

Pendidikan Kesehatan

Indah Prasetyawati Tri Purnama Sari

FIK/UNY

Indah_prasty@uny.ac.id

2012

Pendidikan Kesehatan

- **KONSEP HIDUP SEHAT**

Sehat merupakan impian semua orang, baik itu anak-anak, remaja, dewasa bahkan usia lanjut. Kesehatan yang baik menjadi prioritas utama setiap orang, dapat dikatakan bahwa sehat merupakan kebutuhan hidup seseorang. Seseorang yang sedang tidak sehat atau sakit akan mengakibatkan rutinitas menjadi terganggu, aktifitas yang akan dilakukan menjadi tertunda bahkan sampai tidak terlaksana. Pentingnya menjaga tubuh untuk tetap sehat perlu memahami bagaimana konsep hidup sehat yang sebenarnya sehingga terhindar dari berbagai penyakit.

Pengertian Sehat

- Menurut Undang-Undang No. 9 tahun 1960, Bab I Pasal 2 tentang pokok-pokok kesehatan, kesehatan adalah keadaan yang meliputi kesehatan badan, rohani (mental) dan social, dan bukan hanya keadaan yang bebas dari penyakit, cacat dan kelemahan. Sedangkan menurut WHO “*Health is defined as a state of complete physical, mental, and social wellbeing and not merely the absence of disease or infirmity*”.

- Pengertian sehat yang semula meliputi tiga dimensi kesehatan antara lain kesehatan badan, rohani (mental) dan sosial, sekarang menjadi empat dengan ditambahkan kesehatan ekonomi. Hal tersebut sesuai dengan Undang-Undang RI No. 23 tahun 1992 Bab I pasal 1 tentang kesehatan yang menyatakan bahwa kesehatan adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa, dan sosial yang memungkinkan setiap orang produktif secara sosial ekonomis.

Enam usaha dasar kesehatan (*The basic six*) yang dikemukakan oleh *American Public Health Assosiation* (APHA), Emerson dan Luginbuhl (EM), dan *World Health Organization* (WHO)

APHA	Emerson&Luginbuhl	WHO
Pencatatan dan analisis data	Statistik vital	Pemeliharaan dokumen kesehatan
Pendidikan kesehatan dan diseminasi informasi	Pendidikan kesehatan	Pendidikan kesehatan
Pengawasan, pengaturan, pelayanan kesehatan lingkungan	Kesehatan lingkungan	Kesehatan lingkungan
Administrasi dan pelayanan kesehatan	Pemberantasan penyakit menular	Pemberantasan penyakit menular
Pelayanan kesehatan	Kesejahteraan ibu dan anak	Kesejahteraan ibu dan anak
Koordinasi sumber daya kesehatan	Pengendalian penyakit kronis	Pelayanan medis dan perawatan kesehatan
	Laboratorium kesehatan	

Definisi Pendidikan Kesehatan

- Pendidikan kesehatan adalah usaha sadar untuk menimbulkan perubahan tingkah laku hidup sehat, baik lingkungan masyarakat dan sosial.
- Pendidikan kesehatan adalah proses perubahan perilaku yang dinamis di mana perubahan tersebut bukan sekedar proses transfer materi/ teori dari seseorang ke orang lain dan pula seperangkat prosedur, tetapi perubahan tersebut terjadi karena adanya kesadaran dari dalam diri individu, kelompok, atau masyarakat sendiri (Wafid Iqbal Mubarak&Nurul C, 2009: 9-10)

Tujuan Pendidikan Kesehatan

- Tujuan pendidikan kesehatan adalah untuk mengubah perilaku masyarakat yang tidak sehat menjadi sehat. Tujuan tersebut dapat dicapai dengan anggapan bahwa manusia selalu dapat belajar dan berubah (pada umumnya manusia dalam hidupnya selalu berubah untuk menyesuaikan diri terhadap lingkungan sekitar), perubahan yang terjadi dapat diinduksikan. Pendidikan kesehatan sangat diperlukan sebagai dasar untuk kegiatan dalam kesehatan masyarakat menuju masyarakat sehat jasmani, rohani, sosial dan ekonomi.

Pendidikan kesehatan menurut Rusli Lutan dkk (2000) memiliki tujuan sebagai berikut:

- Meningkatkan perilaku sehat yang meliputi pilihan, tindakan, kebiasaan yang positif bagi perkembangan gaya hidup yang sehat.
- Membantu perkembangan kepribadian yang seimbang.
- Memperjelas kesalahan konsep dan menyediakan informasi yang akurat tentang fakta kesehatan pribadi dan masyarakat.
- Menyumbang pada pembentukan kesehatan masyarakat melalui pengembangan warga Negara yang terdidik-sehat sehingga mendukung takaran sehat dimasa datang.
- Mengembangkan kemauan anak untuk melihat sebab akibat tentang kesehatan, mengambil langkah pencegahan, penyembuhan di mana memungkinkan, memperbaiki dan meningkatkan kualitas hidup.

Tujuan Kesehatan (WHO):

- ... usaha pendidikan kesehatan harus dimulai dari minat (interest) setiap orang untuk meningkatkan keadaan kehidupannya dan terbentuk rasa tanggung jawab terhadap diri, keluarga, masyarakat dan bangsanya.

Fungsi Pendidikan Kesehatan:

- Menanamkan pengertian dan pemahaman terhadap beberapa aspek yang terkait dengan pencapaian derajat sehat.

Faktor yang menentukan kesehatan:

Manusia
(Tingkah laku)



Bibit Penyakit



Lingkungan

MATUR NUWUN



Be Healthy!

Eat well, Live well.