

ISBN : 978-623-88256-4-6

Konsep Dasar **PENELITIAN KESEHATAN**

Penulis :

Ida Agustiningasih, S.Kep.Ns., M.Kep

Nanik Nur Rosyidah, S.ST., M.Kes

Indrawati, S.Kep.Ns., M.Kep

Dr. Kurnia Indriyanti Purnama Sari, S.ST., M.Kes

Vera Virgia, S.ST., M.Kes

Bety Mayasari, S.ST., M.Kes

Dr. Yufi Aris Lestari, S.Kep.Ns., M.Kes

Iis Suwanti, S.ST., S.Kep.Ns., M.Kes

Penerbit :
Dian Husada Press

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
BAB 1 PENGANTAR PENELITIAN KESEHATAN.....	1
A. Pendahuluan.....	1
B. Urgensi Penelitian Dalam Bidang Kesehatan.....	1
C. Manfaat Penelitian Dalam Bidang Kesehatan.....	4
D. Jenis Penelitian Dalam Bidang Kesehatan.....	7
BAB 2 KONSEP DASAR PERILAKU.....	29
A. Definisi Perilaku.....	29
B. Jenis Perilaku.....	30
C. Domain Perilaku.....	33
D. Bentuk Perilaku.....	35
E. Macam Perilaku.....	36
F. Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku.....	36
G. Perubahan Perilaku.....	44
H. Ciri Perilaku.....	46
I. Tahapan Pembentukan Perilaku.....	48
J. Strategi Perubahan Perilaku.....	53
K. Kriteria Dan Pengukuran Perilaku.....	57
BAB 3 KONSEP DASAR MANAJEMEN GIZI.....	59
A. Pendahuluan.....	59
B. Pengertian Manajemen Gizi.....	59
C. Ruang Lingkup Manajemen Gizi.....	60
D. Tujuan dan Fungsi Manajemen Gizi.....	61
E. Komponen Utama Dalam Manajemen Gizi.....	62
F. Proses Manajemen Gizi.....	66
G. Peran Tenaga Gizi dalam Manajemen Gizi.....	70
H. Tantangan dan Isu dalam Manajemen Gizi.....	73
I. Pendekatan dan Strategi dalam Manajemen Gizi.....	79
BAB 4 KONSEP DASAR MINAT.....	82
A. Pendahuluan.....	82
B. Pengertian Minat.....	82
C. Ciri Minat.....	84
D. Indikator Minat.....	87
E. Jenis Minat.....	92
F. Faktor Timbulnya Minat.....	93
G. Pembentukan Minat Pada Individu.....	95
H. Perkembangan Minat Pada Individu.....	96
I. Aspek Minat.....	97
J. Faktor Munculnya Minat.....	98
K. Pengukuran Minat.....	112

BAB 5 KONSEP DASAR KUALITAS HIDUP.....	115
A. Pendahuluan	115
B. Definisi Kualitas Hidup	115
C. Model Kualitas Hidup.....	116
D. Dimensi Kualitas Hidup	118
E. Penggunaan Kualitas Hidup	136
F. Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup	136
G. Pengukuran Kualitas Hidup.....	138
H. Instrumen WHOQOL-Bref	140
BAB 6 KONSEP DASAR KEPATUHAN.....	144
A. Pendahuluan	144
B. Definisi Kepatuhan.....	144
C. Deskripsi Kepatuhan	145
D. Jenis Kepatuhan	147
E. Aspek Kepatuhan	149
F. Dimensi / Indikator Kepatuhan.....	153
G. Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan.....	155
H. Pengukuran Kepatuhan	170
BAB 7 KONSEP DASAR DUKUNGAN SOSIAL.....	172
A. Pendahuluan	172
B. Definisi Dukungan Sosial.....	172
C. Dimensi Dukungan Sosial.....	173
D. Faktor Terbentuknya Dukungan Sosial.....	176
E. Cakupan Dukungan Sosial.....	183
F. Fungsi Dukungan Sosial	186
G. Sumber Dukungan Sosial	194
H. Faktor Yang Mempengaruhi Dukungan Sosial.....	195
I. Pengukuran Dukungan Sosial	198
BAB 8 KONSEP DASAR DUKUNGAN KELUARGA.....	200
A. Pendahuluan	200
B. Definisi Keluarga	200
C. Fungsi Keluarga	200
D. Definisi Dukungan Keluarga.....	201
E. Dimensi Dukungan Keluarga.....	202
F. Faktor Yang Mempengaruhi Dukungan Keluarga.....	205
G. Pengukuran Dukungan Keluarga	212
DAFTAR PUSTAKA	213

BAB 4 KONSEP DASAR MINAT

Dr. Kurnia Indriyanti Purnama Sari, S.ST., M.Kes

A. Pendahuluan

Minat merupakan salah satu faktor psikologis yang memainkan peran penting dalam membentuk perilaku individu, termasuk dalam konteks kesehatan. Dalam ranah penelitian kesehatan, minat dapat diartikan sebagai ketertarikan atau kecenderungan individu terhadap suatu objek, kegiatan, atau informasi yang berkaitan dengan upaya menjaga dan meningkatkan status kesehatannya. Minat ini sering kali menjadi dasar bagi pengambilan keputusan kesehatan, seperti perilaku mencari informasi kesehatan, kepatuhan terhadap terapi, atau keterlibatan dalam program promotif dan preventif. Pemahaman mengenai minat menjadi penting karena dapat mempengaruhi efektivitas intervensi kesehatan yang dirancang oleh tenaga kesehatan. Misalnya, seseorang yang memiliki minat tinggi terhadap gaya hidup sehat cenderung lebih mudah menerima edukasi kesehatan dan menerapkan perubahan perilaku yang disarankan. Sebaliknya, rendahnya minat dapat menjadi penghambat dalam pelaksanaan program kesehatan, terutama yang bersifat promotif dan preventif.

Dalam penelitian kesehatan, minat dapat diukur dan dianalisis untuk mengetahui bagaimana keterkaitannya dengan berbagai variabel lain, seperti pengetahuan, sikap, motivasi, dan perilaku kesehatan. Dengan memahami konsep dasar minat dan implikasinya dalam konteks kesehatan, peneliti dapat merancang strategi intervensi yang lebih tepat sasaran dan berdampak nyata dalam peningkatan kualitas hidup masyarakat. Hal ini yang mendorong munculnya keinginan untuk bisa memahami potensi-potensi yang dimiliki manusia, dan dilanjutkan dengan usaha untuk membuat instrumen yang bisa membantu mengetahui secara tepat ada tidaknya potensi tertentu, dan seberapa besar potensinya. Termasuk didalamnya usaha memahami dan membuat instrumen potensi minat dan bakat manusia. Dalam sejarah psikodiagnostik, baru tahun 1925 berkembang instrumen untuk mengukur potensi bakat yaitu SAT (Scholastic Aptitude Test). Tes ini awalnya disusun oleh Bingham dan kawan kawan. Selanjutnya, Spearman, Thurstone, Kelly mengembangkan kembali SAT yang disusun Bingham. Sedangkan, instrumen untuk mengukur potensi minat manusia diterbitkan pertama kali, Strong Vocational Interest Blank. Edisi Pertama SVIB diterbitkan pada tahun 1927.

Selanjutnya akan dibahas secara lebih mendalam konsep tentang minat, termasuk didalamnya pengertian, faktor yang mempengaruhi minat, dimensi minat serta alat ukur minat.

B. Pengertian Minat

Minat adalah suatu rasa lebih suka dan rasa ketertarikan pada suatu hal atau aktivitas, tanpa ada yang menyuruh. Perasaan senang muncul jika kegiatan atau aktivitas yang diminati diperhatikan dengan terus menerus. Adanya dorongan dalam diri seseorang atau faktor yang menimbulkan ketertarikan dan perhatian menyebabkan dipilihnya suatu kegiatan yang menguntungkan, menyenangkan,

dan lama-kelamaan akan menimbulkan kepuasan dalam dirinya (Slameto, 2013; Atika & Andriati, 2023)

Menurut Shalahudin (2017; Kaptiningsih et al., 2023) mengatakan minat adalah perhatian yang mengandung unsur-unsur perasaan. Pernyataan Salahudin di atas memberikan pengertian bahwa minat berkaitan dengan rasa senang atau tidak senang. Oleh karena itu, minat sangat menentukan sikap yang menyebabkan seseorang aktif dalam satu pekerjaan atau situasi, atau dengan kata lain minat dapat menjadi sebab atau faktor motivasi dari suatu kegiatan. Beberapa ahli lainnya juga telah menjelaskan pengertian dari minat. Menurut Rahmat (2018; Kaptiningsih et al., 2023) minat adalah suatu keadaan seseorang menaruh perhatian pada sesuatu, yang disertai dengan keinginan untuk mengetahui, memiliki, mempelajari, dan membuktikan. Minat terbentuk setelah diperoleh informasi

Minat pada dasarnya adalah penerimaan akan suatu hubungan antara diri sendiri dengan sesuatu di luar diri. Semakin kuat atau dekat hubungan tersebut, semakin besar minatnya. Crow and Crow mengatakan bahwa minat berhubungan dengan gaya gerak yang mendorong seseorang untuk menghadapi atau berurusan dengan orang, benda, kegiatan, dan pengalaman yang dirangsang oleh kegiatan itu sendiri (Djaali, 2014; Atika & Andriati, 2023)

Menurut Meity (2014; Kaptiningsih et al., 2023) Minat adalah sesuatu yang sangat penting bagi seseorang dalam melakukan kegiatan dengan baik, sebagai aspek kejiwaan, minat tidak saja dapat mewarnai perilaku seseorang, tetapi lebih dari itu minat mendorong untuk melakukan sesuatu kegiatan dan menyebabkan seseorang menaruh perhatian dan merelakan dirinya untuk terikat pada suatu kegiatan. Sejalan dengan yang diungkapkan diatas maka sah mengemukakan bahwa minat adalah “kecenderungan dan kegairahan yang tinggi atau keinginan yang besar terhadap sesuatu”.

Menurut Iskandar (2010; Kaptiningsih et al., 2023), minat atau perhatian (interest) memiliki beberapa arti yaitu :

1. Satu sikap yang berlangsung terus-menerus yang memusatkan perhatian seseorang, sehingga membuat dirinya jadi selektif terhadap obyek niatnya.
2. Perasaan yang menyatakan bahwa satu aktivitas, pekerjaan, atau obyek itu berharga atau berarti bagi individu.
3. Satu keadaan motivasi, menuntun tingkah laku menuju satu arah (sasaran) tertentu

Minat adalah suatu bentuk motivasi intrinsik. Minat (interest) merupakan persepsi bahwa suatu aktivitas menimbulkan rasa ingin tahu dan menarik, biasanya disertai oleh keterlibatan kognitif dan afek yang positif. Siswa yang mengejar suatu tugas yang menarik minatnya mengalami afek positif yang signifikan seperti kesenangan, kegembiraan, dan kesukaan (Ormrod, 2009; Laili & Tanoto, 2021)

Berdasarkan berbagai pendapat dari para ahli di atas, minat dapat didefinisikan sebagai suatu dorongan atau rasa ketertarikan yang muncul dari dalam diri individu terhadap suatu objek, aktivitas, atau pengalaman, yang disertai dengan perasaan senang, keterlibatan emosional, dan motivasi untuk terus berinteraksi dengan hal tersebut secara sukarela. Minat mencerminkan hubungan yang positif antara individu dengan lingkungannya, yang mendorong perhatian,

keterlibatan kognitif, dan perilaku yang selektif terhadap aktivitas yang dianggap bermakna dan menyenangkan. Minat juga berperan penting dalam pengambilan keputusan, pengembangan potensi, serta arah perilaku seseorang dalam jangka panjang.

C. Ciri Minat

Ciri-ciri minat dapat dikenali melalui beberapa tanda yang mencerminkan keterlibatan individu secara emosional, kognitif, dan perilaku terhadap suatu objek atau aktivitas. Salah satu ciri utama adalah adanya rasa senang dan ketertarikan yang kuat terhadap aktivitas tertentu, yang membuat individu rela meluangkan waktu, tenaga, dan perhatian untuk melakukannya tanpa paksaan. Selain itu, minat ditunjukkan melalui perhatian yang berkelanjutan, rasa ingin tahu yang tinggi, serta kecenderungan untuk mencari informasi atau pengalaman lebih lanjut terkait objek minat tersebut. Individu yang memiliki minat biasanya juga menunjukkan konsistensi dalam memilih aktivitas yang sesuai dengan ketertarikannya dan merasa puas atau bangga saat terlibat dalam aktivitas tersebut. Ciri-ciri ini menunjukkan bahwa minat tidak hanya bersifat emosional, tetapi juga mencakup keterlibatan mental dan tindakan nyata.

Dari beberapa pengertian minat, diketahui bahwa minat memiliki ciri-ciri dan karakteristik tertentu. Menurut Hurlock (2004; Utama & Pratiwi, 2023) ciri-ciri minat antara lain :

1. Perhatian terhadap obyek yang diminati secara sadar dan spontan, wajar tanpa paksaan

Perhatian terhadap objek yang diminati secara sadar dan spontan, tanpa paksaan, merupakan indikator esensial dari minat seseorang. Minat sejati ditandai oleh keterarikan intrinsik yang mendorong individu untuk terlibat secara aktif dan sukarela dalam suatu aktivitas atau memusatkan perhatian pada suatu objek. Keterlibatan ini tidak muncul karena adanya tekanan eksternal, melainkan sebagai respons alami terhadap rasa ingin tahu, kesenangan, atau penghargaan subjektif terhadap nilai dari aktivitas tersebut. Individu yang tertarik secara mendalam cenderung memperhatikan detail, menunjukkan antusiasme, dan mampu mempertahankan fokus secara berkelanjutan bahkan dalam situasi yang menuntut ketekunan atau konsentrasi tinggi. Ini menunjukkan bahwa perhatian yang diberikan bukan bersifat sesaat atau reaktif, melainkan merupakan hasil dari motivasi internal yang kuat.

Ciri ini juga mencerminkan adanya proses seleksi kognitif yang berjalan secara otomatis namun tetap sadar, di mana individu lebih cepat mengenali, mengingat, dan merespons stimulus yang berkaitan dengan objek minatnya. Dalam konteks pendidikan atau pengembangan sumber daya manusia, pemahaman terhadap ciri ini penting untuk mengidentifikasi minat autentik yang dapat diarahkan pada pencapaian prestasi dan produktivitas. Ketertarikan yang timbul secara wajar dan tanpa tekanan memungkinkan terbentuknya pembelajaran yang lebih bermakna dan berkelanjutan, karena dorongan berasal dari dalam diri, bukan karena imbalan atau sanksi. Oleh karena itu, perhatian spontan terhadap objek minat merupakan fondasi kuat

bagi pengembangan bakat, pengambilan keputusan karier, serta penumbuhan motivasi berprestasi jangka panjang.

2. Perasaan senang terhadap obyek yang menarik perhatian

Perasaan senang terhadap objek yang menarik perhatian merupakan salah satu ciri utama dari minat seseorang. Ketika individu merasa tertarik pada suatu hal, secara alami akan muncul emosi positif seperti kegembiraan, kenyamanan, atau kepuasan saat berinteraksi dengan objek tersebut. Perasaan senang ini menjadi pemicu yang memperkuat keterlibatan seseorang dalam aktivitas yang diminatinya, sehingga ia akan lebih antusias, tidak mudah bosan, dan terus berusaha untuk terlibat secara aktif. Misalnya, seseorang yang memiliki minat dalam bidang musik akan merasakan kesenangan saat mendengarkan, memainkan, atau mempelajari alat musik tertentu, bahkan tanpa diminta atau dipaksa.

Lebih jauh lagi, perasaan senang ini dapat mendorong terbentuknya kebiasaan positif dan komitmen jangka panjang terhadap aktivitas yang diminati. Emosi positif tersebut bukan hanya membuat seseorang menikmati proses, tetapi juga menjadikannya lebih terbuka untuk belajar dan mengembangkan kemampuan dalam bidang tersebut. Dalam konteks pendidikan, mengenali perasaan senang terhadap suatu aktivitas dapat menjadi indikator penting bagi guru atau orang tua dalam mengarahkan anak pada bidang yang sesuai dengan minatnya. Oleh karena itu, perasaan senang terhadap objek yang menarik perhatian tidak hanya mencerminkan minat, tetapi juga berperan penting dalam perkembangan potensi dan pencapaian individu.

