

# Health Behavior Theory

PKMK

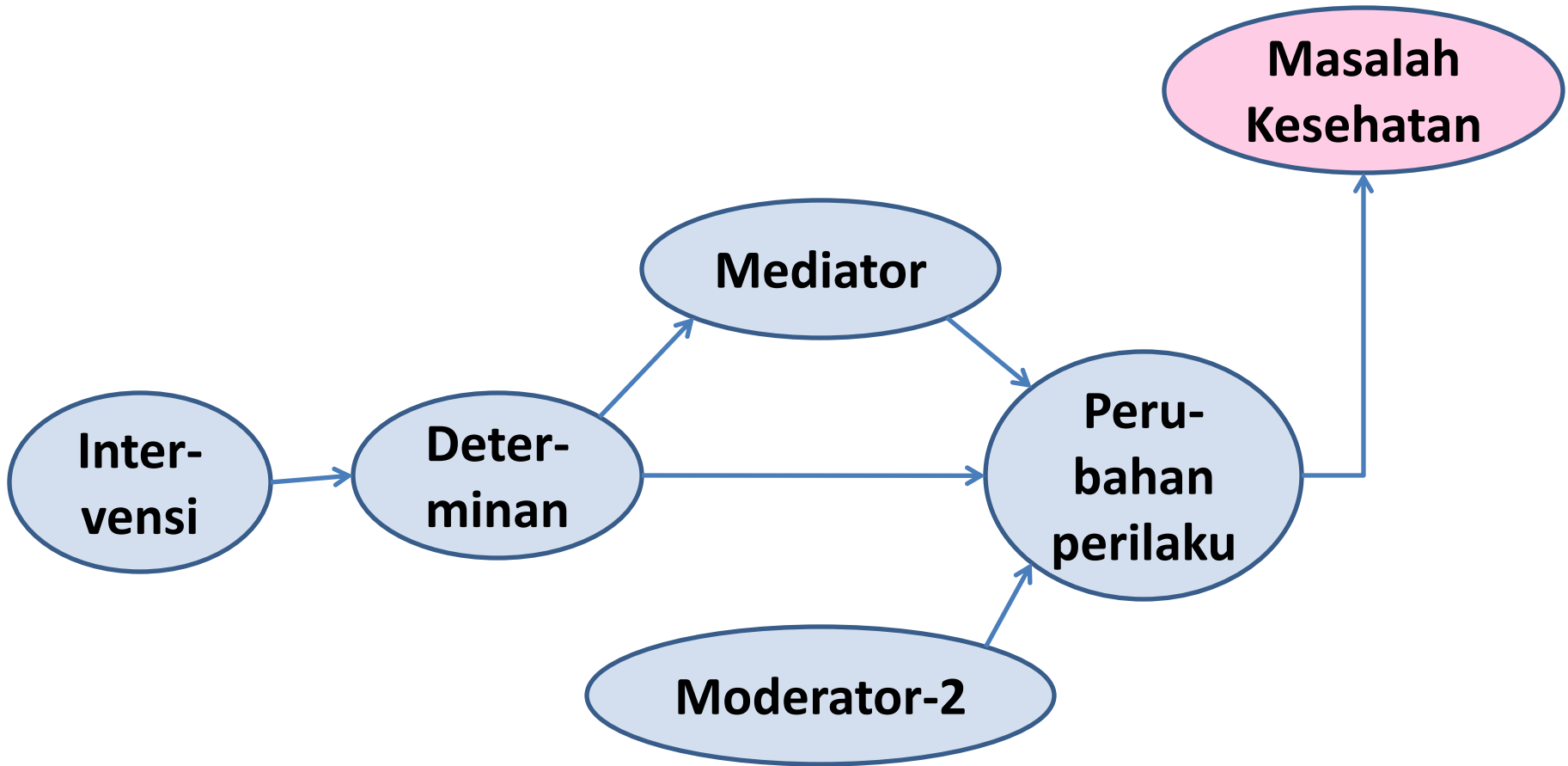
18 April 2013

## Jan 2013: Intervention Mapping

IM = menggunakan teori & bukti empirik untuk merancang & menguji-coba intervensi.

