

BUKU AJAR:

PROMOSI KESEHATAN

Penulis:

Nur Fadhilah, M.Kes., Ph.D.

Ns.Umi Aniroh,S.Kep.,M.Kes.

Syahrul, SKM., M.Kes.

Dewi Yuliana.,S.Kep., Ns., M.Kep.

Heri Tri Wibowo, SKM., SKep.Ns., M.Kes.



Buku Ajar: Promosi Kesehatan

Penulis: Nur Fadhilah, M.Kes., Ph.D.
Ns.Umi Aniroh,S.Kep.,M.Kes.
Syahrul, SKM., M.Kes.
Dewi Yuliana.,S.Kep., Ns., M.Kep.
Heri Tri Wibowo, SKM., SKep.Ns., M.Kes.

Desain Sampul: Raden Bhoma Wikantioso Indrawan

Tata Letak: Helmi Syaukani, S.Pd.

ISBN: 978-634-7294-29-6

Cetakan Pertama: Juli, 2025

Hak Cipta Dilindungi Oleh Undang-Undang

Copyright © 2025

by Penerbit PT Optimal Untuk Negeri

All Right Reserved

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

Website : optimaluntuknegeri.com

Instagram : @bimbel.optimal

Tiktok : @maskokooo

PENERBIT:

PT OPTIMAL UNTUK NEGERI

Kencana Tower Lt. Mezzanine

Jl. Raya Meruya Ilir No. 88

RT. 001 RW. 005, Kel. Meruya Utara, Kec. Kembangan

Jakarta Barat, DKI Jakarta

Anggota IKAPI No. 635/DKI/2025

PRAKATA

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya sehingga buku ajar yang berjudul "Promosi Kesehatan: Strategi, Konsep, dan Aplikasi dalam Keperawatan" ini dapat diselesaikan dengan baik. Buku ini hadir sebagai respons terhadap kebutuhan praktisi dan akademisi keperawatan yang terus berkembang seiring meningkatnya tantangan kesehatan masyarakat di Indonesia.

Promosi kesehatan merupakan bagian integral dari asuhan keperawatan yang bertujuan meningkatkan kualitas hidup masyarakat melalui pendekatan yang terstruktur, sistematis, dan terencana. Untuk itu, buku ini secara komprehensif membahas lima strategi pendekatan utama dalam promosi kesehatan yang meliputi pendekatan edukasi, advokasi, pemberdayaan masyarakat, kemitraan lintas sektor, dan pengembangan kebijakan publik.

Selain menjelaskan konsep dasar promosi kesehatan secara detail, buku ini juga memberikan panduan perencanaan promosi kesehatan agar pelaksanaannya di lapangan efektif dan efisien. Untuk memperkaya pembahasan, aplikasi nyata promosi kesehatan dalam asuhan keperawatan kepada individu, keluarga, dan kelompok turut disertakan, sehingga mahasiswa maupun tenaga kesehatan dapat mengaplikasikan teori ke dalam praktik klinis dengan mudah.

Tidak kalah penting, pembahasan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam buku ini bertujuan untuk memberikan pemahaman mendalam mengenai pentingnya perubahan perilaku sehat yang berkelanjutan, baik secara individual maupun kolektif. Materi ini disusun dengan harapan dapat menjadi referensi penting dalam mendorong peningkatan kesehatan secara keseluruhan di komunitas.

Kami menyadari bahwa dalam penyusunan buku ini masih terdapat kekurangan. Oleh karena itu, kritik dan saran dari pembaca sangat kami harapkan demi penyempurnaan di masa mendatang. Semoga buku ini memberikan manfaat besar bagi perkembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam bidang promosi kesehatan.

