



## Upaya Pemberdayaan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat dengan Penyuluhan Kesehatan Di Kelurahan Purwosari, Kecamatan Mijen, Kota Semarang

*Empower The Healthy Living Community Movement with Health Promotion in Purwosari Village, Mijen District, Semarang City*

Merry Tiyas Anggraini<sup>1</sup>, Aisyah Lahdji<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang

Corresponding author : [merry.tyas@unimus.ac.id](mailto:merry.tyas@unimus.ac.id)

### Abstrak

Pemberdayaan Masyarakat diartikan sebagai upaya untuk meningkatkan peran serta masyarakat agar dapat menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari, dapat mengatasi secara mandiri masalah kesehatan yang dihadapi, mempunyai peran aktif dan juga mampu menjadi penggerak untuk mewujudkan pembangunan kesehatan di Indonesia. GERMAS (Gerakan Masyarakat Hidup Sehat) merupakan suatu gerakan masyarakat yang mempunyai tujuan untuk mengkampanyekan budaya hidup bersih dan sehat serta himbuan untuk merubah kebiasaan serta perilaku masyarakat Indonesia yang kurang sehat. Untuk mencapai upaya tersebut maka di selenggarakan kegiatan yang bertujuan untuk menggerakkan dan memberdayakan masyarakat untuk hidup sehat, berupa penyuluhan bagi masyarakat di RW 2 Kelurahan Purwosari tentang GERMAS. Kegiatan ini dilakukan agar dapat memberdayakan masyarakat agar mau dan mampu untuk hidup sehat. Metode kegiatan ini adalah dengan melakukan kegiatan penyuluhan Kesehatan tentang GERMAS. Dilakukan pre-test, dan post test terhadap warga masyarakat yang hadir untuk menilai keefektifan kegiatan. Pertanyaan dalam pre test dan post test mengacu pada pengetahuan tentang GERMAS. Kegiatan penyuluhan dilaksanakan pada tanggal 7 Maret 2020. Jumlah peserta penyuluhan yang hadir yaitu 115 peserta. Lokasi penyuluhan di wilayah RW 2 Kelurahan Purwosari, Mijen, Semarang. Rata-rata nilai pre test peserta yaitu 82 rata-rata nilai post test peserta yaitu 95. Terdapat peningkatan pengetahuan peserta penyuluhan sebelum dan setelah pemaparan materi yang dibuktikan dengan nilai rata-rata post-test peserta penyuluhan mengalami peningkatan. Penyuluhan tentang GERMAS terbukti dapat meningkatkan pengetahuan warga masyarakat tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat. Dengan meningkatnya pengetahuan diharapkan dapat meningkatkan partisipasi warga dalam pelaksanaan GERMAS di RW 2 kelurahan Purwosari, Mijen, Semarang

**Kata kunci :** GERMAS, penyuluhan Kesehatan

### Abstract

*Community Empowerment is defined as an effort to increase community participation in order to implement clean and healthy living habits in everyday life, be able to independently solve health problems, have an active role and be able to become a driving force for realizing health development in Indonesia. GERMAS (Healthy Living Community Movement) is a community movement that has the aim of campaigning for a culture of clean and healthy living and an appeal to change the habits and behavior of Indonesians who are less healthy. To achieve these efforts, activities aimed at mobilizing and empowering people to live healthy were held, in the form of counseling for the community in RW 2 of Purwosari Urban Village about GERMAS. This activity is carried out in order to empower people to be willing and able to live healthy. The method of this activity is to conduct health education activities about GERMAS. A pre-test and a post-test were conducted on the community members who attended to assess the effectiveness of the activity. The questions in the pre test and post test refer to knowledge about GERMAS. Extension activities were held on March 7, 2020. The number of extension participants who attended was 115 participants. The location of the counseling is in the area of RW 2, Purwosari Village, Mijen, Semarang. The average pre-test score of the participants was 82, the average post-test score of the participants was 95. There was an increase in the knowledge of the participants before and after the presentation of the material as evidenced by the post-test average score of the extension participants has increased, Education about GERMAS is proven to improve knowledge of the community*

*about the Healthy Living Community Movement. With the increase in knowledge, it is hoped that it can increase citizen participation in the implementation of GERMAS in RW 2, Purwosari, Mijen, Semarang.***Keywords** : GERMAS, health promotion

## PENDAHULUAN

Pemberdayaan Masyarakat dapat diartikan sebagai upaya untuk meningkatkan peran serta masyarakat agar dapat menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari, dapat mengatasi secara mandiri masalah kesehatan yang dihadapi, mempunyai peran aktif dan juga mampu menjadi penggerak untuk mewujudkan pembangunan kesehatan di Indonesia<sup>1</sup>. Untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat, pemerintah Republik Indonesia telah mencanangkan program yaitu GERMAS.

