PRINSIP ASAS PELAKSANAAN PROJEK *BEHAVIOURAL INSIGHTS* UNTUK KESIHATAN

Definisi *behavioural insights*

Pendekatan empirikal pelbagai disiplin dan penggunaan teori, kaedah, penyelidikan, alat dan teknik praktikal berdasarkan bidang psikologi, sosiologi, antropologi, komunikasi, pemasaran, ekonomi, pemikiran sistem dan pemikiran reka bentuk untuk memahami bagaimana manusia membuat keputusan untuk bertindak. Seterusnya bagaimana maklumat tersebut digunakan untuk membangunkan strategi intervensi dan dasar kesihatan secara meluas khusus untuk mempengaruhi perubahan sesuatu tingkah laku yang lebih positif.

Definisi sains tingkah laku

Merujuk kepada pemahaman atau kajian saintifik terhadap faktor-faktor yang mempengaruhi tingkah laku manusia. Contohnya mengkaji faktor kenapa seseorang tidak melakukan aktiviti fizikal secara konsisten, kenapa terdapat sesetengah individu masih merokok walaupun tahu keburukannya, faktor pendorong seseorang mengamalkan pemakanan sihat dan lain-lain lagi. Untuk menjalankan kajian saintifik ini teori atau model perubahan tingkah laku adalah dirujuk dan dijadikan panduan seperti Model Kepercayaan Kesihatan, Teori Kognitif Sosial, *Stage of Change Theory*, *Diffusion of Innovation Theory* dan sebagainya.

Definisi projek *behavioural insights*

Bagi sesuatu projek yang dijalankan bagi memenuhi kriteria *behavioural insights,* ia mestilah berasaskan tiga komponen berikut:

Komponen asas bagi memenuhi kriteria sesuatu projek *behavioural insights* adalah:

i) Mengenal pasti tingkah laku sasaran

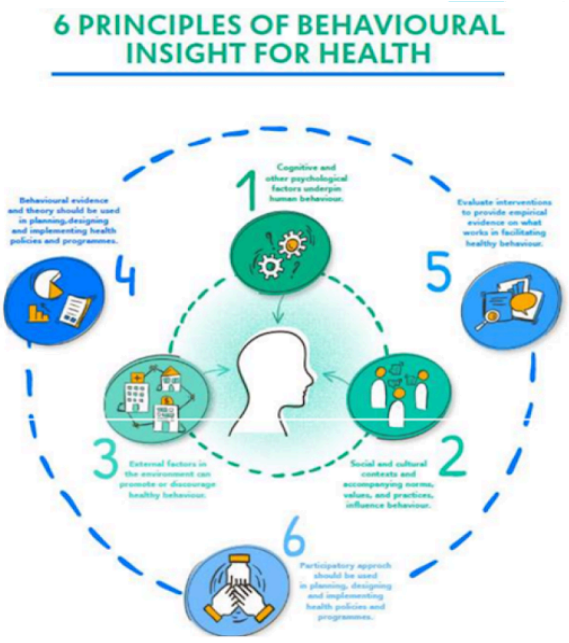
ii) Proses/teori/panduan (contohnya rangka kerja D.D.D.I.E)

iii) Teori perubahan tingkah laku (COM-B, EAST dan lain-lain lagi)

Berdasarkan saranan Laporan *Behavioral Science Around the World Vol.3* yang diterbitkan oleh Pertubuhan Kesihatan Sedunia dan World Bank (2024), mempengaruhi atau mengubah niat atau lain-lain komponen yang berkaitan dengan tingkah laku seperti pengetahuan dan sikap boleh dikategorikan sebagai projek *behavioural insights* jika komponen tersebut adalah sebahagian daripada strategi/intervensi yang akan dibangunkan untuk mengubah tingkah laku yang disasarkan.

