BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Perilaku Pencegahan ISPA

1. Definisi perilaku

Perilaku dari pandangan biologis merupakan suatu kegiatan atau aktivitas organisme yang bersangkutan. Perilaku manusia hakekatnya adalah suatu aktivitas manusia itu sendiri. Oleh sebab itu, perilaku manusia mempunyai bentangan yang sangat luas, mencakup; berjalan, berjalan, berbicara, bereaksi, berpakaian, dan lain sebagainya. Perilaku dapat dikatakan apa yang dikerjakan secara langsung atau secara tidak langsung .Perilaku kesehatan adalah suatu respons seseorang (organisme) terhadap stimulus yang berkaitan dengan sakit dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, makanan dan lingkungan. Perilaku pencegahan penyakit adalah respon untuk melakukan pencegahan penyakit (Notoatmodjo, 2011).

2. Bentuk-bentuk perilaku

Dilihat dari bentuk respons terhadap stimulus, maka bentuk perilaku dibedakan menjadi dua yaitu (Notoatmodjo, 2011):

a. Bentuk pasif

Bentuk pasif yaitu respon yang terjadi dalam diri sesrorang dan tidak secara langsung dapat dilihat oleh orang lain seperti berfikir, sikap, dan pengetahuan. Bentuk perilaku pasif ini juga disebut sebagai perilaku tertutup (*covert behavior*), karena perilaku ini masih terselubung atau tertutup

b. Bentuk aktif

Bentuk aktif yaitu apabila respon seseorang jelasa dapat diobservasi secara langsung oleh orang lain seperti tindakan nyata. Bentuk perilaku aktif ini juga disebut sebagai perilaku terbuka (*open behavior*), karena perilaku ini sudah tampak dalam bentuk tindakan nyata.

3. Domain perilaku

Menurut Benyamin Bloom (1908) membagi perilaku manusia kedalam tiga ranah atau kawasan, yaitu kognitif, afektif, psikomotor yang dijelaskan sebagai berikut (Notoatmodjo, 2011):

a. Pengetahuan (kognititf)

Pengetahuan adalah apa yang diketahui oleh seseorang tentang sesuatu hal yang terjadi setelah melakukan pengindraan terhadap suatu onyek. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang penting untuk membentuk perilaku seseorang. Wawasan dan pemikiran yang luas di bidang kesehatan akan mempengaruhi perilaku individu dalam menyikapi suatu masalah (Notoatmodjo, 2011). Menurut pengetahuan yang tercakup dalam domain kognitif mempunyai enam tingkatan yaitu (Notoatmodjo, 2011) :

1) Tahu, diartikan sebagai mengingat suatu materi yang sudah dipelajari.
2) Memahami, diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secera benar tentang obyek yang diketahui.
3) Aplikasi, diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi sesungguhnya.

4) Analisis, adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi ke dalam komponen-konponen tetapi masih dalam struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain.

5) Sintesis, menunjuk kepada suatu kemampuan untuk menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru.

6) Evaluasi, berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau obyek.

b. Sikap

Menurut sikap adalah respon tertutup seseorang terhadap stimulus tertentu yang sudah melibatkan faktor pendapat dan emosi yang bersangkutan. Sikap juga mempunyai tingkat berdasarkan intensitasnya, yaitu (Notoatmodjo, 2011) :

1) Menerima (*receiving*), diartikan bahwa orang tersebut mau dan memperhatikan stimulus yang diberikan objek.

2) Merespon (*responding*), yaitu memberikan jawaban apabila ditanya, mengerjakan, dan menyelesaikan tugas yang diberikan adalah suatu indikasi dari sikap.

3) Menghargai (*valving*), yaitu mengajak orang lain untuk mengerjakan atau mendiskusikan suatu masalah adalah suatu indikasi sikap tingkat tiga.

