

# **Profil *personal health behavior* mahasiswa jurusan Pendidikan Biologi FMIPA Universitas Negeri Yogyakarta**

**(Personal health behavior profile of biology and biology education students in Yogyakarta State University)**

**<sup>1)</sup>Siti Mariyam dan <sup>2)</sup>Kartika Ratna Pertiwi**

*Jurusan Pendidikan Biologi, FMIPA, Universitas Negeri Yogyakarta (UNY),  
Kampus Karangmalang, Sleman, DI Yogyakarta, 55281  
tel. 08122753549, faks. (0274) 548203 dan e-mail: <sup>1)</sup>doktertiwi@gmail.com dan <sup>2)</sup>sitisudjoko@yahoo.com*

## **Abstrak**

Kegiatan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: (1) perbedaan status *personal health behavior* antara mahasiswa Jurusan Pendidikan Biologi pria dan wanita, (2) perbedaan status *personal health behavior* antara mahasiswa prodi Pendidikan Biologi dan Biologi, dan (3) faktor-faktor pendukung dan penghambat apa sajakah yang mewarnai *personal health behavior* mahasiswa Jurusan Pendidikan Biologi.

Penelitian ini merupakan penelitian Survei Analitik model *Cross Sectional*. Peneliti mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena kesehatan masyarakat itu terjadi dengan pendekatan *point time approach*. Berdasar batasan tersebut maka penelitian ini berusaha menggali fenomena *Personal Health Behavior* mahasiswa Jurusan Pendidikan Biologi FMIPA Universitas Negeri Yogyakarta, baik prodi Biologi maupun Pendidikan Biologi. Berdasarkan skor yang diperoleh melalui pengisian *Personal Health Inventory*, dapat ditentukan tingkat perilaku kesehatan responden atau status risiko kesehatan mereka. Selain hal tersebut juga dilacak faktor-faktor yang mewarnai *Personal Health Behavior* responden untuk melihat keterkaitan antar faktor maupun faktor penentu utama terhadap tingkat perilaku kesehatan responden. Sebagai contoh, keterkaitan antara faktor individu, faktor lingkungan intrinsik dengan ekstrinsik, serta faktor predisposisi dan predileksi terhadap profil perilaku kesehatan responden.

Dalam penelitian ini dapat ditarik beberapa simpulan : (1) tidak ada perbedaan status *PHB* antara mahasiswa Jurusan Pendidikan Biologi pria dan wanita, sebagian besar mereka berisiko sedang, (2) tidak ada perbedaan status *PHB* antara mahasiswa program studi Pendidikan Biologi & Biologi sebagian besar mereka berisiko sedang, dan (3) Faktor-faktor yang mewarnai *PHB* mahasiswa Jurusan Pendidikan Biologi meliputi riwayat kesehatan, pola asuh, dan psikososial.

Kata kunci: Personal Health Behavior, Personal Health Inventory

## **Abstract**

This research aims to determine: (1) the differences of personal health behavior status between male and female students and (2) between student teacher and non student teacher, (3) analyse supporting and inhibiting factors that may influence the personal health behavior of students from Biology Education Department. This was designed as an analytical survey with Cross Sectional Point Time approach. Respondents were taken from 30% population of Biology Education Department students. The Personal Health Behavior instrument was modified from Getchell (1991) covering factors as follow: 1) heredity, (2) mental health, (3) nutrition, (4) physical fitness, (5) substance abuse, (6) personal and health care, (7) public health, and (8) safety. Each factor was scored with Likert scale and the total score of PHB was categorized into low, moderate,

and high risk. Data were analyzed descriptively and statistically to determine the level of health behavior risk and the correlation between individual, intrinsic, and extrinsic factor to the PHB respondent. Results showed that there were no differences between PHB status of male and female students and of student teacher and non-student teacher. Most students possessed moderate health risk. Significant factors that influence the PHB respondent were found to be the health history, parenthood and psychosocial condition.

