

PENERAPAN TEORI PERUBAHAN PERILAKU KESEHATAN DALAM MENGHADAPI PANDEMI COVID-19: LITERATUR REVIEW

Burhannudin Ichsan¹

¹Staf pengajar bagian kedokteran komunitas/ilmu kesehatan masyarakat Fakultas Kedokteran
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Korespondensi: bi268@ums.ac.id

ABSTRAK

Latar belakang: Pandemi Covid 19 merupakan wabah yang disebabkan oleh virus SARS cov2 yang melanda hampir seluruh Negara di dunia. Penyakit ini sudah menelan banyak korban. Otoritas publik maupun para peneliti berusaha untuk berkontribusi menghadapi pandemi tersebut. Perubahan perilaku yang lebih baik diharapkan diadaptasi oleh masyarakat. Penerapan teori perubahan perilaku baik oleh otoritas publik maupun para peneliti menjadi penting untuk dikaji.

Tujuan: mengkaji langkah-langkah yang sudah dilakukan oleh para peneliti maupun otoritas kesehatan dalam menghadapi pandemi Covid 19.

Metode: Studi ini merupakan literature review. Kata kunci yang digunakan adalah (“Behavior change theory” OR “Behaviour Change theory”) AND (“Covid19” OR “Covid-19”). Data base yang digunakan adalah: google scholar, pubmed, science direct, <http://garuda.ristekbrin.go.id/>, dan opengrey. Eligibility criteria meliputi: artikel dalam bahasa Inggris, artikel dalam bahasa Indonesia, terdapat kaitan dengan perilaku kesehatan baik secara langsung maupun tidak langsung, terdapat kaitan dengan covid 19 baik secara langsung maupun tidak langsung, semua Negara, semua jenis artikel jurnal. Penulis mengeksklusi ebook dan jurnal dengan status pre proof, preprint, article in press maupun sejenisnya. Tidak terdapat pembatasan tahun. Jurnal-jurnal yang memiliki relevansi dengan topik penelitian disintesis secara naratif.

Hasil: Pencarian dengan kata kunci (“Behavior change theory” OR “Behaviour Change theory”) AND (“Covid19” OR “Covid-19”) menghasilkan 216 artikel di google scholar, 1 artikel di pubmed, 7 artikel di science direct, 0 artikel di garuda.ristekbrin, dan 0 artikel di opengrey. Terdapat 7 artikel yang memiliki relevansi dengan topik literatur review. Hasil literature review menunjukkan bahwa: 1) sebagian peneliti sudah sadar pentingnya penggunaan teori perubahan perilaku dalam intervensi perilaku, 2) sebagian peneliti belum secara eksplisit menyebutkan teori perubahan perilaku tertentu dalam intervensinya, 3) para ilmuwan sosial kesehatan sudah melakukan advokasi kepada otoritas publik untuk mengambil kebijakan dengan berdasarkan kerangka teori perubahan perilaku, 4) beberapa teori perubahan perilaku yang menjadi perhatian peneliti maupun pemangku kepentingan adalah: HBM, TPB, social cognitive theory dan lain-lain.

Kesimpulan: Teori perubahan perilaku merupakan konsep penting yang sudah diterapkan oleh para peneliti maupun pemangku kepentingan untuk menghadapi pandemi covid 19. Penggunaan intervensi yang berdasarkan teori tersebut diharapkan memiliki dampak yang lebih signifikan dibanding intervensi yang dilakukan tanpa mempedulikan pentingnya teori yang menjelaskan karakter-karakter dalam perubahan perilaku manusia.

Kata kunci: Covid 19, Teori Perubahan Perilaku, Penerapan.

PENDAHULUAN

Intervensi perubahan perilaku kesehatan biasanya kompleks. Yang membuat kompleks yaitu banyak dan kompleksnya komponen-komponen perilaku,

perilaku yang terlibat, kelompok organisasi, individu yang ditargetkan, dan lain-lain (Araujo-Soares *et al*, 2018).

Bukti-bukti menunjukkan bahwa intervensi promosi kesehatan yang secara

eksplisit menggunakan model dan teori yang berakar pada ilmu sosial dan perilaku lebih efektif daripada intervensi tanpa kerangka teoritis (Panahi *et al*, 2018). Teknik perubahan perilaku mengacu pada strategi khusus yang digunakan dalam intervensi untuk mendorong perubahan perilaku. Misalnya, beberapa intervensi yang dirancang untuk mempromosikan pantang merokok, segera mengidentifikasi penghalang dan pemecahan masalah, sedangkan intervensi lain mendorong peserta untuk memantau perilaku mereka (Webb *et al*, 2010).

