

## ABSTRAK

**Latar belakang:** Adanya peningkatan urbanisasi di Indonesia telah menyebabkan peningkatan praktik perilaku hidup yang tidak sehat. Hal ini kemudian berdampak pada peningkatan jumlah masyarakat yang menderita penyakit akibat perilaku hidup yang tidak sehat, sehingga terjadi peningkatan beban negara untuk pembiayaan perawatan penyakit tersebut. Permasalahan ini sebenarnya dapat dicegah dengan mengajarkan cara melakukan perilaku hidup sehat. Sejak tahun 1995, *World Health Organization* (WHO) telah menjadikan perguruan tinggi sebagai salah satu tempat untuk implementasi upaya promosi kesehatan. *Modeling* sehat dapat menjadi salah satu metode yang efektif dari beberapa model perubahan perilaku sehat untuk mempromosikan perilaku hidup sehat di perguruan tinggi. Institusi pendidikan kedokteran sebagai salah satu institusi pendidikan memiliki tanggung jawab dan peran yang besar untuk implementasi upaya promosi kesehatan ini agar dapat dihasilkan lulusan dokter yang mampu untuk berperan sebagai *role model* sehat di masyarakat. Namun, belum adanya publikasi tentang definisi dan karakteristik *role model* sehat di institusi pendidikan kedokteran menyebabkan kesulitan untuk mengidentifikasi ketersediaan *role model* sehat yang ada di institusi pendidikan kedokteran. Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menggali definisi dan karakteristik *role model* sehat di institusi pendidikan kedokteran, kemudian mengidentifikasi staf pengajar sebagai *role model* sehat di institusi pendidikan kedokteran, dan mengeksplorasi faktor-faktor yang mendukung dan menghambat *role model* sehat untuk melakukan *modeling* sehat secara efektif.

**Metode penelitian:** Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *mixed method* dengan *sequential exploratory design* dan terdiri dari tiga tahap penelitian untuk menjawab tiga permasalahan penelitian. Penelitian tahap pertama menggunakan rancangan *grounded theory* untuk menggali definisi dan karakteristik *role model* sehat di institusi pendidikan kedokteran, pada tahap kedua akan dilakukan penelitian survei untuk mengidentifikasi jika staf pengajar di institusi pendidikan kedokteran telah berperan sebagai *role model* sehat melalui pengembangan instrumen dalam bentuk kuesioner yang disusun berdasarkan hasil penelitian tahap pertama, dan pada tahap ketiga akan dilakukan studi fenomenologi untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mendukung dan menghambat staf pengajar sebagai *role model* sehat di institusi pendidikan kedokteran.

**Hasil:** *Role model* sehat di institusi pendidikan kedokteran didefinisikan sebagai seseorang yang: terlihat sehat secara fisik, sosial, mental, dan spiritual; mempraktikkan perilaku hidup sehat sebagai kebiasaan dalam kehidupan sehari-hari; memiliki kemauan agar orang lain dan lingkungan di sekitar mereka juga dalam keadaan yang sehat; dan, memiliki karakteristik *life-long learner*. Semua staf pengajar di Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan Universitas Gadjah Mada (FK-KMK UGM) yang terlibat sebagai responden penelitian merupakan sosok *role model* sehat di institusi pendidikan kedokteran, tetapi hanya sebagian kecil dari mereka yang telah melakukan *role modeling* sehat secara efektif. Terdapat faktor intrinsik dan ekstrinsik di lingkungan FK-KMK UGM yang mendukung seorang staf pengajar sebagai *role model* sehat di institusi pendidikan kedokteran untuk melakukan praktik perilaku hidup sehat. Faktor intrinsik terdiri dari motivasi intrinsik, *conscious awareness*, keterbatasan



fisik yang disebabkan oleh berbagai faktor, pengetahuan, dan status ekonomi. Faktor ekstrinsik terdiri dari Profesi pekerjaan yang dilakukan, umpan balik yang diperoleh setelah melakukan suatu perilaku hidup sehat, tersedianya waktu yang cukup untuk melakukan perilaku hidup sehat, dan lingkungan. Faktor tanggung jawab dan kewajiban yang besar sebagai seorang staf pengajar di institusi pendidikan kedokteran, kurangnya motivasi diri untuk berperilaku hidup sehat, adanya keterbatasan fisik untuk melakukan perilaku hidup sehat, dan lingkungan merupakan faktor penghambat seorang staf pengajar sebagai *role model* sehat di institusi pendidikan kedokteran untuk melakukan praktik perilaku hidup sehat.