Keywords: personal health behavior, personal health inventory

## **Pendahuluan**

Salah satu proyek yang digagas oleh Badan Kesehatan Dunia (WHO) adalah *Improving Health through Behavior Change*. Proyek ini ditujukan terutama untuk negara berkembang mengingat bahwa masih tingginya penyakit-penyakit infeksi yang penyebab utamanya adalah perilaku hidup sehat. Sejalan dengan rumusan WHO maka sejak tahun 1992, Departemen Kesehatan di Indonesia menetapkan pengertian sehat meliputi sehat secara fisik, mental dan sosial. Oleh karena itu penanganan kesehatan diarahkan untuk tiga aspek tersebut [1].

Penanganan masalah kesehatan di negara kita dapat dikatakan belum tuntas. Hal ini ditandai dengan kasus-kasus diare, flu burung, demam berdarah yang masih selalu merebak dari waktu ke waktu. Diare kelihatannya sepele namun menimbulkan dampak sosial yang luas. Selain pada tingkat keluarga, juga untuk pencapaian target MDG's (*millenium development goals*), dan akhirnya pada kualitas indeks manusia (*human development index*).

Data yang diperoleh dari beberapa Puskesmas di wilayah kabupaten Sleman tahun 2009 dan 2010 menunjukkan bahwa 10 besar penyakit yang diderita masyarakat didominasi oleh golongan umur antara 15– 44 tahun. Sepuluh besar penyakit tersebut adalah (1) *common cold*, (2) hipertensi primer, (3) penyakit pulpa dan jaringan, (4) karies gigi, (5) gangguan sendi, (6) demam (yang tidak diketahui penyebab), (7) diabetes melitus, (8) batuk, (9) gingivitis, dan (10) karang gigi.

Terkait dengan penanganan masalah kesehatan, Kementerian Kesehatan RI bekerjasama dengan Unicef, WHO, UNESCO, JNFPA, UNDP, UNAIDS, World Food Programme, dan The World Bank pada tahun 2010 telah menerbitkan buku Penuntun Hidup Sehat edisi ke empat. Buku ini menyajikan berbagai informasi yang diperlukan keluarga dan masyarakat untuk menyelamatkan dan meningkatkan kehidupan anak. Tantangannya adalah bagaimana setiap orang tahu, paham, dan mau mempraktekannya. Inilah yang menjadi masalah utama, yaitu bagaimana mengubah perilaku seseorang menjadi perilaku hidup yang bersih dan sehat.

Perilaku manusia merupakan hasil dari pengalaman serta interaksi manusia dengan manusia, manusia dengan lingkungannya yang terwujud dalam bentuk pengetahuan, sikap, tindakan. Dengan kata lain, perilaku merupakan respon seseorang terhadap rangsangan yang berasal dari luar maupun dari dalam dirinya. Perilaku seseorang sering dipengaruhi oleh beberapa faktor pasif yaitu berpikir, berpendapat, bersikap maupun aktif yaitu melakukan tindakan, antara lain adalah pandangan hidup dan kebiasaan keluarga, teman dan masyarakat sekitar. Selain itu sudut pandang gender dapat dipergunakan untuk mengubah perilaku para remaja. Perubahan perilaku dapat dilakukan dengan membandingkan dengan data dasar.

Permasalahan yang akan ditelit dalam penelitian ini adalah (1) perbedaan status *personal health behavior* antara mahasiswa Jurusan Pendidikan Biologi pria dan wanita, (2) perbedaan status *personal health behavior* antara mahasiswa prodi Pendidikan

Biologi dan Biologi, dan (3) faktor-faktor yang mewarnai *personal health behavior* mahasiswa Jurusan Pendidikan Biologi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui (1) perbedaan status *personal health behavior* antara mahasiswa Jurusan Pendidikan Biologi pria dan wanita, (2) perbedaan status *personal health behavior* antara mahasiswa prodi Pendidikan Biologi dan Biologi, dan (3) faktor-faktor pendukung dan penghambat apa sajakah yang mewarnai *personal health behavior* mahasiswa Jurusan Pendidikan Biologi.

## Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian Survei Analitik model *Cross Sectional* untuk menggali fenomena *Personal Health Behavior* mahasiswa Jurusan Pendidikan Biologi FMIPA Universitas Negeri Yogyakarta, baik program studi Biologi maupun Pendidikan Biologi. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Jurusan Pendidikan Biologi FMIPA Universitas Negeri Yogyakarta yang berjumlah sekitar 800 orang pada tahun 2012. Sampel diambil secara acak, sejumlah 30% dari seluruh mahasiswa program studi Biologi dan 30% dari seluruh mahasiswa program studi Pendidikan Biologi.

Tempat pengambilan data adalah kampus FMIPA Universitas Negeri Yogyakarta. Pengambilan data dilakukan pada Juni – September 2012. Variabel penelitian meliputi: (1) *personal health behavior*, (2) faktor-faktor yang mewarnai *personal health behavior* (*individual, intrinsic-extrinsic environment, predisposing, enabling, dan reinforcing*). Instrumen penelitian berupa: lembar pertanyaan hasil modifikasi dari *personal health inventory* [2] dengan kuesioner terstruktur yang diadaptasi dari *montana health risk survey*.

Pengumpulan data dilakukan dengan cara: (1) merekam identitas responden, (2) menjangkau informasi mengenai faktor individu dan lingkungan, (3) menjangkau informasi yang berkaitan dengan faktor predisposisi dan kebiasaan-kebiasaan yang terkait dengan masalah keselamatan dan kesehatan responden. Dengan statistik deskriptif disajikan distribusi frekuensi karakteristik responden. Sajian tabulasi silang antar variabel untuk keperluan analisis deskriptif keterkaitan antara status *personal health behavior* dengan jenis kelamin dan program studi mahasiswa. Selain itu juga untuk melihat faktor-faktor yang mewarnai status *personal health behavior* mahasiswa.

## Hasil dan Pembahasan

### *Skor PHB*

Dari penelitian ini didapatkan rentang skor PHB antara 152–279. Berdasarkan kriteria dari *Personal Health Inventory* [2] maka mayoritas responden pada penelitian ini memiliki risiko sedang (297 orang atau 96,1%) dan 12 orang (3,9%) memiliki risiko rendah.

Jika dicermati dari mereka yang berisiko sedang justru lebih banyak mahasiswa program studi Pendidikan Biologi. Hal ini menunjukkan bahwa para calon pendidik kurang memiliki kepedulian terhadap kesehatan diri. Keadaan ini jika dibiarkan berlarut dikhawatirkan kelak kemudian hari saat mereka menjadi guru tidak peduli dengan kesehatan para siswanya. Sesuai dengan panduan pengembangan profesi guru [3-4] guru seharusnya memiliki kompetensi yang holistik, termasuk di dalamnya adalah kepedulian terhadap sesama.

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Status PHB Mahasiswa Prodi Biologi dan Pendidikan Biologi

			Status PHB		Total
			Risiko Rendah	Risiko Sedang	
Prodi Biologi	Jumlah		8	137	145
	% dalam Prodi		5.5%	94.5%	100.0%
	% dalam Risiko		66.7%	46.1%	46.9%
	% dari Total		2.6%	44.3%	46.9%
Pendidikan biologi	Jumlah		4	160	164
	% dalam Prodi		2.4%	97.6%	100.0%
	% dalam Risiko		33.3%	53.9%	53.1%
	% dari Total		1.3%	51.8%	53.1%
Total	Jumlah		12	297	309
	% dalam Prodi		3.9%	96.1%	100.0%
	% dalam Risiko		100.0%	100.0%	100.0%
	% dari Total		3.9%	96.1%	100.0%

*Faktor-faktor yang Mempengaruhi PHB*

**1. Faktor Individu**

a. Jenis kelamin

Semua mahasiswa baik perempuan maupun laki-laki memiliki status PHB berisiko sedang. Namun mereka yang berisiko sedang didominasi oleh perempuan (76,1%). Survei departemen kesehatan AS yang dilakukan selama 4 tahun menunjukkan ada perbedaan status PHB antara laki-laki dengan perempuan pada responden dewasa (umur > samadengan 18 tahun) [5].