Bartholomew, L.K., & Mullen, P.D. (2011). Five roles for using theory and evidence in the design and testing of behavior change interventions. *Journal of Public Health Dentistry* 71: S20–S33 → 5 Peran IM

1. Mengidentifikasi perilaku dan determinan perilaku yang terkait dengan suatu masalah kesehatan tertentu.
2. Membuat kerangka konsep perubahan perilaku.
3. Menentukan intervensi yang diduga akan menghasilkan perubahan perilaku.
4. Menjelaskan bagaimana intervensi menghasilkan perubahan perilaku (= Mediator)
5. Menjelaskan hubungan erat determinan-perilaku berlaku untuk siapa dan pada keadaan apa (= Moderator)



## **April 2013:** Bagaimana membuat Teori Perilaku Kesehatan lebih berguna?

Jeffery, R.W. (2004). How can Health Behavior Theory be made more useful for intervention research. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 1:10 (23 July 2004) →

teori2 perilaku yang ada tidak dapat digunakan untuk merancang intervensi.

- Self-efficacy
- Learning theories/behaviour analytic theories of change
- Social learning/social cognitive theory
- Theory of Reasoned Action
- Theory of Planned Behaviour
- Transtheoretical/Stages of Change Model
- Health Action Process Approach

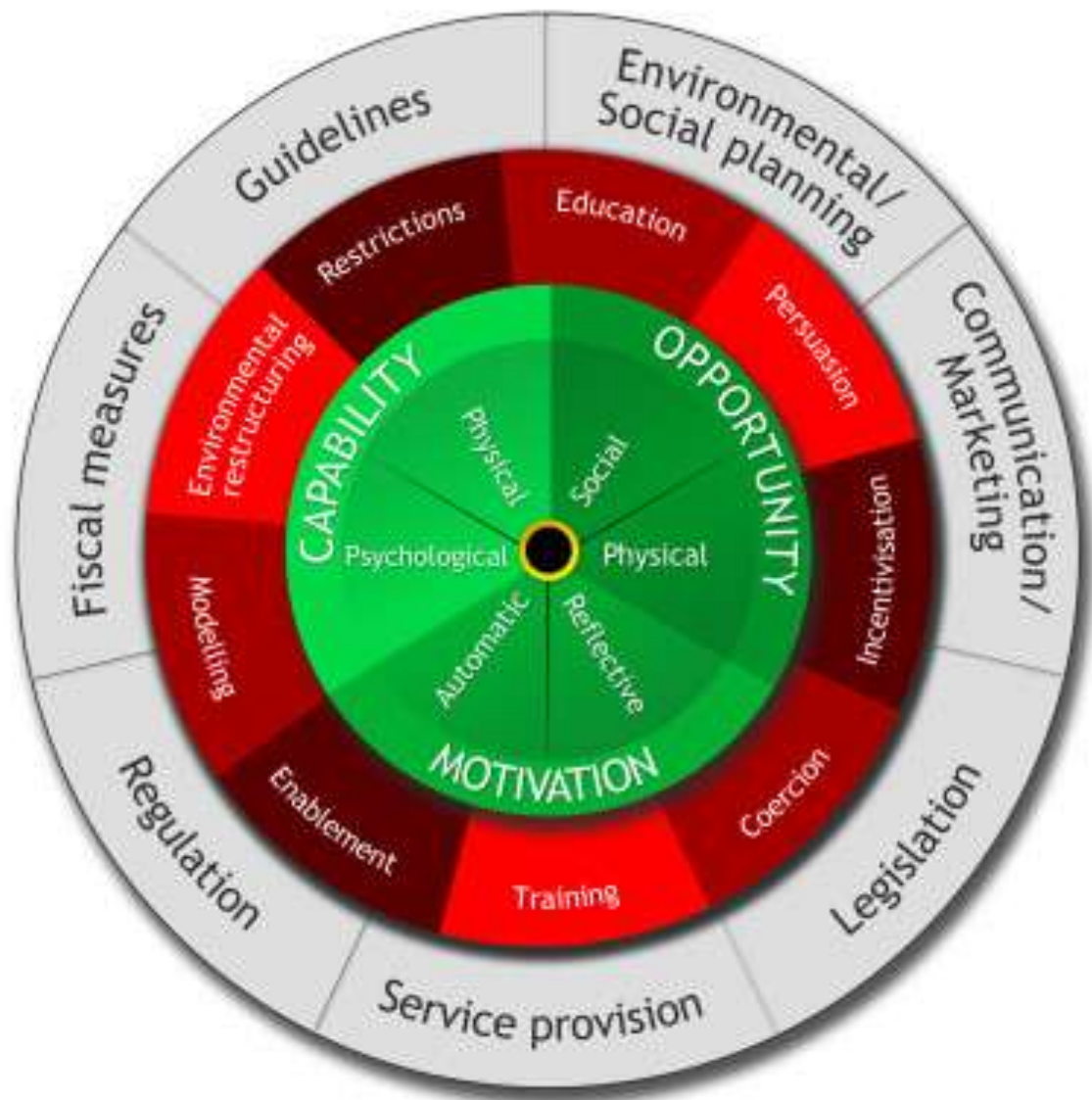
Michie, S., dkk. (2011). The behavior change wheel: A new method for characterizing and designing behaviour change interventions. *Implementation Science* 6:42 (23 April 2011) →