4) Bertanggung jawab (*responsible*), yaitu bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah dipilihnya dengan segala resiko merupakan sikap yang paling tinggi.

c. Praktik atau tindakan

Menurut praktik adalah melaksanakan atau mempraktikkan apa yang diketahui dan disikapi oleh seseorang dan dibedakan menjadi empat tingkatan yaitu (Notoatmodjo, 011):

1) Persepsi, yaitu mengenal dan memilih berbagai obyek sehubungan dengan tindakan yang akan diambil
2) Respons terpimpin, yaitu tindakan yang dilakukan seseorang yang masih menggunakan panduan atau tergantung pada tuntunan.
3) Mekanisme, yaitu kegiatan atau tindakan yang telah dilakukan secara otomatis, besar, dan tepat dan akan dilakukan kembali tanpa harus diperintah atau ditunggui (kebiasaan)
4) Adopsi, yitu suatu tindakan atau praktik yang sudah berkembang dengan baik. Artinya, yang dilakukan tidak sekedar rutinitas atau mekanisme saja, tetapi sudah dilakukan modifikasi menuju tindakan yang lebih berkualitas.

4. Faktor yang mempengaruhi perilaku

Perilaku seseorang dipengaruhi oleh dua faktor yaitu (Notoatmodjo, 2007) :

a. Faktor internal, yaitu faktor dari dalam yang berhubungan dengan karakteristik orang yang bersangkutan, seperti tingkat kecerdasan, tingkat emosional, keyakinan, jenis kelamin, dan sebagainya
b. Faktor eksternal, yaitu faktor yang memepengaruhi dari luar seperti lingkungan, sosial budaya, politik, ekonomi, agama, pendidikan, dan sebagainya

5. Perilaku pencegahan ISPA

Perilaku pencegahan penyakit ISPA pada balita sangat penting dilakukan oleh keluarga kususnya ibu, pencegahan kejadian ISPA tidak terlepas dari orang tua

yang harus mengetahui cara-cara pencegahannya, tindakan untuk mencegah penyakit termasuk kedalam perilaku kesehatan. Upaya pencegahan merupakan komponen strategis pemberantasan ISPA pada anak terdiri dari pencegahan melalui imunisasi dan non-imunisasi. Imunisasi terhadap patogen yang bertanggung jawab terhadap pneumonia/ISPA merupakan strategi pencegahan spesifik. Pencegahan non-imunisasi merupakan pencegahan nonspesifik misalnya mengatasi berbagai faktor-risiko seperti polusi udara dalam-ruang, merokok, kebiasaan perilaku tidak sehat/bersih, perbaikan gizi dan dan lain-lain (Kemenkes RI, 2010)

B. Keyakinan Diri / Efikasi Diri

1. Pengertian keyakinan diri / efikasi diri

Efikasi diri adalah evaluasi seseorang terhadap kemampuan atau kompetensinya untuk melakukan sebuah tugas, mencapai tujuan atau mengatasi hambatan,. Jeanne Ellis (2008) menyatakan bahwa efikasi diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menjalankan perilaku tertentu atau mencapai tujuan tertentu. Menurut Baron dan Byrne (2003) efikasi diri adalah keyakinan seseorang akan kemampuan atau kompetensinya atas kinerja tugas yang diberikan, mencapai tujuan atau mengatasi sebuah hambatan.

Efikasi diri berkombinasi dengan lingkungan, perilaku sebelumnya dan variable-variabel persoalan lain, terutama harapan terhadap hasil untuk menghasilkan perilaku. Efikasi diri akan mempengaruhi beberapa aspek dari kognisi dan perilaku seseorang. Efikasi diri dapat membawa perilaku yang berbeda diantara individu dengan kemampuan yang sama karena efikasi diri memengaruhi pilihan, tujuan, pengatasan masalah dan kegigihan dalam berusaha

(Erez dan Judge,2001). Efikasi diri adalah penilaian diri, apakah dapat melakukan tindakan baik atau buruk, tepat atau salah, bisa atau tidak bisa mengerjakan sesuai dengan yang dipersyaratkan (Alwisol, 2009). Dengan bahasa yang berbeda mengemukakan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan diri (sikap percaya diri) terhadap kemampuan sendiri untuk menampilkan tingkah laku yang akan mengarahkannya kepada hasil yang diharapkan (Juntika dan Syamsu, 2008).