Teori perubahan perilaku dapat diterapkan dalam kondisi apapun yang sedang menimpa masyarakat. Salah satu masalah yang sedang dihadapi oleh masyarakat dunia saat ini adalah pandemi Covid 19.

Kasus Covid 19 per 21 Desember 2020 mengenai 77.169.391 orang di dunia, dengan total kematian 1.699.560. Angka kejadian kasus di Indonesia per 21 Desember 2020 adalah 664.930, dengan total kematian 19.880 (Worldometer, 2020). Selama keadaan darurat kesehatan seperti

pandemi COVID-19 ini, salah satu peran terpenting WHO yaitu mengumpulkan data dan penelitian dari seluruh dunia, mengevaluasinya, dan kemudian memberitahu negara-negara tentang bagaimana cara menanggapi (WHO, 2020).

Masyarakat berperan penting dalam memutus mata rantai penularan Covid-19. Mengingat cara penularannya adalah droplet infection dari individu ke individu, maka penularan dapat terjadi baik di rumah, perjalanan, tempat kerja, dan lain-lain. Prinsipnya pencegahan dan pengendalian Covid-19 di masyarakat dilakukan dengan pendekatan individu dan pendekatan masyarakat. Pendekatan individu, antara lain meliputi: mencuci tangan secara teratur dengan cara tertentu, memakai masker, menjaga jarak minimal 1 meter, dan lain-lain. Pendekatan masyarakat, antara lain meliputi: upaya pencegahan, upaya penemuan kasus, dan penanganan secara cepat dan efektif (Kemenkes RI, 2020).

Berbagai usaha telah dilakukan untuk mengubah perilaku individu dan masyarakat untuk dapat mencegah

berkembangnya Covid19 tersebut. Penerapan ilmu perubahan perilaku kesehatan sangat dibutuhkan pada kasus seperti ini. *Literature review* ini bermaksud memotret usaha apa saja yang sudah dilakukan oleh para peneliti dan para otoritas publik.

METODE

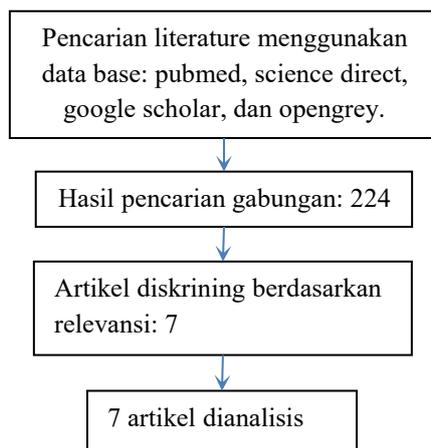
Studi ini merupakan literature review. Kata kunci yang digunakan adalah (“Behavior change theory” OR “Behaviour Change theory”) AND (“Covid19” OR “Covid-19”). Data base yang digunakan adalah: google scholar, pubmed, science direct, <http://garuda.ristekbrin.go.id/>, dan opengrey. Eligibility criteria meliputi: artikel dalam bahasa Inggris, artikel dalam bahasa Indonesia, terdapat kaitan dengan perilaku kesehatan baik secara langsung maupun tidak langsung, terdapat kaitan dengan covid 19 baik secara langsung maupun tidak

langsung, semua Negara, semua jenis artikel jurnal. Penulis mengeksklusi ebook dan jurnal dengan status pre proof, preprint, article in press maupun sejenisnya. Tidak terdapat pembatasan tahun. Jurnal-jurnal yang memiliki relevansi dengan topik penelitian disintesis secara naratif.

HASIL

Hasil Pencarian

Pencarian dengan kata kunci (“Behavior change theory” OR “Behaviour Change theory”) AND (“Covid19” OR “Covid-19”) menghasilkan 216 artikel di google scholar, 1 artikel di pubmed, 7 artikel di science direct, 0 artikel di garuda.ristekbrin, dan 0 artikel di opengrey. Terdapat 7 artikel yang memiliki relevansi dengan topik literatur review. Hasil pencarian ditampilkan pada gambar 1 berikut.