Juni, 2025

Tim Penulis

DAFTAR ISI

PRAKATA.....	iii
DAFTAR ISI.....	iv

BAB 1 LIMA STRATEGI PENDEKATAN PROMOSI KESEHATAN..... 1

A. Building Healthy Public Policy (Kebijakan Publik yang Berwawasan Kesehatan).....	3
B. <i>Creating Supportive Environments</i> (Menciptakan Lingkungan yang Mendukung).....	5
C. Strengthening Community Action (Menguatkan Aksi Masyarakat).....	6
D. <i>Developing Personal Skills</i> (Mengembangkan Keterampilan Individu).....	8
E. <i>Reorienting Health Services</i> (Reorientasi layanan kesehatan).....	9
F. Latihan	11
G. Kunci Jawaban.....	16
H. Rangkuman Materi.....	16
I. Glosarium	18
J. Daftar Pustaka	19

BAB 2 KONSEP DASAR PROMOSI KESEHATAN..... 21

A. Definisi Promosi Kesehatan	22
B. Prinsip-Prinsip Promosi Kesehatan	22
C. Strategi Promosi Kesehatan.....	23
D. Ruang Lingkup Promosi Kesehatan.....	25
E. Pendekatan dalam Promosi Kesehatan.....	26
F. Tantangan dalam Promosi Kesehatan.....	27
G. Latihan Soal	28
H. Rangkuman Materi.....	30
I. Glosarium	32
J. Daftar Pustaka	33

BAB 3 PERENCANAAN PROMOSI KESEHATAN 35

A. Konsep Dasar Promosi Kesehatan.....	37
B. Teori dan Model Promosi Kesehatan.....	38
C. Perencanaan Promosi Kesehatan	40
D. Pelaksanaan Promosi Kesehatan	42
E. Evaluasi Program Promosi Kesehatan	45
F. Studi Kasus dan Aplikasi di Lapangan	47
G. Penutup dan Rekomendasi.....	48
H. Latihan Soal	49

I. Rangkuman Materi.....	51
J. Glosarium	53
K. Daftar Pustaka	54
BAB 4 APLIKASI PROMOSI KESEHATAN DALAM ASUHAN KEPERAWATAN PADA INDIVIDU, KELUARGA, DAN KELOMPOK	57
A. Aplikasi Promosi Kesehatan dalam Asuhan Keperawatan Individu.....	59
B. Aplikasi Promosi Kesehatan dalam Asuhan Keperawatan Keluarga	60
C. Aplikasi Promosi Kesehatan dalam Asuhan Keperawatan Kelompok.....	62
D. Latihan Soal	64
E. Rangkuman Materi.....	65
F. Glosarium	66
G. Daftar pustaka	68
BAB 5 PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS)	71
A. Definisi PHBS.....	74
B. Tujuan PHBS.....	75
C. Indikator PHBS	75
D. Manfaat PHBS.....	77
E. Sasaran PHBS menurut tatanannya	79
F. Faktor yang mempengaruhi PHBS.....	82
G. Pengelolaan PHBS.....	83
H. Peran Perawat dalam PHBS.....	89
I. Latihan	91
J. Rangkuman Materi.....	92
K. Glosarium	92
L. Daftar Pustaka	93
PROFIL PENULIS	95

BAB 1

LIMA STRATEGI PENDEKATAN PROMOSI KESEHATAN

Pendahuluan:

Promosi kesehatan merupakan strategi fundamental dalam meningkatkan kesejahteraan masyarakat dan mencegah berbagai penyakit. Konsep ini tidak hanya berfokus pada aspek medis, tetapi juga mencakup perubahan sosial, kebijakan, serta pemberdayaan individu dan komunitas untuk menciptakan kondisi hidup yang lebih sehat. Pendekatan promosi kesehatan menjadi semakin relevan seiring dengan meningkatnya tantangan kesehatan global, seperti penyakit tidak menular, perubahan gaya hidup, dan ketimpangan akses terhadap layanan kesehatan.

