

Komunikasi Kesehatan Berbasis Data Dalam Psikologi Publik

Sri Wahyuni¹ & Hardini Kusumadewi²

¹Pranata Humas Ahli Madya, Direktorat Jenderal Sumber Daya Manusia Kesehatan, Kementerian Kesehatan

²Pranata Humas Ahli Muda, Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan

Komunikasi publik di bidang kesehatan bukan hanya tentang menyampaikan informasi, tetapi juga tentang membentuk persepsi dan mempengaruhi perilaku (Holroyd *et al.*, 2020). Di era digital saat ini, dengan informasi yang melimpah dan misinformasi yang merajalela, strategi komunikasi yang efektif harus mampu memicu kesadaran, mengubah norma, dan mendorong tindakan. Di sinilah psikologi publik dan strategi berbasis data menjadi sangat penting.

Sebagai bagian dari profesi Humas Kementerian Kesehatan yang sehari-hari mengelola data beban penyakit di Indonesia, kami menyadari adanya sinergi yang kuat antara wawasan psikologis dan penceritaan data. Data yang kuat saja tidak menjamin dampak yang besar, kecuali jika disajikan dalam narasi yang menarik, berempati, dan dapat dipercaya.

Artikel ini mengeksplorasi bagaimana psikologi publik dan data beban penyakit dapat diintegrasikan ke dalam strategi komunikasi kesehatan yang berdampak, khususnya untuk penyakit-penyakit katastrofik, seperti kanker, jantung, stroke, dan penyakit ginjal.

Psikologi Publik

Psikologi publik membantu menjelaskan bagaimana seseorang melihat risiko kesehatan dan bagaimana pesan dapat mempengaruhi keputusan dan perilaku. Model dasar yang digunakan adalah model keyakinan kesehatan (*health belief model*), yang menekankan bahwa orang lebih cenderung mengambil tindakan pencegahan ketika mereka menganggap ancaman kesehatan sebagai sesuatu yang serius (Rosenstock, 1974).

Komunikasi kesehatan yang efektif bergantung pada berbagai strategi psikologis yang dirancang untuk beresonansi dengan audiens dan menginspirasi perubahan yang bermakna. Salah satu pendekatan tersebut adalah pembeda-pembedaan pesan positif (*positive message framing*), yang berfokus pada penyorotan manfaat dan imbalan dari penerapan perilaku yang lebih sehat.

Penelitian menunjukkan bahwa menyoroti manfaat lebih efektif daripada pesan berbasis rasa takut (Liu *et al.*, 2025; Gallagher & Updegraff, 2012). Dengan menekankan hasil positif, individu merasa lebih termotivasi dan berdaya untuk bertindak. Misalnya, mengatakan “80% stroke dapat dicegah dengan gaya hidup sehat” lebih persuasif daripada “10.000 orang meninggal karena stroke.” Teknik ampuh lainnya melibatkan penceritaan pribadi (*personal*

storytelling), berbagi kisah autentik dan relevan yang membangkitkan respons emosional. Studi menunjukkan bahwa orang lebih merespon secara emosional terhadap cerita-cerita individual daripada statistik (Shata & Seelig, 2025; Small *et al.*, 2013).

Kisah seorang ayah berusia 45 tahun yang lumpuh setelah terkena stroke lebih mengena daripada data abstrak. Narasi ini menciptakan hubungan antara audiens dan pesan, membuat informasi lebih berkesan dan berdampak. Dengan menerapkan prinsip-prinsip strategi psikologi publik, profesi Humas dapat mengubah pesan kesehatan menjadi kampanye yang dapat mengubah perilaku.

Data Beban Penyakit

Studi Beban Penyakit Global (GBD) yang dilakukan oleh *Institute for Health Metrics and Evaluation* (IHME) menyoroti tantangan kesehatan di seluruh dunia, termasuk Indonesia. Tahun 2021, stroke tercatat sebagai penyumbang terbesar beban penyakit di Indonesia, karena banyak orang kehilangan kesehatan dan produktivitas akibat kondisi ini (IHME, 2021), yang berdampak pada individu di semua kelompok usia, termasuk populasi usia kerja. Hal ini menyoroti implikasi sosial dan ekonomi yang mendalam, karena banyak penderita stroke berada di usia puncak produktivitas mereka.

Sementara itu, peningkatan diabetes di kalangan muda Indonesia menghadirkan tren mengkhawatirkan lainnya. Hal ini bisa mengancam tenaga kerja masa depan dan meningkatkan beban perawatan kesehatan. Selain itu, kanker seperti kanker serviks dan payudara terus memengaruhi perempuan usia subur secara signifikan.

Namun, data saja tidak cukup. Data tersebut harus diterjemahkan ke dalam narasi yang terasa dekat dengan kehidupan sehari-hari (Haapanen *et al.*, 2023). Misalnya, “*satu dari empat kematian akibat stroke terjadi pada individu di bawah usia 60 tahun*”. Contoh lainnya, “*setiap dua jam, seorang wanita di Indonesia meninggal karena kanker serviks*.” Pesan-pesan seperti ini dapat memanusiasikan data dan membuat beban kesehatan terasa mendesak dan mudah dipahami.