Gambar 1. Flow chart hasil pencarian

Karakteristik Studi

Karakteristik studi penelitian ditampilkan pada tabel 1 berikut.

Tabel 1. Karakteristik studi

No	Pengarang dan tahun	Jurnal	Lokasi	Desain
1	Coetzee & Kagee (2020)	Global Public Health	-	<i>Article Review</i>
2	Michie et al (2020)	British Journal of Health Psychology	UK	Deskriptif
3	Pal et al (2020)	Diabetes Research and Clinical Practice	India	<i>Cross Sectional</i>
4	Weston et al (2020)	BMC Public Health	-	<i>Review of reviews</i>
5	Youni et al (2020)	Plose One	UK	<i>RCT</i>
6	Hornik et al (2020)	Health Communication	USA	<i>Cross Sectional</i>
7	Laato et al (2020)	Journal of Retailing and Consumer Services	Norway	<i>Cross Sectional</i>

Tabel 1 menunjukkan bahwa studi penelitian empiris yaitu: Article review dan mencakup 8 penelitian. Terdapat dua review of reviews. Terdapat satu penelitian

kuantitatif deskriptif. Terdapat 4 penelitian kuantitatif observasional analitik dengan pendekatan cross sectional, dan terdapat satu penelitian eksperimental dengan desain RCT. Terdapat dua penelitian di benua Eropa yaitu UK dan Norway, dan terdapat dua penelitian di benua Amerika yaitu USA.

Semua penelitian dilakukan pada tahun 2020. Terdapat dua penelitian yang

tidak secara spesifik menunjukkan lokasi. Terdapat satu penelitian di benua Asia yaitu India.

Karakteristik Subjek Penelitian

Karakteristik subjek penelitian ditampilkan pada tabel 2 berikut.

Tabel 2. Karakteristik subjek penelitian

No	Pengarang dan tahun	Jumlah subjek	Keterangan
1	Coetzee & Kagee (2020)	-	Tidak memerlukan subjek penelitian, sebab merupakan <i>article review</i>
2	Michie et al (2020)	-	Tidak terdapat subjek penelitian sebab merupakan artikel deskriptif yang menjelaskan salah satu cara advokasi ke otoritas public terkait pencegahan Covid 19 dengan pendekatan salah satu teori perubahan perilaku kesehatan yaitu BCW <i>framework</i> (kerangka <i>Behavioral Change Wheel</i>)
3	Pal et al (2020)	212	-
4	Weston et al (2020)	9	Karena merupakan artikel <i>Review of reviews</i> , maka subjek penelitian adalah artikel-artikel penelitian dengan desain penelitian sintesis

			seperti: systematic review, scoping review, narrative review, dan meta-analysis
5	Youni et al (2020)	329	-
6	Hornik et al (2020)	1963	-
7	Laato et al (2020)	211	-
Total		2715	Subjek pada Weston et al (2020) tidak dimasukkan sebab subjeknya bukan manusia tetapi artikel penelitian

Tabel 2 menunjukkan bahwa total subjek yang terlibat dalam seluruh penelitian adalah 2715 orang. Terdapat 9 subjek yang bukan subjek manusia tetapi berupa artikel penelitian, sebab penelitian yang dimaksud adalah bukan penelitian empiris tetapi merupakan penelitian sintesis. Terdapat dua penelitian yang tidak memiliki subjek penelitian, sebab merupakan artikel yang membahas: strategi advokasi (Michie et al, 2020) dan artikel review secara umum yang tidak secara langsung memerlukan subjek penelitian baik manusia atau subjek berupa artikel.

Penggunaan Teori Perubahan Perilaku Kesehatan dalam Menghadapi Pandemi Covid 19

Advokasi Ilmuwan Sosial dan Perilaku yang Ditujukan pada Otoritas Publik

Michie et al (2020) menjelaskan salah satu bentuk advokasi dari ilmuwan sosial dan perilaku yang ditujukan pada otoritas publik untuk menghadapi pandemi Covid 19. Sebuah kelompok ilmuwan sosial dan perilaku berkontribusi memberikan saran kepada pemerintah UK untuk menghadapi pandemi dengan pendekatan salah satu teori perubahan perilaku.

Pemerintah UK memiliki draft panduan untuk: *social distancing* dan perlindungan pada orang-orang yang rentan (*shielding of vulnerable people*). Pemerintah UK meminta sekelompok ilmuwan sosial dan perilaku untuk menganalisis dan

mengevaluasi draft tersebut. Pemerintah hanya memberi waktu tiga hari untuk pekerjaan tersebut (Michie et al (2020).