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Status PHB Mahasiswa Jurusan Pendidikan Biologi berdasarkan Jenis Kelamin

			Status PHB		Total
			Risiko Rendah	Risiko Sedang	
Jenis Kelamin	Laki-laki	Jumlah	3	71	74
		% dalam Jenis Kelamin	4.1%	95.9%	100.0%
		% dalam Risiko	25.0%	23.9%	23.9%
		% dari Total	1.0%	23.0%	23.9%
Perempuan	Jumlah	9	226	235	
	% dalam Jenis Kelamin	3.8%	96.2%	100.0%	
	% dalam Risiko	75.0%	76.1%	76.1%	
	% dari Total	2.9%	73.1%	76.1%	
Total	Jumlah	12	297	309	
	% dalam Jenis Kelamin	3.9%	96.1%	100.0%	
	% dalam Risiko	100.0%	100.0%	100.0%	
	% dari Total	3.9%	96.1%	100.0%	

b. Tempat tinggal

**Tabel 3.** Distribusi frekuensi status PHB mahasiswa jurusan Pendidikan Biologi berdasarkan tempat tinggal.

			Status PHB		Total
			Risiko Rendah	Risiko Sedang	
Tinggal sekarang tua	Rumah Orang-tua	Jumlah	6	83	89
		% dalam Tgl skrg	6.7%	93.3%	100.0%
		% dalam Risiko	50.0%	28.0%	28.9%
		% dari Total	1.9%	26.9%	28.9%
	Rumah Saudara	Jumlah	1	10	11
		% dalam Tgl skrg	9.1%	90.9%	100.0%
		% dalam Risiko	8.3%	3.4%	3.6%
		% dari Total	.3%	3.2%	3.6%
Kos		Jumlah	5	203	208
		% dalam Tgl skrg	2.4%	97.6%	100.0%
		% dalam Risiko	41.7%	68.6%	67.5%
		% dari Total	1.6%	65.9%	67.5%
Total		Jumlah	12	296	308
		% dalam Tgl skrg	3.9%	96.1%	100.0%
		% dalam Risiko	100.0%	100.0%	100.0%
		% dari Total	3.9%	96.1%	100.0%

Sebagian besar mahasiswa baik yang tinggal di kos, rumah sendiri, maupun rumah saudara memiliki status PHB risiko sedang. Namun, persentase terbesar dari mahasiswa yang memiliki risiko sedang adalah mahasiswa yang tinggal di rumah kos. Hal ini kemungkinan mereka yang hidup di tempat kos dituntut hidup mandiri. Karena terpisah dari orang tua atau saudara sehingga hampir semua keputusan tergantung dari prinsip yang mereka acu. Selain hal itu mereka juga rentan terhanyut pengaruh teman sebaya dalam kehidupan sehari-hari.

## 2. Faktor Lingkungan

Faktor lingkungan terdiri dari riwayat penyakit atau kelainan dan aspek psikologis.

### a. Riwayat penyakit/kelainan

Dalam penelitian ini riwayat penyakit dibedakan menjadi: (1) riwayat menderita penyakit yang memerlukan pengobatan intensif, (2) riwayat mendapat perawatan inap di rumah sakit, (3) riwayat trauma atau kecelakaan, dan (4) riwayat alergi.

#### (1) Riwayat menderita penyakit yang memerlukan pengobatan intensif

**Tabel 4.** Distribusi frekuensi status PHB mahasiswa jurusan Pendidikan Biologi berdasarkan riwayat penyakit waktu kecil.

