

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Konsep Dasar Perilaku**

##### 2.1.1 Konsep Perilaku Kesehatan

Perilaku kesehatan pada dasarnya adalah suatu respons seseorang (organisme) terhadap suatu stimulus yang berkaitan dengan sakit dan penyakit, system pelayanan kesehatan, makanan, serta lingkungan. Dengan demikian secara lebih rinci perilaku kesehatan itu mencakup :

- a. Perilaku terhadap sakit dan penyakit, yaitu bagaimana manusia merespons, baik secara pasif (mengetahui, bersikap, dan mempersepsi penyakit dan rasa sakit yang ada pada dirinya dan di luar dirinya, maupun aktif (tindakan) yang dilakukan sehubungan dengan penyakit dan sakit tersebut. Perilaku terhadap sakit dan penyakit dibedakan sesuai dengan tingkat- tingkat pencegahan penyakit yakni :
  - 1) Perilaku sehubungan dengan peningkatan dan pemeliharaan kesehatan (*Health Promotion Behavior*). Misalnya makan makanan yang bergizi, olahraga, dan sebagainya
  - 2) Perilaku pencegahan penyakit (*Health Prevention Behavior*), adalah respons untuk melakukan pencegahan penyakit, misalnya : tidur memakai kelambu untuk mencegah gigitan nyamuk malaria, imunisasi, dan sebagainya. Termasuk juga perilaku untuk tidak menularkan penyakit pada orang lain.

- 3) Perilaku sehubungan dengan pencarian pengobatan (*Health Seeking Behavior*), yaitu perilaku untuk melakukan atau mencari pengobatan, misalnya berusaha mengobati sendiri penyakitnya, atau mencari pengobatan – pengobatan ke fasilitas kesehatan.
  - 4) Perilaku sehubungan dengan pemulihan kesehatan (*Health Rehabilitation Behavior*), yaitu perilaku yang berhubungan dengan usaha- usaha pemulihan kesehatan setelah sembuh dari suatu penyakit. Misalnya melakukan diet, mengikuti anjuran dokter dalam rangka pemulihannya.
- b. Perilaku terhadap system pelayanan kesehatan yaitu respons seseorang terhadap system pelayanan kesehatan baik pelayanan kesehatan modern maupun tradisional. Perilaku ini menyangkut respons terhadap fasilitas pelayanan, cara pelayanan, petugas kesehatan, dan obat- obatannya yang terwujud dalam pengetahuan, persepsi, sikap dan penggunaan fasilitas
  - c. Perilaku terhadap makanan (*Nutrition Behavior*), yakni respons seseorang terhadap makanan sebagai kebutuhan vital bagi kehidupan. Perilaku ini meliputi pengetahuan, persepsi, sikap, dan praktiki kita terhadap makanan serta unsur- unsur yang terkandung didalamnya.
  - d. Perilaku terhadap lingkungan kesehatan (*environmental health behavior*) adalah respon seseorang terhadap lingkungan sebagai determinan kesehatan manusia. Lingkungan perilaku ini seluas seluas lingkup kesehatan itu sendiri

Menurut Ensiklopedi Amerika, perilaku diartikan sebagai suatu aksi dan reaksi organisme terhadap lingkungannya. Hal ini berarti bahwa perilaku baru terjadi apabila ada sesuatu yang diperlukan untuk menimbulkan reaksi, yakni yang disebut rangsangan. Dengan demikian, maka rangsangan tertentu akan menghasilkan reaksi yaitu perilaku tertentu.

Dalam proses pembentukan dan atau perubahan perilaku dipengaruhi oleh beberapa faktor yang berasal dari dalam dan dari luar individu itu sendiri. Faktor intern mencakup : pengetahuan, kecerdasan, emosi, motivasi, dan sebagainya yang berfungsi untuk mengolah rangsangan dari luar. Sedangkan faktor ekstern meliputi lingkungan sekitar baik fisik maupun non fisik seperti iklim, manusia, sosial- ekonomi, kebudayaan, dan sebagainya.

#### 2.1.2 Faktor yang mempengaruhi perilaku

Menurut Notoatmodjo (2011) faktor yang mempengaruhi perilaku adalah :

##### a. Faktor Intrinsik

##### 1) Pengetahuan

Orang yang memiliki pendidikan yang tinggi cenderung memiliki perilaku yang otomatis positif karena sebelum melakukan sesuatu orang tersebut pasti akan berpikir secara matang dan dapat tahu apa akibat yang akan ditimbulkan.

2) Intelegensi/ kecerdasan

Seseorang yang memiliki intelegensi tinggi akan lebih cepat menerima informasi.