Langkah yang dilakukan oleh para ilmuwan sosial dan perilaku tersebut adalah sebagai berikut: a) membaca draft panduan yang sudah dimiliki pemerintah, b) menggunakan pendekatan teori perubahan perilaku berupa kerangka *Behaviour Change Wheel (BCW framework)*, c) menggunakan pendekatan APEASE (*applicability, practicability, effectiveness, affordability, spill-over effect, equity*), dan d) memberikan rekomendasi berdasar analisis yang dilakukan tersebut (Michie et al., 2020).

BCW framework terdiri dari sembilan kerangka: pendidikan, persuasi, insentif, pemaksaan, training, pembatasan, restrukturisasi lingkungan, pemodelan, dan pemberdayaan. APEASE terdiri dari: *applicability* (penerimaan), *practicability* (kemampuan dipraktikkan), *effectiveness* (efektif), *affordability* (terjangkau), *spill-over effect* (efek samping), dan *equity* (kesamaan) (Michie et al, 2020). Dengan kesembilan kerangka dari BCW dan konsep-konsep praktis yang ada pada APEASE

tersebut, para ilmuwan berhasil memberikan rekomendasi dengan memperbaiki kalimat-kalimat maupun aksi-aksi lain yang diperlukan dengan praktis, efektif, terstruktur, dan sistematis.

Kerangka Teori Perubahan Perilaku Kesehatan Sebagai Bahan Pertimbangan untuk Mendeteksi Hambatan-Hambatan dalam Menyikapi Pandemi Covid 19

Coetzee & Kagee (2020) mendeskripsikan pentingnya mendeteksi hambatan-hambatan yang mungkin ada dalam penerapan perilaku kesehatan terkait pandemi Covid 19. Hal tersebut khususnya terkait dengan negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah.

Coetzee & Kagee (2020) menggunakan pendekatan TDF (*Theoretical Domain Framework*) untuk mendeteksi hambatan-hambatan yang akan dihadapi oleh negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah dalam menerapkan *lockdown* (pembatasan pergerakan) pada warganya. Kerangka TDF membantu menjelaskan bahwa untuk dapat dilaksanakannya suatu perilaku maka harus dipertimbangkan

faktor-faktor yang mempengaruhinya, yaitu: a) pengetahuan, b) keterampilan, c) peran sosial/professional dan identitas, d) kepercayaan tentang kemampuan, e) optimisme, f) kepercayaan tentang konsekuensi, g) penguatan kembali, h) niat, i) tujuan, j) proses ingatan, perhatian dan pengambilan keputusan, k) peran lingkungan dan sumber daya, l) pengaruh sosial, m)

emosi, dan n) regulasi. Beberapa contoh penerapannya adalah sebagai berikut.

Dalam penerapan pembatasan pergerakan masyarakat (*lockdown*), maka faktor-faktor yang terkait dengan pembatasan tersebut akan mengalami beberapa hambatan sebagai berikut. Untuk memudahkan gambaran, maka ditampilkan pada tabel 3 berikut (Coetzee & Kagee, 2020).

Tabel 3. Beberapa hambatan ketaatan terhadap pembatasan pergerakan masyarakat (*lockdown*) pada negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah jika dideteksi dengan menggunakan TDF

No	Poin	Kerangka TDF	Hambatan
1	Isolasi sosial (anjaran di rumah saja)	Faktor lingkungan dan sumber daya	Pada beberapa wilayah di negara-negara dengan penghasilan rendah dan menengah akan menghadapi hambatan terkait akses makanan, air, dan lain-lain.
2	Pekerjaan	Kepercayaan akan konsekuensi	Pada negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah maka pekerjaan sangat terkait dengan kehadiran secara fisik, maka konsekuensinya akan

			berpengaruh terhadap penghasilan
3	Faktor budaya	Pengaruh sosial	Pengaruh-pengaruh sosial pada beberapa negara berpenghasilan rendah dan menengah dapat mempengaruhi perilaku sebab tidak bersesuaian dengan aturan pemerintah

Pada prinsipnya, kerangka TDF dapat memberikan panduan untuk mendeteksi hambatan-hambatan yang dapat dihadapi. Hal tersebut dapat menjadi sumbangan untuk pertimbangan solusi-solusi yang dapat dikerjakan.

