

## Membentuk Kebiasaan Baru memakai Masker di Kafe melalui Intervensi Adaptif = Developing a New Habit of Wearing Face Masks in Cafes through Adaptive Interventions

Aisya Maura, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920523782&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Kebiasaan memakai masker merupakan kebiasaan positif yang berdampak pada kesehatan dalam jangka waktu panjang. Di Indonesia, kebiasaan memakai masker belum terbentuk. Intervensi ini bertujuan untuk menguji efektivitas intervensi adaptif dalam membentuk kebiasaan memakai masker di kafe dibandingkan dengan intervensi tunggal. Penulis mengombinasikan tiga bentuk intervensi, yaitu fear appeal berbasis antropomorfisme, reaktansi, dan lisensi moral, yang diberikan secara bertahap berdasarkan respons partisipan. Penulis mengajukan klaim bahwa intervensi adaptif akan meningkatkan jumlah pemakaian masker saat di kafe dan membentuk kebiasaan memakai masker yang lebih tinggi dibandingkan intervensi tunggal. Klaim pertama diuji pada 135 partisipan yang tidak memakai masker saat masuk atau menunggu pesanan di kafe, sedangkan klaim kedua diuji pada 96 partisipan yang mengisi kuesioner satu minggu setelah intervensi dan berkunjung ke kafe setelah menerima intervensi. Hasilnya, intervensi adaptif maupun intervensi tunggal tidak efektif meningkatkan jumlah pemakaian masker di kafe. Pada pembentukan kebiasaan, intervensi adaptif tidak lebih unggul dibandingkan intervensi tunggal dalam meningkatkan mean post-test SRBAI (Self-Report Behavioural Automaticity Index). Kombinasi intervensi fear appeal berbasis antropomorfisme dan lisensi moral justru menunjukkan dampak negatif terhadap pembentukan kebiasaan memakai masker setelah makan-minum di kafe. Temuan mengindikasikan bahwa intervensi adaptif berpotensi meningkatkan efektivitas intervensi sosial dengan tantangannya tersendiri.

.....Wearing masks as a habitual practice holds significant importance due to its positive impact on long-term health. However, in Indonesia, the adoption of mask-wearing habits remains relatively low and insufficient. This intervention aims to examine the effectiveness of an adaptive intervention compared to a fixed intervention in developing mask-wearing habits in cafes. The adaptive intervention combines three strategies: anthropomorphism-based fear appeal, reactance, and moral licensing, which are administered sequentially based on participant needs and responses. Our claims posited that the adaptive intervention would result in a greater number of mask-wearing instances and higher mask-wearing habits than the fixed intervention. The first claim is examined in a sample of 135 participants who don't wear masks upon entering or while waiting for their orders in cafes, while the second claim is tested on 96 participants who has completed a post-intervention questionnaire and subsequently visited a caf. The results showed that both adaptive interventions and fixed interventions were ineffective in increasing mask usage in cafes. In terms of habit formation, adaptive interventions did not outperform fixed interventions in improving the mean post-test SRBAI (Self-Report Behavioural Automaticity Index). The combination of fear appeal interventions based on anthropomorphism and moral licensing had a negative impact on the habit formation of wearing masks after eating or drinking in cafes. These findings suggest that adaptive interventions have the potential to enhance the effectiveness of social interventions, but they come with their own challenges.