

Perubahan Perilaku Bukti Keberhasilan Pemberdayaan Masyarakat

Demam berdarah dengue (DBD) terjadi selain karena terdapat virus *dengue*-nya, juga karena banyak vektornya (*Aedes aegypti*). Banyaknya vektor ini terjadi karena banyaknya tempat perkembangbiakan (*breeding places*).

Atas dasar itu, maka cara paling efektif mengendalikan DBD ialah memutus daur hidup nyamuk dengan memberantas sarangnya, yakni melalui kegiatan pemberantasan sarang nyamuk (PSN). Perilaku memberantas sarang nyamuk ini yang seharusnya perlu terus ditumbuhkan, apalagi di banyak negara PSN terbukti dapat mengurangi kasus DBD.

Dalam hal ini, secara harfiah perilaku adalah segenap aktivitas individu yang teramati maupun yang tidak dapat diamati oleh indera. Perilaku yang mudah diamati disebut perilaku terbuka (*overt behavior*), sedangkan perilaku yang tidak bisa segera diamati disebut perilaku yang tertutup atau terselubung (*covert behavior*).

Aktivitas menguras bak mandi, menutup tempayan dan mengoleskan lotion anti nyamuk tergolong pada perilaku yang terbuka. Namun memikirkan kapan waktu yang tepat untuk menguburkan barang-barang bekas tergolong pada perilaku yang terselubung.

Aktivitas berperilaku sendiri merupakan ciri utama makhluk hidup, sekaligus yang membedakan dirinya dengan benda mati. Perilaku seseorang ini dibentuk oleh beberapa faktor yang bisa diklasifikasikan sebagai faktor diri (sering disebut sebagai *respons*) dan faktor lingkungan (biasanya disebut *stimulus*).

Proses yang terjadi pada manusia adalah stimulus yang diterima oleh individu diolah dalam otak dan perasaannya serta direspons sebagai perilaku. Bentuk perilakunya sangat bervariasi. Contohnya, seseorang di Kota A terpajan pada pesan agar melakukan gerakan 3M untuk mencegah kejadian DBD. Meskipun demikian, kemungkinan wujud tindakannya sangat bervariasi, mulai dari tidak melakukannya sama sekali sampai dengan terbentuknya kebiasaan pada diri orang tersebut.

Variasi Perilaku

Terjadinya variasi perilaku tergantung pada jumlah dan mutu informasi yang diterima; serta besarnya kebutuhan untuk berperilaku. Dalam hal ini, jumlah berkaitan dengan seberapa banyak informasi yang diluncurkan dan seberapa sering khalayak sasaran kontak dengan informasi.

Adapun mutu informasi sendiri berhubungan erat dengan bagaimana informasi dihasilkan dan seberapa efektif informasi bisa merubah perilaku. Sedangkan kebutuhan untuk berperilaku tersebut berkaitan dengan seberapa besar

suatu masalah (kesehatan) dipersepsikan oleh mereka.

Dalam sebuah referensi disebutkan bahwa perilaku terbentuk melalui 2 cara, yaitu (perilaku) yang tidak direncanakan dan direncanakan. Perilaku yang tidak direncanakan bukanlah menjadi tujuan dari upaya pendidikan kesehatan. Oleh karenanya perlu disadari bahwa perilaku dapat dirubah jika ada sejumlah faktor pencetus berupa stimulus (rangsang) dan faktor pemungkin serta faktor yang menguatkan.

Berikut ini ada beberapa rangsang yang mempengaruhi seseorang untuk berperilaku, di antaranya:

1. Pengalaman tidak nyaman ketika tertimpa masalah, misalnya merasa mual, tidak mempunyai selera makan ketika menderita demam berdarah (disebut rangsang fisik).

2. Pengalaman bahwa ada penderita demam berdarah yang mengalami renjatan sehingga muncul persepsi bahwa DBD adalah penyakit yang harus dicegah (rangsang pengetahuan, dan kekhawatiran).

3. Persepsi khalayak bahwa sebenarnya setiap orang bisa melakukan PSN 3M, sebab gampang melaksanakannya (rangsang keterampilan dan kesadaran terhadap kemampuan diri).

4. Dorongan dari keluarga untuk sesegera mungkin mencari pertolongan jika ada anggota yang mengalami demam tinggi mendadak (rangsang mikrososial dari keluarga, jaringan).