Jadi, dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa efikasi diri adalah keyakinan yang dimiliki seseorang bahwa dia mampu melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan dan mengatasi hambatan.

2. Sumber-sumber efikasi diri

Efikasi diri didapatkan, ditingkatkan atau berkurang melalui salah satu atau kombinasi dari empat sumber yaitu (Bandura, 1997) :

a. Pengalaman menguasai sesuatu (*mastery experiences*)

Hal ini merupakan sumber yang paling penting dari efikasi diri karena didasarkan pada pengalaman orang itu sendiri. Pengalaman keberhasilan dapat meningkatkan efikasi diri sedangkan kegagalan dapat menurunkannya. Setelah seseorang memiliki efikasi diri yang tinggi, dia cenderung menggeneralisasi pengalaman. Beberapa kesulitan dan kegagalan diperlukan untuk membentuk individu yang kuat dan menyadarkan manusia bahwa kesuksesan membutuhkan suatu usaha, seseorang yang memiliki keyakinan akan sukses mendorongnya untuk bangkit dan berusaha untuk mewujudkan kesuksesan tersebut.

b. Pengalaman orang lain (*vicarious experience*)

Seseorang dapat belajar dari pengalaman orang lain dan meniru prilakunya untuk mendapatkan seperti apa yang didapatkan oleh orang lain tersebut. Efikasi

diri meningkat saat kita mengobservasi pencapaian orang lain yang mempunyai kompetensi setara, namun akan menurun saat melihat rekan sebaya gagal.

c. Persuasi verbal (*verbal persuasion*)

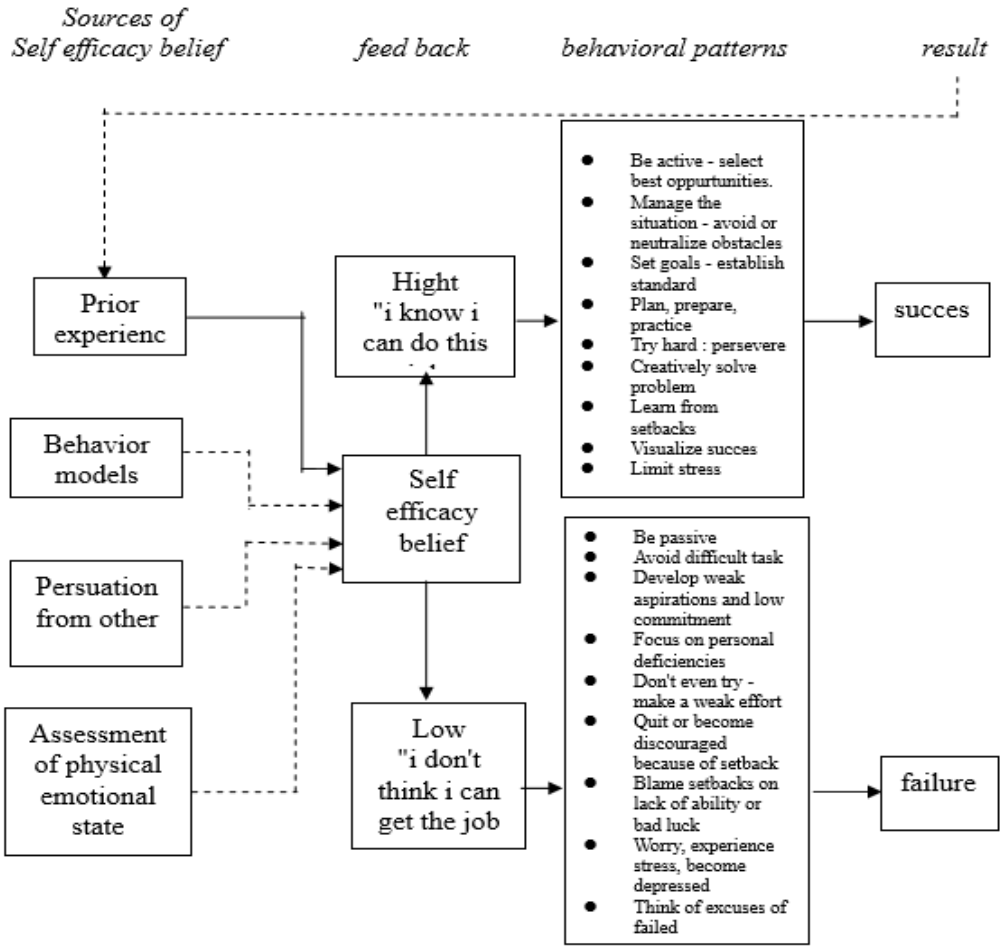
Persuasi social memberikan petunjuk, saran dan nasehat, tenaga kesehatan mencoba untuk meyakinkan orang-orang bahwa mereka dapat berhasil dalam tugas yang sulit. Upaya verbal untuk meyakinkan orang bahwa mereka memiliki kemampuan untuk berprilaku. Jika orang yakin akan kemampuan mereka, mereka akan lebih cenderung untuk bertahan dan tidak akan menyerah dengan mudah. Meningkatkan efikasi diri melalui persuasi social, dapat menjadi efektif hanya bila kegiatan yang ingin di dukung untuk dicoba berada dalam jangkauan prilaku seseorang.