3. Konsistensi terhadap obyek yang diminati selama obyek tersebut efektif bagi dirinya

Konsistensi terhadap objek yang diminati merupakan salah satu ciri kuat dari minat seseorang, di mana individu terus-menerus menunjukkan perhatian dan keterlibatan terhadap suatu aktivitas atau bidang selama objek tersebut dianggap memberi manfaat atau kepuasan pribadi. Seseorang yang benar-benar berminat tidak mudah beralih ke hal lain, melainkan cenderung menetap dan mendalami objek minatnya secara berkelanjutan. Konsistensi ini terlihat dari kebiasaan, pilihan waktu luang, hingga keputusan jangka panjang yang diambil, misalnya dalam memilih jurusan pendidikan, karier, atau hobi. Selama objek tersebut memberikan efek positif seperti perkembangan diri, kepuasan emosional, atau pencapaian, maka minat akan tetap terpelihara dan bahkan semakin kuat.

Selain itu, konsistensi ini mencerminkan adanya dorongan internal yang stabil dan berorientasi pada tujuan. Tidak hanya sekadar ketertarikan sesaat, tetapi menunjukkan keseriusan dan komitmen terhadap aktivitas yang diminati. Bahkan ketika menghadapi tantangan atau hambatan, individu tetap terdorong untuk melanjutkan aktivitas tersebut karena adanya keyakinan bahwa objek minat itu memberi nilai dan manfaat bagi dirinya. Dalam konteks pendidikan atau pengembangan karier, konsistensi minat sangat penting karena menjadi dasar dalam membangun kompetensi dan spesialisasi, serta menunjukkan arah yang jelas dalam proses belajar dan bekerja.

4. Pencarian obyek yang diminati

Pencarian terhadap objek yang diminati merupakan salah satu ciri utama yang menandakan adanya minat yang kuat dalam diri seseorang. Individu yang memiliki minat akan secara aktif dan sukarela mencari informasi, pengalaman, atau kesempatan yang berkaitan dengan objek minatnya. Aktivitas pencarian ini menunjukkan adanya rasa ingin tahu yang tinggi dan keterlibatan mental yang mendalam. Misalnya, seseorang yang memiliki minat di bidang kuliner akan dengan antusias mencari resep baru, mencoba berbagai teknik memasak, hingga mengikuti kegiatan atau komunitas yang relevan. Keinginan untuk terus mengeksplorasi menunjukkan bahwa minat tidak bersifat pasif, melainkan aktif dan dinamis.

Lebih jauh, pencarian objek minat juga mencerminkan adanya dorongan internal untuk berkembang dan memahami lebih jauh tentang sesuatu yang dianggap menarik dan bermakna. Proses pencarian ini tidak hanya terbatas pada informasi, tetapi juga bisa berupa eksplorasi pengalaman, praktik langsung, hingga pencarian sosok panutan atau lingkungan yang mendukung minat tersebut. Dalam dunia pendidikan dan pengembangan diri, pencarian semacam ini sangat penting karena mengarahkan individu untuk belajar secara mandiri, memperluas wawasan, dan memperdalam kompetensinya. Dengan demikian, pencarian terhadap objek yang diminati merupakan manifestasi nyata dari minat yang kuat dan berkelanjutan.

5. Pengalaman yang didapat selama perkembangan individu dan tidak bersifat bawaan

Pengalaman yang diperoleh selama perkembangan individu dan tidak bersifat bawaan merupakan salah satu ciri penting dari minat. Minat bukanlah sesuatu yang muncul secara otomatis sejak lahir, melainkan terbentuk melalui proses interaksi individu dengan lingkungannya. Pengalaman yang menyenangkan, menantang, atau bermakna terhadap suatu aktivitas dapat menumbuhkan ketertarikan yang berkelanjutan. Misalnya, seorang anak yang sering diajak berkebun oleh orang tuanya bisa tumbuh menjadi seseorang yang memiliki minat tinggi di bidang pertanian atau tanaman. Proses ini menunjukkan bahwa minat berkembang seiring waktu dan sangat dipengaruhi oleh kesempatan, pengalaman, dan pembelajaran yang dialami individu dalam kehidupan sehari-hari.

Selain itu, karena minat bukanlah faktor bawaan, maka lingkungan memiliki peran besar dalam membentuk dan mengarahkan minat seseorang. Lingkungan keluarga, sekolah, teman sebaya, serta akses terhadap berbagai aktivitas akan mempengaruhi sejauh mana individu terpapar pada objek-objek tertentu yang berpotensi menumbuhkan minat. Oleh karena itu, pengalaman yang beragam dan positif dapat menjadi stimulan yang efektif untuk menumbuhkan minat baru, memperkuat minat yang sudah ada, atau bahkan mengubah arah minat individu. Hal ini juga menjelaskan mengapa penting untuk menciptakan lingkungan yang mendukung eksplorasi dan pembelajaran sejak dini agar individu memiliki kesempatan mengembangkan minat secara optimal.

D. Indikator Minat

Indikator minat individu merujuk pada tanda-tanda yang dapat diamati dari perilaku, sikap, dan respons seseorang terhadap suatu objek, aktivitas, atau bidang tertentu yang menunjukkan adanya ketertarikan. Indikator ini mencakup beberapa aspek, seperti perhatian yang tinggi dan berkelanjutan terhadap objek minat, perasaan senang saat terlibat dalam aktivitas tersebut, serta adanya motivasi internal untuk mengeksplorasi dan mendalaminya lebih lanjut. Selain itu, minat juga ditunjukkan melalui konsistensi dalam memilih aktivitas yang sama secara berulang, pencarian informasi atau pengalaman yang relevan, dan adanya keterlibatan aktif tanpa paksaan. Individu yang memiliki minat yang kuat biasanya menunjukkan antusiasme, rasa ingin tahu, dan usaha yang tinggi dalam mempertahankan keterlibatannya terhadap objek tersebut, yang pada akhirnya dapat berpengaruh pada pembentukan tujuan, pengambilan keputusan, dan perkembangan potensinya.

Terkait dengan indikator minat individu, banyak ahli mendeskripsikan indikator minat tergantung dari objek yang akan dilakukan kajian. Terkait dengan kesehatan, indikator minat juga memiliki deskripsi yang berbeda. Indikator minat kesehatan adalah ukuran yang digunakan untuk menilai tingkat ketertarikan, perhatian, dan keterlibatan seseorang terhadap isu-isu kesehatan. Indikator ini dapat berupa perilaku, sikap, dan pengetahuan yang berkaitan dengan kesehatan. Berikut adalah beberapa indikator minat kesehatan yang umum digunakan :

1. Perasaan tertarik dan senang

Perasaan tertarik dan senang merupakan indikator utama yang menunjukkan adanya minat individu dalam bidang kesehatan. Ketika seseorang memiliki ketertarikan terhadap dunia kesehatan, ia akan merasakan antusiasme dan kepuasan saat terlibat dalam aktivitas yang berkaitan, seperti membaca artikel kesehatan, mengikuti seminar medis, atau berdiskusi tentang gaya hidup sehat. Rasa senang ini muncul secara alami karena adanya kesadaran bahwa bidang tersebut bermakna dan relevan dengan tujuan pribadi atau nilai yang diyakininya. Individu yang berminat dalam bidang kesehatan akan dengan sukarela melibatkan diri dalam kegiatan yang memperluas pengetahuan atau keterampilan kesehatannya tanpa merasa terbebani, bahkan merasa lebih bersemangat saat mempelajari hal-hal baru yang berkaitan.

Lebih lanjut, perasaan tertarik dan senang ini juga mendorong individu untuk aktif mencari pengalaman atau informasi baru dalam bidang kesehatan. Misalnya, seseorang yang memiliki minat di bidang gizi akan merasa senang saat meneliti komposisi makanan, mencoba resep sehat, atau memahami hubungan antara pola makan dan kesehatan tubuh. Emosi positif yang dirasakan selama proses tersebut menjadi penguat motivasi untuk terus belajar dan berkembang dalam bidang tersebut. Dengan demikian, rasa tertarik dan senang bukan hanya menjadi indikator keberadaan minat, tetapi juga merupakan penggerak utama dalam mempertahankan komitmen serta mendorong pencapaian di bidang kesehatan secara berkelanjutan.

a. Individu menunjukkan ketertarikan pada informasi atau aktivitas terkait kesehatan.

b. Mereka merasa senang dan nyaman ketika terlibat dalam kegiatan yang berhubungan dengan kesehatan.

2. Perhatian dan Kesadaran

Perhatian dan kesadaran merupakan indikator penting dari minat individu dalam bidang kesehatan. Ketika seseorang memiliki minat yang tinggi, ia akan menunjukkan perhatian khusus terhadap isu-isu kesehatan, baik secara global maupun yang berkaitan dengan diri sendiri. Individu tersebut cenderung lebih peka terhadap informasi kesehatan yang ditemuinya, seperti membaca label gizi, mengikuti berita kesehatan, atau memerhatikan pola hidup sehat dalam aktivitas sehari-hari. Kesadaran ini muncul dari pemahaman bahwa bidang kesehatan memiliki pengaruh besar terhadap kualitas hidup, sehingga perhatian yang diberikan bukan sekadar reaksi sesaat, melainkan bentuk keterlibatan yang konsisten.

Selain itu, perhatian yang tinggi sering kali disertai dengan upaya untuk mengedukasi diri sendiri dan orang lain mengenai pentingnya menjaga kesehatan. Misalnya, individu yang berminat dalam bidang kesehatan akan lebih sadar terhadap pentingnya vaksinasi, gizi seimbang, olahraga, atau manajemen stres, dan aktif menyebarkan informasi tersebut kepada lingkungan sekitarnya. Kesadaran ini mendorong mereka untuk tidak hanya menjaga kesehatan pribadi, tetapi juga berkontribusi dalam peningkatan kesadaran masyarakat. Dengan demikian, perhatian dan kesadaran yang muncul secara konsisten merupakan indikator kuat bahwa seseorang memiliki minat yang mendalam dalam bidang kesehatan

a. Individu memberikan perhatian pada isu-isu kesehatan dan masalah kesehatan.

b. Mereka menyadari pentingnya menjaga kesehatan dan berperilaku sehat.

3. Partisipasi dan Keterlibatan

Partisipasi dan keterlibatan merupakan indikator konkret dari minat individu dalam bidang kesehatan. Seseorang yang memiliki minat tinggi akan cenderung aktif terlibat dalam berbagai kegiatan yang berkaitan dengan kesehatan, seperti mengikuti seminar kesehatan, menjadi sukarelawan di kegiatan sosial medis, atau bergabung dalam komunitas peduli kesehatan. Keterlibatan ini bukan karena kewajiban atau paksaan, melainkan muncul dari keinginan pribadi untuk berkontribusi dan memperdalam pemahamannya. Melalui partisipasi aktif, individu tidak hanya menjadi penerima informasi, tetapi juga menjadi pelaku yang berusaha menerapkan dan menyebarkan nilai-nilai kesehatan dalam kehidupan sehari-hari.

Lebih jauh, keterlibatan dalam bidang kesehatan juga bisa tercermin dari kebiasaan hidup sehari-hari, seperti konsisten menerapkan pola makan sehat, rajin berolahraga, memeriksakan kesehatan secara rutin, serta mendorong orang di sekitarnya untuk hidup sehat. Ketika seseorang secara aktif memilih dan mempertahankan gaya hidup sehat serta mengajak orang lain untuk melakukan hal yang sama, ini menunjukkan adanya komitmen yang kuat terhadap nilai-nilai kesehatan. Dengan demikian, partisipasi dan keterlibatan yang nyata menjadi bukti bahwa minat dalam bidang kesehatan telah menjadi bagian integral dari perilaku dan gaya hidup individu tersebut.

- a. Individu aktif berpartisipasi dalam kegiatan yang berkaitan dengan kesehatan, seperti olahraga, pemeriksaan kesehatan, atau kegiatan edukasi kesehatan.
- b. Mereka terlibat secara aktif dalam upaya menjaga kesehatan diri sendiri dan orang lain.

4. Keinginan dan Kesadaran

Keinginan dan kesadaran merupakan indikator penting yang mencerminkan adanya minat individu dalam bidang kesehatan. Keinginan ditunjukkan melalui dorongan internal untuk memahami, menerapkan, dan menjaga perilaku hidup sehat secara sukarela. Individu yang memiliki minat dalam bidang ini biasanya terdorong untuk mencari informasi terbaru tentang kesehatan, mempelajari cara pencegahan penyakit, hingga mengadopsi gaya hidup sehat tanpa harus disuruh atau dipaksa. Keinginan ini muncul karena adanya persepsi bahwa bidang kesehatan memiliki nilai penting dan memberikan manfaat langsung bagi kesejahteraan dirinya maupun orang lain.

Kesadaran, di sisi lain, merupakan bentuk pemahaman mendalam terhadap pentingnya menjaga kesehatan dan dampaknya terhadap kualitas hidup. Individu yang sadar akan pentingnya kesehatan akan secara aktif membuat keputusan yang mempertimbangkan aspek-aspek kesehatan, seperti memilih makanan bergizi, menjaga kebersihan, atau menghindari perilaku berisiko. Kesadaran ini tidak hanya bersifat kognitif, tetapi juga tercermin dalam sikap dan tindakan nyata. Oleh karena itu, perpaduan antara keinginan yang kuat dan kesadaran yang tinggi menjadi indikator yang menunjukkan minat yang mendalam terhadap bidang kesehatan serta kesiapan individu untuk berperan aktif dalam meningkatkan kualitas hidupnya sendiri dan masyarakat di sekitarnya.

- a. Individu memiliki keinginan untuk mengetahui lebih banyak tentang kesehatan dan cara menjaganya.
- b. Mereka menyadari bahwa kesehatan adalah aset berharga dan berkomitmen untuk menjaganya.

5. Perilaku Sehat

Perilaku sehat merupakan indikator nyata dari minat individu dalam bidang kesehatan, karena menunjukkan adanya penerapan langsung dari pengetahuan dan kesadaran yang dimiliki. Individu yang memiliki minat tinggi dalam kesehatan cenderung secara aktif menjaga pola makan bergizi, rutin berolahraga, cukup beristirahat, serta menghindari kebiasaan buruk seperti merokok atau konsumsi alkohol berlebihan. Perilaku ini bukan hanya dilakukan secara sesekali, tetapi menjadi bagian dari gaya hidup yang dijalani dengan kesadaran penuh. Minat terhadap kesehatan membuat individu lebih konsisten dan termotivasi untuk mempertahankan perilaku-perilaku positif tersebut karena memahami manfaat jangka panjangnya.

Selain itu, perilaku sehat juga mencerminkan tanggung jawab individu terhadap dirinya sendiri dan lingkungannya. Seseorang yang berminat terhadap kesehatan tidak hanya peduli pada kondisi fisiknya, tetapi juga pada aspek mental dan sosial, seperti mengelola stres, menjaga hubungan sosial yang sehat, serta terlibat dalam kegiatan komunitas yang mendukung gaya hidup sehat. Mereka cenderung menjadi panutan dalam lingkungan sosialnya

karena mampu menunjukkan sikap dan kebiasaan yang mencerminkan kesadaran kesehatan yang tinggi. Dengan demikian, perilaku sehat menjadi indikator yang tidak hanya mencerminkan minat individu, tetapi juga komitmen terhadap penerapan prinsip-prinsip kesehatan dalam kehidupan sehari-hari.

- a. Individu menerapkan gaya hidup sehat, seperti makan makanan bergizi, berolahraga teratur, dan menghindari rokok dan alkohol.
- b. Mereka mencari informasi dan mengikuti saran kesehatan yang diberikan oleh profesional.

