

TANSFORMASI PERILAKU HIDUP SEHAT DI ERA DIGITAL

Penguatan Health Belief Model
untuk Pola Makan Bergizi



Irma Yunita, M.M | Dr. Nenden Suciyati Sartika
Dewi Rachmi Fauziah, M.E | Ns. Ucu Wandi Somantri, M.Kes
Dr. Tuti Rostianti | Susilawati, M.kom
Eha Suhayati, M.pd

Transformasi Perilaku
Hidup Sehat di Era Digital:
Penguatan Health Belief Model
untuk Pola Makan Bergizi

Sanksi Pelanggaran Pasal 113

Undang-Undang No. 28 Tahun 2014 Tentang Hak Cipta

1. Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 100.000.000 (seratus juta rupiah).
2. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).
3. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah).
4. Setiap Orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 4.000.000.000,00 (empat miliar rupiah).

Transformasi Perilaku Hidup Sehat di Era Digital: Penguatan Health Belief Model untuk Pola Makan Bergizi

Penulis:

Irma Yunita, M. M

Dewi Rahmi Fauziah, M. E

Dr. Nenden suciyati Sartika

Ns Ucu Wandu Somantri, S. Kep., M. Kes

Dr. Tuti Rostianti

Susilawati, M. Kom

Eha Suhayati, M. Pd



GREENBOOK
Spesialist International Standard Book Publishing

**Transformasi Perilaku Hidup Sehat di Era Digital:
Penguatan Health Belief Model untuk Pola Makan Bergizi**

Penulis:

Irma Yunita, M. M | Dewi Rahmi Fauziah, M. E |

Dr. Nenden suciyati Sartika | Ns Ucu Wandu Somantri, S. Kep., M. Kes |

Dr. Tuti Rostianti | Susilawati, M. Kom |

Eha Suhayati, M. Pd

Desain Cover:

Nur Muhamad Safi'i

Tata Letak:

Ida Farida

Editor:

Ida Farida

ISBN:

Cetakan Pertama:

2025

Hak Cipta 2025, Pada penulis

Hak Cipta Dilindungi Oleh Undang-Undang

Copyright © 2025

by Penerbit Greenbook Publishing Indonesia

All Right Reserved

Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau memperbanyak
sebagian atau
seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari Penerbit.

PENERBIT

Greenbook Publishing Indonesia

Jl. Sultan Ageng Tirtayasa No. 12, Kedungjaya, Kec. Kedawung
Kabupaten Cirebon, Jawa Barat 45611

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga buku berjudul *“Transformasi Perilaku Hidup Sehat di Era Digital: Penguatan Health Belief Model untuk Pola Makan Bergizi”* ini dapat tersusun dan diselesaikan dengan baik. Buku ini hadir sebagai upaya untuk memberikan pemahaman komprehensif mengenai pentingnya perilaku hidup sehat, khususnya dalam konteks perubahan gaya hidup masyarakat di era digital yang serba cepat dan dinamis.

Melalui pendekatan *Health Belief Model (HBM)*, buku ini berupaya menjembatani aspek teori dan praktik dalam membangun kesadaran serta motivasi individu untuk menerapkan pola makan bergizi dan gaya hidup sehat. Kami berharap, kehadiran buku ini dapat menjadi referensi bagi mahasiswa, tenaga kesehatan, pendidik, serta masyarakat umum dalam mengembangkan perilaku sehat yang berkelanjutan, berbasis ilmu pengetahuan dan teknologi modern.

Kami menyampaikan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan, baik dalam bentuk moral maupun material, hingga buku ini dapat diterbitkan. Kritik

dan saran yang membangun sangat kami harapkan demi penyempurnaan karya ini di masa mendatang.

Semoga buku ini dapat memberikan manfaat dan menjadi kontribusi kecil dalam mewujudkan masyarakat Indonesia yang lebih sehat, produktif, dan berdaya saing di era digital.

Penulis

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI.....	iii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. <i>Health Belief Model</i> (HBM) dalam Gaya Hidup Sehat ..	5
BAB II GRAND THEORY	9
A. <i>Health Belief Model</i>	9
B. <i>Theory</i> Perilaku Konsumen.....	13
C. <i>Theory Planned Behavior</i> (TPB)	16
BAB III MANAJEMEN	18
A. Pengertian Manajemen	18
B. Fungsi-Fungsi Manajemen	21
C. Pengertian Pemasaran.....	25
D. Fungsi Manajemen Pemasaran	27
E. Komponen Utama Manajemen Pemasaran	29
BAB IV MINAT BELI KONSUMEN	46
A. Pengertian Minat Beli.....	46
B. Indikator Minat Beli	48

C. Faktor yang Mempengaruhi Minat Beli	51
D. Hubungan Minat Beli Dengan Teory Health Belief Model.....	56
BAB VI GAYA HIDUP SEHAT	63
A. Pengertian Gaya Hidup Sehat.....	63
B. Indikator Gaya Hidup Sehat	65
BAB VII KESEHATAN MASYARAKAT	71
A. Pengertian Kesehatan Masyarakat.....	71
B. Tujuan Kesehatan Masyarakat.....	72
C. Ruang Lingkup Kesehatan Masyarakat	73
D. Prinsip Dasar Kesehatan Masyarakat	74
E. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Masyarakat	75
F. Hubungan Kesehatan Masyarakat dengan <i>Health Belief Model</i> (HBM).....	76
BAB VIII Health Belief Model (HBM)	78
A. Pengertian Health Belief Model.....	78
B. Komponen Health Belief Model	80
C. Dimensi Health Belief Model	82
BAB XI PENGETAHUAN KESEHATAN	89
A. Pengertian Pengetahuan Kesehatan.....	89

B. Domain dalam Pengetahuan Kesehatan	92
C. Indikator Pengetahuan Kesehatan	98
BAB X PERILAKU HIDUP SEHAT BERBASIS TEKNOLOGI DIGITAL	102
A. Definisi <i>Internet of Things (IoT)</i>	102
B. Komponen Dasar Internet of Thingking	104
C. Pemanfaatan Internet of Things Bidang Manufaktur....	107
D. <i>Augmented Reality</i>	110
E. Sistem Pakar	114
DAFTAR PUSTAKA.....	120

DAFTAR GAMBAR

Gambar Proses Pemasaran	22
Gambar Komponen pemasaran.....	30
Gambar Bauran Pemasaran.....	35
Gambar Proses pembelian	47
Gambar Faktor yang mempengaruhi perilaku konsumen .	52
Gambar Pilar gaya hidup sehat	65
Gambar Faktor Kesehatan Masyarakat.....	76
Gambar Kerangka Health Belief Model.....	80
Gambar Kerangka Bloom Taxonomy.....	92
Gambar Komponen Internet Of Things.....	106
Gambar Komponen Dasar IoT	107