**Kesimpulan:** Definisi dan karakteristik *role model* sehat di institusi pendidikan kedokteran dipengaruhi oleh faktor budaya negara. Terdapat kesulitan untuk menemukan sosok staf pengajar di institusi pendidikan kedokteran yang secara komprehensif memenuhi definisi dan karakteristik *role model* sehat di institusi pendidikan kedokteran, sehingga diperlukan penelitian lanjutan untuk mengidentifikasi jika terdapat karakteristik utama yang harus dimiliki untuk mengkategorikan jika seorang staf pengajar telah berperan sebagai *role model* sehat yang mampu melakukan *role modeling* sehat secara efektif di institusi pendidikan kedokteran. Diperlukan berbagai upaya perbaikan di lingkungan FK-KMK UGM untuk meningkatkan peran staf pengajar sebagai *role model* sehat agar dapat melakukan *role modeling* sehat secara efektif untuk membantu implementasi inisiatif sebagai *health promoting campus*.

**Kata Kunci:** *role model* sehat, *role modeling* sehat, *health promoting university*, *healthy campus*, institusi pendidikan kedokteran

## ABSTRACT

**Introduction:** A high level of urbanization in Indonesia has led to an increase in the practice of unhealthy behaviors. This situation has caused the increasing number of people who suffer a disease caused by these behaviors and directly impact a high burden of the country budget to treat these diseases. This problem can be prevented by promoting healthy behavior adequately. Since 1995, a World Health Organization (WHO) has announced that university is one of the crucial environments for promoting healthy behaviors. The medical institution is one of the most prominent institutions with a large population where people work and learn. Therefore, this institution has an enormous responsibility, which not only produces a competent doctor but also has to produce a healthy doctor who could act as a healthy role model in society. In medical education, modeling is an effective method in the learning and teaching process, which might also be effective in teaching healthy behaviors among medical students. However, the lack of publications on the definition and characteristics of healthy role models in the medical institution has made the difficulty of identifying the availability of healthy role models in medical institutions. Therefore, this study aims to explore the definitions and characteristics of healthy role models in medical institutions, then identify if a medical teacher has acted as healthy role models, and explore the factors that support and inhibit a medical teacher from being a healthy role model in medical institutions.

**Method:** This study used a mixed-method with sequential exploratory design. It consists of three phases of the study to answer three research questions. The first research question was answered by conducting a grounded theory to explore the definitions and characteristics of healthy role models in medical institutions. The second research question was answered by surveyed to identify if medical teachers have acted as a healthy role model. The survey was also used to measure the characteristic of a healthy role model in medical teachers. In this study' phase, the result from the first research question was used to develop the instrument to answer this question. Finally, to answer the third research question, a phenomenological study was carried out to identify the supporting and inhibiting factors for a healthy role model in medical education institutions.

**Results:** A healthy role model in a medical education institution is defined as persons who are seen: 'physically,' 'socially,' 'mentally,' and 'spiritually' healthy; internalized healthy behaviors; willing to promote healthy lifestyles; and, a life-long learner. All medical teachers of the Faculty of Medicine, Public Health, and Nursing of Gadjah Mada University who involved in this study were healthy role models in medical education institutions. However, only a few of them who carried out healthy role modeling effectively. There are intrinsic and extrinsic factors in the the Faculty of Medicine, Public Health, and Nursing of Gadjah Mada University that support medical teachers who are a healthy role model n practicing healthy behavior. The intrinsic factors i.e., intrinsic motivation, conscious awareness, physical limitations caused by various factors, knowledge, and economic status. Extrinsic factors, i.e., the consequences of a particular job, feedback obtained after doing a healthy behavior, the availability of sufficient time to conduct a healthy behavior, and supported environmental. The inhibiting factors for a role model in a medical institution, i.e., an enormous responsibility as



a medical teacher, lack of motivation to behave in healthy behavior, physical limitations to perform healthy behaviors, and unsupported environment.

**Conclusion:** Cultural factors of each country influence the definition and characteristics of healthy role models in medical education institutions. There is difficulty in finding a medical teacher who comprehensively meets the definitions and characteristics of healthy role models in medical education institutions. Further research is needed to identify the main characteristics that should be fulfilled to categorize a medical teacher as a healthy role model in medical institutions. Various improvements are needed by the Faculty of Medicine, Public Health, and Nursing of Gadjah Mada University to improve the effectiveness of healthy role modeling which perform by medical teachers. Minimizing the inhibiting factors for medical teachers to perform healthy role model characteristics, it might help this institution to fulfill their vision for being a 'health-promoting campus.'

**Keywords:** *a healthy role model, healthy role modeling, health-promoting university, healthy campus, medical institution*