Prinsip pendekatan *behavioural insights* untuk kesihatan

Melihat kepada isu-isu kesihatan awam dari perspektif tingkah laku, ia memerlukan tumpuan yang khusus untuk diberikan kepada individu/kumpulan tertentu dan konteks di mana tingkah laku itu berlaku. Strategi dan intervensi kesihatan awam berpotensi untuk memberi kesan terhadap perubahan tingkah laku jika ia disasarkan spesifik kepada faktor pendorong (*enablers*) dan halangan (*barriers*) kepada tingkah laku tersebut. Pertubuhan Kesihatan Sedunia menerusi Kumpulan Penasihat Teknikal untuk *behavioural insights* dan sains tingkah laku telah mengesyorkan enam prinsip behavioural insights dan sains tingkah laku untuk kesihatan.



Rajah 1: Enam prinsip pendekatan *behavioural insights* untuk kesihatan

Prinsip 1 hingga 3 menjelaskan tiga jenis pengaruh berbeza terhadap tingkah laku; (i) faktor kognitif dan psikologi (termasuk motivasi dan emosi); (ii) faktor budaya dan sosial (seperti norma sosial); dan (iii) faktor persekitaran (seperti struktur fizikal, keadaan ekonomi, sosial dan politik semasa). Ketiga-tiga faktor ini umpama satu ekosistem yang berinteraksi antara satu sama lain dalam membentuk tingkah laku manusia samada secara individu atau berkumpulan. Data berkaitan isu-isu kesihatan awam yang diperolehi samada menerusi kajian, pemerhatian, rekod dan dokumen sedia ada perlu dianalisa dengan teliti dan ditafsir secara tepat. Hasilnya dapat memberi data gambaran menyeluruh mengenai faktor pendorong (*enablers*) dan halangan (*barriers*) terhadap sesuatu tingkah laku yang menjadi sasaran untuk diubah.

Prinsip 4 hingga 6 pula menjelaskan bahawa strategi dan intervensi kesihatan awam yang dibangunkan dan dilaksanakan perlu berdasarkan bukti saintifik dan berpandukan oleh teori, model atau rangka kerja yang sesuai. Seterusnya proses penilaian strategi dan intervensi kesihatan awam pula perlu dilakukan untuk mengenal pasti kebolehlaksanaannya. Ia dapat menjadi data asas bagi penambahbaikan strategi dan intervensi kesihatan awam di masa akan datang. Akhir sekali, dengan pemahaman yang mendalam secara menyeluruh mengenai isu tingkah laku yang menjadi sasaran untuk diubah, adalah penting agar kumpulan sasaran tersebut dilibatkan (*participatory approach*) dalam fasa pembangunan strategi dan intervensi kesihatan supaya hasilnya akan lebih relevan dengan konteks kumpulan sasar tersebut. Selain itu, penglibatan pemegang taruh juga dilihat sebagai satu keperluan supaya strategi dan intervensi kesihatan awam yang dibangunkan bersifat menyeluruh dan mewujudkan rasa kekitaan (*sense of belonging*) dalam kalangan semua pihak yang terlibat.

Penggunaan pendekatan *behavioural insights* bukanlah bermaksud kita mengubah secara keseluruhan strategi dan dasar kesihatan, tetapi pendekatan ini membantu untuk mengkaji dan menilai semula serta menambah baik sistem kesihatan yang sedia ada. Samada pendekatan ini membawa hasil positif atau tidak, ia perlu diambil kira sebelum kita meluaskan sesuatu strategi atau dasar kesihatan. Ini dapat mengelakkan supaya strategi dan dasar ini tidak dibangunkan secara andaian semata-mata. Pendekatan *behavioural insights* memainkan peranan yang sangat penting dalam membolehkan penggubal dasar untuk memahami perlakuan manusia danseterusnya meningkatkan kecekapan dalam penggubalan dasar. Penggunaan pendekatan ini dalam penggubalan dasar akan membolehkan bukti dan dapatan daripada sains sosial dimanfaatkan, yang bukan sahaja berkesan tetapi juga dapat memenuhi keperluan rakyat yang pelbagai. Penerapan pendekatan *behavioural insights* dalam penggubalan dasar juga akan menggalakkan pembangunan model tadbir urus kesihatan yang lebih berpaksikan kepada rakyat.