BAB II

LANDASAN TEORI

A. Aplikasi Alodokter

1.1 Pengertian Aplikasi Alodokter

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, aplikasi berarti penggunaan, serta penerapan.[1] Aplikasi adalah penerapan dari rancang sistem untuk mengolah data yang menggunakan aturan atau ketentuan bahasa pemograman tertentu.

Alodokter merupakan aplikasi konsultasi kesehatan Dokter Gratis via Ponsel. Ponsel berbasis Android dan IOS menjadi barang yang sangat dibutuhkan sehari-hari. Hal ini bukan tanpa alasan, berbagai macam aplikasi yang diperlukan dalam keseharian dapat dengan mudah diunduh dan digunakan masyarakat. Jadi, Alodokter yaitu aplikasi konsultasi (tanya jawab) dokter gratis yang secara *online* dapat diunduh dan diaplikasikan melalui smartphone bertujuan untuk melayani kesehatan masyarakat.

1.2 Logo Aplikasi Alodokter

Adapun aplikasi Alodokter memiliki logo tertentu. Logo aplikasi Alodokter terlihat seperti pada gambar berikut:

[1] Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa, Edisi Keempat*, (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2008), h. 635.

Gambar 2.1 Logo Aplikasi Alodokter

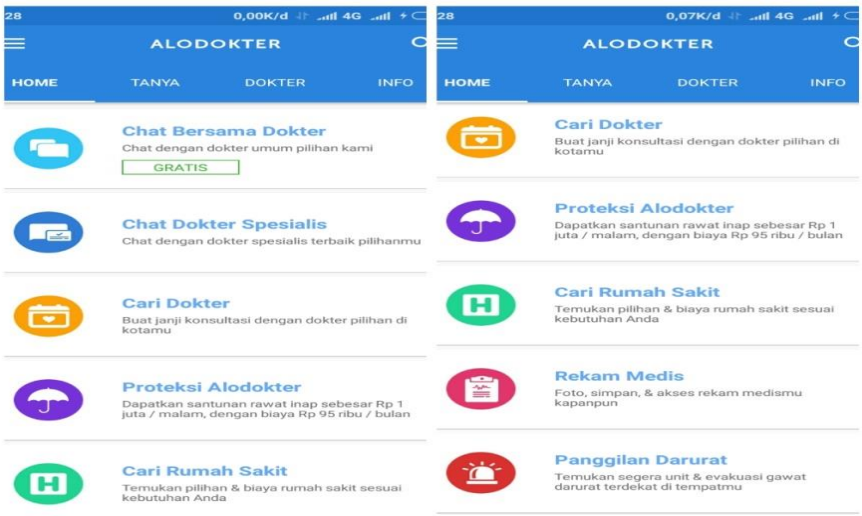
Gambar diatas adalah logo yang terdapat dalam aplikasi Alodokter. “A” yang berarti singkatan dari Alodokter dan warna biru menjadi ciri khas latar belakang yang terdapat pada aplikasi Alodokter.

1.3 Konten Alodokter

Aplikasi Alodokter memiliki beberapa konten yang terdiri dari: (1) home atau tampilan utama, (2) konsultasi aplikasi chat dokter gratis, dan (3) info.

1) Home (tampilan utama)

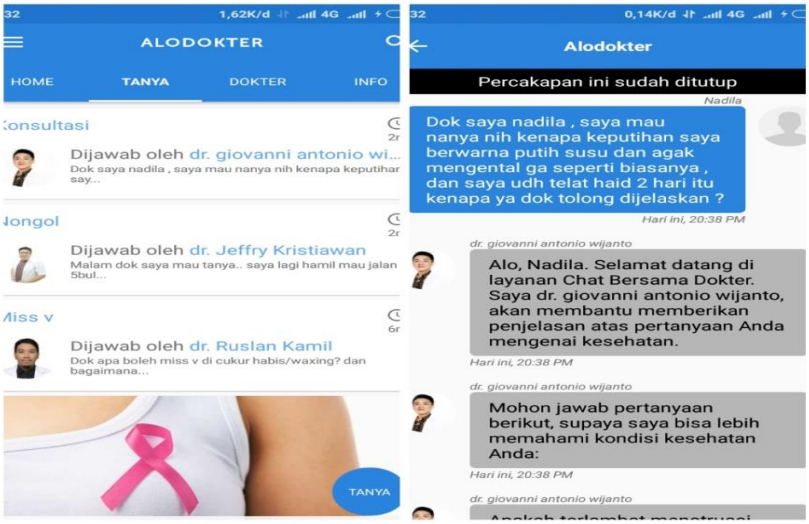
Home yang terdiri dari chat bersama dokter, chat dokter spesialis, cari dokter, proteksi Alodokter, cari rumah sakit, rekam media, serta penggilan darurat.