Strategi Komunikasi Berbasis Data

Data kesehatan sejatinya bukan sekadar angka. Ia adalah wajah-wajah yang kita jumpai setiap hari, cerita keluarga yang kehilangan, atau harapan yang masih bisa diselamatkan. Tugas Humas adalah menjembatani jarak antara angka dan rasa.

Ada tiga jalan yang bisa ditempuh. Pertama, menyulap data menjadi cerita. Angka bisa berubah jadi peta, infografis, atau kisah nyata penyintas yang membuat publik tergerak. Data

yang kaku pun menjelma menjadi kisah yang menyentuh hati. Kedua, mendengar sebelum bicara.

Setiap audiens punya bahasa sendiri. Anak muda lebih dekat lewat pesan singkat di TikTok; pekerja produktif tersentuh saat bicara tentang biaya dan kehilangan penghasilan; sementara tokoh masyarakat lebih paham jika narasi dibalut nilai moral dan sosial.

Ketiga, menitipkan pesan lewat komunitas. Data global akan terasa lebih hidup jika dikaitkan dengan kisah lokal. Pesan sederhana yang disampaikan lewat forum desa, khutbah di masjid, atau bahkan kode QR di Puskesmas bisa menjadi jembatan pengetahuan sekaligus kepercayaan.

Seperti dikatakan Badan Kesehatan Dunia komunikasi yang menghidupkan partisipasi masyarakat bukan hanya menyebarkan informasi, tetapi juga menumbuhkan rasa percaya (WHO, 2020). Pada akhirnya, Humas kesehatan adalah tentang menjadikan data sebagai cerita, dan cerita sebagai gerakan bersama untuk hidup yang lebih sehat.

Rekomendasi Dari Data ke Aksi

Tantangan yang kita hadapi hari ini, mulai dari meningkatnya penyakit katastrofik hingga derasnya arus misinformasi, membutuhkan pendekatan baru yang lebih manusiawi dan berbasis bukti. Di sinilah peran Humas kesehatan menemukan relevansinya. Humas kesehatan adalah jembatan antara data dan masyarakat. Di tangan Humas, data berubah menjadi bahasa yang mudah dipahami, membangun empati, dan menggerakkan aksi nyata.

Sebagai contoh praktik nyata, pengalaman studi banding secara daring dari Inggris, Korea Selatan, Singapura, dan Australia semakin membuka mata bahwa komunikasi berbasis beban penyakit adalah jalan yang tak bisa ditawar. Di Inggris, keterbukaan data beban penyakit membangun kepercayaan publik.

Di Korea, teknologi digital menjadikan data hidup dan mudah dijangkau masyarakat. Singapura menunjukkan bagaimana koordinasi lintas lembaga membuat pesan kesehatan lebih solid, sementara Australia menekankan pentingnya pendekatan komunitas agar pesan terasa dekat. Dari perjalanan itu kami belajar, data beban penyakit bukan sekadar laporan statistik, melainkan fondasi untuk merancang narasi kesehatan yang jernih, membumi, dan bisa menggerakkan orang untuk berubah. Dari proses studi banding itu, ada lima pelajaran penting yang kami jadikan pegangan. Pertama, data beban penyakit harus ditempatkan di pusat komunikasi, bukan sekadar lampiran laporan, melainkan inti dari pesan publik. Kedua, setiap angka harus dibungkus dengan empati, sebab di balik statistik selalu ada wajah dan cerita manusia.

Ketiga, pesan yang kita sampaikan perlu menyesuaikan diri dengan siapa yang mendengarnya: anak muda, pekerja produktif, atau tokoh masyarakat, masing-masing punya bahasa yang berbeda. Keempat, kekuatan komunikasi terletak pada kolaborasi dengan melibatkan komunitas dan tokoh tepercaya membuat pesan lebih dekat dan dipercaya. Kelima, komunikasi tidak boleh berhenti di satu titik, ia harus terus dievaluasi dan disempurnakan, dengan menjadikan data beban penyakit sebagai kompas untuk menyesuaikan arah.

Pelajaran-pelajaran inilah yang menegaskan bahwa keberhasilan komunikasi kesehatan tidak hanya ditentukan oleh data yang kita miliki, tetapi oleh kemampuan Humas kesehatan untuk mengubah data menjadi narasi yang mudah dipahami, dipercaya, dan relevan dengan konteks lokal serta menjadikannya kisah yang bermakna.

Pengalaman studi banding beban penyakit memperlihatkan betapa pentingnya peran Humas dalam membangun jembatan antara teknokrasi dan publik. Di titik inilah kami percaya, Humas kesehatan memiliki misi mulia, yaitu memastikan setiap informasi berbasis data dapat menggerakkan perubahan, menumbuhkan kepercayaan, dan menjadi warisan bagi kesehatan bangsa di masa depan.