d. Kondisi fisik dan emosional (*physiological and emosional state*)

Dalam menilai kepastian mereka sendiri orang yang menggunakan informasi tentangfisik dan emosional mereka. Ketegangan, kecemasan, dan depresi sebagai hambatan fisik, kondisi emosional juga mempengaruhi seseorang dalam mengambil keputusan terkait efikasi diri. Psikoterapis telah lama mengetahui bahwa penurunan kecemasan atau peningkatan rileksasi fisik dapat meningkatkan peforma. Informasi rangsangan berhubungan dengan beberapa variable. Variabel pertama adalah tingkat rangsangan, biasanya semakin tinggi rangsangan semakin rendah efikasi diri. Variabel yang kedua adalah realisme yang dipersepsikan dari rangsangan tersebut. Apabila seseorang mengetahui bahwa rasa takut yang ia rasakan bersifat realistis maka efikasi diri akan meningkat.

3. Klasifikasi efikasi diri

Efikasi diri menjadi dua yaitu efikasi diri tinggi dan rendah. Ada beberapa perbedaan pola prilaku antara seseorang yang mempunyai efikasi diri tinggi dan rendah, yang dapat dilihat pada gambar berikut (Robert Kreitner dan Angilo, 1989):



Gambar 1. Klasifikasi efikasi diri menurut Robert Kreitner dan Angilo

Dari diagram diatas dijelaskan perbedaan pola perilaku (*behavioral pattern)* antara seseorang yang mempunyai efikasi diri tinggi dengan seseorang yang mempunyai efikasi diri rendah sebagi berikut :

a. Efikasi diri tinggi :

1) Aktif memilih peluang terbaik

2) Mampu mengelola situasi, menghindari atau menetralisir hambatan

3) Menetapkan tujuan, menetapkan standard

4) Membuat rencana, persiapan dan praktek

5) Bekerja keras

6) Kreatif dalam memecahkan masalah

7) Belajar dari pelajaran

8) Memvisualisasikan keberhasilan

9) Membatasi stress

b. Efikasi diri rendah

1) Pasif

2) Menghindari tugas yang sulit

3) Aspirasi lemah dan komitmen rendah

4) Fokus pada kekurangan pribadi

5) Tidak melukan upaya apapun

6) Berkecil hati karena kegagalan

7) Mengaanggap kegagagalan adalah karena kurangnya kemampuan atau nasib buruk

8) Mudah khawatir, stress dan menjadi depresi

9) Memikirkan alasan untuk gagal

4. Proses pembentukan efikasi diri

Menurut proses pembentukan efikasi diri dibagi menjadi empat proses yaitu (Bandura, 1997):