Gambar 2.2 Home (tampilan utama) Aplikasi Alodokter

2) Konsultasi Aplikasi Chat Dokter Gratis

Aplikasi Alodokter memiliki konsultasi chat dokter gratis dengan hanya mengklik “tanya” pada kolom atas yang tertera pada aplikasi. Konsultasi aplikasi cahat dokter gratis terlihat seperti pada gambar berikut:



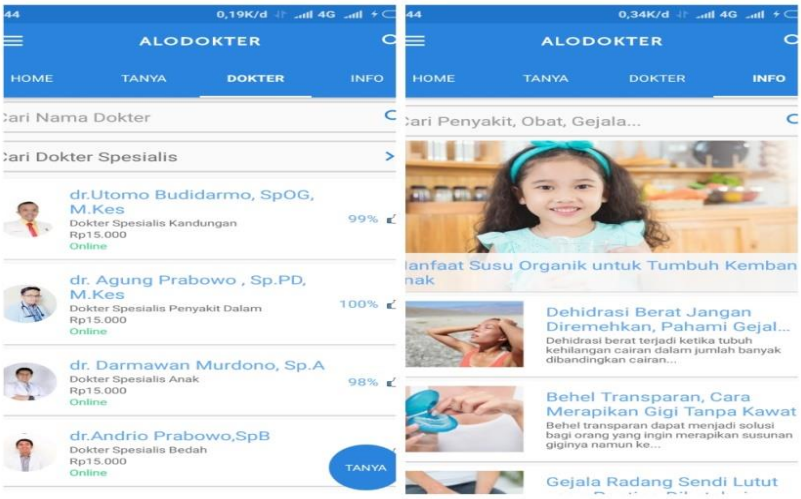
Gambar 2.3 Chat Konsultasi Dokter

Konsultasi layanan yang diberikan melalui aplikasi alodokter ini terbatas pada penyakit ringan dan umum yang tidak membutuhkan penanganan secara kritis atau darurat, masyarakatnya dapat dengan mudah menanyakan tentang penyakit, gejala, pencegahan, keluarga, dan kesejahteraan dan pihak dokter akan berusaha dengan sebaik mungkin untuk memberikan nasihat yang mudah dipahami.

3) Info

Bagian ini berisikan informasi daftar penyakit dan daftar obat dan istilah-istilah kedokteran. Anda dengan mudahnya menemukan penyakit dan obat dari

berbagai istilah-istilah kedokteran. Istilah ini untuk memudahkan pengguna mengetahui informasi seputar penyakit dan obat dalam istilah medis.



Gambar 2.4 Info pada Aplikasi Alodokter

1.4 Manfaat Aplikasi Alodokter

Aplikasi Alodokter dapat memberikan manfaat bagi penggunanya sebagai berikut:

1) Dapat dengan mudah diunduh melalui *playstore.*

2) Dapat berkonsultasi dengan dokter gratis melalui aplikasi tanpa ribet.

3) Dapat menyimpan chatan kita dengan dokter tanpa takut terhapus.

4) Sebagai refrensi dalam mencari informasi tentang berbagai kesehatan.

5) Hemat dan tidak memerlukan biaya seperti transportasi dll.

1.5 Keterbatasan Aplikasi Alodokter

Aplikasi Alodokter juga memiliki keterbatasan bagi penggunanya sebagai berikut:

1) Diunduh harus menggunakan *smartphone* dan kuota.

2) Diagnosa penyakit kita tidak bisa langsung ditangani oleh dokter karena hanya menggunakan chatan aplikasi saja.
3) Harus sering *online* jika ingin mengetahui seputar kesehatan.
4) Tidak bisa menentukan obat yang akan dikonsumsi karena hanya bersifat konsultasi melalui chatan bukan konsultasi secara langsung.

B. Kesadaran Hidup Sehat

Kesadaran hidup sehat berhubungan dengan perilaku sehat seseorang. Jika seseorang memiliki kesadaran hidup sehat maka hal tersebut akan mendorongnya untuk berperilaku sehat.