## **Behaviour Change Wheel (BCW):**

Faktor2 internal & external individu ↔ Perilaku

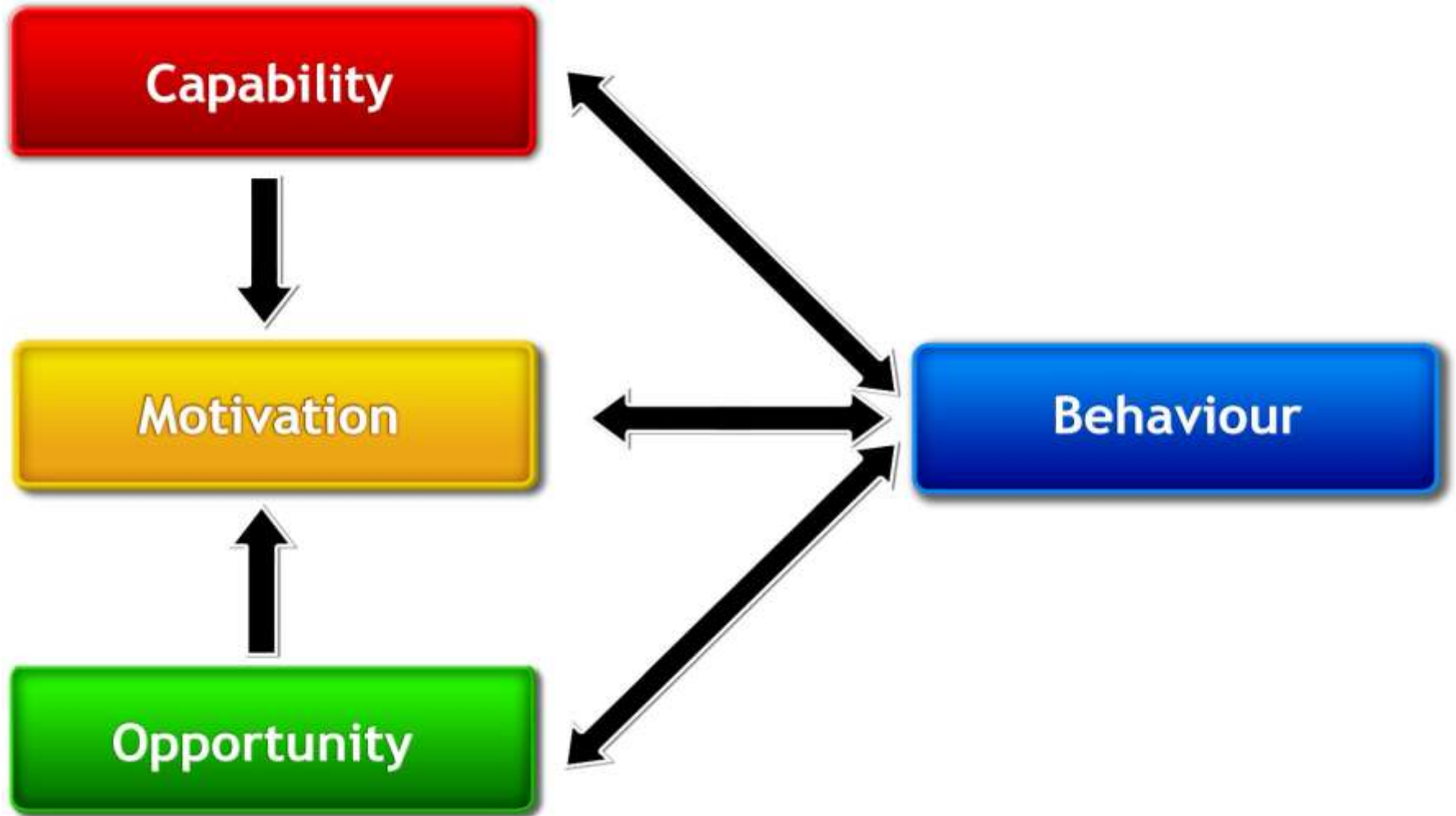
## **Intervention Mapping (IM):**

Faktor2 di populasi ini pada saat ini ↔ Perilaku





# COM-B System



3 Faktor pra-syarat yg harus ada (*necessary*) dan yang harus memadai (*sufficient*) supaya timbul perilaku yg disengaja dan tidak disengaja:

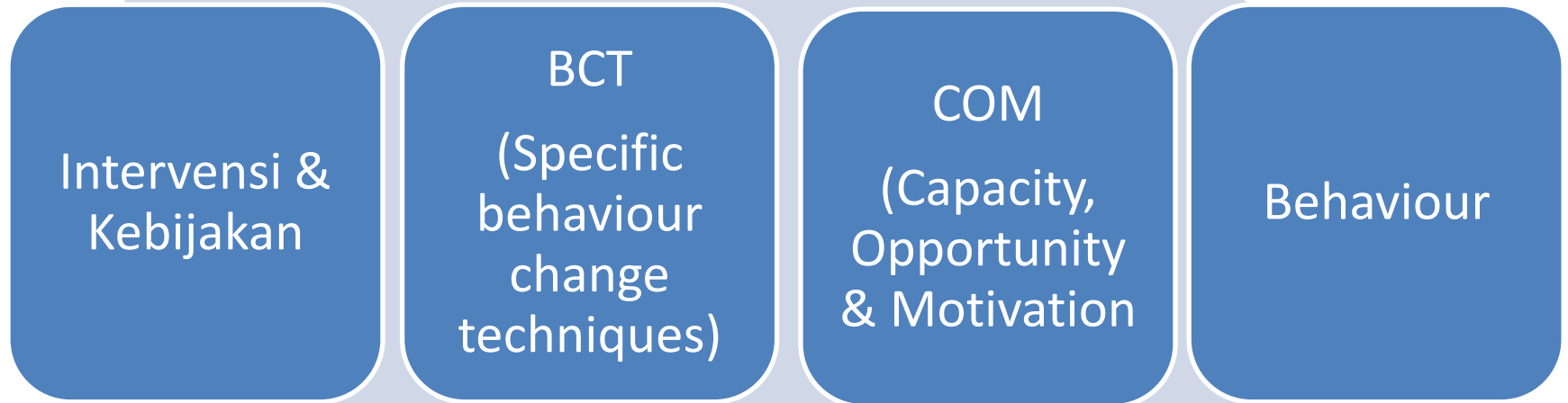
- Kemampuan: kapasitas fisik & psikologis untuk melakukan suatu perilaku.
- Motivasi: proses2 reflective\* & habitual yang mendorong dan mengarahkan perilaku.
- Peluang: faktor2 di luar individu (sosial & fisik) yg memungkinkan atau yg memicu perilaku.

\* Tidak harus ada

# Kegunaan BCW

Untuk merancang & memilih

- intervensi2 dan kebijakan2 berdasarkan analisis ciri2 perilaku (COM)
- teknik2 yg harus dirubah (BCTs) untuk menimbulkan perubahan perilaku
- intervensi2 dan kebijakan2 yg diperlukan untuk merubah teknik2 tsb.






