KESMAS
Empower Locally Engaged Globally
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
UNGGUL
AKREDITASI LAM-PTKes
Kampus Merdeka
INDONESIA JAYA



Proceeding

SEMINAR NASIONAL & CALL FOR PAPER ONLINE

Strategi Integrasi Layanan Kesehatan Primer Berkelanjutan: Sinergi Kebijakan, Akademisi, dan Praktik Lapangan

Surakarta, 27 Mei 2025

Program Studi Kesehatan Masyarakat
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Jl. A. Yani, Pabelan, Kartasura, Surakarta,
Jawa Tengah 57162

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga *Proceeding* Seminar Nasional **"Strategi Integrasi Layanan Kesehatan Primer Berkelanjutan: Sinergi Kebijakan, Akademisi, dan Praktik Lapangan"** ini dapat tersusun dan diterbitkan dengan baik.

Buku *Proceeding* ini memuat kumpulan artikel ilmiah yang telah dipresentasikan dalam rangkaian kegiatan seminar. Setiap artikel mencerminkan kontribusi pemikiran, penelitian, dan inovasi dari berbagai kalangan dosen, peneliti, mahasiswa, hingga praktisi yang berupaya menjawab tantangan dalam layanan kesehatan primer secara holistik dan berkelanjutan.

Beragam tema yang diangkat dalam *proceeding* ini menunjukkan keberagaman perspektif dalam bidang kesehatan, mulai dari pengembangan media edukasi, isu-isu kesehatan masyarakat, pemanfaatan teknologi dalam layanan kesehatan, hingga strategi pemberdayaan komunitas. Semua tulisan ini diharapkan dapat memperkaya wacana keilmuan serta menjadi referensi bagi pengambilan kebijakan dan praktik lapangan.

Kami menyampaikan apresiasi yang setinggi-tingginya kepada seluruh penulis atas partisipasi dan kontribusi ilmiahnya. Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada para reviewer, moderator, serta seluruh panitia yang telah bekerja dengan penuh dedikasi dalam menyelenggarakan seminar ini hingga berhasil menghimpun karya-karya yang berkualitas.

Kami menyadari bahwa penyusunan *Proceeding* ini masih memiliki kekurangan. Oleh karena itu, kami terbuka terhadap segala bentuk masukan demi penyempurnaan pada penyelenggaraan dan penerbitan berikutnya.

Semoga *Proceeding* ini dapat menjadi sumber inspirasi dan informasi yang bermanfaat dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan peningkatan kualitas layanan kesehatan di Indonesia.

Surakarta, 27 Mei 2025
Salam hormat,
Ketua Prodi Kesehatan Masyarakat

Dr. Yuli Kusumawati, SKM., M.Kes (Epid)

DAFTAR ISI

PENELITIAN			
ID	**Judul**	**Halaman**	**Penulis**
550	*The Relationship Between Knowledge And Motivation Of Mothers With Immunization Compliance In Toddlers In Lembang Tondon Working Area Of The Tondon Health Center, NorthToraja, 2022* Hubungan Pengetahuan Dan Motivasi Ibu Dengan Kepatuhan Imunisasi Pada Balita Di Lembang Tondon Wilayah Kerja Puskesmas Tondon Kabupaten Toraja Utara Tahun 2022	1-11	Chris Manguma, Fariani Syarul, Etty Manguma
554	Efektivitas Dan Hambatan Layanan Kesehatan Terhadap Kepatuhan Pengobatan Antiretroviral Pada Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA): Literature Review	12-28	FitriAngraeni, LusytaPuri Ardhiyanti
558	Analisis Jenis Pekerjaan, Baban Kerja dan Kelelahan Kerja Pada Angggota Bangunan Keluarga Utama (MKU) di Kabupaten Magelang	29-53	
560	Urgensi Edukasi Kesehatan Reproduksi Dalam Mencegah	54-65	Chalissa Septi Rachmaniar, Selvia Dini Aggraini, Dinda Putri