1.1 Definisi Kesadaran Hidup Sehat

Kesadaran mengandung pengertian mengetahui sesuatu atau tahu yang bersikap seharusnya, yang didukung oleh persepsi atau promosi. Kesadaran individual timbul karena ia memiliki persepsi atau informasi yang mendukungnya, sehingga ia tahu bagaimana seharusnya bersikap.[2]

Hidup sehat merupakan sebuah keadaan yang tidak hanya terbebas dari penyakit akan tetapi juga meliputi seluruh aspek kehidupan manusia yang meliputi aspek fisik, emosi, sosial, spiritual dan juga lingkungan.[3]

Kesadaran hidup sehat berhubungan dengan perilaku sehat seseorang. Jika seseorang memiliki kesadaran hidup sehat maka hal tersebut akan mendorongnya

---

[2] Kusdwiratri Setiono, Johan S, Masjihur, Anna Alisyahbana, ed. Manusia: *Kesehatan dan Lingkungan*, (Bandung: Alumni), h. 97.

[3] http://www.scribd.com/doc/konsep-sehat, dikses pada 12 April 2019.

untuk berperilaku sehat. Ketika seseorang memiliki kesadaran, berarti orang tersebut memiliki pengertian, persepsi, pemikiran, perasaan, dan ingatan.[4]

Menurut Notoatmodjo tingkat pengetahuan di dalam domain kognitif memiliki beberapa tingkatan, diantaranya tahu dan memahami. Tahu dan memahami selaras dengan pengertian dan kesadaran. Hal itu menunjukkan bahwa kesadaran berhubungan dengan pengetahuan. Sementara itu, menurut Lawrence Green perilaku sehat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya faktor predisposisi. Salah satu bentuk dari faktor predisposisi adalah pengetahuan. Pengetahuan berhubungan dengan kesadaran. Jadi kesadaran berhubungan dengan perilaku seseorang. Dalam hal ini, kesadaran hidup sehat berhubungan dengan perilaku sehat.

Sementara itu, hidup sehat tercermin dari tindakan atau perilaku yang dilakukan seseorang yag disebut dengan istilah perilaku sehat. Jadi, kesadaran hidup sehat adalah pengertian, persepsi, pemikiran, perasaan, dan ingatan yang berkaitan dengan hidup sehat (makna dengan menu seimbang, kegiatan fisik secara teratur dan cukup tidak merokok, tidak minum minuman keras dan narkoba, istirahat yang cukup, pengendalian dan manajemen stress, perilaku atau gaya hidup positif yang lain untuk kesadaran).

---

[4] M. Luthfi. 2017. *"Pengaruh Tayangan Dr. OZ Indonesia Terhadap Kesadaran Hidup Sehat Masyarakat (Studi pada Masyarakat Kompleks Bougenville RT.17 RW. 05 Kecamatan Alang-Alang Lebar Kota Madya Palembang)"*, Skripsi Jurnalistik, Palembang: Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, h. 38.

1.2 Perilaku Hidup Sehat

Perilaku hidup sehat adalah sebuah perilaku yang berkaitan dengan upaya atau kegiatan seseorang untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatannya. Adapun perilaku yang mencangkup perilaku hidup sehat antara lain:

a) Makna dengan menu seimbang

Menu seimbang yang dimaksud adalah artian kualitas (mengandung zat-zat gizi yang diperlukan tubuh) dan kuantitas dalam arti jumlah cukup untuk memenuhi kebutuhan tubuh (tidak kurang, tetapi juga tidak lebih) secara kualitas atau dalam hal ini adalah menu empat sehat lima sempurna.

b) Olahraga teratur

Yang mencangkup kualitas (gerakan) dan kuantitas dalam artian frekuensi dan waktu yang digunakan untuk olahraga. Dengan sendirinya kedua aspek ini akan tergantung dari usia dan status kesehatan yang bersangkutan.

c) Tidak merokok

Merokok adalah kebiasaan buruk yang mengakibatkan berbagai macam penyakit. Ironisnya kebiasaan merokok, khususnya di Indonesia seolah-olah sudah membudaya, hampir 50% penduduk Indonesia usia dewasa merokok bahkan di Indonesia menurut hasil penelitian sekitar 15% remaja kita telah merokok.

d) Tidak mengkonsumsi minuman keras/narkoba

Kebiasaan mengkonsumsi minuman keras atau narkoba (narkotika dan bahan-bahan berbahaya lainnya) juga cendrung meningkat, sekitar 1% penduduk

Indonesia dewasa diperkirakan sudah mempunyai kebiasaan mengkonsumsi miras atau narkoba.

e) Istirahat cukup

Dengan meningkatkan kebutuhan hidup, tuntutan untuk menyesuaikan dengan lingkungan modern mengharuskan orang untuk bekerja keras dan berlebihan sehingga berkurangnya waktu untuk istirahat. Hal ini tentu akan mengakibatkan hal yang buruk atau membahayakan kesehatan.