GERMAS (Gerakan Masyarakat Hidup Sehat) merupakan suatu gerakan masyarakat yang mempunyai tujuan untuk mengkampanyekan budaya hidup bersih dan sehat serta himbuan untuk merubah kebiasaan serta perilaku masyarakat Indonesia yang kurang sehat. Kesehatan adalah tanggung jawab bersama dari masing-masing individu sebagai bagian dari masyarakat, juga pemerintah dan swasta. Meskipun pemerintah telah berusaha melakukan berbagai program untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat, akan tetapi apabila tidak diikuti dengan kesadaran dari masing-masing individu dan masyarakat untuk selalu menjaga kesehatan mereka secara mandiri, maka hasil yang akan dapat dicapai juga akan sangat sedikit. Kebiasaan dan perilaku hidup bersih dan sehat serta meningkatnya pengetahuan dan kemampuan masyarakat dalam memilih dan mengakses pelayanan kesehatan yang bermutu akan mendukung keberhasilan pembangunan kesehatan. Upaya untuk mendorong tingkat kemandirian masyarakat agar dapat hidup sehat merupakan salah satu upaya kesehatan pokok atau misi sektor kesehatan<sup>2</sup>.

Untuk dapat meningkatkan kesadaran, kemampuan dan kemauan hidup sehat, maka masyarakat diharapkan dapat berperan aktif dalam upaya memelihara dan meningkatkan derajat kesehatannya sendiri yang dapat dimulai dengan sesuatu hal yang kecil terlebih dahulu seperti mengetahui dan memahami program yang sudah berjalan yaitu GERMAS dan berusaha untuk menerapkan poin-poin GERMAS dalam kehidupan sehari-hari<sup>2</sup>. Untuk mencapai upaya tersebut maka di selenggarakan kegiatan yang bertujuan untuk menggerakkan dan memberdayakan peran serta masyarakat agar dapat hidup bersih dan sehat, dengan memberikan penyuluhan bagi seluruh masyarakat di kelurahan Purwosari. Agar masyarakat dapat dan mampu untuk hidup sehat, maka diperlukan pengetahuan tentang masalah-masalah dan faktor-faktor apa saja yang dapat mempengaruhi kesehatannya, baik sebagai individu, keluarga, ataupun sebagai bagian dari masyarakat<sup>3,4</sup>.

Kegiatan Pengabdian pada Masyarakat ini diawali dengan kegiatan perencanaan dan perijinan yang dilakukan sejak bulan Januari 2020, diawali dengan pertemuan dengan pihak-pihak terkait seperti Kepala Puskesmas Karangmalang, Kepala Kelurahan Purwosari beserta jajarannya. Kemudian dilanjutkan dengan kegiatan survey ke warga masyarakat RW 2 Kelurahan Purwosari, Kecamatan Mijen, Kota Semarang pada akhir bulan Januari 2020 untuk mengetahui permasalahan dan penyebab masalah yang ada di dalam masyarakat. Adapun kegiatan Pengabdian Masyarakat dilaksanakan pada bulan Maret 2020.

Berdasarkan survey menggunakan kuisioner tentang GERMAS yang telah dilakukan oleh mahasiswa FK UNIMUS yang melakukan kegiatan Praktek Belajar Lapangan di wilayah kerja Puskesmas Karangmalang, khususnya di RW 2 Kelurahan Purwosari diperoleh 2 indikator dengan capaian terendah antara lain pengetahuan masyarakat tentang GERMAS yang masih sangat rendah



dan kesadaran masyarakat untuk melakukan cek kesehatan secara berkala. Untuk menentukan penyebab masalah, maka dilakukan analisis menggunakan teori Lawrence-Green. Dari hasil analisis diketahui bahwa masyarakat kurang mendapat sosialisasi dan informasi tentang GERMAS serta pentingnya pemeriksaan Kesehatan secara berkala. Alternatif pemecahan masalah yang disetujui dalam rapat Musyawarah Masyarakat Kelurahan yang dihadiri 12 orang, antara lain Kepala Puskesmas Karangmalang dan Kepala Kelurahan Purwosari beserta jajarannya pada tanggal 9 Februari 2020 adalah penyuluhan tentang GERMAS.