Teori-teori Perubahan Perilaku Kesehatan yang Sering Digunakan Terkait Wabah Penyakit Infeksi Termasuk Didalamnya Covid 19

Review of reviews yang dilakukan oleh Weston et al (2020) memberikan sebuah gambaran besar terkait teori perubahan perilaku apa saja yang biasa disitasi oleh para peneliti dalam kaitannya

dengan upaya menyikapi wabah penyakit infeksi termasuk di dalamnya Covid 19.

Studi ini menemukan beberapa hal berikut:

- a) teori-teori perubahan perilaku yang sering digunakan adalah: *Health Belief Model* (HBM), *Theory of Planned Behavior* (TPB), dan *Protection Motivation Theory*, b) terdapat 44 teori yang disitasi dari keseluruhan review tersebut, c) teori-teori yang juga cukup banyak disitasi yaitu: *Precaution Adoption Process Model*, *Extended Parallel Process Model*, *Theory of Reasoned Action*, dan *Social Cognitive Theory*, d) *outcome-outcome* dari penelitian yang dikaitkan dengan teori-teori tersebut secara umum adalah baik, dan e) terdapat

beberapa penelitian yang tidak secara eksplisit menyebutkan keterkaitannya dengan teori perubahan perilaku.

Hasil-hasil dari Penelitian Empiris pada Studi Literatur

Tabel 4 berikut menggambarkan rangkuman hasil-hasil penelitian empiris penerapan teori perubahan perilaku dalam menyikapi pandemi Covid 19.

Tabel 4. Hasil-hasil studi empiris

No	Pengarang dan tahun	Desain	Tujuan dan jalannya penelitian	Hasil
1	Pal et al (2020)	Survey <i>Cross Sectional</i>	Tujuan: penelitian bertujuan menganalisis pengetahuan, sikap dan praktek (knowledge, attitude, practice/KAP) dari dewasa muda dengan DM tipe satu di tengah <i>lockdown</i> nasional di India. Metode: kuesioner pengetahuan, sikap, dan praktek yang dikaitkan dengan Covid 19 diberikan kepada subjek dewasa muda dengan DM tipe 1 di India	Hasilnya kebanyakan subjek penelitian memiliki pengetahuan rata-rata (sedang), sikap positif dan praktek yang baik terhadap pencegahan Covid 19
2	Youni et	<i>RCT</i>	Tujuan: melihat pengaruh	Studi 1: terdapat perbaikan

	al (2020)		<p>pendidikan yang dirancang untuk mendukung anak-anak kecil tentang kuman dan cuci tangan di mana sumber-sumber pembelajarannya meliputi buku, website, nyanyian, dan permainan online yang diinformasikan dengan sebuah model perubahan perilaku</p> <p>Metode: terdapat dua studi: 1) kelompok eksperimen diintervensi dengan berbagai sumber pembelajaran sedang kelompok kontrol tidak, dan 2) kelompok eksperimen diberi intervensi dengan nyanyian sedang kelompok kontrol tidak. Materi intervensi adalah praktek cuci tangan 6 langkah dan pengetahuan tentang kuman</p>	<p>bermakna antara baseline dan setelah intervensi pada kelompok intervensi baik pada perilaku cuci tangan maupun pengetahuan tentang kuman sedang kelompok kontrol tidak</p> <p>Studi 2: kelompok intervensi memiliki skor perilaku yang lebih baik secara bermakna dibanding kelompok kontrol</p>
3	Hornik et al (2020)	<i>Cross Sectional</i>	<p>Tujuan: 1) untuk menganalisis apakah misinformasi tentang Covid</p>	<p>Hasil: kepercayaan terhadap misinformasi kurang berpengaruh terhadap</p>