3) Tingkat Emosional

Seseorang yang sedang dalam keadaan emosi cenderung tidak terkontrol/ tidak stabil sehingga akan mempengaruhi perilakunya.

4) Motivasi

Seseorang yang memiliki motivasi tinggi akan memiliki kemauan sebagai dorongan tindakan sebagai usaha mencapai tujuan.

b. Faktor Ekstrinsik

1) Lingkungan

Seseorang yang bergaul dengan lingkungan orang-orang yang mempunyai pengetahuan tinggi maka akan secara langsung atau tidak langsung pengetahuan yang dimiliki akan bertambah, dan perilakunya akan lebih baik. Orang yang bertempat tinggal di lingkungan yang keras tentu akan berpengaruh terhadap perilaku kesehatan keseharian.

2) Sosial Ekonomi

Keadaan sosial ekonomi sangat berpengaruh terhadap perilaku seseorang.

3) Kebudayaan

Kebudayaan merupakan suatu hasil berinteraksi antar manusia dalam wilayah tertentu. Sehingga orang tinggal di wilayah itu

perilakunya sedikit demi sedikit akan menyesuaikan sesuai dengan kebudayaan di wilayah tersebut.

### 2.1.3 Proses Pembentukan Perilaku

Menurut (Notoatmodjo, 2011) perilaku manusia merupakan hal yang sangat kompleks dan memiliki ruang lingkup yang sangat luas. Benyamin Bloom (1908) dalam Notoatmodjo (2011) membagi perilaku ke dalam 3 domain/ ranah yaitu ranah kognitif (*cognitive domain*), ranah afektif (*affective domain*) dan ranah psikomotor (*psychomotor domain*). Terbentuknya perilaku baru pada orang dewasa dimulai pada domain kognitif, yang artinya subjek tahu terlebih dahulu terhadap stimulus yang berupa materi. Kemudian menimbulkan pengetahuan baru pada subjek tersebut, selanjutnya menimbulkan sikap terhadap objek, ketika objek telah diketahui dan disadari sepenuhnya akan menimbulkan respons lebih jauh yaitu berupa tindakan/ *action*.

Penelitian yang dilakukan oleh Rogers (1974) mengungkapkan bahwa sebelum orang mengadopsi perilaku baru, dalam diri orang tersebut terjadi proses yang berurutan, yang disebut AIETA yaitu :

#### a. *Awareness* (Kesadaran)

Ketika orang tersebut menyadari dan mengetahui terlebih dahulu sebuah stimulus/ objek.

#### b. *Interest* (Merasa Tertarik)

Ketertarikan terhadap stimulus atau objek tersebut. Pada tahap ini sikap subjek sudah mulai muncul.

c. *Evaluation* (Menimbang- nimbang)

Mempertimbangkan baik dan tidaknya stimulus tersebut bagi dirinya, hal ini menunjukkan bahwa sikap subjek sudah lebih baik lagi.

d. *Trial*

Dalam fase ini subjek mulai mencoba melakukan sesuatu yang dkehendaki/ diinginkan oleh stimulus.

e. *Adoption*

Subjek telah berperilaku baru sesuai dengan pengetahuan, kesadaran, dan sikapnya terhadap stimulus.

## **2.2 Konsep Teori Prakonsepsi**

### **2.2.1 Tujuan Prakonsepsi**

Masa prakonsepsi adalah waktu dalam penyediaan intervensi biomedik, perilaku dan kesehatan untuk perempuan dan pasangan sebelum terjadinya konsepsi/ kehamilan. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan status kesehatan baik perempuan maupun laki- laki, dan mengurangi perilaku individu serta lingkungan yang berdampak terhadap keachatan ibu dan anak. Tujuan utamanya adalah untuk meningkatkan kesehatan ibu dan bayi, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Selain itu tujuan dari konsep kesehatan praakonsepsi diantaranya yaitu untuk mencegah terjadinya kematian ibu dan bayi, mencegah kehamilan yang tidak diinginkan, mencegah komplikasi selama kehamilan dan persalinan serta mencegah lahir mati, kecacatan, kelahiran prematur dan berat lahir rendah (WHO, 2013)

### 2.2.1 Peran pasangan selama masa prakonsepsi

Pada prakonsepsi bertujuan untuk meningkatkan status kesehatan baik perempuan maupun laki- laki sebelum terjadinya kehamilan. Tanggung jawab dalam meningkatkan status kesehatan tidak hanya menjadi tanggung jawab perempuan saja melainkan juga menjadi tanggung jawab laki- laki, banyak studi yang telah menyebutkan bahwa status kesehatan laki- laki selama masa prakonsepsi juga berkontribusi terhadap status kesehatan ibu dan anak selama kehamilan. Menurut (WHO, 2013) peran pasangan dalam meningkatkan status kesehatan pada masa prakonsepsi diantaranya :