6. Minat Kunjungan Ulang ke Fasilitas Kesehatan

Minat kunjungan ulang ke fasilitas kesehatan merupakan salah satu indikator penting yang mencerminkan ketertarikan individu terhadap pemeliharaan kesehatannya secara berkelanjutan. Individu yang memiliki minat tinggi dalam bidang kesehatan tidak hanya datang ke fasilitas kesehatan saat sakit, tetapi juga secara rutin melakukan pemeriksaan kesehatan, konsultasi gizi, atau mengikuti program-program pencegahan penyakit. Kunjungan ulang ini mencerminkan adanya kesadaran dan komitmen terhadap pentingnya deteksi dini dan pemantauan kondisi kesehatan. Semakin besar frekuensi dan kerelaan individu untuk kembali ke fasilitas kesehatan, semakin tinggi pula minatnya terhadap pengelolaan kesehatan pribadi.

Selain menunjukkan perhatian terhadap kesehatan, minat kunjungan ulang juga mencerminkan kepercayaan dan kenyamanan individu terhadap pelayanan kesehatan yang diterima. Jika seseorang merasa puas dan melihat manfaat dari kunjungan sebelumnya, ia akan lebih terdorong untuk melakukan kunjungan ulang, baik untuk pengobatan lanjutan maupun pemeriksaan rutin. Hal ini penting dalam konteks pelayanan kesehatan primer, di mana kontinuitas layanan menjadi kunci keberhasilan pengelolaan penyakit kronis dan promosi kesehatan. Dengan demikian, minat kunjungan ulang tidak hanya menjadi cerminan dari minat pribadi, tetapi juga indikator efektivitas pelayanan kesehatan dalam membangun hubungan yang positif dengan masyarakat.

- a. Kepuasan pasien terhadap pelayanan kesehatan dapat dilihat dari minat mereka untuk berkunjung kembali ke fasilitas kesehatan tersebut.
- b. Minat kunjungan ulang ini menunjukkan bahwa pasien merasa puas dengan pelayanan yang diberikan.

7. Sikap Terhadap Kesehatan

Sikap terhadap kesehatan merupakan salah satu indikator utama yang menunjukkan minat individu dalam bidang kesehatan. Sikap ini mencakup cara pandang, penilaian, dan kecenderungan seseorang dalam merespons berbagai isu dan tindakan yang berkaitan dengan kesehatan. Individu yang memiliki minat tinggi terhadap kesehatan akan menunjukkan sikap positif, seperti menghargai pentingnya hidup sehat, terbuka terhadap edukasi kesehatan, serta bersedia mengubah kebiasaan buruk demi mencapai kondisi tubuh yang lebih baik. Sikap tersebut menjadi dasar motivasi internal yang mendorong individu untuk terus belajar dan meningkatkan kesadarannya terhadap upaya menjaga kesehatan.

Lebih jauh, sikap terhadap kesehatan juga tercermin dalam perilaku sehari-hari, seperti kepatuhan terhadap anjuran medis, penggunaan layanan kesehatan secara tepat, dan dukungan terhadap kebijakan kesehatan masyarakat. Misalnya, seseorang yang memiliki sikap positif terhadap kesehatan akan mendukung program imunisasi, menjaga kebersihan lingkungan, dan tidak mudah terpengaruh oleh informasi kesehatan yang tidak valid. Sikap ini merupakan hasil dari proses kognitif dan afektif yang berkembang melalui pengalaman, pendidikan, dan interaksi sosial. Oleh karena itu, sikap terhadap kesehatan dapat dijadikan indikator yang jelas dalam menilai sejauh mana minat individu terhadap pentingnya aspek kesehatan dalam kehidupannya

- a. Sikap positif terhadap kesehatan dapat dilihat dari perilaku mencari informasi kesehatan, melakukan pemeriksaan rutin, dan mengikuti saran dokter.
- b. Sikap negatif terhadap kesehatan dapat dilihat dari perilaku mengabaikan kesehatan, menunda-nunda pengobatan, atau tidak peduli pada kesehatan.

Minat individu didefinisikan sebagai suatu kecenderungan yang relatif menetap dalam diri seseorang untuk merasa tertarik, memperhatikan, dan terlibat dalam suatu aktivitas atau objek tertentu. Menurut Slameto (2013; Laili & Tanoto, 2021), minat adalah rasa lebih suka dan ketertarikan pada sesuatu tanpa adanya paksaan, yang disertai dengan perasaan senang ketika aktivitas tersebut dilakukan secara berulang. Minat muncul dari dalam diri seseorang sebagai hasil interaksi antara kebutuhan pribadi dan rangsangan lingkungan yang dianggap menyenangkan atau bermanfaat. Indikator minat individu dapat dilihat dari beberapa tanda, seperti perasaan senang atau suka terhadap suatu hal, adanya ketertarikan, kesadaran untuk melakukan kegiatan terkait minat tersebut, serta partisipasi aktif dan perhatian yang lebih besar pada hal yang diminati. Berikut adalah beberapa indikator minat individu yang lebih rinci :

1. Perasaan Senang/Suka : Adanya perasaan senang atau suka terhadap suatu objek, aktivitas, atau mata pelajaran tertentu.
2. Ketertarikan : Adanya rasa ketertarikan dan perhatian yang lebih pada hal yang diminati.
3. Kesadaran : Adanya kesadaran untuk melakukan aktivitas yang berkaitan dengan minat tanpa perlu disuruh atau dipaksa.
4. Partisipasi Aktif : Keterlibatan secara aktif dalam kegiatan yang berkaitan dengan minat.
5. Perhatian Lebih : Memberikan perhatian yang lebih besar dan fokus pada hal yang diminati dibandingkan dengan hal lain.
6. Kemauan : Adanya dorongan dari dalam diri untuk melakukan kegiatan yang sesuai dengan minatnya.
7. Motivasi : Minat dapat mendorong motivasi individu untuk mencapai tujuannya dalam hal yang diminati.
8. Kegiatan yang Disenangi : Minat dapat dilihat dari kegiatan-kegiatan yang sering dilakukan dan disenangi oleh individu.
9. Pernyataan Lebih Menyukai : Individu cenderung menyatakan lebih menyukai hal-hal yang berkaitan dengan minatnya dibandingkan dengan yang lain.

10. Usaha Mencari Informasi : Individu yang berminat akan cenderung mencari informasi lebih lanjut tentang hal yang diminatinya

E. Jenis Minat

Minat yang dimiliki oleh individu, dapat diklasifikasikan menjadi beberapa jenis berdasarkan kriteria (Shalamah & Indrawati, 2021).

1. Berdasarkan timbulnya, minat dapat dibedakan menjadi dua macam antara lain :
 - a. Minat Primitif adalah minat yang timbul karena kebutuhan biologis atau jaringan-jaringan tubuh, misalnya kebutuhan akan makanan, perasaan enak dan nyaman, kebebasan beraktivitas serta seks.
 - b. Minat Kultural atau sosial adalah minat yang timbulnya karena proses belajar, minat ini tidak secara langsung berhubungan dengan diri kita. Misalnya minat belajar individu punya pengalaman bahwa masyarakat atau lingkungan akan lebih menghargai orang-orang terpelajar dan pendidikan tinggi, sehingga hal ini akan menimbulkan minat individu untuk belajar dan berprestasi agar mendapat penghargaan dari lingkungan, hal ini mempunyai arti yang sangat penting bagi harga dirinya.
2. Berdasarkan arahnya, minat seseorang dapat dibedakan menjadi dua macam antara lain :
 - a. Minat Intrinsik adalah minat yang langsung berhubungan dengan aktivitas itu sendiri, ini merupakan minat yang lebih mendasar atau minat asli. Misalnya seseorang belajar karena memang pada ilmu pengetahuan atau karena memang senang membaca, bukan karena ingin mendapatkan pujian atau penghargaan.
 - b. Minat Ekstrinsik adalah minat yang berhubungan dengan tujuan akhir dari kegiatan tersebut, apabila tujuannya sudah tercapai ada kemungkinan minat tersebut hilang. Misalnya seseorang yang belajar dengan tujuan agar menjadi juara kelas atau lulus ujian
3. Berdasarkan cara mengungkapkan minat dapat dibedakan menjadi empat macam, terdiri atas :
 - a. Expressed interest adalah minat yang diungkapkan dengan cara meminta kepada subjek untuk menyatakan atau menuliskan kegiatan-kegiatan baik yang berupa tugas maupun bukan tugas dengan perasaan senang.
 - b. Manifest interest adalah minat yang diungkapkan dengan cara mengobservasi secara langsung terhadap aktivitas-aktivitas yang dilakukan subjek.
 - c. Tested interest adalah minat yang diungkapkan cara menyimpulkan dari hasil jawaban tes objektif yang diberikan.
 - d. Inventoried interest adalah minat yang diungkapkan dengan menggunakan alat-alat yang sudah distandardisasikan

Menurut para ahli psikologi, minat dibedakan menjadi dua jenis yaitu minat situasional dan minat pribadi. Minat situasional dipicu oleh sesuatu di lingkungan sekitar: hal-hal yang baru, berbeda, tak terduga, atau secara khusus hidup sering menghasilkan minat situasional, demikian pula hal-hal yang melibatkan tingkat aktivitas yang tinggi atau emosi yang kuat (Ormrod, 2009; Nastiti & Laili, 2020). Minat-minat lainnya terletak di dalam: siswa cenderung memiliki preferensi

pribadi tentang topik-topik yang mereka kejar dan aktivitas yang mereka ikuti. Minat pribadi semacam ini relatif stabil sepanjang waktu dan menghasilkan pola yang konsisten dalam pilihan yang dibuat siswa. Seringkali, minat pribadi dan pengetahuan saling menguatkan. Minat dalam sebuah topik tertentu memicu semangat untuk mempelajari lebih dalam tentang topik tersebut, dan pengetahuan yang bertambah sebagai akibat dari proses pembelajaran itu pada gilirannya meingkatkan minat yang lebih besar (Blumenfeld et al, 2006; Nastiti & Laili, 2020). Umumnya, siswa menaruh minat pada aktivitas-aktivitas yang dapat mereka lakukan dengan baik dan yang sesuai secara stereotipe dengan gender dan kelompok sosioekonomi mereka (Hidi et al, 2004; Nastiti & Laili, 2020). Minat pribadi lebih bermanfaat dibandingkan minat situasional, karena minat ini memungkinkan keterlibatan, proses-proses kognitif yang afektif, dan perbaikan dalam jangka panjang. Namun minat situasional juga penting, karena menarik perhatian siswa dan sering menjadi bibit yang dapat menumbuhkan minat pribadi (Hidi & Renninger, 2006; Nastiti & Laili, 2020)

F. Faktor Timbulnya Minat

Minat seseorang dapat timbul dari berbagai faktor yang saling berinteraksi, baik dari dalam maupun luar individu. Dorongan dari dalam individu, seperti rasa ingin tahu, kebutuhan untuk berkembang, dan keinginan mencapai kepuasan pribadi, merupakan pemicu utama munculnya minat. Individu yang memiliki rasa penasaran tinggi atau kecenderungan untuk mengeksplorasi suatu bidang akan lebih mudah menunjukkan ketertarikan dan minat yang mendalam terhadap objek tertentu. Selain itu, dorongan dari luar individu, seperti pengaruh keluarga, teman sebaya, guru, atau media massa, juga memainkan peran penting dalam membentuk minat. Lingkungan yang mendukung dan memberikan stimulus positif dapat memperkuat ketertarikan seseorang terhadap suatu aktivitas atau bidang tertentu (Nastiti & Laili, 2020). Faktor lain yang turut mempengaruhi timbulnya minat adalah motif sosial. Motif ini berkaitan dengan kebutuhan individu untuk diterima dalam lingkungan sosial, mendapatkan pengakuan, atau menyesuaikan diri dengan norma yang berlaku. Misalnya, seseorang bisa saja menunjukkan minat terhadap bidang kesehatan karena ingin membantu orang lain, merasa bangga saat dihargai atas pengetahuannya, atau karena mengikuti jejak keluarga dan teman yang berprofesi di bidang tersebut. Dengan demikian, timbulnya minat tidak hanya ditentukan oleh faktor internal, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh dinamika sosial dan lingkungan di sekitarnya.

1. Dorongan dari dalam individu

Dorongan dari dalam individu merupakan salah satu faktor utama yang memicu munculnya minat terhadap suatu objek atau aktivitas. Dorongan ini bersifat intrinsik, yaitu berasal dari kebutuhan, keinginan, dan hasrat pribadi yang mendorong individu untuk tertarik dan terlibat secara aktif dalam suatu bidang. Misalnya, rasa ingin tahu yang tinggi terhadap tubuh manusia dan cara kerjanya dapat menumbuhkan minat seseorang pada bidang kesehatan. Ketika dorongan tersebut disertai dengan pengalaman positif dan kepuasan pribadi, maka minat akan semakin kuat dan menetap dalam diri individu.

Selain rasa ingin tahu, dorongan dari dalam juga dapat muncul dari kebutuhan akan pencapaian dan aktualisasi diri. Seseorang mungkin memiliki

keinginan untuk menjadi ahli dalam bidang tertentu atau merasa terpanggil untuk berkontribusi dalam kehidupan orang lain. Dorongan ini membuat individu tidak hanya tertarik secara pasif, tetapi juga terdorong untuk mencari informasi, mengikuti kegiatan, atau menekuni pendidikan dan pelatihan yang relevan. Dengan demikian, dorongan internal mendorong minat yang bersifat mendalam, bukan sekadar ketertarikan sementara.

Faktor psikologis lain seperti nilai-nilai pribadi, pengalaman masa kecil, dan kecenderungan emosional juga berperan dalam membentuk dorongan dari dalam. Jika individu merasa bahwa suatu bidang selaras dengan prinsip hidup atau memberikan makna tertentu, maka ia akan lebih tertarik dan berkomitmen terhadapnya. Misalnya, seseorang yang sejak kecil terbiasa merawat anggota keluarga yang sakit mungkin tumbuh dengan dorongan kuat untuk memahami ilmu kesehatan. Dorongan dari dalam individu ini menjadikan minat bersifat otentik dan menjadi bagian dari identitas serta arah hidup seseorang

2. Dorongan dari luar individu

Dorongan dari luar individu merupakan salah satu faktor penting yang dapat memicu munculnya minat terhadap suatu objek atau aktivitas. Faktor ini mencakup berbagai pengaruh eksternal seperti lingkungan keluarga, teman sebaya, guru, media massa, dan kondisi sosial-budaya. Misalnya, seorang anak yang tumbuh di lingkungan keluarga yang sering membicarakan kesehatan atau bekerja di bidang medis, cenderung akan tertarik dan memiliki minat yang sama. Dorongan eksternal seperti ini dapat membentuk persepsi positif terhadap suatu bidang sehingga menumbuhkan ketertarikan yang lebih dalam.

Selain keluarga, peran pendidik atau guru juga sangat besar dalam menumbuhkan minat individu, terutama dalam lingkungan sekolah atau pendidikan formal. Seorang guru yang mampu menyampaikan materi dengan menarik, memberikan dukungan, dan memberi penghargaan atas usaha siswa dapat memotivasi siswa untuk menyukai dan menekuni suatu bidang. Interaksi yang positif dan pengalaman belajar yang menyenangkan dapat memperkuat minat individu untuk lebih mendalami materi tersebut, bahkan menjadikannya sebagai pilihan karier di masa depan.

Media massa dan perkembangan teknologi juga menjadi dorongan luar yang berpengaruh besar dalam membentuk minat individu, khususnya di era digital. Tayangan televisi, media sosial, artikel daring, serta tokoh inspiratif yang diikuti seseorang dapat menumbuhkan ketertarikan terhadap suatu isu atau profesi tertentu. Contohnya, melihat video edukasi kesehatan atau mengikuti kampanye kesehatan di media sosial dapat membuat seseorang lebih tertarik pada bidang kesehatan. Dengan demikian, dorongan dari luar individu berperan sebagai stimulus yang menumbuhkan dan memperkuat minat melalui berbagai bentuk pengaruh lingkungan.