Pendekatan dalam promosi kesehatan didasarkan pada prinsip bahwa kesehatan bukan sekadar hasil dari perawatan medis, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor sosial, ekonomi, dan lingkungan. Lima pendekatan utama dalam promosi kesehatan, sebagaimana dirumuskan dalam Deklarasi Ottawa tahun 1986, meliputi: (1) kebijakan publik yang berwawasan kesehatan, (2) penciptaan lingkungan yang mendukung, (3) penguatan aksi komunitas, (4) pengembangan keterampilan individu, dan (5) reorientasi layanan kesehatan. Kelima pendekatan ini bekerja secara sinergis untuk menciptakan masyarakat yang lebih sehat dan berdaya dalam menjaga kesehatannya.

Kebijakan publik yang mendukung kesehatan bertujuan untuk memastikan bahwa regulasi, kebijakan, dan legislasi yang dibuat oleh pemerintah dapat melindungi serta meningkatkan kesehatan masyarakat. Penciptaan lingkungan yang mendukung berfokus pada perubahan lingkungan fisik, sosial, dan ekonomi agar kondusif bagi kesehatan. Penguatan aksi komunitas menekankan pada peran aktif masyarakat dalam mengidentifikasi masalah kesehatan dan mengambil langkah-langkah untuk mengatasinya. Sementara itu, pengembangan keterampilan individu bertujuan untuk meningkatkan kemampuan masyarakat dalam mengelola kesehatan mereka secara mandiri. Terakhir, reorientasi layanan kesehatan menekankan perubahan sistem layanan kesehatan agar lebih berfokus pada pencegahan dan promosi kesehatan, bukan hanya pada pengobatan penyakit.

Melalui pemahaman dan penerapan lima pendekatan ini, diharapkan kesehatan masyarakat dapat meningkat secara holistik dan berkelanjutan. Kajian ini akan

membahas setiap pendekatan secara mendalam, termasuk konsep dasar, implementasi di berbagai sektor, serta dampaknya terhadap masyarakat. Dengan demikian, promosi kesehatan dapat menjadi landasan bagi pembangunan kesehatan yang lebih inklusif dan efektif dalam menjawab tantangan kesehatan di masa kini dan masa depan.

Tujuan Intruksional:

Setelah mempelajari materi ini, pembelajar dapat memahami dan menjelaskan kembali lima strategi pendekatan promosi kesehatan.

Capaian Pembelajaran:

Memahami dan dapat menjelaskan kembali:

- *Building Healthy Public Policy* (Kebijakan Publik yang Berwawasan Kesehatan)
- *Creating Supportive Environments* (Menciptakan Lingkungan yang Mendukung)
- *Strengthening Community Action* (Menguatkan Aksi Masyarakat)
- *Developing Personal Skills* (Mengembangkan Keterampilan Individu)
- *Reorienting Health Services* (Reorientasi layanan kesehatan)

Uraian Materi

A. Building Healthy Public Policy (Kebijakan Publik yang Berwawasan Kesehatan)

Building Healthy Public Policy (Kebijakan Publik yang Mendukung Kesehatan) merupakan salah satu dari lima pilar utama strategi promosi kesehatan yang diperkenalkan dalam *Ottawa Charter for Health Promotion* pada tahun 1986, adalah sebuah pendekatan dalam promosi kesehatan yang menitikberatkan pada pembuatan keputusan politik dan administratif yang secara eksplisit mempertimbangkan dampaknya terhadap kesehatan masyarakat (WHO, 2012). Pendekatan ini menekankan pentingnya integrasi pertimbangan kesehatan ke dalam proses pembuatan kebijakan di berbagai sektor, tujuannya untuk menciptakan lingkungan yang mendukung perilaku hidup bersih dan sehat dan meningkatkan kesejahteraan masyarakat secara keseluruhan. Kebijakan semacam ini mempermudah atau memungkinkan pilihan yang sehat bagi warga negara dengan meningkatkan kondisi sosial dan fisik yang mendukung kesehatan (macDougall & Leeuw, 2007).