			Status PHB		Total
			Risiko Rendah	Risiko Sedang	
Penyakit Waktu Kecil	Ada	Jumlah	3	48	51
		% dalam Penyakit Kcl	5.9%	94.1%	100.0%

	% dalam Resiko	25.0%	16.3%	16.6%
	% dari Total	1.0%	15.6%	16.6%
Tidak ada	Jumlah	9	247	256
	% dalam Penyakit Kcl	3.5%	96.5%	100.0%
	% dalam Risiko	75.0%	83.7%	83.4%
	% dari Total	2.9%	80.5%	83.4%
Total	Jumlah	12	295	307
	% dalam Penyakit Kcl	3.9%	96.1%	100.0%
	% dalam Risiko	100.0%	100.0%	100.0%
	% dari Total	3.9%	96.1%	100.0%

(2) Riwayat mendapat perawatan inap di RS

**Tabel 5.** Distribusi frekuensi status PHB mahasiswa jurusan Pendidikan Biologi berdasarkan riwayat mendapat perawatan inap di rumah sakit.

			Status PHB		Total
			Risiko Rendah	Risiko Sedang	
Mondok RS	Ada	Jumlah	5	100	105
		% dalam Mondok RS	4.8%	95.2%	100.0%
		% dalam Risiko	41.7%	33.8%	34.1%
		% dari Total	1.6%	32.5%	34.1%
Tidak	Jumlah	Jumlah	7	196	203
		% dalam Mondok RS	3.4%	96.6%	100.0%
		% dalam Risiko	58.3%	66.2%	65.9%
		% dari Total	2.3%	63.6%	65.9%
Total	Jumlah	Jumlah	12	296	308
		% dalam Mondok.RS	3.9%	96.1%	100.0%
		% dalam Risiko	100.0%	100.0%	100.0%
		% dari Total	3.9%	96.1%	100.0%

(3) Riwayat Trauma/kecelakaan

**Tabel 6.** Distribusi frekuensi status PHB mahasiswa jurusan Pendidikan Biologi berdasarkan riwayat trauma.

			Status PHB		Total
			Risiko Rendah	Risiko Sedang	
Riwayat Trauma	Ada	Jumlah	3	55	58
		% dalam Riwayat Trauma	5.2%	94.8%	100.0%
		% dalam Risiko	25.0%	18.6%	18.8%
		% dari Total	1.0%	17.9%	18.8%
Tidak	Jumlah	Jumlah	9	241	250
		% dalam Riwayat Trauma	3.6%	96.4%	100.0%
		% dalam Risiko	75.0%	81.4%	81.2%
		% dari Total	2.9%	78.2%	81.2%
Total	Jumlah	Jumlah	12	296	308
		% dalam Riwayat Trauma	3.9%	96.1%	100.0%
		% dalam Risiko	100.0%	100.0%	100.0%

% dari Total	3.9%	96.1%	100.0%
--------------	------	-------	--------

(4) Riwayat alergi

**Tabel 7.** Distribusi frekuensi status PHB mahasiswa jurusan Pendidikan Biologi berdasarkan riwayat alergi.

			Status PHB		Total
			Risiko Rendah	Risiko Sedang	
Riwayat Alergi	Ada	Jumlah	5	112	117
		% dalam Riwayat Alergi	4.3%	95.7%	100.0%
		% dalam Risiko	41.7%	38.1%	38.2%
		% dari Total	1.6%	36.6%	38.2%
Tidak	Tidak	Jumlah	7	182	189
		% dalam Riwayat Alergi	3.7%	96.3%	100.0%
		% dalam Risiko	58.3%	61.9%	61.8%
		% dari Total	2.3%	59.5%	61.8%
Total	Total	Jumlah	12	294	306
		% dalam Riwayat Alergi	3.9%	96.1%	100.0%
		% dalam Risiko	100.0%	100.0%	100.0%
		% dari Total	3.9%	96.1%	100.0%