a. Proses kognitif

Proses kognitif merupakan proses berpikir yang didalamnya termasuk pemerolehan, pengorganisasian dan penggunaan informasi. Kebanyakan tindakan manusia bermula dari sesuatu yang dipikirkan terlebih dahulu. Individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi lebih senang membayangkan tentang kesuksesan. Sebaliknya individu yang efikasi dirinya rendah lebih banyak membayangkan kegagalan dan hal-hal yang dapat menghambat tercapainya kesuksesan.

b. Proses motivasi

Kebanyakan motivasi manusia dibangkitkan melalui kognitif. Individu memberi motivasi/dorongan bagi diri mereka sendiri dan mengarahkan tindakan melalui tahap pemikiran sebelumnya. Kepercayaan akan kemampuan diri dapat mempengaruhi motivasi dalam beberapa hal, yaitu menentukan tujuan yang telah ditentukan individu, seberapa besar usaha yang dilakukan, seberapa tahan mereka dalam menghadapi kesulitan dan ketahanan mereka dalam menghadapi kegagalan.

c. Proses afektif

Proses afektif merupakan proses pengaturan kondisi emosi dan reaksi emosional, keyakinan individu akan koping mereka turut mempengaruhi level stress dan depresi seseorang saat mereka menghadapi situasi yang sulit. Persepsi efikasi diri tentang kemampuannya mengontrol sumber stress memiliki peranan penting dalam kecemasan. Individu yang percaya akan kemampuannya untuk mengontrol situasi cenderung tidak memikirkan hal-hal yang negative. Individu yang merasa tidak mampu mengontrol situasi cenderung mengalami level kecemasan yang tinggi, selalu memikirkan kekurangan mereka, memandang lingkungan sekitar penuh ancaman, membesar-besarkan masalah kecil, dan terlalu cemas pada hal-hal yang sebenarnya jarang terjadi.

d. Proses seleksi

Kemampuan individu untuk memilih aktivitas dan situasi tertentu, turut mempengaruhi efek dari suatu kejadian individu cenderung menghindari aktivitas dan situasi yang diukur batas kemampuan mereka. Bila individu merasa yakin bahwa mereka mampu menangani suatu situasi, maka mereka cenderung tidak menghindari situasi tersebut. Dengan adanya pilihan yang dibuat, individu kemudian dapat meningkatkan kemampuan, minat dan hubungan social mereka.

5. Dimensi efikasi diri

Menurut Bandura (1997) efikasi diri terdiri dari 3 dimensi, yaitu :

a. *Magnitude*

Dimensi *magnitude* berfokus pada tingkat kesulitan yang setiap orang tidak akan sama. Seseorang bisa mengalami tingkat kesulitan yang tinggi terkait dengan usaha yang dilakukan, sedikit agak berat atau ada juga yang melakukan usaha terkait dengan sangat mudah dan sederhana. Semakin tinggi keyakinan efikasi diri yang dimiliki maka akan mudah usaha terkait yang dapat dilakukan.

b. *Generality*

Generalitas berkaitan dengan seberapa luas cakupan tingkah laku yang diyakini mampu dilakukan. Berbagai pengalaman pribadi dibandingkan pengalaman orang lain, pada umumnya akan lebih mampu meningkatkan efikasi diri seseorang.

c. *Strength*

Dimensi ini berfokus pada kekuatan atau keyakinan dalam melakukan sebuah usaha. Harapan yang lemah bisa disebabkan oleh pengalaman yang buruk, tetapi

bila seseorang mempunyai harapan yang kuat mereka akan tetap berusaha walaupun mengalami sebuah kegagalan.