3. Motif sosial

Motif sosial merupakan salah satu faktor penting yang dapat memicu munculnya minat individu terhadap suatu aktivitas atau bidang tertentu. Motif ini berkaitan dengan kebutuhan dasar manusia untuk diterima, dihargai, dan diakui dalam lingkungan sosialnya. Ketika seseorang melihat bahwa suatu

kegiatan atau profesi memberikan status sosial atau pengakuan dari orang lain, ia cenderung menunjukkan minat yang lebih besar terhadap hal tersebut. Misalnya, seseorang bisa tertarik pada bidang kesehatan karena profesi tenaga medis dipandang sebagai pekerjaan mulia dan dihormati di masyarakat.

Selain keinginan untuk memperoleh pengakuan, motif sosial juga bisa muncul dari dorongan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial. Dalam kelompok pertemanan atau komunitas tertentu, jika mayoritas anggotanya menunjukkan ketertarikan atau keterlibatan pada suatu bidang, individu dalam kelompok tersebut cenderung terdorong untuk ikut serta. Minat yang timbul dalam konteks ini seringkali dipengaruhi oleh keinginan untuk menjaga hubungan sosial, merasa diterima, atau tidak ingin tertinggal dari lingkungan sekitarnya. Dengan kata lain, lingkungan sosial menjadi cermin yang dapat membentuk dan mengarahkan minat individu.

Motif sosial juga dapat mencakup keinginan untuk memberi kontribusi positif bagi masyarakat. Individu yang memiliki empati tinggi dan keinginan untuk membantu sesama sering kali menunjukkan minat yang kuat pada bidang-bidang yang berdampak langsung pada kesejahteraan orang lain, seperti pendidikan, kesehatan, atau kerja sosial. Dalam konteks ini, minat tumbuh bukan hanya dari pengaruh luar atau pencarian pengakuan, tetapi dari dorongan moral dan tanggung jawab sosial. Hal ini memperlihatkan bahwa motif sosial tidak hanya bersifat eksternal, tetapi juga berkaitan erat dengan nilai-nilai dan tujuan hidup individu.

G. Pembentukan Minat Pada Individu

Proses pembentukan minat pada individu merupakan tahapan yang melibatkan interaksi antara faktor internal dan eksternal yang memengaruhi ketertarikan seseorang terhadap suatu objek, aktivitas, atau bidang tertentu. Minat tidak muncul secara tiba-tiba, melainkan berkembang secara bertahap dari pengalaman, dorongan, serta paparan terhadap suatu hal yang dianggap menarik atau bermakna. Pada tahap awal, seseorang biasanya mulai tertarik karena adanya stimulus yang menyenangkan, menantang, atau memuaskan rasa ingin tahu. Rangsangan ini bisa berasal dari dalam diri, seperti keinginan untuk mengetahui sesuatu, maupun dari luar, seperti pengaruh orang tua, guru, atau media.

Setelah timbul ketertarikan awal, individu mulai memperhatikan secara lebih intens dan mendalam terhadap objek minatnya. Pada tahap ini, perhatian yang diberikan menjadi lebih terfokus dan konsisten. Individu secara sukarela mencari tahu lebih banyak informasi, melakukan eksplorasi, atau bahkan mencoba aktivitas yang berhubungan dengan minat tersebut. Misalnya, seseorang yang mulai tertarik pada bidang kesehatan akan mulai membaca artikel kesehatan, menonton video edukatif, atau mengikuti seminar dan diskusi tentang topik kesehatan. Semakin sering individu terpapar pada aktivitas yang menyenangkan dan bermakna, semakin besar kemungkinan minat itu tumbuh dan berkembang.

Proses selanjutnya adalah keterlibatan emosional dan kognitif. Minat yang mulai terbentuk akan disertai dengan perasaan senang, antusias, dan dorongan untuk terus belajar atau terlibat lebih dalam. Dalam tahap ini, individu mulai mengaitkan minatnya dengan nilai pribadi dan tujuan hidup, serta mulai

menunjukkan komitmen terhadap pengembangan diri di bidang tersebut. Misalnya, siswa yang memiliki minat kuat dalam bidang gizi akan mulai bercita-cita menjadi ahli gizi dan berusaha menempuh pendidikan yang relevan. Keterlibatan yang berkelanjutan ini menjadi ciri bahwa minat telah melekat secara lebih permanen dalam diri individu.

Akhir dari proses pembentukan minat adalah ketika individu menjadikan objek atau aktivitas tersebut sebagai bagian dari identitas dan pilihan hidupnya. Minat yang telah matang akan membentuk arah dalam pengambilan keputusan, seperti dalam memilih jurusan pendidikan, karier, atau kegiatan sosial. Minat yang telah tertanam kuat biasanya tidak mudah hilang meskipun dihadapkan pada hambatan atau tantangan. Dalam konteks ini, minat tidak lagi hanya berupa rasa suka atau ketertarikan sesaat, melainkan telah menjadi motivasi internal yang menggerakkan tindakan dan mempengaruhi arah perkembangan pribadi seseorang secara berkelanjutan.

H. Perkembangan Minat Pada Individu

Proses perkembangan minat pada individu merupakan tahapan dinamis yang berlangsung seiring pertumbuhan dan pengalaman hidup seseorang. Minat tidak terbentuk secara instan, melainkan berkembang melalui interaksi antara faktor pribadi seperti emosi, kognisi, serta lingkungan sosial dan budaya. Perkembangan ini biasanya dimulai sejak masa kanak-kanak, ketika individu mulai menunjukkan rasa ingin tahu terhadap objek-objek tertentu. Rasa ingin tahu ini menjadi benih awal munculnya minat, yang kemudian dapat dipupuk melalui pengalaman yang menyenangkan, dukungan sosial, serta paparan yang berulang terhadap aktivitas yang relevan.

Seiring bertambahnya usia dan berkembangnya kemampuan berpikir, individu mulai mengevaluasi dan menyaring berbagai pengalaman untuk menentukan bidang mana yang paling sesuai dengan dirinya. Pada masa remaja, perkembangan minat menjadi lebih kompleks karena dipengaruhi oleh pencarian identitas, tekanan sosial, dan aspirasi masa depan. Minat mulai diarahkan secara lebih spesifik, misalnya terhadap bidang akademik, olahraga, seni, atau profesi tertentu. Pada tahap ini, individu tidak hanya tertarik karena kesenangan semata, tetapi juga karena nilai-nilai, tujuan, dan makna pribadi yang melekat pada objek minat tersebut.

Pengalaman positif yang berulang serta keberhasilan dalam suatu aktivitas menjadi faktor penting dalam memperkuat minat. Ketika individu merasa mampu dan dihargai dalam aktivitas yang diminatinya, akan tumbuh perasaan percaya diri dan komitmen untuk terus mendalami bidang tersebut. Dukungan dari lingkungan seperti guru, keluarga, dan teman sebaya juga berperan dalam mendorong perkembangan minat secara lebih stabil. Dalam konteks ini, minat tidak hanya bertahan dalam waktu singkat, tetapi dapat terus tumbuh dan berkembang, bahkan menjadi dasar dalam pengambilan keputusan penting seperti pilihan pendidikan dan karier.

Pada tahap dewasa, minat yang berkembang dengan baik akan menjadi bagian dari identitas diri dan arah kehidupan seseorang. Individu dewasa cenderung menekuni bidang yang diminatinya secara lebih profesional dan mendalam. Minat yang matang juga dapat mendorong individu untuk terus

belajar, berinovasi, dan memberikan kontribusi nyata dalam masyarakat. Oleh karena itu, memahami proses perkembangan minat sangat penting dalam merancang lingkungan belajar, sistem pendidikan, serta strategi pembinaan yang mendukung potensi individu secara optimal sepanjang hayat.

I. Aspek Minat

Aspek minat merupakan salah satu unsur penting dalam memahami perilaku dan motivasi seseorang terhadap suatu kegiatan atau bidang tertentu. Minat merujuk pada kecenderungan individu untuk menyukai, memperhatikan, dan terlibat secara aktif dalam aktivitas tertentu karena adanya ketertarikan pribadi. Minat bersifat subjektif dan dapat berkembang seiring waktu, dipengaruhi oleh pengalaman, lingkungan, pendidikan, serta dorongan internal. Dalam konteks pendidikan atau pekerjaan, minat berperan besar dalam menentukan pilihan karier, keberhasilan belajar, dan tingkat kepuasan dalam menjalankan tugas.

Secara psikologis, minat mencerminkan hubungan emosional yang positif terhadap suatu objek atau kegiatan. Ketika seseorang memiliki minat yang kuat terhadap suatu bidang, ia cenderung menunjukkan antusiasme, keingintahuan, dan ketekunan yang lebih tinggi. Hal ini dapat mendorong peningkatan kompetensi, produktivitas, serta kepuasan dalam aktivitas tersebut. Oleh karena itu, penting bagi pendidik, orang tua, atau pemimpin organisasi untuk mengenali dan mengembangkan minat individu sejak dini agar potensi yang dimiliki dapat diarahkan secara optimal dan berkelanjutan. Menurut Hurlock (2004; Nastiti & Laili, 2020) minat terbagi menjadi 3 aspek, yaitu :

1. Aspek Kognitif

Aspek kognitif sebagai bagian dari minat merujuk pada keterlibatan proses berpikir, pemahaman, dan pengetahuan seseorang terhadap suatu objek atau aktivitas yang diminatinya. Dalam konteks ini, minat tidak hanya ditunjukkan oleh perasaan suka atau ketertarikan emosional, tetapi juga oleh keinginan untuk memahami, mengeksplorasi, dan mempelajari lebih dalam hal-hal yang dianggap menarik. Aspek kognitif ini mendorong individu untuk mencari informasi, mengembangkan wawasan, serta mengasah kemampuan intelektual dalam bidang yang diminatinya, sehingga berperan penting dalam membentuk motivasi belajar dan pengembangan diri secara berkelanjutan. Aspek Kognitif berdasarkan atas pengalaman pribadi dan apa yang pernah dipelajari baik di rumah, sekolah dan masyarakat serta dan berbagai jenis media massa.

2. Aspek afektif

Aspek afektif sebagai bagian dari minat merujuk pada perasaan, emosi, dan sikap positif seseorang terhadap suatu objek, kegiatan, atau pengalaman yang diminatinya. Aspek ini mencerminkan sejauh mana seseorang merasa senang, antusias, atau termotivasi secara emosional ketika terlibat dalam aktivitas tertentu. Ketertarikan emosional ini menjadi pendorong utama dalam membangun keterlibatan yang lebih mendalam, serta meningkatkan komitmen dan kepuasan dalam menjalani aktivitas tersebut. Oleh karena itu, aspek afektif memainkan peran penting dalam membentuk minat yang kuat dan berkelanjutan pada individu. Aspek Afektif merupakan konsep yang membangun aspek kognitif, minat dinyatakan dalam sikap terhadap kegiatan

yang ditimbulkan minat. Berkembang dari pengalaman pribadi dari sikap orang yang penting. yaitu orang tua, guru dan teman sebaya terhadap kegiatan yang berkaitan dengan minat tersebut dan dari sikap yang dinyatakan atau tersirat dalam berbagai bentuk media massa terhadap kegiatan itu.

3. Aspek psikomotor

Aspek psikomotor sebagai bagian dari minat merujuk pada kecenderungan seseorang untuk menunjukkan minatnya melalui tindakan nyata atau keterampilan fisik yang berkaitan dengan aktivitas tertentu. Aspek ini mencerminkan bagaimana minat seseorang diwujudkan dalam bentuk perilaku aktif, seperti melakukan, mencoba, atau mempraktikkan sesuatu yang diminatnya secara langsung. Ketika seseorang memiliki minat yang tinggi, ia akan terdorong untuk mengembangkan keterampilan motorik dan melakukan aktivitas tersebut secara konsisten dan terampil. Dengan demikian, aspek psikomotor menunjukkan keterlibatan praktis yang menjadi manifestasi konkret dari minat individu. Aspek Psikomotor dapat berjalan dengan lancar tanpa perlu pemikiran lagi, urutannya tepat. Namun kemajuan tetap memungkinkan sehingga keluwesan dan keunggulan meningkat meskipun ini semua berjalan lambat

J. Faktor Munculnya Minat

Minat pada individu dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal mencakup aspek-aspek dalam diri individu seperti kebutuhan, motivasi, bakat, pengalaman, dan kepribadian. Misalnya, seseorang yang memiliki rasa ingin tahu tinggi atau kecenderungan untuk belajar hal-hal baru akan lebih mudah mengembangkan minat terhadap suatu bidang. Selain itu, pengalaman sukses atau menyenangkan yang dialami dalam melakukan suatu aktivitas juga dapat memperkuat minat terhadap aktivitas tersebut. Sementara itu, faktor eksternal meliputi pengaruh lingkungan seperti keluarga, teman sebaya, guru, media massa, serta kondisi sosial dan budaya. Dukungan, dorongan, atau keteladanan dari lingkungan sekitar dapat menumbuhkan atau mengarahkan minat individu ke arah tertentu. Dengan kata lain, minat merupakan hasil interaksi kompleks antara potensi internal individu dan pengaruh lingkungan eksternal yang membentuk persepsi serta ketertarikan terhadap suatu objek atau aktivitas. Menurut Crow and Crow (1982; Nastiti & Laili, 2020) faktor yang mempengaruhi minat individu dapat dikategorikan menjadi :

1. Faktor internal

Faktor internal individu merupakan salah satu aspek utama yang memengaruhi muncul dan berkembangnya minat seseorang terhadap suatu objek atau aktivitas. Faktor ini mencakup kondisi psikologis dan biologis dalam diri individu, seperti kebutuhan, motivasi, keinginan, bakat, kemampuan, kepribadian, dan pengalaman pribadi. Misalnya, seseorang yang memiliki kebutuhan untuk berprestasi cenderung akan lebih tertarik pada aktivitas yang menantang dan dapat memberikan pengakuan atas usahanya. Begitu pula dengan individu yang memiliki bakat atau kemampuan tertentu, seperti dalam seni atau olahraga, biasanya akan lebih mudah mengembangkan minat di bidang tersebut. Selain itu, pengalaman menyenangkan yang dialami

sebelumnya dalam melakukan suatu kegiatan dapat meninggalkan kesan positif yang memperkuat ketertarikan terhadap aktivitas serupa di masa depan. Dengan demikian, faktor internal berperan penting dalam membentuk arah dan intensitas minat individu secara alami dan berkelanjutan.

a. Usia

Usia merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi minat individu. Seiring bertambahnya usia, pengalaman hidup, tanggung jawab, dan kebutuhan individu juga mengalami perubahan, yang pada akhirnya membentuk preferensi dan ketertarikan seseorang terhadap suatu hal. Anak-anak, misalnya, cenderung tertarik pada aktivitas yang menyenangkan dan bersifat eksploratif, sedangkan remaja mulai mengembangkan minat yang lebih spesifik berdasarkan identitas diri dan pengaruh lingkungan sosial. Sementara itu, orang dewasa lebih cenderung memiliki minat yang selaras dengan peran sosial, pekerjaan, dan tujuan hidup jangka panjang.

Perubahan minat ini juga dipengaruhi oleh perkembangan kognitif dan emosional yang berbeda pada setiap tahap usia. Usia yang lebih muda biasanya memiliki rentang perhatian yang pendek dan minat yang cepat berubah-ubah, sedangkan individu yang lebih tua cenderung memiliki fokus dan komitmen yang lebih stabil terhadap minat tertentu. Oleh karena itu, pemahaman terhadap usia sebagai variabel penting sangat berguna dalam berbagai bidang, seperti pendidikan, pemasaran, dan pengembangan sumber daya manusia, agar pendekatan yang diterapkan sesuai dengan tahap perkembangan dan kebutuhan minat individu

b. Jenis kelamin

Jenis kelamin merupakan salah satu faktor biologis dan sosial yang dapat memengaruhi minat individu. Sejak usia dini, perbedaan minat sering kali terlihat antara laki-laki dan perempuan, baik karena pengaruh bawaan maupun karena konstruksi sosial dan budaya. Misalnya, anak laki-laki cenderung didorong untuk tertarik pada aktivitas yang bersifat fisik dan kompetitif, seperti olahraga atau permainan strategi, sementara anak perempuan sering diarahkan pada aktivitas yang bersifat sosial atau artistik, seperti seni atau permainan peran. Pola pengasuhan dan stereotip gender ini dapat membentuk minat individu secara tidak langsung, meskipun tidak mutlak.