			<p>19 berhubungan dengan perilaku menggunakan masker dan <i>social distancing</i>, 2) untuk menganalisis apakah kepercayaan terhadap konsekuensi/akibat perilaku memakai masker dan <i>social distancing</i> berpengaruh terhadap kedua perilaku tersebut, 3) untuk menentukan apakah target informasi lebih diarahkan untuk melawan misinformasi ataukah terhadap upaya meningkatkan kepercayaan akibat yang positif dari dua perilaku tersebut (memakai masker dan <i>social distancing</i>)</p> <p>Metode: survey yang melibatkan 1963 warga US dewasa (<i>respon rate</i>: 83%). Instrumen-instrumen yang diberikan adalah: kepercayaan terhadap misinformasi terkait Covid 19, perilaku <i>social</i></p>	<p>perilaku penggunaan masker dan <i>social distancing</i>, sementara kepercayaan terhadap akibat/konsekuensi kedua perilaku tersebut berpengaruh terhadap kedua perilaku tersebut (penggunaan masker dan <i>social distancing</i>). Hal ini menunjukkan bahwa kampanye untuk meningkatkan kepercayaan terhadap konsekuensi kedua perilaku tersebut (memakai masker dan <i>social distancing</i>) mestinya lebih diutamakan daripada kampanye melawan misinformasi.</p>
--	--	--	--	---

			<p><i>distancing</i>, penggunaan masker, dan kepercayaan tentang akibat/konsekuensi dua perilaku yaitu penggunaan masker dan <i>social distancing</i></p>	
4	Laato et al (2020)	<i>Cross Sectional</i>	<p>Tujuan: menganalisis apakah paparan sumber-sumber informasi <i>online</i> berkaitan dengan <i>perceived severity</i> dan <i>cyberchondria</i> dan pada akhirnya berkaitan dengan niat isolasi mandiri (<i>stay at home</i>) dan niat pembelian barang-barang yang tidak biasa (<i>unusual purchases</i>)</p> <p>Metode: analisis menggunakan <i>Structural Equation Modelling</i>.</p>	<p>Terdapat kaitan kuat antara niat untuk isolasi mandiri (<i>stay at home</i>) dan niat untuk membeli barang-barang yang tidak biasa.</p> <p>Paparan informasi online menyebabkan berlebihnya informasi dan <i>cyberchondria</i>.</p> <p>Informasi berlebih merupakan <i>predictor</i> yang kuat terhadap <i>cyberchondria</i>.</p> <p><i>Cyberchondria</i> dan <i>perceived severity</i> terhadap situasi memiliki pengaruh yang bermakna terhadap niat untuk membeli barang-barang yang tidak biasa dan kerelaan</p>

				untuk isolasi mandiri (<i>stay at home</i>)
--	--	--	--	---

PEMBAHASAN

Terdapat beberapa kategori penerapan teori perubahan perilaku dalam menyikapi pandemi Covid 19. Hasil *literature review* ini mendapatkan setidaknya sebagai berikut: 1) teori perubahan perilaku dapat digunakan sebagai kerangka berpikir yang praktis dan sistematis oleh ilmuwan sosial perilaku untuk memahami, menganalisis dan memberikan rekomendasi kepada pihak yang berwenang untuk menerbitkan regulasi untuk kepentingan masyarakat luas, 2) para peneliti dapat menggunakan kerangka teori perubahan perilaku untuk mendeteksi hambatan-hambatan yang mungkin dihadapi oleh negara dalam menerapkan aturan-aturan terkait pencegahan meluasnya Covid 19, 3) para peneliti dapat mendeteksi teori-teori perubahan perilaku yang sering dan jarang digunakan, dan 4) hasil-hasil penelitian empiris dapat digunakan sebagai gambaran tentang hasil suatu intervensi jika

intervensi tersebut didasarkan pada kerangka kerja teori perubahan perilaku.

Beberapa penelitian dengan tegas menyebutkan bahwa penelitiannya mendasarkan pada suatu teori perubahan perilaku tertentu. Sebagian penelitian tidak secara tegas menyebutkan teori perubahan perilaku apa yang digunakan untuk menganalisis atau mengintervensi suatu perubahan perilaku. Walaupun sebagian penelitian tidak secara tegas mengaitkan penelitiannya dengan suatu teori perubahan perilaku, namun instrumen yang digunakan rupanya mengarah terhadap suatu konstruk yang terkandung dalam suatu teori perubahan perilaku. Sebagai tambahan, sebagian penelitian dengan tegas mengaitkan dengan Covid 19, dan sebagian yang lain mengaitkannya tidak secara langsung.

Hasil review ini dapat memberikan gambaran pemanfaatan teori perubahan perilaku baik untuk kepentingan praktis di lapangan maupun untuk kepentingan

penelitian. Para peneliti sosial perilaku sangat disarankan untuk memanfaatkan teori-teori perubahan perilaku untuk melakukan intervensinya. Otoritas publik dapat memanfaatkan teori-teori tersebut sebagai alat untuk kebijakan publik atau meminta saran ilmuwan sosial perilaku untuk membantu menganalisis dan memberikan rekomendasinya.