6. Pengaruh efikasi diri pada tingkah laku

Menurut Bandura (1997) efikasi diri akan mempengaruhi individu merasakan, berpikir, motivasi diri sendiri, dan bertingkah laku. Efikasi diri atau kapabilitas yang dimiliki individu akan mempengaruhi tingkah lakunya dalam beberapa hal seperti :

a. Tindakan individu efikasi diri menentukan kesiapan individu dalam merencanakan apa yang harus dilakukannya. Individu dengan keyakinan diri tinggi tidak mengalami keragu-raguan dan mengetahui apa yang harus dilakukannya.
b. Usaha, efikasi diri mencerminkan seberapa besar upaya yang dikeluarkan individu untuk mencapai tujuannya. Individu dengan keyakinan terhadap kemampuan diri tinggi akan berusaha maksimal untuk mengetahui cara belajar serta kegiatan yang sesuai dengan minatnya. Individu dengan keyakinannya terhadap kemampuan diri tinggi akan berusaha mencapai tujuan yang telah ditetapkan.
c. Daya tahan individu dalam menghadapi hambatan atau rintangan dan kegagalan, individu dengan efikasi diri tinggi mempunyai daya tahan yang kuat dalam menghadapi rintangan atau kegagalan, serta dengan mudah mengembalikan rasa percaya diri setelah mengalami kegagalan. Individu juga beranggapan bahwa kegagalan dalam mencapai tujuan adalah akibat dari kurangnya pengetahuan, bukan karena kurangnya keahlian yang dimilikinya. Hal ini membuat individu berkomitmen terhadap tujuan yang dicapainya.

Individu akan menganggap kegagalan sebagai bagian dari proses, dan tidak menghentikan usahanya.

d. Ketahanan individu terhadap keadaan tidak nyaman, dalam situasi tidak nyaman. Individu dengan efikasi diri tinggi menganggap sebagai suatu tantangan, bukan merupakan sesuatu yang harus dihindari. Ketika individu mengalami keadaan tidak nyaman dalam usaha untuk mencapai tujuan yang diminati, iaakan tetap berusaha bertahan dengan mengabaikan ketidaknyamanan tersebut dan berkonsentrasi penuh.

e. Pola pikir, situasi tertentu akan mempengaruhi pola pikir individu. Individu dengan efikasi diri tinggi, pola pikirnya akan tidak mudah terpengaruh oleh situasi lingkungan dan tetap memiliki cara pandang yang luas memungkinkan individu untuk memiliki alternative pilihan kegiatan belajar yang banyak dari bidang yang diminati.

f. Stres dan depresi, bagi individu yang memiliki efikasi diri rendah, kecemasan yang dibangkitkan oleh stimulus tertentu akan membuatnya mudah merasa tertekan.

g. Tingkat pencapaian yang akan terealisasikan. Individu dengan efikasi diri tinggi dapat membuat tujuan sesuai dengan kemampuan yang dimiliki mampu menentukan bidang pendidikan sesuai dengan minat dan kemampuannya.

7. Cara meningkatkan efikasi diri

Untuk meningkatkan efikasi diri dibagi menjadi empat aspek penting yaitu (Bandura, 1997) :

a. Kepercayaan diri, keyakinan individu bahwa dapat melaksanakan tugas dengan baik akan menentukan prilaku atau tindakan yang benar-benar akan dilakukan individu tersebut (seberapa besar usaha yang akan dilakukan akan menentukan pencapain tujuan akhir).
b. Keyakinan akan kemampuan dalam mengatasi masalah atau tantangan (efikasi diri juga terkait dengan kemampuan individu dalam mengatasi masalah atau tantangan yang muncul).
c. Keyakinan mencapai target yang ditetapkan (seseorang yang mempunyai efikasi diri yang tinggi akan menetapkan target yang tinggi dan selalu konsekuen terhadap target tersebut, individu akan berupaya menetapkan target yang lebih tinggi bila target sesungguhnya telah mampu dicapai dan begitu pula sebaliknya)
d. Keyakinan akan kemampuan untuk menumbuhkan motivasi, kemampuan kognitif dan melakukan yang diperlukan untuk mencapai hasil.