Kebijakan publik yang mendukung kesehatan adalah serangkaian keputusan politik dan administratif yang dirancang untuk meningkatkan kesehatan masyarakat dengan menciptakan lingkungan yang memungkinkan individu dan komunitas untuk hidup sehat (Leppo et al, 2013). Hal ini mencakup berbagai sektor, termasuk diantaranya adalah transportasi, pendidikan, perumahan, industri, pelayanan dan fasilitas public, dan lingkungan, yang semuanya dapat mempengaruhi determinan sosial kesehatan. Dengan mengintegrasikan pertimbangan kesehatan ke dalam kebijakan publik, pemerintah secara tidak langsung telah melakukan upaya untuk mengurangi faktor risiko, dan meningkatkan faktor pendukung yang memberikan kontribusi terhadap kesejahteraan masyarakat.

Tujuan utama dari kebijakan publik yang mendukung kesehatan meliputi: 1) Meningkatkan Kesejahteraan Masyarakat: Dengan mengintegrasikan pertimbangan kesehatan ke dalam semua sektor kebijakan, diharapkan tercipta masyarakat yang lebih sehat dan produktif, 2) Mengurangi Ketidaksetaraan Kesehatan: Kebijakan ini bertujuan untuk mengurangi disparitas kesehatan antar kelompok sosial dengan memastikan akses yang adil terhadap sumber daya dan layanan Kesehatan, dan 3) Menciptakan Lingkungan yang Mendukung Kesehatan: Melalui regulasi dan inisiatif yang mempromosikan lingkungan fisik dan sosial yang kondusif bagi perilaku sehat (Malem, 2022).

Apabila kebijakan yang dikeluarkan oleh pemerintah berorientasi pada sektor kesehatan, maka hal ini akan memberikan dampak positif dan manfaat yang sebesar besarnya bagi masyarakat, tidak hanya bidang kesehatan tetapi juga dapat

mengurangi beban ekonomi. Beberapa manfaat dari implemetasi kebijakan publik yang mendukung kesehatan diantaranya adalah; 1) Peningkatan Efektivitas Program Kesehatan: Kebijakan publik yang mendukung kesehatan memastikan bahwa program dan intervensi kesehatan lebih terkoordinasi dan sesuai dengan kebutuhan masyarakat, 2)Penguatan Pemberdayaan Masyarakat: Dengan melibatkan masyarakat dalam proses pembuatan kebijakan, tercipta rasa memiliki dan tanggung jawab bersama terhadap isu-isu kesehatan., dan 3) Pengurangan Beban Ekonomi: Kebijakan yang proaktif dalam pencegahan penyakit dapat mengurangi biaya perawatan kesehatan jangka panjang dan meningkatkan produktivitas (Green et al, 2005).

Kebijakan public yang mendukung Kesehatan berfokus pada pengembangan regulasi dan kebijakan yang memastikan Masyarakat memiliki Kses terhadap layanan dan lingkungan yang mendukung Kesehatan. Contohnya larangan merokok di tempat umum, kebijakan pajak terhadap minuman bersoda, dan peraturan tentang keamanan pangan. Implementasi kebijakan ini memerlukan Kerjasama antar pemerintah, sektor swasta, dan masyarakat untuk menciptakan kondisi yang mendukung gaya hidup sehat.

Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga (PIS-PK) adalah salah satu contoh implementasi kebijakan publik yang mendukung Kesehatan, program ini menekankan pentingnya peran keluarga dalam menjaga kesehatan dan melibatkan berbagai sektor untuk menciptakan lingkungan yang mendukung perilaku sehat. Selain itu, Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) yang diinisiasi oleh pemerintah Indonesia melalui Instruksi Presiden Nomor 1 Tahun 2017, merupakan upaya lintas sektor untuk mendorong masyarakat menjalani gaya hidup sehat.