Selain pengaruh lingkungan, faktor biologis juga memainkan peran dalam membentuk minat berdasarkan jenis kelamin. Perbedaan hormon, perkembangan otak, serta kecenderungan emosional dapat mempengaruhi bagaimana laki-laki dan perempuan merespons rangsangan tertentu dan memilih aktivitas yang sesuai dengan preferensi mereka. Namun, penting untuk dicatat bahwa perbedaan ini bersifat umum dan tidak selalu berlaku secara individual. Seiring berkembangnya kesadaran akan kesetaraan gender, banyak individu yang mulai mengeksplorasi minat di luar batasan tradisional jenis kelamin, menunjukkan bahwa minat sebenarnya lebih kompleks dan dipengaruhi oleh interaksi antara faktor biologis, psikologis, dan sosial.

c. Status pernikahan

Status pernikahan merupakan faktor sosial yang dapat memengaruhi minat individu dalam berbagai aspek kehidupan. Setelah menikah, seseorang cenderung mengalami perubahan prioritas dan tanggung jawab, seperti membangun rumah tangga, mengasuh anak, atau menjaga hubungan dengan pasangan. Hal ini secara langsung dapat menggeser minat individu dari aktivitas yang bersifat pribadi atau bebas, menuju aktivitas yang lebih berorientasi pada keluarga dan komitmen jangka panjang. Misalnya, seseorang yang sebelumnya memiliki minat besar pada kegiatan sosial di luar rumah mungkin akan lebih fokus pada aktivitas domestik atau kegiatan yang melibatkan pasangan dan anak-anak.

Selain itu, status pernikahan juga mempengaruhi minat melalui dinamika emosional dan kebutuhan psikologis. Individu yang sudah menikah mungkin mencari minat atau kegiatan yang dapat memperkuat hubungan mereka, seperti memasak bersama, berlibur keluarga, atau mengikuti kegiatan komunitas. Sebaliknya, individu yang belum menikah atau bercerai mungkin lebih tertarik pada minat yang mendukung pengembangan diri, jejaring sosial, atau pencarian pasangan. Oleh karena itu, status pernikahan tidak hanya mencerminkan kondisi sosial seseorang, tetapi juga memainkan peran penting dalam membentuk minat dan preferensi yang berkembang seiring perubahan fase kehidupan.

d. Latar belakang pendidikan

Latar belakang pendidikan merupakan salah satu faktor krusial yang memengaruhi minat individu, karena pendidikan memberikan landasan pengetahuan, pengalaman, serta keterampilan yang membentuk cara seseorang melihat dunia dan memilih bidang ketertarikan. Individu dengan latar belakang pendidikan tinggi cenderung memiliki akses terhadap berbagai sumber informasi dan kesempatan eksplorasi minat yang lebih luas. Misalnya, seseorang yang menempuh pendidikan di bidang teknologi informasi kemungkinan besar akan mengembangkan minat pada hal-hal yang berkaitan dengan inovasi digital, perangkat lunak, atau kecerdasan buatan.

Selain memperluas wawasan, pendidikan juga membentuk cara berpikir kritis, pola analisis, serta kepekaan terhadap isu-isu tertentu yang akhirnya membentuk minat secara lebih spesifik. Latar belakang pendidikan dalam bidang humaniora, misalnya, dapat memunculkan minat terhadap isu sosial, budaya, atau seni. Sebaliknya, minimnya akses pendidikan dapat membatasi paparan terhadap berbagai pilihan minat, sehingga individu lebih cenderung mengembangkan minat berdasarkan lingkungan sekitar atau kebutuhan praktis sehari-hari. Dengan demikian, latar belakang pendidikan memainkan peran penting dalam menentukan arah dan kedalaman minat individu sepanjang hidupnya.

e. Aktivitas pekerjaan

Aktivitas pekerjaan merupakan salah satu faktor eksternal yang signifikan dalam membentuk dan memengaruhi minat individu. Jenis pekerjaan yang dijalani seseorang sering kali menentukan bidang atau kegiatan apa yang menjadi fokus perhatian dan pengembangan diri.

Misalnya, seseorang yang bekerja sebagai desainer grafis mungkin akan mengembangkan minat dalam seni visual, teknologi desain, atau tren estetika. Sebaliknya, individu yang bekerja di bidang pendidikan mungkin lebih tertarik pada isu-isu pedagogi, perkembangan anak, atau strategi pembelajaran. Lingkungan kerja dan tugas harian yang dihadapi dapat memperkuat minat yang sudah ada atau bahkan menumbuhkan minat baru sebagai respons terhadap tantangan dan kebutuhan pekerjaan.

Selain itu, aktivitas pekerjaan juga memengaruhi minat melalui interaksi sosial dan ekspektasi profesional. Seseorang mungkin terdorong untuk menyesuaikan minatnya agar sejalan dengan tuntutan karier atau peluang pengembangan di tempat kerja. Misalnya, seorang karyawan yang sering terlibat dalam kegiatan presentasi atau komunikasi publik mungkin mulai tertarik pada bidang retorika, kepemimpinan, atau hubungan masyarakat. Dalam jangka panjang, keterlibatan yang intens dalam aktivitas pekerjaan tertentu dapat mengubah minat individu secara mendalam, karena pekerjaan tidak hanya menjadi sumber penghasilan, tetapi juga arena pembentukan identitas dan aktualisasi diri.

f. Pendapatan

Pendapatan merupakan faktor ekonomi yang berpengaruh besar terhadap minat individu, terutama dalam hal akses dan kesempatan. Individu dengan pendapatan tinggi cenderung memiliki lebih banyak pilihan untuk mengeksplorasi minatnya, karena mereka memiliki sumber daya untuk mengikuti pelatihan, membeli perlengkapan, atau berpartisipasi dalam kegiatan yang memerlukan biaya, seperti traveling, olahraga eksklusif, atau hobi koleksi. Sebaliknya, individu dengan pendapatan rendah mungkin lebih membatasi minat mereka pada aktivitas yang murah atau gratis, serta lebih fokus pada kebutuhan pokok dan pekerjaan, sehingga eksplorasi minat menjadi terbatas.

Selain itu, pendapatan juga memengaruhi cara pandang individu terhadap nilai dari suatu minat. Bagi sebagian orang, minat yang menghasilkan pendapatan tambahan atau menunjang karier akan lebih diprioritaskan dibandingkan minat yang bersifat hiburan semata. Dalam konteks ini, pendapatan tidak hanya berperan sebagai alat untuk memenuhi minat, tetapi juga sebagai faktor penentu arah dan tujuan minat itu sendiri. Oleh karena itu, perbedaan tingkat pendapatan dapat menciptakan keragaman dalam jenis, intensitas, dan tujuan dari minat individu di berbagai lapisan masyarakat.

g. Kebutuhan

Kebutuhan merupakan faktor dasar yang sangat mempengaruhi minat individu, karena minat sering kali muncul sebagai respons terhadap upaya pemenuhan kebutuhan tertentu. Berdasarkan hierarki kebutuhan Maslow, individu akan lebih dahulu tertarik pada hal-hal yang berkaitan dengan kebutuhan dasar seperti makanan, tempat tinggal, dan keamanan. Setelah kebutuhan tersebut terpenuhi, barulah individu mengembangkan minat pada hal-hal yang bersifat sosial, estetika, atau aktualisasi diri, seperti berkesenian, berorganisasi, atau mengejar karier impian. Dengan

demikian, tingkat dan jenis kebutuhan yang sedang dialami seseorang sangat menentukan arah minatnya.

Selain itu, kebutuhan yang terus berkembang seiring waktu juga membuat minat individu bersifat dinamis. Ketika seseorang mengalami perubahan dalam aspek kehidupan, seperti menjadi orang tua, pindah pekerjaan, atau menghadapi tantangan kesehatan, maka kebutuhannya pun berubah dan akan memengaruhi minat yang relevan dengan situasi tersebut. Misalnya, individu yang awalnya tidak tertarik pada kesehatan atau gizi, bisa saja mengembangkan minat yang kuat di bidang tersebut setelah mengalami kondisi medis tertentu. Oleh karena itu, memahami kebutuhan individu menjadi kunci penting dalam memahami minatnya, karena minat sering kali menjadi refleksi dari upaya memenuhi kebutuhan yang dirasa paling mendesak atau bermakna.

h. Motivasi

Motivasi merupakan faktor internal yang sangat berperan dalam membentuk dan mengarahkan minat individu. Ketika seseorang memiliki dorongan yang kuat untuk mencapai tujuan tertentu, minat terhadap aktivitas atau bidang yang mendukung pencapaian tersebut akan tumbuh secara alami. Misalnya, seorang pelajar yang termotivasi untuk menjadi dokter akan menunjukkan minat tinggi terhadap mata pelajaran sains dan biologi. Motivasi ini bisa berasal dari keinginan pribadi, dorongan keluarga, atau aspirasi sosial, dan akan sangat memengaruhi fokus, konsistensi, serta intensitas minat yang ditunjukkan seseorang dalam kegiatan sehari-harinya.

Selain itu, motivasi dapat bersifat intrinsik maupun ekstrinsik, dan keduanya memiliki pengaruh berbeda terhadap minat. Motivasi intrinsik, seperti rasa ingin tahu atau kepuasan pribadi, cenderung menghasilkan minat yang lebih tahan lama dan mendalam karena didasari oleh kesenangan dari dalam diri sendiri. Sebaliknya, motivasi ekstrinsik seperti hadiah, pujian, atau tekanan sosial dapat memicu minat sementara, namun tetap berperan dalam membentuk perilaku dan kecenderungan seseorang. Oleh karena itu, motivasi menjadi landasan penting dalam mengembangkan minat individu, karena tanpa adanya dorongan yang jelas, minat sulit tumbuh dan bertahan dalam jangka panjang.

i. Pengetahuan

Pengetahuan merupakan faktor penting yang memengaruhi minat individu karena apa yang diketahui seseorang akan membentuk pandangannya terhadap dunia dan memengaruhi apa yang dianggap menarik atau layak untuk dieksplorasi lebih lanjut. Ketika seseorang memperoleh pengetahuan baru, baik melalui pendidikan formal, pengalaman, atau media, ia cenderung tertarik pada topik yang berkaitan dengan informasi tersebut. Misalnya, seseorang yang mempelajari tentang perubahan iklim dapat mengembangkan minat terhadap isu lingkungan, konservasi alam, atau kebijakan energi. Pengetahuan memberikan dasar logis dan emosional yang mendukung terbentuknya minat yang lebih terarah dan bermakna.

Selain itu, pengetahuan juga meningkatkan rasa percaya diri seseorang dalam mendalami suatu bidang, sehingga memperkuat minat yang sudah ada. Semakin banyak seseorang mengetahui tentang suatu topik, semakin besar kemungkinan ia akan merasa nyaman, tertarik, dan terdorong untuk terus mempelajarinya. Hal ini menjelaskan mengapa pembelajaran yang aktif dan bermakna sangat efektif dalam menumbuhkan minat, terutama dalam konteks pendidikan. Oleh karena itu, pengetahuan tidak hanya memperluas cakrawala individu, tetapi juga menjadi fondasi bagi pertumbuhan dan pemeliharaan minat sepanjang hidup

j. Keinginan

Keinginan merupakan dorongan batin yang muncul dari harapan atau tujuan yang ingin dicapai, dan faktor ini sangat berpengaruh dalam membentuk minat individu. Ketika seseorang memiliki keinginan kuat terhadap sesuatu baik itu pencapaian pribadi, materi, status sosial, maupun pengalaman tertentu maka ia cenderung mengarahkan perhatian dan energinya pada hal-hal yang berkaitan dengan keinginan tersebut. Misalnya, individu yang memiliki keinginan untuk menjadi seniman terkenal akan menunjukkan minat yang besar terhadap seni, teknik melukis, atau dunia kreatif lainnya. Dengan kata lain, keinginan memberikan arah dan fokus yang membantu minat tumbuh dan berkembang secara spesifik.

Selain menjadi pendorong awal, keinginan juga berfungsi sebagai bahan bakar untuk mempertahankan minat dalam jangka panjang. Saat seseorang menghadapi hambatan atau tantangan dalam mengejar suatu aktivitas, keinginan yang kuat dapat menjaga motivasi dan menjaga minat tetap menyala. Keinginan juga dapat berubah seiring waktu, dan perubahan ini akan beriringan dengan pergeseran minat individu. Oleh karena itu, keinginan bukan hanya mencerminkan apa yang ingin dicapai seseorang, tetapi juga memainkan peran sentral dalam menentukan bidang atau aktivitas apa yang akan menjadi fokus minat dalam hidupnya.

k. Bakat

Bakat merupakan potensi atau kemampuan alami yang dimiliki seseorang dalam bidang tertentu, dan hal ini sering kali menjadi faktor penting yang mempengaruhi minat individu. Ketika seseorang menyadari bahwa ia memiliki kemampuan lebih dalam suatu bidang seperti musik, olahraga, menulis, atau matematika maka minat terhadap aktivitas tersebut cenderung tumbuh secara alami. Rasa percaya diri yang muncul dari keberhasilan awal yang didorong oleh bakat, sering kali menjadi pemicu untuk mengeksplorasi lebih dalam dan mempertahankan minat dalam jangka panjang. Dengan kata lain, bakat memberikan dasar yang kuat bagi tumbuhnya minat karena individu merasa nyaman dan menikmati aktivitas yang sesuai dengan kemampuannya.

Selain itu, lingkungan sekitar juga sering memperkuat hubungan antara bakat dan minat. Dukungan dari keluarga, guru, atau teman terhadap bakat tertentu dapat memotivasi individu untuk lebih serius mengembangkan potensinya, sehingga minat pun semakin menguat.

Misalnya, anak yang berbakat dalam menggambar dan mendapat pujian serta kesempatan mengikuti lomba akan semakin tertarik dan terdorong untuk terus menggambar. Oleh karena itu, bakat tidak hanya mempengaruhi apa yang diminati seseorang, tetapi juga dapat membentuk arah pengembangan diri dan pilihan karier di masa depan.

l. Kemampuan

Kemampuan merupakan faktor penting yang mempengaruhi minat individu karena seseorang cenderung lebih tertarik pada aktivitas yang dapat ia lakukan dengan baik. Ketika individu merasa mampu menjalankan suatu tugas atau kegiatan, ia akan merasa lebih percaya diri dan nyaman, sehingga memunculkan minat untuk terus melakukannya. Misalnya, seseorang yang memiliki kemampuan dalam berbicara di depan umum akan lebih tertarik mengikuti kegiatan seperti debat, presentasi, atau organisasi. Kemampuan menciptakan pengalaman positif yang memperkuat minat, karena individu merasa bahwa usahanya memberikan hasil yang memuaskan.

Di sisi lain, keterbatasan kemampuan dalam suatu bidang dapat menghambat munculnya minat, terutama jika individu mengalami kegagalan atau merasa kesulitan. Namun, dengan latihan dan peningkatan keterampilan, kemampuan bisa ditingkatkan dan minat pun bisa tumbuh secara bertahap. Oleh karena itu, penting bagi individu untuk diberi kesempatan mengeksplorasi dan mengembangkan kemampuannya, agar minat yang tersembunyi dapat muncul dan berkembang. Dengan demikian, kemampuan tidak hanya mencerminkan potensi yang dimiliki seseorang, tetapi juga berperan besar dalam membentuk dan mempertahankan minat sepanjang waktu.

m. Kepribadian

Kepribadian merupakan faktor psikologis yang sangat memengaruhi minat individu, karena sifat dan karakter seseorang menentukan kecenderungan dalam memilih aktivitas atau bidang tertentu. Individu yang berkepribadian ekstrovert, misalnya, cenderung memiliki minat pada kegiatan yang melibatkan interaksi sosial, seperti organisasi, kerja tim, atau seni pertunjukan. Sebaliknya, individu dengan kepribadian introvert lebih tertarik pada aktivitas yang bersifat reflektif dan mandiri, seperti menulis, membaca, atau penelitian. Dengan kata lain, kepribadian membentuk cara seseorang merespons lingkungan, dan hal itu sangat menentukan jenis minat yang berkembang.