#### a. Perbaiki Nutrisi

Pada aspek nutrisi diharapkan pasangan dapat mengkonsumsi makanan sehat dengan menerapkan gizi seimbang, meningkatkan konsumsi zat besi dan asam folat pada perempuan, Mendeteksi kemungkinan riwayat anemia dan diabetes dengan mengunjungi tenaga kesehatan untuk mendapatkan informasi yang tepat terhadap pencegahannya.

#### b. Konsumsi rokok dan alkohol

Berhenti mengkonsumsi rokok dan alkohol baik bagi laki- laki maupun perempuan. (Meeker Benediktus, 2013) dalam (Kotelchuck, 2017) mengatakan bahwa asap rokok pada laki- laki dapat berdampak terhadap perkembangan janin dan bersiko terjadi kecacatan. Sedangkan dalam penelitian yang dilakukan oleh (Mc Bride et al. 2016) menyatakan bahwa konsumsi alkohol pada laki- laki pada masa

prakonsepsi dapat meningkatkan resiko terjadinya keguguran dan kecacatan pada janin

c. Kondisi Genetik

Pasangan dapat melakukan perencanaan keluarga dan mengetahui riwayat kesehatan keluarga secara menyeluruh sehingga dapat dilakukan pencegahan secara dini jika terdapat riwayat penyakit menurun.

d. Kesehatan Lingkungan

Melindungi dari paparan radiasi yang tidak perlu dalam pekerjaan, serta menghindari penggunaan pestisida yang tidak perlu.

### **2.3 Gambaran Perilaku Laki- laki pada Masa Prakonsepsi**

Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Shawe et al, 2019) menyatakan bahwa Kesehatan laki- laki sebelum konsepsi semakin diakui sebagai faktor dalam meningkatkan kesehatan reproduksi, kehamilan dan neonatal. Perawatan prakonsepsi memungkinkan optimalisasi faktor bio-psiko-sosial yang berpotensi berdampak positif pada kesehatan pria itu sendiri, dan keturunannya (Kotelchuck, 2017). Spermatoatozoa pria juga berkontribusi, dalam penelitian terbaru menunjukkan penurunan global dalam jumlah dan kualitas sperma Hal ini tampaknya disebabkan oleh berbagai faktor termasuk gaya hidup dan faktor lingkungan yang menyebabkan defragmentasi DNA melalui stres oksidatif, menghasilkan kualitas sperma yang buruk, dan mengurangi keberhasilan kehamilan . (Misra et al. 2010) membahas peran perilaku ayah dalam mendorong atau perbahan gaya hidup ibu dan