Mengawali tahun 2025, pemerintah Republik Indonesia melalui Kementerian Kesehatan mengeluarkan sebuah kebijakan publik yang mendukung Kesehatan, yaitu "Program skrining kesehatan gratis" (Kemenkes RI, 2024). Program ini menawarkan skrining kesehatan tahunan gratis bagi semua warga negara pada hari ulang tahun mereka. Layanan yang disediakan meliputi pemeriksaan tekanan darah, penilaian risiko penyakit jantung atau stroke, serta tes mata. Program ini awalnya menargetkan anak-anak di bawah enam tahun dan orang dewasa berusia 18 tahun ke atas, dengan tujuan mendorong deteksi dini dan pencegahan penyakit serius seperti stroke, penyakit jantung, dan tuberculosis (TBC).

Implementasi kebijakan publik yang mendukung kesehatan telah terbukti efektif dalam mengatasi berbagai masalah kesehatan masyarakat. Dengan menyediakan akses mudah dan gratis ke layanan skrining kesehatan, pemerintah dapat meningkatkan deteksi dini penyakit, yang pada gilirannya memungkinkan

intervensi lebih awal dan pengelolaan penyakit yang lebih efektif. Selain itu, kebijakan semacam ini dapat meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pencegahan dan perawatan kesehatan proaktif, mengurangi beban penyakit kronis, dan menurunkan angka kematian dini ***Creating Supportive Environments*** (**Menciptakan Lingkungan yang Mendukung**)

Masyarakat Indonesia sangat beragam dan kompleks, saling terkait satu dengan yang lain, ada interaksi dan interelasi dengan lingkungan, baik lingkungan fisik, sosial, budaya dan lain lain. Hubungan yang tak terpisahkan antara manusia dan lingkungannya merupakan dasar dari pendekatan sosioekologi terhadap kesehatan (Green, 2005). Prinsip panduan secara keseluruhan untuk dunia, negara, wilayah dan komunitas, adalah kebutuhan untuk mendorong pemeliharaan timbal balik, menjaga satu sama lain, antara komunitas dengan lingkungan sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan masyarakat (Nutbeam, D., & Harris, E, 2010).

Promosi kesehatan merupakan salah satu upaya penting dalam meningkatkan kesejahteraan masyarakat. Salah satu pendekatan utama dalam promosi kesehatan adalah "*Creating Supportive Environments*" atau menciptakan lingkungan yang mendukung. Menurut Ottawa Charter for Health Promotion (WHO, 1986), "*Creating Supportive Environments*" adalah pendekatan dalam promosi kesehatan yang berfokus pada penciptaan kondisi fisik, sosial, ekonomi, dan budaya yang mendukung individu dalam menjalankan perilaku sehat. Lingkungan yang mendukung mencakup berbagai aspek, seperti kebijakan publik, desain infrastruktur, dan intervensi sosial yang mempermudah individu dalam mengadopsi gaya hidup sehat.

Strategi "*Creating Supportive Environments*" sangat relevan dalam mendukung keberhasilan pembangunan kesehatan. Dengan menciptakan lingkungan yang mendukung, upaya kesehatan menjadi lebih efektif karena individu lebih mudah menerapkan pola hidup sehat. Selain itu, pembangunan infrastruktur yang berorientasi pada kesehatan dapat meningkatkan kesejahteraan sosial dan ekonomi masyarakat secara keseluruhan.

Kota Ramah Pejalan Kaki dan Pesepeda, adalah salah satu bentuk implementasi startegi ini, beberapa kota besar telah menyediakan jalur khusus untuk pejalan kaki dan pesepeda untuk mengurangi polusi udara dan meningkatkan aktivitas fisik masyarakat. Kemudian diselenggarakannya sekolah sehat, yaitu sekolah yang menyediakan kantin sehat dan lingkungan bersih mendukung kebiasaan makan sehat serta mencegah penyakit menular. Termasuk adanya kebijakan bebas rokok di tempat umum, dimana kebijakan ini diterapkan untuk mengurangi paparan asap rokok dan meningkatkan kesehatan masyarakat secara keseluruhan. Dan di buatnya