Selain menentukan jenis aktivitas yang diminati, kepribadian juga berpengaruh terhadap bagaimana seseorang mempertahankan dan mendalami minatnya. Seseorang yang memiliki kepribadian terbuka terhadap pengalaman baru akan lebih mudah mengeksplorasi minat di berbagai bidang dan tidak ragu mencoba hal-hal yang belum dikenal. Di sisi lain, individu yang cenderung konservatif atau berhati-hati mungkin akan lebih fokus dan mendalam dalam satu bidang minat yang sudah ia kuasai. Oleh karena itu, pemahaman terhadap kepribadian sangat penting dalam mengidentifikasi, mengarahkan, dan mendukung pengembangan minat individu secara optimal.

n. Pengalaman pribadi

Pengalaman pribadi merupakan salah satu faktor yang sangat kuat dalam membentuk dan memengaruhi minat individu. Setiap pengalaman yang dialami seseorang baik positif maupun negatif dapat meninggalkan kesan emosional yang mendorong munculnya ketertarikan terhadap hal tertentu. Misalnya, seseorang yang pernah mengikuti kegiatan relawan di bidang kesehatan dan merasa puas dengan kontribusinya, mungkin akan mengembangkan minat yang lebih besar terhadap dunia medis atau sosial. Pengalaman yang menyenangkan cenderung memperkuat minat, karena individu ingin mengulangi perasaan positif tersebut melalui aktivitas serupa.

Sebaliknya, pengalaman negatif juga dapat membentuk minat dengan cara yang berbeda. Seseorang yang pernah mengalami kesulitan belajar saat kecil, tetapi kemudian berhasil mengatasinya, mungkin memiliki minat kuat dalam bidang pendidikan atau konseling untuk membantu orang lain menghadapi tantangan serupa. Pengalaman pribadi bersifat unik dan sangat individual, sehingga minat yang terbentuk dari pengalaman ini sering kali lebih mendalam dan bertahan lama. Oleh karena itu, pengalaman hidup bukan hanya menjadi cerminan dari masa lalu, tetapi juga berperan sebagai pendorong utama dalam membentuk arah dan kedalaman minat seseorang di masa depan.

o. Status kesehatan

Status kesehatan merupakan faktor yang dapat memengaruhi minat individu secara signifikan, karena kondisi fisik dan mental seseorang berperan besar dalam menentukan kemampuan dan kenyamanan dalam melakukan suatu aktivitas. Individu yang memiliki kesehatan prima cenderung lebih bebas dalam mengeksplorasi berbagai minat, termasuk kegiatan yang bersifat fisik seperti olahraga, traveling, atau kegiatan sosial. Sebaliknya, individu yang mengalami keterbatasan kesehatan mungkin harus menyesuaikan minat mereka dengan kondisi yang ada, seperti lebih memilih aktivitas yang tidak terlalu menuntut secara fisik atau dapat dilakukan dari rumah, seperti membaca, menulis, atau berkegiatan seni.

Selain kondisi fisik, kesehatan mental juga memegang peranan penting dalam pembentukan dan pemeliharaan minat. Seseorang dengan kondisi mental yang stabil dan positif biasanya lebih mudah termotivasi untuk mencoba hal-hal baru dan mengembangkan minat yang bervariasi. Sebaliknya, gangguan seperti stres, kecemasan, atau depresi bisa menghambat seseorang dalam menikmati atau bahkan mempertahankan minat yang sebelumnya disukai. Oleh karena itu, menjaga status kesehatan menjadi kunci dalam mendukung individu untuk tetap aktif mengeksplorasi dan mengembangkan minat sesuai potensi dan kebutuhannya.

p. Kebiasaan sebelumnya

Kebiasaan sebelumnya merupakan faktor penting yang memengaruhi minat individu karena aktivitas yang dilakukan secara berulang cenderung membentuk kenyamanan, keterampilan, dan rasa ketertarikan. Ketika seseorang terbiasa melakukan suatu kegiatan, ia akan lebih mengenal dan memahami aktivitas tersebut, sehingga secara alami minat pun dapat

tumbuh. Misalnya, seseorang yang sejak kecil terbiasa menggambar atau bermain alat musik kemungkinan besar akan mengembangkan minat yang kuat di bidang seni. Kebiasaan memberikan pengalaman yang konsisten, dan pengalaman positif secara berulang dapat memperkuat minat seiring waktu.

Selain membentuk minat, kebiasaan juga berfungsi sebagai fondasi dalam mempertahankan minat tersebut. Aktivitas yang sudah menjadi bagian dari rutinitas harian akan lebih mudah dijalani dengan konsistensi, sehingga individu dapat memperdalam ketertarikannya secara bertahap. Bahkan, dalam beberapa kasus, kebiasaan yang awalnya dilakukan karena kewajiban atau dorongan eksternal bisa berubah menjadi minat sejati setelah individu menemukan makna atau kenikmatan di dalamnya. Oleh karena itu, kebiasaan sebelumnya bukan hanya menjadi cerminan dari minat yang telah terbentuk, tetapi juga menjadi pintu masuk untuk mengembangkan minat baru yang mungkin tidak disadari sebelumnya.

2. Faktor eksternal

Faktor eksternal individu berperan besar dalam membentuk dan mengarahkan minat melalui berbagai pengaruh yang datang dari lingkungan sekitar. Lingkungan keluarga, sekolah, teman sebaya, media massa, serta kondisi sosial dan budaya merupakan elemen penting yang dapat memengaruhi minat seseorang. Misalnya, dukungan orang tua dalam memberikan kesempatan dan fasilitas untuk mengeksplorasi bidang tertentu dapat mendorong anak mengembangkan minatnya secara lebih optimal. Di lingkungan sekolah, guru yang inspiratif dan metode pembelajaran yang menarik juga mampu menumbuhkan ketertarikan siswa terhadap suatu mata pelajaran atau aktivitas. Selain itu, pengaruh teman sebaya dan tren sosial yang berkembang juga dapat memicu individu untuk tertarik pada hal-hal baru sebagai bentuk penyesuaian diri atau pencarian identitas. Oleh karena itu, faktor eksternal sangat menentukan sejauh mana minat dapat tumbuh dan dipertahankan dalam kehidupan sehari-hari.

a. Kondisi lingkungan

Kondisi lingkungan merupakan faktor eksternal yang sangat berpengaruh dalam membentuk dan mengarahkan minat individu. Lingkungan tempat seseorang tumbuh dan berinteraksi seperti keluarga, sekolah, teman sebaya, serta komunitas sering kali menyediakan stimulus awal yang mendorong seseorang untuk tertarik pada bidang tertentu. Misalnya, anak yang tumbuh di lingkungan keluarga yang gemar membaca cenderung mengembangkan minat terhadap buku dan pengetahuan sejak dini. Demikian pula, jika seseorang tinggal di wilayah yang aktif dalam kegiatan olahraga atau seni, kemungkinan besar ia akan terpapar dan tertarik pada aktivitas tersebut.

Selain memberikan paparan awal, kondisi lingkungan juga dapat memperkuat atau melemahkan minat yang sudah ada. Lingkungan yang suportif dan menyediakan fasilitas serta peluang untuk mengembangkan minat akan mendorong individu untuk lebih giat dan percaya diri dalam mengejar ketertarikannya. Sebaliknya, lingkungan yang membatasi, mengekang, atau tidak menghargai perbedaan minat bisa membuat

individu kehilangan motivasi atau enggan untuk mengembangkan potensinya. Oleh karena itu, lingkungan yang positif, terbuka, dan mendukung sangat penting dalam proses tumbuh dan berkembangnya minat individu secara optimal.

b. Media massa

Media massa merupakan salah satu faktor yang kuat dalam membentuk dan mempengaruhi minat individu, karena media memiliki kemampuan untuk menyebarkan informasi secara luas dan cepat. Melalui televisi, radio, internet, media sosial, dan platform digital lainnya, individu terus-menerus terpapar berbagai topik, gaya hidup, dan tren yang dapat membangkitkan ketertarikan baru. Misalnya, seseorang yang sering menonton konten tentang kuliner di media sosial bisa mulai tertarik pada dunia memasak atau mencoba usaha makanan. Paparan ini membuat media massa menjadi alat efektif dalam memperkenalkan dan menumbuhkan minat, terutama di kalangan remaja dan generasi muda.

Selain itu, media massa juga dapat memengaruhi persepsi individu terhadap apa yang dianggap menarik, bernilai, atau populer. Dengan menampilkan figur publik, cerita inspiratif, atau keberhasilan dalam bidang tertentu, media bisa membentuk opini dan dorongan psikologis untuk mengikuti jejak serupa. Misalnya, tayangan tentang atlet sukses dapat menumbuhkan minat anak-anak terhadap olahraga, atau liputan tentang teknologi baru dapat mendorong ketertarikan pada bidang sains dan inovasi. Oleh karena itu, media massa tidak hanya berfungsi sebagai sumber hiburan dan informasi, tetapi juga sebagai kekuatan sosial yang membentuk arah minat dan aspirasi individu secara luas.

c. Kondisi sosial dan budaya

Kondisi sosial dan budaya memainkan peran penting dalam membentuk minat individu karena nilai-nilai, norma, serta kebiasaan yang berlaku dalam masyarakat sangat memengaruhi preferensi dan kecenderungan seseorang. Lingkungan sosial yang menghargai pendidikan, seni, atau olahraga, misalnya, akan mendorong individu untuk tertarik dan aktif dalam bidang-bidang tersebut. Begitu pula, dalam budaya yang menekankan kerja kolektif atau gotong royong, seseorang mungkin mengembangkan minat terhadap kegiatan komunitas dan sosial. Dengan kata lain, budaya dan struktur sosial memberikan kerangka acuan bagi individu dalam memilih aktivitas yang dianggap penting, berguna, atau diterima secara sosial.

Selain membentuk minat melalui nilai dan norma, kondisi sosial dan budaya juga dapat membatasi atau memperluas peluang seseorang dalam mengeksplorasi minatnya. Misalnya, dalam budaya yang masih memegang stereotip gender, laki-laki dan perempuan bisa jadi diarahkan pada minat yang berbeda sejak usia dini, seperti laki-laki diarahkan pada teknologi dan perempuan pada bidang domestik. Namun, dalam masyarakat yang lebih terbuka dan inklusif, individu memiliki lebih banyak kebebasan untuk mengembangkan minat sesuai dengan keinginannya, tanpa terikat oleh harapan sosial tertentu. Oleh karena itu, kondisi sosial dan budaya sangat

menentukan arah dan ruang gerak bagi perkembangan minat individu di sepanjang kehidupannya

d. Adat istiadat yang berlaku

Adat istiadat yang berlaku dalam suatu masyarakat dapat menjadi faktor signifikan dalam mempengaruhi minat individu, karena aturan dan kebiasaan turun-temurun tersebut sering kali membentuk kerangka berpikir dan perilaku seseorang sejak usia dini. Dalam masyarakat yang menjunjung tinggi adat tertentu, individu cenderung diarahkan untuk tertarik pada aktivitas atau bidang yang sejalan dengan nilai-nilai budaya tersebut. Misalnya, di komunitas yang menjunjung tinggi seni tradisional seperti tari atau musik daerah, anak-anak sejak kecil mungkin sudah dibiasakan mengikuti pelatihan kesenian lokal, sehingga minat terhadap budaya dan seni tradisional berkembang secara alami.

Selain memberikan arah, adat istiadat juga bisa membatasi atau memperluas ruang ekspresi minat individu. Dalam masyarakat yang sangat konservatif, minat terhadap hal-hal yang dianggap bertentangan dengan nilai adat bisa ditekan atau dianggap tidak pantas, sehingga individu merasa enggan untuk mengekspresikannya secara terbuka. Sebaliknya, adat yang terbuka terhadap perubahan dan inovasi justru dapat menjadi pendorong munculnya minat baru yang kreatif, namun tetap berakar pada nilai budaya lokal. Oleh karena itu, adat istiadat tidak hanya menjadi identitas kolektif suatu masyarakat, tetapi juga memainkan peran penting dalam membentuk arah dan ruang tumbuhnya minat individu.

e. Dukungan keluarga

Dukungan keluarga merupakan salah satu faktor utama yang sangat mempengaruhi perkembangan minat individu, terutama pada tahap-tahap awal kehidupan. Keluarga yang memberikan perhatian, dorongan, dan kesempatan bagi anak untuk mengeksplorasi berbagai aktivitas akan membantu anak menemukan apa yang benar-benar diminatinya. Misalnya, orang tua yang mendukung anak mengikuti les musik, olahraga, atau seni secara konsisten dapat membantu menumbuhkan minat yang kuat dalam bidang tersebut. Sebaliknya, kurangnya dukungan atau bahkan penolakan terhadap minat anak dapat menghambat eksplorasi diri dan mengurangi kepercayaan diri dalam mengembangkan ketertarikan tertentu.

Lebih dari sekadar memberikan izin, dukungan keluarga juga mencakup aspek emosional dan logistik, seperti memberikan motivasi saat anak mengalami kesulitan, menyediakan sarana pendukung, atau sekadar menunjukkan apresiasi terhadap pencapaian kecil yang diperoleh anak dalam bidang yang diminatinya. Lingkungan keluarga yang suportif menciptakan rasa aman dan percaya diri, sehingga individu merasa lebih leluasa untuk mengejar minat tanpa takut dihakimi atau gagal. Oleh karena itu, peran keluarga sangat penting dalam menciptakan fondasi psikologis yang kuat untuk tumbuhnya minat yang sehat, konsisten, dan berkembang sepanjang hidup.

f. Dukungan sosial

Dukungan sosial merupakan faktor eksternal yang sangat memengaruhi perkembangan minat individu, karena lingkungan sosial

seperti teman, guru, rekan kerja, atau komunitas dapat memberikan penguatan, inspirasi, dan rasa memiliki terhadap suatu aktivitas. Ketika seseorang mendapatkan dorongan dan apresiasi dari orang-orang di sekitarnya, ia cenderung lebih termotivasi untuk menekuni minatnya. Misalnya, pelajar yang mendapat dukungan dari guru dan teman dalam bidang sains akan lebih percaya diri dan antusias untuk mendalaminya. Dukungan ini menciptakan suasana positif yang membuat individu merasa bahwa minatnya dihargai dan layak untuk dikejar.

Selain itu, dukungan sosial juga berfungsi sebagai sumber informasi dan akses terhadap peluang baru yang dapat memperluas cakrawala minat seseorang. Dalam komunitas atau jaringan sosial yang aktif, individu lebih mudah menemukan teman sebidang, mengikuti kegiatan yang relevan, dan belajar dari pengalaman orang lain. Rasa kebersamaan dan koneksi sosial ini tidak hanya menumbuhkan minat, tetapi juga membantu mempertahankannya dalam jangka panjang. Oleh karena itu, dukungan sosial tidak hanya memperkuat minat secara emosional, tetapi juga membuka jalan bagi pengembangan minat secara nyata dan berkelanjutan.

g. Public policy

Kebijakan publik (public policy) merupakan faktor makro yang dapat memengaruhi minat individu melalui pengaturan, dukungan, atau pembatasan terhadap berbagai bidang kehidupan masyarakat. Pemerintah, melalui kebijakan pendidikan, ekonomi, budaya, dan sosial, memiliki peran besar dalam menciptakan lingkungan yang kondusif bagi tumbuhnya minat tertentu. Misalnya, ketika pemerintah memberikan beasiswa di bidang teknologi dan sains, hal ini dapat mendorong munculnya minat masyarakat, khususnya generasi muda, terhadap bidang tersebut. Demikian pula, kebijakan yang mendukung industri kreatif atau wirausaha lokal dapat membangkitkan minat individu untuk berkarya atau berbisnis di sektor tersebut.