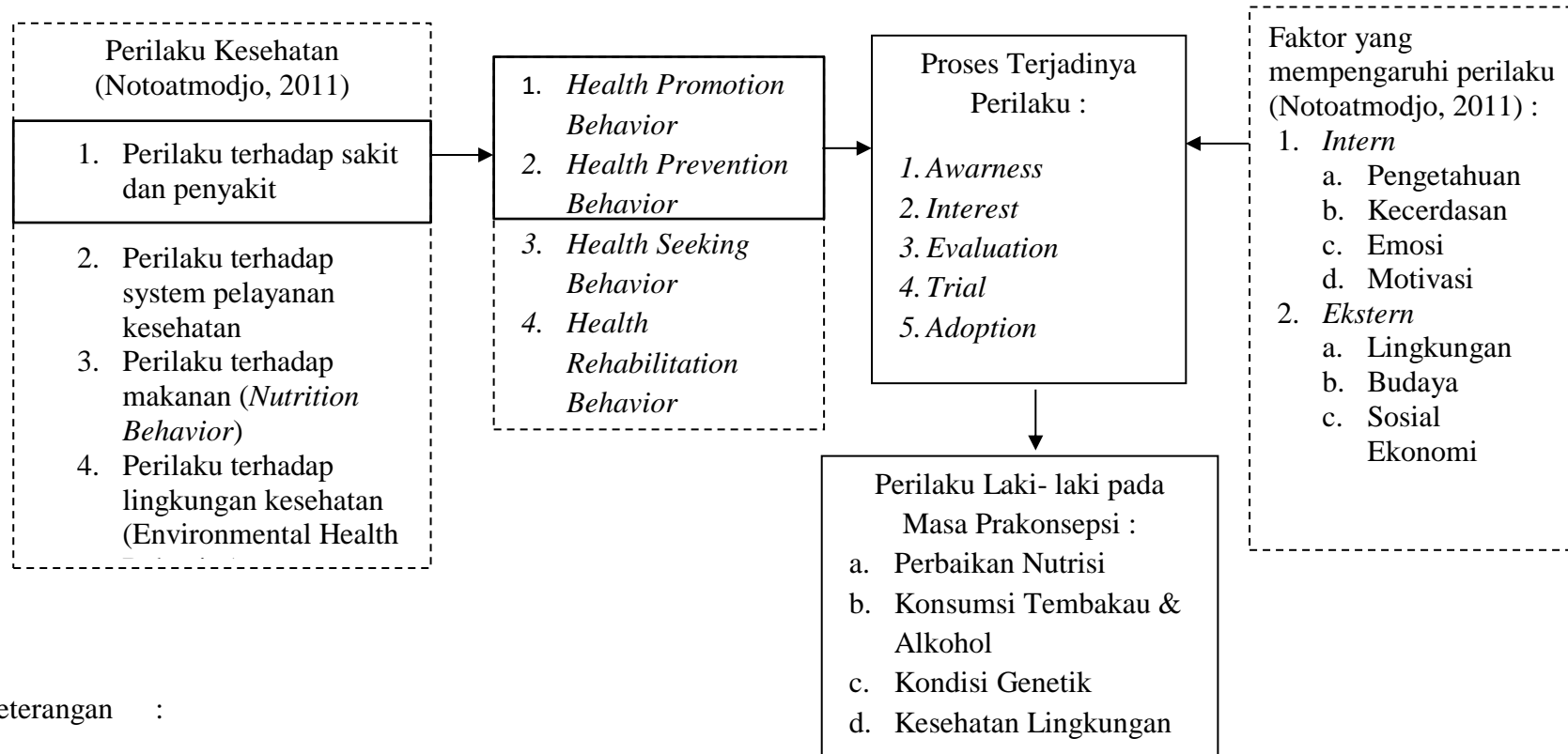
penggunaan pelayanan prakonsepsi yang pada akhirnya dapat mempengaruhi hasil kelahiran. Intervensi seperti pengembangan rencana kehidupan reproduksi individu telah berhasil meningkatkan kesadaran akan masalah kesehatan reproduksi dengan tujuan mempromosikan rencana kehamilan pada pria dan wanita. Hal yang sama juga disampaikan oleh Mc Bride & Jonson (2016) bahwa jika pasangan pria aktif mendukung keterlibatan, maka perempuan hampir 20% lebih mungkin untuk secara aktif mengikuti protokol layanan kesehatan prakonsepsi yang disediakan di klinik.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Fidya, N (2019) di Indonesia menyatakan bahwa konsep kesehatan prakonsepsi pada laki- laki dinyatakan dalam tema perilaku yang berhubungan dengan kesehatan fisik, yang dipraktikkan oleh peserta dalam berbagai kegiatan seperti olahraga teratur dan aktivitas fisik, mengatur pola diet, menghindari konsumsi tembakau dan mengatur pola tidur. Kegiatan-kegiatan ini sejalan dengan perilaku kesehatan prakonsepsi pria mengenai pengetahuan dan sikap mereka untuk mengatasi kesehatan prakonsepsi.

Olahraga teratur memiliki dampak positif pada kesehatan, itu mempengaruhi regulasi pikiran dan tubuh. Olahraga menjadi salah satu elemen penting dalam promosi kesehatan selama periode prakonsepsi. Dengan olahraga teratur, berat badan menjadi berkurang, dan perkembangan risiko penyakit kronis menjadi lebih rendah. Olahraga tidak hanya berdampak pada aspek fisik, tetapi juga dalam pengurangan stres yang mengarah pada kesehatan mental dan kesehatan secara keseluruhan. Aktivitas fisik berkisar

dari jogging dan bersepeda yang dipraktikkan karena niat mereka untuk menjaga tubuh mereka bugar sebelum menikah. Aktivitas fisik selaras dengan upaya untuk mengontrol berat badan dan mencegah obesitas. Perilaku selanjutnya yaitu konsumsi rokok/tembakau dikenal terkait dengan pengurangan kemampuan dalam reproduksi dan kesehatan umum. Ini mempengaruhi konsentrasi, morfologi dan motilitas sperma.

## 2.4 Kerangka Konsep



Keterangan :

\_\_\_\_\_ : diteliti

----- : tidak diteliti

**Gambar 2.1 Kerangka Konsep Gambaran Perilaku Laki- laki pada Masa Prakonsepsi**