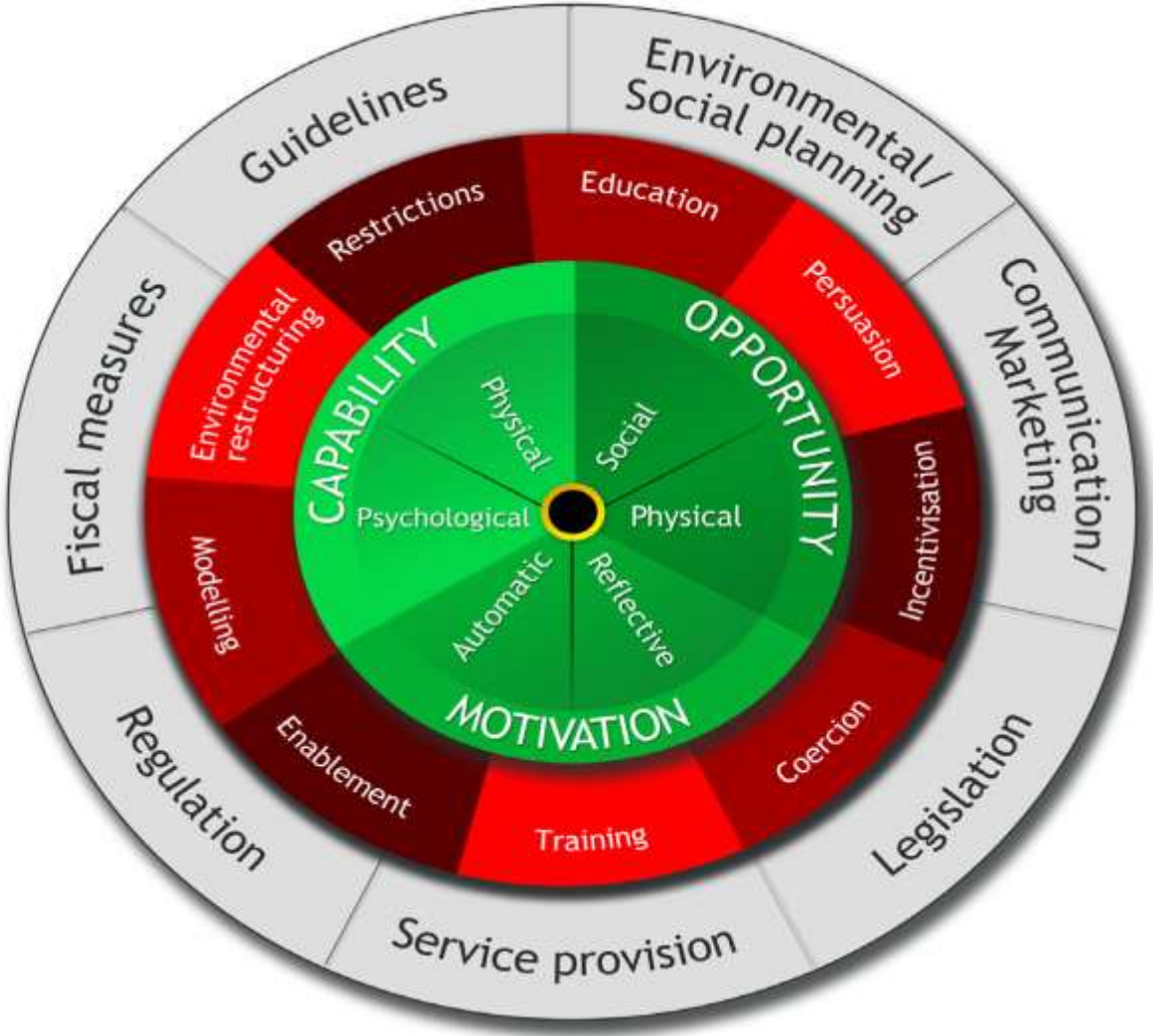
Catatan: Setiap Fungsi Intervensi dapat dioperasionalkan menjadi bbp BCT, dan setiap BCT dapat mengoperasionalkan bbp Fungsi Intervensi

# Contoh BCT

46. Michie S, Abraham C, Whittington C, McAteer J, Gupta S: Effective techniques in **healthy eating and physical activity interventions**: a metaregression. *Health Psychol* 2009, 28(6):690-701.
47. Michie S, Churchill S, West R: Identifying Evidence-Based Competences Required to Deliver **Behavioural Support for Smoking Cessation**. *Ann Behav Med* 2010.
48. Michie S, Hyder N, Walia A, West R: Development of a taxonomy of behaviour change techniques used in individual **behavioural support for smoking cessation**. *Addictive Behaviors* 2010.

# BCW

-  Sources of behaviour
-  Intervention functions
-  Policy categories



# Intervention Functions & COM

	<b>Educ ation</b>	<b>Persua sion</b>	<b>Incenti visatio n</b>	<b>Coer cion</b>	<b>Train ing</b>	<b>Restric tion</b>	<b>Enviro Restrs ucting</b>	<b>Model ling</b>	<b>Enable ment</b>
<b>C-Ph</b>					√				
<b>C-Ps</b>	√				√				
<b>M-Re</b>	√	√	√	√					
<b>M-Au</b>		√	√	√			√	√	√
<b>O-Ph</b>						√	√		√
<b>O-S</b>						√	√		√

Pendekatan Pengelolaan Diri

Pendekatan Pengaruh Luar

# Intervention Functions & Policy Categories

	<b>Educ ation</b>	<b>Persua sion</b>	<b>Incenti visatio</b>	<b>Coer cion</b>	<b>Train ing</b>	<b>Restric tion</b>	<b>Enviro Restr</b>	<b>Model ling</b>	<b>Enable ment</b>
<b>Com/ Marke</b>	√	√	√	√				√	
<b>Guideli nes</b>	√	√	√	√	√	√	√		√
<b>Fiscal</b>			√	√	√		√		√
<b>Regula tion</b>	√	√	√	√	√	√	√		√
<b>Legisla tion</b>	√	√	√	√	√	√	√		√
<b>Env/So Plann</b>							√		√
<b>Serv Provis</b>	√	√	√	√	√			√	√



# Latihan:

1. Merancang Pelatihan atau konsultasi PKMK
2. Merancang Kurikulum FK