KESIMPULAN

Teori perubahan perilaku merupakan konsep penting yang sudah diterapkan oleh para peneliti maupun pemangku kepentingan untuk menghadapi pandemi covid 19. Penggunaan intervensi yang berdasarkan teori tersebut diharapkan memiliki dampak yang lebih signifikan dibanding intervensi yang dilakukan tanpa mempedulikan pentingnya teori yang menjelaskan karakter-karakter dalam perubahan perilaku manusia.

KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis menyatakan tidak terdapat konflik kepentingan dalam penulisan *review* ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Araújo-Soares, V; Hankonen, N; Presseau, J; Rodrigues, A; & Sniehotta, F. F. 2018. Developing behavior change interventions for self-management in chronic illness. *European Psychologist*. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000330>.
- Coetzee, B. J; & Kagee, A. 2020. Structural barriers to adhering to health behaviours in the context of the Covid-19 crisis: consideration for low-and middle-income countries. *Global Public Health*. Vol. 15. No. 8. 1093-1102. <https://doi.org/10.1080/17441692.2020.1779331>.
- Hornik, R; Kikut, A; Jesch, E; Woko, C; Siegel, L; & Kim, K. 2020. Association of Covid-19 misinformation with face mask wearing and social distancing in a nationally representative US sample. *Health Communication*. <https://doi.org/10.1080/10410236.2020.1847437>.
- Kemendes RI. 2020. Pedoman pencegahan dan pengendalian Coronavirus disease (Covid-19). Jakarta: Kemendes RI.
- Laato, S. 2020. Unusual purchasing behavior during the early stages of the Covid-19 pandemic: the stimulus-organism-response approach. *Journal of Retailing and Consumer Services*. 57. 102224. <https://doi.org/10.1016/j.jretconser.2020.102224>.
- Michie, S; West, R; Rogers, M. B; Bonell, C; Rubin, G. J; & Amlôt, R. 2020. Reducing sras-cov-2 transmission in the UK: a behavioural science approach to identifying options for increasing adherence to social distancing and shielding vulnerable people. *British Journal of Health Psychology*. 25. 945-956. Doi: 10.1111/bjhp.12428.
- Pal, R; Yadav, U; Grover, S; Saboo, B; Verma, A; & Bhadada, S. J. 2020. Knowledge, attitudes, and practices towards Covid-19 among young adults with type 1 Diabetes Mellitus amid the nationwide lockdown in India: a cross sectional survey. *Diabetes Research and Clinical Practice* 166. 108344.

- <https://doi.org/10.1016/j.diabres.2020.108344>.
- Panahi, R; Pishvaei, M; & Ghaderi, N. 2018. Multi-Theory model of behavior change: an appropriate model for creating health behaviors, Letter to Editor. *Journal of Research & Health*. Vol. 8. No. 6. Nov & Des. Pages 483-484. Doi: 10.29252/jrh.8.6.483.
- Webb, T. L; Joseph, J; Yardley, L; & Michie, S. 2010. Using the internet to promote health behavior change: a systematic review and meta-analysis of the impact of theoretical basis, use of behavior change techniques, and mode of delivery on efficacy. *J Med Internet Res*; 12(1):e4. Doi: 10.2196/jmir.1376.
- WHO. 2020. A guide to WHO's guidance on Covid-19. Diunduh dari: <https://www.who.int/news-room/feature-stories/detail/a-guide-to-who-s-guidance>. Diakses pada: 21 Desember 2020 (pukul: 10.27).
- Worldometer. 2020. Covid 19 coronavirus pandemic. Diunduh dari: <https://www.worldometer.info/coronavirus/#countries> . Diakses pada: 21 Desember 2020 (pukul: 10.29).
- Youni, S; Mitchell, C; Bisson, M. J; Crosby, S; Kukona, A; & Laird, K. 2020. Improving young children's handwashing behavior and understanding of germs: the impact of a germ's journey educational resources in school and public spaces. *Plos One* 15(11): e0242134. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0242134>.
- Weston, D; Ip, A; & Amlôt, R. 2020. Examining the application of behavior change theories in the context of infectious disease outbreaks and emergency response: a review of reviews. *BMC Public Health*. 20.1483. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-09519-2>.