C. Hubungan Keyakinan Diri Dengan Perilaku Pencegahan ISPA pada Ibu Balita

ISPA atau infeksi saluran pernafasan akut merupakan infeksi akut yang menyerang satu/lebih saluran pernafasan mulai dari hidung hingga ke alveoli termasuk adneksanya seperti sinus, rongga telinga tengah dan pleura (Kementerian Kesehatan RI, 2011). Faktor risiko terjadinya ISPA menurut Maryunani (2010) dan Kementerian Kesehatan RI (2009) dibagi menjadi tiga yaitu faktor individu anak, faktor lingkungan dan faktor perilaku. Faktor individu anak yang mempengaruhi terjadinya ISPA yaitu usia anak, berat badan lahir,

status gizi dan status imunisasi, jenis kelamin, ASI ekslusif, pemberian vitamin A. Faktor lingkungan yang mempengaruhi terjadinya ISPA yaitu kondisi lingkungan (polutan udara, kepadatan hunian rumah, keterbatasan ventilasi, kelembaban, kebersihan, musim, temperatur, keberadaan angorta rumah yang menderita ISPA), Faktor perilaku yang mempengaruhi terjadinya ISPA yaitu praktek penanganan ISPA di keluarga baik yang dilakukan oleh ayah, ibu, maupun anggota keluarga yang lainnya seperti kebiasaan membuka jendela pada pagi dan siang hari, kebiasaan merokok orang tua maupun penggunaan obat nyamuk maupun bahan bakar memasak (Kementerian Kesehatan RI, 2009).

Perilaku dari pandangan biologis merupakan suatu kegiatan atau aktivitas organisme yang bersangkutan. Perilaku manusia hakekatnya adalah suatu aktivitas manusia itu sendiri. Perilaku kesehatan adalah suatu respons seseorang (organisme) terhadap stimulus yang berkaitan dengan sakit dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, makanan dan lingkungan. Perilaku pencegahan penyakit adalah respon untuk melakukan pencegahan penyakit (Notoatmodjo, 2011) Menurut Notoatmodjo (2007), perilaku seseorang dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal, yaitu faktor dari dalam yang berhubungan dengan karakteristik orang yang bersangkutan, seperti tingkat kecerdasan, tingkat emosional, keyakinan diri/*self efficacy*, jenis kelamin, dan sebagainya, faktor eksternal, yaitu faktor yang memepengaruhi dari luar seperti lingkungan, sosial budaya, politik, ekonomi, agama, pendidikan, dan sebagainya. Menurut Bandura (1994), perempuan dengan kepercayaan diri atau efikasi diri yang tinggi akan menimbulkan suatu perilaku kesehatan dan motivasi yang juga tinggi untuk melakukan suatu tindakan.

Efikasi diri adalah evaluasi seseorang terhadap kemampuan atau kompetensinya untuk melakukan sebuah tugas, mencapai tujuan atau mengatasi hambatan (Bandura, 1997). Efikasi diri akan mempengaruhi beberapa aspek dari kognisi dan perilaku seseorang. Efikasi diri dapat membawa perilaku yang berbeda diantara individu dengan kemampuan yang sama karena efikasi diri memengaruhi pilihan, tujuan, pengatasan masalah dan kegigihan dalam berusaha (Erez dan Judge,2001). Hasil penelitian Mo dkk (2014) tentang prevalensi dan faktor-faktor perilaku skrining kesehatan penyakit kanker di Hongkong mengatakan bahwa efikasi diri merupakan faktor yang penting dan mempunyai hubungan yang signifikan dengan perilakau skrining kesehatan penyakit kanker. Penelitian yang dilakukan oleh Tang dkk (2003) tentang perilkau pencegahan penyakit SARS di Hongkong menyatakan bahwa Efikasi diri atau keyakinan diri yang tinggi akan membuat perilaku pencegahan penyakit SARS menjadi lebih baik.