5. Tarikan dari masyarakat untuk melakukan PSN 3M secara teratur setiap hari Jum'at (rangsang makrososial norma, program pemerintah dan gerakan masyarakat).

6. Kesadaran pada khalayak bahwa PSN sangat murah, sebab hampir tidak membutuhkan biaya untuk melaksanakannya (rangsang ekonomi dan daya beli).

7. Ada tidaknya perilaku lain yang harus dilaksanakan, misalnya pada hari Minggu harus selalu membawa keluarga pesiar (rangsang perilaku saing).

Konsekuensi yang harus disadari kita adalah bahwa setiap rangsang yang diterima individu itu, senantiasa ada 2 akibat perilaku yang muncul, yaitu melakukan dan tidak melakukan sesuatu (misalnya memberantas sarang nyamuk).

Lebih jauh, yang tergolong faktor pemungkin diantaranya adalah kecukupan sumberdaya untuk melaksanakan satu tindakan. Contohnya: menguras bak mandi tentu mempunyai implikasi terhadap penduduk di daerah sulit air yang harus mengeluarkan ongkos pembelian air bersih. Pada penduduk miskin, hal ini sering menjadi hambatan. Adapun faktor penguat di antaranya adalah dukungan dari keluarga, teman, serta tenaga kesehatan.

Dengan demikian antar faktor pencetus, faktor pemungkin dan dan faktor penguat harus saling bersinergi, agar perilaku segera berubah sebagaimana yang diinginkan. Cara mendorong terjadinya sinergi adalah dengan meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat dalam DBD dan cara pencegahannya, memfasilitasi terbentuknya gerakan masyarakat untuk secara berkala memberantas sarang nyamuk, meningkatkan kemampuan petugas dalam melakukan kampanye PSN, dan yang tidak boleh tertinggal adalah komitmen yang kuat dari pemerintah dan pemangku kepercayaan lainnya.

Keberhasilan Pemberdayaan

Dalam upaya merubah perilaku hendaknya disadari bahwa mengalirnya informasi dari pengetahuan sampai dengan kebiasaan mengikuti model kerucut terbalik yang menggambarkan problematika perubahan perilaku, yaitu: Tidak semua sasaran yang terpapar (*exposed*) pesan mengerti isi pesan yang disampaikan; Tidak semua yang mengerti isi pesan akan menyetujuinya; Tidak semua yang setuju akan mempraktekkannya; Seringkali sasaran yang sudah dipraktekkan ternyata mempraktekkannya hanya untuk sementara waktu (*temporer*).

Saringan-saringan tersebut akan menapis sedemikian rupa sehingga secara hipotetik jika jumlah luncuran informasinya tidak maksimal maka bisa jadi praktek yang terbentuk sangat kurang, dan kebiasaan juga tidak terbentuk.

Pada awal tulisan telah dijelaskan bahwa variasi perilaku terjadi karena jumlah dan mutu paparan. Mutu berkaitan dengan bagaimana informasi dihasilkan dan sejauh mana efektivitas pesan dalam merubah perilaku. Dengan demikian menjamin mutu jauh lebih sulit daripada memperbanyak jumlah paparan. Sehingga dalam menumbuhkan perilaku masyarakat memberantas sarang nyamuk yang mendesak untuk dilakukan adalah memperbanyak jumlah informasi tentang bahaya demam berdarah tersebut.

Perubahan perilaku mengikuti beberapa tahap, yaitu terjadinya perubahan pengetahuan pada diri khalayak sasaran; adanya persetujuan/respons positif terhadap pesan yang diterima; munculnya niat untuk melaksanakan isi pesan yang diterima; melaksanakan/mempraktekkan perilaku baru; dan merasakan manfaatnya serta selanjutnya menginternalisasikannya menjadi kebiasaan.

Dari tahap kontak-pesan sampai dengan melakukannya tersebut dipengaruhi 5 hal, yaitu: (1) Apakah pesan yang disampaikan sungguh menarik sehingga sangat disukai oleh khalayak (*attraction*). (2) Pesan disampaikan dalam kalimat yang sederhana sehingga mudah dipahami (*comprehension*). (3) Pesan yang disampaikan tidak bertentangan dengan norma sosial dan kebudayaan yang ada (*acceptability*). (5) Khalayak sasaran merasa bahwa pesan memang disampaikan untuk mereka (*self involvement*). Kelima, pesan dikemas dengan serius sehingga mampu meyakinkan khalayak sasaran agar mau mengadopsi perilaku (*persuasion*). [Arda Dinata]**