f) Mengendalikan stress

Stress akan terjadi pada siapa saja dan akibat yang ditimbulkan bermacam-macam bagi kesehatan. Lebih-lebih sebagai akibat dari tuntutan hidup yang keras, kecendrungan stress akan meningkat pada setiap orang. Stress tidak dapat dihindari maka penting agar stress tidak menyebabkan gangguan kesehatan kita harus dapat mengendalikan atau mengelola stress dengan kegiatan-kegiatan yang positif.

g) Perilaku hidup yang positif

Perilaku atau gaya hidup lainnya yang bersifat positif bagi kesehatan tidak berganti-ganti pasangan dalam hubungan seks, penyesuaian diri kita dengan lingkungan dan sebagainnya.[5]

[5] *Ibid.*, h. 39.

1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Hidup Sehat

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi hidup sehat seseorang sebagai berikut:

a) Faktor Perilaku

Perilaku yang sehat akan menunjang meningkatnya derajat kesehatan, hal ini dapat dilihat dari banyaknya penyakit berbasis perilaku dan gaya hidup yang tidak sehat. Perilaku atau kebiasaan mencuci tangan sebelum makan juga dapat menghindarkan kita dari penyakit saluran cerna.

b) Faktor lingkungan

Lingkungan yang mendukung gaya hidup bersih juga berperan dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarkat. Dalam kehidupan disekitar kita dapat kita rasakan, daerah yang kumuh dan tidak dirawat biasanya banyak penduduknya yang mengidap penyakit seperti gatal-gatal, infeksi saluran pernafasan, dan infeksi saluran pencernaan. Penyakit demam berdarah juga dipengaruhi oleh faktor lingkungan.

1.4 Dampak Perilaku Hidup Sehat

Dampak hidup sehat terbagi menjadi 2 yaitu dampak positif dan dampak negatif. Dampak positif dari perilaku hidup sehat sebagai berikut:

1) Pola makan sehat dan gizi seimbang dapat menghindari dari segala penyakit.
2) Rajin berolahraga teratur dapat membuat badan menjadi lebih sehat dan berenergi.
3) Tidak merokok dan meminum-minuman keras dapat menjaga kesehatan jantung dan paru-paru.

Dampak negatif dari perilaku hidup sehat sebagai berikut:

1) Pola makan tidak sehat dan gizi tidak seimbang dapat menyebabkan penyakit seperti muntah-muntah, diare, susah buang air besar maupun penyakit berbahaya lainnya.
2) Tidak berolahraga secara teratur dapat membuat badan menjadi lemas dan kurang berstamina/berenergi.
3) Merokok dan meminum-minuman keras dapat menganggu kesehatan jantung dan paru-paru.

1.5 Pengaruh Aplikasi Alodokter terhadap Kesadaran Hidup Sehat

Dalam sebuah teori *Stimulus-Organism-Respon* (S-O-R) dijelaskan bagaimana sebuah stimulus dalam penelitian ini yaitu aplikasi Alodokter memberikan suatu rangsangan yang kemudian menghasilkan respon dari audiens (penonton) berupa kesadaran hidup sehat. Kesadaran hidup sehat berhubungan dengan perilaku sehat seseorang.

Jika seseorang memiliki kesadaran hidup sehat maka hal tersebut akan mendorongnya untuk berperilaku sehat. Jadi, kesadaran hidup sehat adalah pengertian, persepsi, pemikiran, perasaan, dan ingatan yang berkaitan dengan hidup sehat (makan dengan menu seimbang, kegiatan fisik secara teratur dan cukup, tidak merokok, tidak minum-minuman keras dan narkoba, istirahat yang cukup, pengendalian dan manajemen yang stress, perilaku atau gaya hidup yang positif yang

lain untuk kesehatan. Berikut skema pengaruh aplikasi Alodokter terhadap kesadaran hidup sehat dalam teori S-O-R:

Gambar 2.5 Skema teori S-O-R

Dari gambar diatas dapat dilihat bahwa proses perubahan sikap (respon dari sebuah stimulus bergantung pada proses yang terjadi pada individu. Stimulus yang dihasilkan dari aplikasi Alodokter apabila pada proses organism mendapatkan perhatian, pengertian serta penerimaan secara baik maka stimulus tersebut dikatakan efektif dan akan menghasilkan reaksi berupa respon dari audiens (pengguna) sehingga dapat mempengaruhi audiens untuk bersedia merubah sikap dalam hal ini kesadaran hidup sehat.