## **METODE**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah berhasil dilaksanakan dengan baik pada hari Selasa tanggal 7 Maret 2020, bertempat di RW 2 Kelurahan Purwosari, Kecamatan Mijen, Kota Semarang. Sebelum pelaksanaan kegiatan penyuluhan didahului dengan dilakukan pre-test, dan post-test setelah dilakukan penyuluhan terhadap warga masyarakat yang hadir dalam kegiatan tersebut untuk menilai keefektifan kegiatan. Pertanyaan mengacu pada pengetahuan tentang GERMAS. Khalayak sasaran dalam kegiatan ini adalah seluruh masyarakat RW 2 Kelurahan Purwosari, Kecamatan Mijen, Kota Semarang. Bahan dan alat yang digunakan adalah Laptop, LCD Proyektor, meja, kursi, serta alat tulis. Semua bahan dan alat disediakan oleh Panitia, sedangkan dana untuk pelaksanaan kegiatan ini seluruhnya didukung oleh Fakultas Kedokteran UNIMUS. Target luaran yang akan dihasilkan adalah:

- a. Pengetahuan dan pemahaman masyarakat terhadap GERMAS meningkat
- b. Meningkatnya kesadaran masyarakat tentang pentingnya penerapan GERMAS dalam kehidupan sehari-hari

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penyuluhan kesehatan tentang GERMAS bagi warga masyarakat RW 2 Kelurahan Purwosari, Kecamatan Mijen, Kota Semarang. Metode penyuluhan dengan cara pemaparan materi dengan powerpoint dan disajikan dengan bantuan LCD proyektor. Sebelum penyuluhan dilakukan pretes dan sesudahnya dilakukan post tes untuk menilai adanya peningkatan pengetahuan dari masyarakat tentang GERMAS. Penyuluhan kesehatan dilakukan oleh dr. Merry Tiyas Anggraini, MKes dan dr. Aisyah Lahdji, MM, MMR sebagai bentuk pengabdian kepada masyarakat. Kegiatan ini juga dihadiri oleh mahasiswa FK UNIMUS sebagai bentuk pembelajaran lapangan.

Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan tentang GERMAS, pengetahuan masyarakat mengalami peningkatan yang cukup signifikan mengenai penerapan GERMAS dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini ditunjukkan dengan peningkatan nilai post tes dibandingkan nilai pretes yang telah dilakukan.

Warga masyarakat sekitar RW 2 Kelurahan Purwosari, Kecamatan Mijen, Kota Semarang sangat antusias dan mendukung suksesnya kegiatan ini. Jumlah masyarakat yang dilayani pemeriksaan kesehatan dan penyuluhan kesehatan sebanyak 115 orang. Warga masyarakat sangat berharap kegiatan ini dapat rutin dilakukan di wilayah tempat tinggal mereka. Suasana dalam lingkungan saat kegiatan berlangsung kondusif, interaktif, dan warga sangat antusias. Tingkat pengetahuan warga tentang GERMAS sebelum pemberian materi penyuluhan nilai rata-rata adalah 82 %, setelah dilakukannya pemberian materi penyuluhan nilai rata-rata menjadi 95 %. Keberhasilan penyuluhan dinilai dari peningkatan pengetahuan sebanyak (23 %). Faktor pendukung keberhasilan penyuluhan yang dilaksanakan adalah sikap kooperatif peserta, antusias



dari warga dan tokoh masyarakat yang tinggi, dan juga bantuan dari tokoh masyarakat dalam melaksanakan kegiatan ini.



Gambar 1  
Pelaksanaan Pre test  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Gambar 2  
Pelaksanaan Musyawarah Masyarakat Desa  
Sumber : Dokumentasi Pribadi

## KESIMPULAN

Hasil yang diperoleh dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah terlaksananya penyuluhan kesehatan mengenai GERMAS pada warga masyarakat RW 2 Kelurahan Purwosari, Kecamatan Mijen, Kota Semarang. Terdapat peningkatan pengetahuan peserta penyuluhan sebelum dan setelah pemaparan materi yang dibuktikan dengan nilai rata-rata post-test peserta

penyuluhan mengalami peningkatan, Penyuluhan tentang GERMAS terbukti dapat meningkatkan pengetahuan warga masyarakat tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

Departemen Kesehatan Republik Indonesia. UU Nomor 36 Tahun 2009 : Tentang Kesehatan. Jakarta : Departemen Kesehatan. 2009.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Buku Panduan GERMAS. 2016

Lembaga Administrasi Negara Republik Indonesia. Modul Pendidikan Dan Pelatihan Kepemimpinan Tingkat IV Pemecahan Masalah Dan Pengambilan Keputusan (PMPK). Jakarta: Lembaga Administrasi Negara Republik Indonesia; 2008.

Notoatmodjo, S. Kesehatan Masyarakat Ilmu dan seni. Ed-revisi 2011. Jakarta: Rineka Cipta: 2007