Selain memberikan dorongan, kebijakan publik juga dapat menghambat minat individu apabila tidak selaras dengan kebutuhan atau aspirasi masyarakat. Regulasi yang terlalu ketat, minimnya dukungan terhadap sektor tertentu, atau kurangnya akses terhadap fasilitas publik bisa membuat individu kesulitan dalam mengeksplorasi dan mengembangkan minatnya. Oleh karena itu, penting bagi kebijakan publik untuk disusun secara inklusif dan responsif terhadap dinamika sosial, agar dapat menjadi sarana yang mendorong tumbuhnya minat secara luas dan merata. Kebijakan yang baik tidak hanya mengarahkan pembangunan, tetapi juga menciptakan ruang yang memungkinkan setiap individu mengembangkan minat dan potensinya secara optimal.

h. Pengalaman orang lain

Pengalaman orang lain dapat menjadi sumber inspirasi dan motivasi yang kuat dalam membentuk minat individu. Melalui cerita, prestasi, atau perjuangan yang dialami oleh orang lain baik itu keluarga, teman, guru, atau tokoh publik seseorang bisa terdorong untuk menaruh minat pada bidang tertentu. Misalnya, melihat teman sukses dalam dunia wirausaha dapat memunculkan minat untuk mencoba bisnis sendiri. Begitu juga, kisah

sukses tokoh inspiratif dalam bidang teknologi, seni, atau sosial dapat membangkitkan rasa ingin tahu dan ketertarikan untuk menelusuri bidang yang sama.

Selain sebagai inspirasi, pengalaman orang lain juga berfungsi sebagai panduan dalam pengambilan keputusan dan pembentukan harapan terhadap suatu bidang. Individu cenderung lebih tertarik pada aktivitas yang terlihat memberikan hasil positif bagi orang lain, baik secara emosional, finansial, maupun sosial. Pengalaman yang dibagikan baik melalui percakapan langsung, media sosial, atau publikasi memberikan gambaran nyata tentang tantangan dan peluang dalam suatu bidang, yang bisa memperkuat atau mengarahkan minat seseorang. Oleh karena itu, pengalaman orang lain menjadi cermin pembelajaran sosial yang berpengaruh besar dalam membentuk dan memperkuat minat individu secara tidak langsung namun efektif.

i. Peluang / kesempatan

Peluang atau kesempatan merupakan faktor penting yang dapat mendorong tumbuhnya minat individu terhadap suatu bidang atau aktivitas. Ketika seseorang diberikan akses atau kesempatan untuk mencoba sesuatu seperti mengikuti pelatihan, lomba, magang, atau program pengembangan diri maka potensi minat dalam diri bisa mulai muncul dan berkembang. Misalnya, siswa yang diberi kesempatan untuk ikut dalam program coding sejak dini mungkin akan menemukan ketertarikan dan minat yang besar dalam dunia teknologi, yang sebelumnya belum pernah ia sadari. Dengan kata lain, minat sering kali muncul bukan hanya karena faktor internal, tetapi karena adanya peluang yang memungkinkan eksplorasi dan pengalaman langsung.

Selain menumbuhkan minat baru, peluang juga berfungsi memperkuat dan mempertahankan minat yang sudah ada. Akses terhadap fasilitas, pembimbing, atau jaringan yang mendukung akan mendorong individu untuk lebih serius dan konsisten dalam mengejar ketertarikannya. Tanpa adanya kesempatan yang nyata, bahkan minat yang kuat sekalipun bisa meredup karena keterbatasan sarana dan dukungan. Oleh karena itu, menyediakan peluang yang merata dan terbuka sangat penting agar individu dari berbagai latar belakang memiliki kesempatan yang sama untuk mengembangkan minat dan potensi mereka secara optimal.

j. Tokoh masyarakat

Tokoh masyarakat memiliki pengaruh besar dalam membentuk minat individu, karena mereka sering dijadikan panutan atau sumber inspirasi oleh banyak orang. Sosok seperti pemimpin lokal, tokoh agama, aktivis, atau figur publik lainnya dapat memengaruhi pandangan dan ketertarikan individu melalui sikap, pencapaian, serta nilai-nilai yang mereka bawa. Ketika seorang tokoh masyarakat menunjukkan keberhasilan atau dedikasi dalam suatu bidang seperti pendidikan, kesehatan, lingkungan, atau wirausaha hal itu bisa membangkitkan minat individu untuk mengikuti jejak yang sama. Pengaruh ini semakin kuat jika tokoh tersebut dihormati dan dipercaya oleh komunitasnya.

Selain menginspirasi, tokoh masyarakat juga memiliki kapasitas untuk menciptakan peluang konkret yang mendorong tumbuhnya minat. Mereka dapat menginisiasi program-program, pelatihan, atau gerakan sosial yang melibatkan masyarakat secara langsung, sehingga membuka ruang bagi individu untuk mencoba hal baru dan menemukan ketertarikan mereka. Bahkan, ajakan atau dukungan moral dari seorang tokoh masyarakat bisa menjadi pemicu kuat bagi seseorang untuk berani mengeksplorasi minat yang sebelumnya belum tergali. Oleh karena itu, keberadaan tokoh masyarakat yang aktif, positif, dan visioner sangat penting dalam mendorong perkembangan minat individu dalam berbagai bidang kehidupan.

k. Petugas kesehatan

Petugas kesehatan dapat menjadi faktor yang mempengaruhi minat individu, terutama dalam bidang kesehatan dan pelayanan kemanusiaan. Melalui interaksi langsung saat memberikan layanan, edukasi kesehatan, atau dalam situasi darurat, petugas kesehatan sering kali memberikan inspirasi dan gambaran nyata mengenai pentingnya peran mereka dalam kehidupan masyarakat. Misalnya, seorang anak yang melihat bagaimana dokter atau perawat membantu anggota keluarganya pulih dari penyakit, mungkin akan tumbuh dengan ketertarikan dan minat untuk menempuh profesi serupa. Keteladanan dalam sikap empati, profesionalisme, dan dedikasi petugas kesehatan menjadi pemicu emosional yang kuat bagi individu untuk menaruh minat di bidang ini.

Selain itu, petugas kesehatan juga berperan dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat mengenai isu-isu kesehatan melalui sosialisasi dan edukasi. Pengetahuan baru yang diterima dari mereka dapat menumbuhkan rasa ingin tahu dan dorongan untuk mempelajari lebih dalam tentang tubuh manusia, penyakit, atau cara hidup sehat. Dalam beberapa kasus, bimbingan atau dukungan dari petugas kesehatan juga dapat membuka jalan bagi individu untuk mengikuti pelatihan, seminar, atau pendidikan formal di bidang kesehatan. Dengan demikian, peran petugas kesehatan tidak hanya terbatas pada layanan medis, tetapi juga turut memengaruhi arah minat dan pilihan karier individu dalam jangka panjang

l. Fasilitas pendukung

Fasilitas pendukung merupakan elemen penting yang dapat mendorong tumbuh dan berkembangnya minat individu terhadap suatu bidang atau aktivitas. Keberadaan sarana yang memadai seperti laboratorium, perpustakaan, studio seni, lapangan olahraga, atau akses internet memberikan kesempatan bagi individu untuk mengeksplorasi minatnya secara lebih mendalam dan praktis. Misalnya, seorang pelajar yang memiliki akses ke laboratorium komputer yang lengkap akan lebih mudah mengembangkan minat dalam bidang teknologi atau pemrograman. Tanpa fasilitas yang menunjang, potensi minat yang ada sering kali tidak bisa berkembang secara maksimal karena terbatasnya ruang untuk belajar dan berlatih.

Selain memfasilitasi eksplorasi, fasilitas pendukung juga berperan dalam menjaga motivasi dan konsistensi individu dalam menekuni minatnya. Fasilitas yang nyaman, aman, dan mudah diakses memberikan pengalaman positif yang membuat seseorang betah dan terus ingin kembali untuk beraktivitas. Sebaliknya, minimnya fasilitas atau kondisi yang tidak layak bisa menjadi hambatan besar yang menurunkan semangat dan bahkan mematikan minat. Oleh karena itu, keberadaan fasilitas pendukung yang baik sangat penting dalam menciptakan lingkungan yang kondusif bagi tumbuhnya minat individu secara berkelanjutan

m. Ketersediaan sarana dan prasarana

Ketersediaan sarana dan prasarana merupakan faktor krusial yang memengaruhi minat individu dalam berbagai bidang. Sarana seperti alat, bahan, dan teknologi, serta prasarana seperti gedung, ruang belajar, dan infrastruktur pendukung, memberikan akses nyata bagi individu untuk mencoba, belajar, dan mengembangkan minatnya. Misalnya, seorang siswa yang memiliki akses ke ruang praktik teknik lengkap akan lebih mudah tertarik pada bidang teknik atau keterampilan vokasional. Sebaliknya, keterbatasan sarana dan prasarana bisa membuat individu kesulitan mengembangkan minatnya karena tidak tersedia fasilitas untuk menyalurkan ketertarikan tersebut secara optimal.

Selain menunjang pembelajaran dan eksplorasi, sarana dan prasarana juga membentuk persepsi individu terhadap seberapa realistis dan layak minat tersebut untuk ditekuni. Lingkungan dengan fasilitas yang memadai memberikan sinyal positif bahwa bidang tersebut didukung dan dihargai, sehingga individu akan merasa lebih yakin untuk menekuninya. Ketersediaan fasilitas yang merata juga menciptakan peluang yang lebih adil bagi semua kalangan, tanpa memandang latar belakang sosial ekonomi. Oleh karena itu, penyediaan sarana dan prasarana yang baik bukan hanya memperkuat minat individu, tetapi juga mendukung pengembangan potensi masyarakat secara menyeluruh.

K. Pengukuran Minat

Metode pengukuran minat individu merupakan cara sistematis yang digunakan untuk mengetahui sejauh mana seseorang tertarik terhadap suatu bidang, aktivitas, atau objek tertentu. Salah satu metode yang umum digunakan adalah angket atau kuesioner minat, di mana individu diminta untuk menjawab sejumlah pertanyaan yang menggambarkan preferensi, kecenderungan, serta respons terhadap berbagai situasi atau kegiatan. Selain itu, terdapat pula tes minat seperti Strong Interest Inventory atau Holland's Vocational Interest Test, yang dirancang untuk mengidentifikasi pola minat seseorang dan mengaitkannya dengan pilihan pendidikan atau karier yang sesuai. Metode-metode ini berguna untuk membantu individu mengenali minatnya sendiri secara lebih terarah dan objektif.

Di samping pendekatan berbasis tes, pengukuran minat juga dapat dilakukan melalui observasi langsung dan wawancara. Guru, konselor, atau orang tua dapat mengamati aktivitas yang paling sering dipilih individu, tingkat keterlibatan emosional saat melakukan aktivitas tersebut, serta durasi dan konsistensi dalam

menjalankannya. Wawancara mendalam juga dapat menggali motivasi, pengalaman, dan persepsi individu terhadap bidang tertentu. Kombinasi antara metode kuantitatif dan kualitatif ini memberikan gambaran yang lebih holistik mengenai minat individu, sehingga dapat digunakan sebagai dasar dalam perencanaan pendidikan, pengembangan diri, atau pemilihan jalur karier yang paling sesuai.

Theory of Reasoned Action (TRA) adalah teori yang dikembangkan oleh Martin Fishbein dan Icek Ajzen pada akhir tahun 1960-an sebagai kerangka untuk memahami bagaimana sikap dan niat seseorang mempengaruhi perilaku mereka. Dalam konteks pengukuran minat, TRA digunakan untuk menganalisis sejauh mana minat seseorang terhadap suatu objek atau tindakan dapat memengaruhi niat (intention) dan pada akhirnya perilaku nyata individu. Teori ini menekankan bahwa perilaku seseorang sangat dipengaruhi oleh niat untuk melakukannya, yang terbentuk dari dua komponen utama: sikap terhadap perilaku dan norma subjektif.

Sikap terhadap perilaku mencerminkan sejauh mana seseorang memiliki penilaian positif atau negatif terhadap suatu tindakan berdasarkan kepercayaan pribadi dan evaluasi terhadap hasil dari tindakan tersebut. Sementara itu, norma subjektif mengacu pada persepsi individu tentang tekanan sosial atau harapan dari orang-orang terdekat terhadap tindakan tersebut. Dalam pengukuran minat, TRA dapat digunakan melalui instrumen kuesioner yang mengevaluasi kedua komponen tersebut untuk memprediksi niat dan kecenderungan minat individu terhadap suatu aktivitas, pilihan karier, atau keputusan tertentu. Dengan pendekatan ini, pengukuran minat menjadi lebih terarah karena mempertimbangkan faktor kognitif dan sosial yang memengaruhi seseorang sebelum mereka memutuskan untuk bertindak.

Hasil pengukuran minat individu biasanya dikategorikan ke dalam beberapa tingkatan untuk mempermudah interpretasi dan pengambilan keputusan, baik dalam konteks pendidikan, bimbingan karier, maupun pengembangan pribadi. Dua pendekatan umum dalam kategorisasi hasil minat adalah berdasarkan arah minat (minat positif dan minat negatif) dan tingkat intensitas minat (minat tinggi, sedang, dan rendah). Kategori ini membantu memahami tidak hanya sejauh mana seseorang tertarik pada suatu bidang, tetapi juga apakah ketertarikan tersebut bersifat mendorong (positif) atau menghindari (negatif).

Minat positif menggambarkan kondisi di mana individu menunjukkan ketertarikan, antusiasme, serta sikap yang mendukung terhadap suatu aktivitas atau objek tertentu. Individu dengan minat positif biasanya merasa senang, termotivasi, dan cenderung mencari kesempatan untuk terlibat dalam kegiatan tersebut. Sebaliknya, minat negatif menunjukkan adanya sikap penolakan, ketidaktertarikan, atau bahkan keengganan terhadap suatu bidang. Ini dapat disebabkan oleh pengalaman buruk sebelumnya, pengaruh lingkungan, atau ketidaksesuaian dengan nilai-nilai pribadi individu.

Dari segi tingkatan, minat dapat diklasifikasikan menjadi minat tinggi, sedang, dan rendah. Seseorang dengan minat tinggi akan menunjukkan ketertarikan yang kuat dan konsisten, serta cenderung berinisiatif untuk memperdalam pengetahuan atau keterampilan di bidang tersebut. Minat ini biasanya diikuti oleh tindakan nyata, seperti mengikuti pelatihan, bergabung

dalam komunitas, atau mengejar karier terkait. Minat sedang mengindikasikan adanya ketertarikan yang bersifat netral atau belum sepenuhnya terbentuk, sehingga memerlukan stimulasi atau pengalaman lebih lanjut agar dapat berkembang menjadi minat tinggi.

Sementara itu, minat rendah menggambarkan tingkat ketertarikan yang sangat minim atau hampir tidak ada terhadap suatu bidang atau aktivitas. Individu dalam kategori ini umumnya menunjukkan respons pasif atau bahkan negatif ketika dihadapkan pada bidang tersebut. Namun, penting untuk dicatat bahwa minat bukanlah sesuatu yang bersifat tetap; ia dapat berubah seiring waktu tergantung pada pengalaman, informasi yang diterima, dukungan lingkungan, dan perubahan kebutuhan. Oleh karena itu, hasil pengukuran minat sebaiknya dijadikan dasar pertimbangan yang fleksibel dalam mendukung pertumbuhan dan pengembangan individu.

