUDKAN INDONESIA SEHAT, DI ANTARANYA:

- Rebranding Posyandu Prima
- Revitalisasi dan standardisasi layanan di puskesmas
- Penataan laboratorium di berbagai provinsi
- Penanganan penyakit menular seperti TBC, HIV, Malaria, Dengue, Polio, Campak, Hepatitis, dan Rabies
- Program Kabupaten dan Kota Sehat
- Gerakan Ibu Hamil Sehat
- Pemantauan pertumbuhan balita secara rutin di Posyandu

Visi Indonesia Sehat 2025 adalah mewujudkan lingkungan dan perilaku hidup sehat, sehingga derajat kesehatan masyarakat meningkat.

INDIKATOR UTAMA INDONESIA SEHAT

- Indikator utama Indonesia Sehat adalah terciptanya lingkungan sehat. Lingkungan dikatakan sehat, apabila memiliki persentase sebesar 80% sebagai kategori rumah sehat, 90% keluarga menggunakan air bersih, 85% keluarga menggunakan jamban sehat, 80% sekolah sehat, dan 80% termasuk kabupaten/kota sehat.

THANK YOU

KONSEP PERILAKU DAN PERILAKU KESEHATAN

Brigitta Ayu D.S, M.Kep

Definisi

- Perilaku adalah respons individu terhadap stimulus dari dalam maupun luar dirinya. Perilaku kesehatan adalah tindakan, keyakinan, dan kebiasaan yang berkaitan dengan kesehatan.

- Perilaku adalah manifestasi hayati individu dalam berinteraksi dengan lingkungan.
- Perilaku merupakan hasil dari pengalaman dan interaksi manusia dengan lingkungan.
- Perilaku merupakan respon terhadap stimulus dari dalam maupun luar dirinya.

PERILAKU KESEHATAN

- Perilaku kesehatan adalah respons seseorang terhadap stimulus yang berkaitan dengan sakit dan penyakit.
- Perilaku kesehatan mencakup tindakan yang dapat diamati dan kejadian mental internal.
- Perilaku kesehatan merupakan bidang studi multidisiplin yang mencakup berbagai disiplin ilmu.
- Perilaku kesehatan dibagi menjadi dua, yaitu perilaku masyarakat yang dilayani dan perilaku pemberi pelayanan.

Contoh perilaku kesehatan

- Makan dengan gizi seimbang
- Olahraga/kegiatan fisik secara teratur
- Tidak mengkonsumsi makanan/minuman yang mengandung zat adiktif
- Istirahat cukup
- Rekreasi /mengendalikan stress
- Cuci Tangan menggunakan Sabun dan Air Mengalir
- Jaga Kebersihan Toilet
- Jaga Kebersihan Lingkungan Sekitar

Batasan perilaku

- aturan atau ketentuan yang membatasi tindakan atau aktivitas seseorang. Batasan perilaku dapat diterapkan dalam berbagai situasi, seperti di tempat kerja, saat berinteraksi dengan orang lain, atau dalam konteks seksual.

- **Batasan di tempat kerja**: Karyawan perlu menerapkan batasan antara kehidupan pribadi dan pekerjaan.
- **Batasan dalam interaksi sosial**: Orang tua dapat mengajarkan anak batasan perilaku yang sesuai dengan situasi sosial tertentu.
- **Batasan seksual**: Batasan seksual meliputi persetujuan, saling menghargai, dan saling menghormati.

- Manfaat menerapkan batasan perilaku Meningkatkan kesejahteraan psikologis, Mencegah pelanggaran kode etik, Membantu menjaga keseimbangan antara kehidupan pribadi dan pekerjaan, Membantu menjaga gaya hidup sehat, Membantu meningkatkan kebahagiaan.

Bagaimana mengajarkan batasan perilaku kepada anak? Orang dewasa? Orang tua??

Perilaku kesehatan

- tindakan, sikap, dan pemikiran seseorang dalam memelihara dan meningkatkan kesehatannya. Perilaku kesehatan dapat berupa respons aktif atau pasif.

Respons aktif

- Tindakan yang langsung dilakukan, seperti mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir
- Memberantas jentik nyamuk di rumah
- Olahraga secara rutin

Respons pasif Berpikir atau berpendapat, Memanfaatkan pelayanan kesehatan.

Perilaku kesehatan dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya:

- Faktor perilaku
- Faktor lingkungan
- Faktor pelayanan kesehatan
- Faktor keturunan
- Faktor predisposisi, seperti pengetahuan, sikap, kepercayaan, keyakinan, dan nilai-nilai
- Faktor pemungkin, seperti lingkungan fisik, ketersediaan fasilitas, dan pelatihan
- Faktor penguat, seperti undang-undang, peraturan, dan pengawasan

Perilaku kesehatan yang baik dapat membantu mencapai kondisi tubuh yang optimal, baik fisik, mental, dan kesejahteraan kehidupan.

- Contoh perilaku hidup bersih dan sehat: Menggunakan air bersih, Mencuci tangan dengan air bersih dan sabun, Menggunakan jamban sehat, Makan buah dan sayur setiap hari, Jaga kebersihan lingkungan sekitar.

Domain perilaku

- Dalam konteks perilaku manusia, "domain perilaku" merujuk pada tiga ranah atau kawasan utama yang dikemukakan oleh Benyamin Bloom, yaitu kognitif (pengetahuan), afektif (sikap), dan psikomotor (praktik atau keterampilan)

- **Kognitif (Cognitive):**

Domain ini berkaitan dengan pengetahuan, pemahaman, dan kemampuan berpikir seseorang. Contohnya, mengetahui fakta tentang kesehatan, memahami konsep ilmiah, atau memecahkan masalah.

- **Afektif (Affective):**

Domain ini berkaitan dengan sikap, nilai, minat, dan emosi seseorang. Contohnya, memiliki sikap positif terhadap kesehatan, menghargai keberagaman, atau merasa peduli terhadap lingkungan.

- **Psikomotor (Psychomotor):**

Domain ini berkaitan dengan keterampilan fisik dan kemampuan motorik seseorang. Contohnya, melakukan aktivitas fisik seperti olahraga, bermain musik, atau mengoperasikan alat

Mengapa penting untuk memahami domain perilaku?

- **Memahami Perilaku Manusia**
- **Merancang Intervensi yang Efektif**
- **Mengukur Perubahan Perilaku**

Contoh penerapan domain perilaku

- **Pendidikan:**

Dalam pendidikan, guru dapat merancang pembelajaran yang melibatkan ketiga domain perilaku untuk mencapai tujuan pembelajaran yang lebih komprehensif.

- **Kesehatan:**

Dalam bidang kesehatan, petugas kesehatan dapat menggunakan pemahaman tentang domain perilaku untuk merancang program promosi kesehatan yang efektif.

- **Pemasaran:**

Dalam bidang pemasaran, pemahaman tentang domain perilaku dapat membantu dalam merancang kampanye yang lebih persuasif.

- terimakasih