Berdasar tabel 4 sampai dengan 7, ternyata hampir semua mahasiswa (96,1%) memiliki status PHB berisiko sedang, baik mereka yang memiliki riwayat penyakit/kelainan di masa lalu maupun yang tidak. Mahasiswa yang tidak memiliki riwayat alergipun ternyata sebagian besar (96,3%) juga berisiko sedang. Menurut Becker [6] salah satu perilaku kesehatan adalah respon terhadap sakit dan penyakit. Melihat hasil penelitian ini kemungkinan perilaku mahasiswa dalam merespon sakit dan penyakit masih belum memadai.

b. Aspek psikologis

**Tabel 8.** Distribusi frekuensi status PHB mahasiswa jurusan Pendidikan Biologi berdasarkan aspek psikologis.

			Status PHB		Total
			Risiko Rendah	Risiko Sedang	
Keluarga harmonis	Ya	Jumlah	12	277	289
		% dalam Keluarga harmonis	4.2%	95.8%	100.0%
		% dalam Risiko	100.0%	93.6%	93.8%
		% dari Total	3.9%	89.9%	93.8%
Tidak	Tidak	Jumlah	0	19	19
		% dalam Keluarga harmonis	.0%	100.0%	100.0%
		% dalam Risiko	.0%	6.4%	6.2%
		% dari Total	.0%	6.2%	6.2%
Total	Total	Jumlah	12	296	308
		% dalam Keluarga harmonis	3.9%	96.1%	100.0%
		% dalam Risiko	100.0%	100.0%	100.0%
		% dari Total	3.9%	96.1%	100.0%

Dalam penelitian ini aspek psikososial ditinjau dari keharmonisan keluarga,

dan hanya berdasarkan pengakuan mahasiswa yang bersangkutan melalui pengisian angket. Penelitian ini mendapatkan hasil bahwa 100% mahasiswa yang memiliki keluarga tidak harmonis memiliki status PHB berisiko sedang untuk memiliki gangguan kesehatan. Stresor dari keluarga sendiri dari sisi psikiatri merupakan penyebab terbesar gangguan kesehatan [7], yaitu sindrom penyakit yang dikenal dengan gangguan psikosomatis.

## Kesimpulan

Dalam penelitian ini dapat ditarik beberapa simpulan:

1. Tidak ada perbedaan status *PHB* antara mahasiswa Jurusan Pendidikan Biologi pria dan wanita, sebagian besar mereka berisiko sedang.
2. Tidak ada perbedaan status *PHB* antara mahasiswa program studi Pendidikan Biologi & Biologi sebagian besar mereka berisiko sedang.
3. Faktor-faktor yang mewarnai *PHB* mahasiswa Jurusan Pendidikan Biologi meliputi riwayat kesehatan, pola asuh, dan psikososial.

## Pustaka

- [1] N. Favin, G. Naimoli, L. Sherburne, *Improving Health through Behavior Change*, US Agency for International Development, Washington, DC 20253, 2004.
- [2] L. H. Getchell, G. D. Pippin, J. W. Varnes, *Health*, Houghton Mifflin Company, Boston, 1991.
- [3] Anonim, *Penuntun Hidup Sehat*, Edisi ke Empat, Departemen Kesehatan RI, Jakarta, 2010.
- [4] Anonim, *Panduan Pengembangan Program Profesi Guru*, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Jakarta, 2010.
- [5] P. F. Adams and H. A. Schoenborn, *Health Behaviors of Adults: United States, 2002–04, Vital and Health Statistics, Series 10, Number 230, September 2006*, US Department of Health and Human Services, 2006.
- [6] S. Notoatmojo, *Promosi Kesehatan: Teori dan aplikasi*, Penerbit Rineka Cipta, Jakarta, 2007.
- [7] I. M. Ingram, G. C. Timbury, R. M. Mowbray, *Psikiatri*, Edisi 6, Penerbit buku kedokteran EGC, Jakarta, 1999.