DAFTAR PUSTAKA

- Acep, I. A. (2024). FUNGSI KELUARGA UNTUK MENCEGAH KEHAMILAN PADA REMAJA. *Jurnal Kesehatan Kartika*, 19(1), 39–46.
- Adhanty, S., & Syarif, S. (2023). Kepatuhan Pengobatan pada Pasien Tuberkulosis dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya: Tinjauan Sistematis. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia*, 7(1), 2.
- Agborsangaya, C. B., Lau, D., Lahtinen, M., Cooke, T., & Johnson, J. A. (2013). Health-related quality of life and healthcare utilization in multimorbidity: results of a cross-sectional survey. *Quality of Life Research*, 22(4), 791–799.
- Amamalia, R., & Taufik, T. (2023). Peran Keluarga Dalam Membentuk Perilaku Anak. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 10(1), 1–13.
- Andriyani, A., Baroroh Barir, S. K. M., Gz, M., Musiana, S. H. I., MM, M. K., Irianto, S. K. M., Yuli Laraeni, S. K. M., Mataram, I. I. K. A., Adiyasa, I. N., & Sulendri, N. K. S. (2024). *Kebijakan Dan Manajemen Program Gizi Masyarakat*. Cendikia mulia mandiri.
- Anggreni, D. (2022). Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan. In *Penerbit STIKes Majapahit*.
- Anjarwati, S., Risdiyanto, A., Deni, A., Hendrawan, L., Melati, M., Flora, H. S., & Christian, F. (2024). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. CV Rey Media Grafika.
- Arganita, T. (2018). *HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN PERILAKU PETUGAS KAMAR BEDAH DALAM PEMBUANGAN SAMPAH MEDIS DAN NON MEDIS DI RUMAH SAKIT X SURABAYA*. Universitas Muhammadiyah Surabaya.
- Arini, H. N., Anggorowati, A., & Pujiastuti, R. S. E. (2022). Dukungan keluarga pada lansia dengan Diabetes Melitus Tipe II: Literature review. *NURSCOPE: Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Ilmiah Keperawatan*, 7(2), 172–180.
- Asna Afifah, V., & Sarwoko. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Pasien Kanker Payudara Yang Menjalani Kemoterapi. *Jurnal Komunikasi Kesehatan*, 10(1), 29–37.
- Asri, D. N., & Suharni, S. (2021). *Modifikasi perilaku: teori dan penerapannya*. Unipma Press.
- Atika, A., & Andriati, N. (2023). *Minat Belajar Anak Slow Learner*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Azhari, M. T., Bahri, A. F., Asrul, M., & Rafida, T. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Bakas, T., McLennon, S. M., Carpenter, J. S., Buelow, J. M., Otte, J. L., Hanna, K. M., Ellett, M. L., Hadler, K. A., & Welch, J. L. (2012). Systematic review of health-related quality of life models. *Health and Quality of Life Outcomes*, 10(1), 1–12.
- Bernadetha, S. K. M., Nurhidayati, S. K., Nasrullah, N., Basri, H. M., ST, S., Bugis, D. A., Kep, N. S. M., Askar, M., Lestari, P., & Pellondou, K. B. Y. (2023). *Pengantar promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. SELAT MEDIA PATNERS.
- Cahyono, E. A., Soedirham, O., & Nurmala, I. (2020). KUALITAS HIDUP PEKERJA SEKSUAL PASCA PENUTUPAN LOKALISASI BALONGCANGKRING KOTA MOJOKERTO: STUDI KUALITATIF. *Jurnal Keperawatan*, 13(1).
- Damanti, E. N. (2021). *Kepercayaan Masyarakat Memilih Obat Herbal Sebagai*

Alternatif Dalam Pengobatan.

- Darsini, D., Fahrurrozi, F., & Cahyono, E. A. (2019). Pengetahuan; Artikel Review. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 13.
- Dewi, Y., Relaksana, R., & Siregar, A. Y. M. (2021). Analisis faktor socioeconomic status (SES) terhadap kesehatan mental: gejala depresi di Indonesia. *Jurnal Ekonomi Kesehatan Indonesia*, 5(2), 3.
- Duhita, R. N. (2020). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Tingkat Kemandirian Lansia Di Desa Taal Tapen Kabupaten Bondowoso. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 8(2), 24–34.
- Farming, F., Yunawati, I., Kurdanti, W., Hardianti, B., Gunawan, D. C. D., Khasana, T. M., Hernianti, H., Dewi, D. P., Prasetyaningrum, Y. I., & Annisa, N. (2023). *Manajemen Program Gizi Teori Dan Praktik*.
- Febriana, L. Z., & Masykur, A. M. (2022). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan efikasi diri pengambilan keputusan karir pada siswa kelas xi sma negeri 1 sayung demak. *Jurnal Empati*, 10(6), 390–396.
- Gagliardi, J., Brettschneider, C., & König, H.-H. (2021). Health-related quality of life of refugees: a systematic review of studies using the WHOQOL-Bref instrument in general and clinical refugee populations in the community setting. *Conflict and Health*, 15(1), 1–14.
- Ginanjarsari, R. L., Estiwidani, D., & Wahyuningsih, H. P. (2020). *Perilaku Remaja Mengenai Penanganan Dismenore Di Kelas Xi Ma Ali Maksum Putri Bantul*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Hamsa, I. B. A., Hermawan, A., & Muhajir, A. M. (2021). *Strategi menurunkan prevalensi gizi kurang pada balita*. Deepublish.
- Harahap, F., Yulandari, M., Asshiddiqi, M. H., & Putri, H. (2024). PEMANFAATAN TEKNOLOGI DIGITAL DALAM PELAYANAN KESEHATAN PUBLIK: SEBUAH TINJAUAN ANALISIS KEBIJAKAN. *Jurnal Kesehatan Unggul Gemilang*, 8(1), 7–15.
- Hidayati, I. (2024). Masalah Gizi Pada Masyarakat. In *Gizi Dan Kesehatan Masyarakat* (Vol. 29).
- Kaptiningsih, B., Suhartini, T., & Rahmat, N. N. (2023). Hubungan peran kader posbindu dengan minat masyarakat dalam pelaksanaan deteksi dini penyakit tidak menular. *Jurnal Keperawatan*, 15(4), 1835–1842.
- Karimi, M., & Brazier, J. (2016). Health, health-related quality of life, and quality of life: what is the difference? *Pharmacoeconomics*, 34(7), 645–649.
- Kristina, K., Judijanto, L., Dewi, R., Kusumaningsih, F. S., & Febriana, D. (2025). *Evidence Based Nursing: Praktik Keperawatan Berbasis Bukti Ilmiah*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Kusuma, T. A., Sidjabat, F. N., Ningrum, B. P., Agustina, I. A., & Pratiwi, I. L. A. (2024). Determinan Kepatuhan Pengobatan Antiretroviral (Arv) Berdasarkan Social dan Condition-related Dimension pada Orang dengan Hiv/aids (Odha) di Kabupaten/kota Kediri. *Askara Jurnal Kesehatan Komunitas (AJKK)*, 1(1), 1–7.
- Lactona, I. D., & Cahyono, E. A. (2024). KONSEP PENGETAHUAN; REVISI TAKSONOMI BLOOM. *Enfermeria Ciencia*, 2(4), 241–257.
- Laili, N., & Tanoto, W. (2021). Model Kepercayaan Kesehatan (Health Belief Model) Masyarakat Pada Pelaksanaan Vaksin Covid-19. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 17(3), 198–207.
- Lailida, T. A., Al Maududdi, A., Septiani, A. W., Febriani, E. L. A., Sulistya, I., Nadiro, N.,

- & Katmawanti, S. (2021). Model Pemberdayaan Masyarakat pada Posyandu: Literature Review. *Prosiding Seminar Nasional" Sport Health Seminar With Real Action" Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Negeri Malang*.
- Lam, J. M. C., & Wodchis, W. P. (2010). The relationship of 60 disease diagnoses and 15 conditions to preference-based health-related quality of life in Ontario hospital-based long-term care residents. *Medical Care*, 380–387.
- Liang, Y., & Wang, X. (2013). Developing a new perspective to study the health of survivors of Sichuan earthquakes in China: a study on the effect of post-earthquake rescue policies on survivors' health-related quality of life. *Health Research Policy and Systems*, 11(1), 1–12.
- Martony, O. (2023). Stunting Di Indonesia: Tantangan Dan Solusi Di Era Modern. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 5(2), 1734–1745. <https://pdfs.semanticscholar.org/37e6/d62df0ac20fdb9219c3f0db21dace99f25c.pdf>
- Maulidah, K., Neni, N., & Maywati, S. (2022). Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Dengan Upaya Pengendalian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Cikampek Kabupaten Karawang. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 18(2).
- Mielck, A., Vogelmann, M., & Leidl, R. (2014). Health-related quality of life and socioeconomic status: inequalities among adults with a chronic disease. *Health and Quality of Life Outcomes*, 12(1), 1–10.
- Muchlis, N., & Kurnaesih, E. (2021). Studi Kualitas Pelayanan Gizi Pasien Dengan Pendekatan Input, Proses, Output Di Instalasi Gizi di RSUD Salewangang Maros. *Journal of Muslim Community Health*, 2(3), 1–14.
- Muslihah, N., Habibie, I. Y., Rahmawati, W., Nugroho, F. A., & Wilujeng, C. S. (2022). *Penelitian Kualitatif Gizi*. Universitas Brawijaya Press.
- Mustaqimah, M., Saputri, R., Hakim, A. R., & Indriyani, R. (2021). Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Pasien di Kabupaten Banjar: Analysis of Factors Related to Patient Compliance in Banjar District. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 7(1), 209–217.
- Nababan, D., Saragih, V. C. D., Yuniarti, T., Yuniarti, E., Andriyani, A., Ardiani, S., Nurhayati, I., & Wahyuningsih, A. (2023). *Gizi dan Kesehatan Masyarakat*. Cendikia Mulia Mandiri.
- Nadirah, N., Pramana, A. D. R., & Zari, N. (2022). *metodologi penelitian kualitatif, kuantitatif, mix method (mengelola Penelitian Dengan Mendeley dan Nvivo)*. CV. Azka Pustaka.
- Nastiti, D., & Laili, N. (2020). Buku ajar asesmen minat dan bakat teori dan aplikasinya. In *Umsida Press*.
- Nidaussa'idah, R., & Nuqul, F. L. (2025). Sistematis Literatur Review: Dukungan Sosial Online Berdampak Positif Pada Kesehatan Mental. *Journal of Psychology and Social Sciences*, 3(1), 1–11.
- Nursalam, N. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan, Pendekatan Praktis*. Salemba Medika.
- Penggalih, M. H. S. T., Trisnantoro, L., Sofro, Z. M., Kusuma, M. T. P. L., Nirmala Dewinta, M. C., Niamilah, I., Anastasia, M., & Susila, E. N. (2021). Analisis kebijakan penempatan ahli gizi sebagai tenaga keolahragaan Indonesia. *Jurnal Keolahragaan*, 9(2), 178–192.

- Pollard, B., Johnston, M., & Dixon, D. (2007). Theoretical framework and methodological development of common subjective health outcome measures in osteoarthritis: a critical review. *Health and Quality of Life Outcomes*, 5(1), 1–9.
- Putri, A., Darmayanti, N., & Menanti, A. (2023). Pengaruh Regulasi Emosi Dan Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Resiliensi Akademik Siswa. *JIVA: Journal of Behaviour and Mental Health*, 4(1).
- Rahmawaty, F., Silalahiv, R. P., Berthiana, T., & Mansyah, B. (2022). Faktor-Faktor yang mempengaruhi kesehatan mental pada remaja. *Jurnal Surya Medika*, 8(3), 276–281.
- Romero, M., Vivas-Consuelo, D., & Alvis-Guzman, N. (2013). Is Health Related Quality of Life (HRQoL) a valid indicator for health systems evaluation? *Springerplus*, 2(1), 1–7.
- Rosa, N. N. (2020). Hubungan dukungan sosial terhadap motivasi belajar daring mahasiswa pada masa pandemi covid-19. *TANJAK: Journal of Education and Teaching*, 1(2), 147–153.
- Salwana, S., Wirya, S., Isnandar, Y., & Marniati, M. (2025). Analisis Gizi Buruk pada Lansia (Literature Review). *Antigen: Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Ilmu Gizi*, 3(3), 56–65.
- Santoso, E. B., Desi, N. M., & SIT, S. (2024). *Buku Ajar Promosi Kesehatan Dan Pendidikan Kesehatan*. Basya Media Utama.
- Santoso, M. D. Y. (2021). Dukungan sosial dalam situasi pandemi covid 19. *Jurnal Litbang Sukowati: Media Penelitian Dan Pengembangan*, 5(1), 11–26.
- Saputro, Y. A., & Sugiarti, R. (2021). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya dan konsep diri terhadap penyesuaian diri pada siswa SMA kelas X. *Philanthropy: Journal of Psychology*, 5(1), 59–72.
- Shalamah, U. H., & Indrawati, F. (2021). Pengaruh bauran pemasaran terhadap minat kunjungan ulang di Balai Kesehatan Masyarakat. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 5(1), 145–157.
- Silvianah, A., & Indrawati, I. (2024). HUBUNGAN KEPATUHAN MINUM OBAT HIPERTENSI DENGAN PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI POSYANDU LANSIA. *Jurnal Keperawatan*, 17(2), 52–61.
- Suhartatik, S. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kepatuhan diet penderita diabetes mellitus. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 8(3), 148–156.
- Sulianta, F. (2025). *Masyarakat Digital: Tren, Tantangan, dan Perubahan di Era Teknologi*. Feri Sulianta.
- Susanto, A. (2017). Peran kader posyandu sebagai agen perubahan perilaku pada ibu hamil dalam upaya menekan angka kematian ibu dan bayi. *Prosiding 2nd Seminar Nasional IPTEK Terapan (SENIT)*, 2(1), 189–193.
- Swarjana, I. K. (2022). *Konsep pengetahuan, sikap, perilaku, persepsi, stres, kecemasan, nyeri, dukungan sosial, kepatuhan, motivasi, kepuasan, pandemi covid-19, akses layanan kesehatan—lengkap dengan konsep teori, cara mengukur variabel, dan contoh kuesioner*. Penerbit Andi.
- Syaddad, I. A., & Putri, D. I. I. (2021). *Teori Belajar Behaviorisme (dalam Perspektif Pemikiran Tokoh-tookohnya)*. Pascasarjana Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Tahir, R., Ilma, A. F. N., Thamrin, S., Samsuddin, H., Hindarwati, E. N., Rusyani, E., Siraj,

- M. L., Witara, K., Sa'dianoor, S., & Rosnani, T. (2023). *Metode Penelitian Sumber Daya Manusia: Panduan Komprehensif*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Theofilou, P. (2013). Quality of life: definition and measurement. *Europe's Journal of Psychology*, 9(1).
- Utama, H. H. U., & Pratiwi, E. P. (2023). Pengaruh Stigma Terhadap Minat Penggunaan Layanan BPJS Kesehatan. *Journal of Economics, Management, Business, and Entrepreneurship*, 1(2), 81–89.
- Vienlentina, R. (2021). Peran Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Regulasi Emosi Anak Dalam Belajar. *Satya Sastraharing: Jurnal Manajemen*, 5(2), 35–46.
- Vizianti, L. (2022). peran dan fungsi pos pelayanan terpadu (Posyandu) dalam pencegahan stunting di kota Medan. *Warta Dharmawangsa*, 16(3), 563–580.
- WHO, W. H. O. (2004). *The world health organization quality of life (WHOQOL)-BREF*. World Health Organization.
- WHO, W. H. O. (2021). *Quality health services and palliative care: practical approaches and resources to support policy, strategy and practice*.
- Wigati, A., & Nisak, A. Z. (2019). Korelasi Perilaku Ibu Dalam Pencegahan Diare Pada Balita. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 10(1), 190–195.
- Wijaya, D. A. P., & Saprowi, F. S. N. (2022). Analisis Dimensi: Dukungan Sosial dan Krisis Usia Seperempat Abad pada Emerging Adulthood. *Psycho Idea*, 20(1), 41–49.
- Wijayanti, R., Sunarti, E., & Krisnatuti, D. (2020). Peran dukungan sosial dan interaksi ibu-anak dalam meningkatkan kesejahteraan subjektif remaja pada keluarga orang tua bekerja. *Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen*, 13(2), 125–136.
- Yadav, V. (2019). Quality of life: Dimensions and measurement. In *Multidimensional Approach to Quality of Life Issues* (pp. 59–67). Springer.
- Yuniarti, E. (2023). Transformasi Pusat Layanan Gizi Masyarakat UNP sebagai Layanan Terpadu Penyakit Sindrom Metabolik: Transformation of the UNP Community Nutrition Service Center as an Integrated Service for Metabolic Syndrome. *Amalee: Indonesian Journal of Community Research and Engagement*, 4(2), 761–769.
- Zaman, N. (2025). *PENGANTAR KESEHATAN MASYARAKAT: Budaya, Etik dan Inovasi Teknologi*. Feniks Muda Sejahtera.