	Insecure Siswa Sekolah Menengah Pertama *The Urgency Of Reproductive Health Education In Preventing Insecurity In JuniorHigh School Students*		Wulandari, Istijabath, Aurelia Pramudyasari Sutadi
561	Layanan Kesehatan Mental Melalui Friday And Fun (Frindafun) Dalam Menangani Deprivasi Pada Lansia	66-81	Alda Anggoro, Dina Putri, Dwika Muhammad, Fitriyatul Mahfudloh, M. Khusni Mubarok, M. Rizky, Vinisha Rahma
562	Self Talk Sebagai Upaya Resiliensi Ibu Dengan Baby Blues	82-95	Rossi Muhammad Iqbal, Putri Sulistyawati, Oktavia Kartikasari,Ainun Nisa
564	Peran Generasi Dalam Fenomena FOMO: Dampaknya Terhadap Adiksi Media Sosial	96-105	Happy Novriyanti Purwadi1, Novita Dwi Wulan Suci, Dieta Nurrika, Kamaluddin Latief
566	Pengembangan Dan Uji Validitas Isi Media Edukasi Gizi Berupa Buku Saku *Personal Hygiene* Untuk Pencegahan Diare Bagi Anak Sekolah Dasar	106-117	FathiyaNur'aini Azizah,Setyaningrum Rahmawaty
568	Analisis Kualitas Laboratorium Di SMA Negeri 4 Jambi Dalam Mencapai Standar Nasional Pendidikan (SNP)	118-132	Chalissa Septi Rachmaniar, Selvia Dini Aggraini, Dinda Putri Wulandari, Istijabath, Aurelia Pramudyasari Sutadi
579	Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dan Faktor Predisposisi Dengan Keaktifan Ibu Balita Di	133-145	Chreisye K. F. Mandagi, Dumilah Ayuningtyas

	Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Tumpaan Minahasa Selatan		
642	Gambaran Pengetahuan Pencegahan Hipertensi Pada Remaja Dusun Wonosari	146-153	

PENGABDIAN MASYARAKAT			
ID	**Judul**	**Halaman**	**Penulis**
582	Pelatihan Pengolahan Sampah Organik Menjadi Pupuk Kompos Di Desa Tegalsari, Weru, Sukoharjo	154-163	Rezania Asyfiradayati, Muhammad Arsa Bhuwana, Salsabilla Ma'anna
634	Strategi Pemberantasan Nyamuk *Aedes Aegypti* Melalui Penyuluhan DBD Dan Pembuatan *Ovitrap* Di Dusun 3 Desa Tegalsari, Weru, Sukoharjo	164-180	Ahmad Rijani, Ameilia Nurhadiyastuti, Salma Chintana Putri, Najma Thaula Sari Dewi, Siska Oktaviani Pratiwi, Isnaini Anjar Pangestuti, Puspita Intan Pratiwi, Ilma Khoirunissa, Sri Utami, Dwi Linna Suswardany
635	Satu Langkah Untuk Bumi : Strategi Pengolahan Sampah Berbasis 3R	181-192	Iclashul Bintang Prakusya, Nilna Minati Najibah, Fatihatul Qolby, Cynthia Agustina, Silvy Adella Puspitasari, Adita Armelia Sandra, Nabita Regina Intan, Puput Putri Prastiwi, Aulya Rahma Santi, Endang Setyaningsih, Sri Indra Kurnia
636	Penyuluhan DBD Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Dalam Pencegahan DBD Di Desa Tegalsari	193-203	Nur'aini Widia Santosa, Anaelia Syakilla Maharatna, 168-12Meylia Puspitasari, Avisa Silviana Adi Astuti, Muhammad Naufal Mizan Auladi,

			Najla Khalisha Yafi, Inasya Safira Ramadiani Putri Adi, Viona Diva Indi Astra Fatoni, Sri Utami, Dwi Astuti
637	Upaya Pencegahan Demam Berdarah Melalui Penyuluhan Demam Berdarah Dan Demonstrasi Pembuatan *Spray* Anti Nyamuk Dari Kulit Jeruk	204-213	Ilham Nur Ahmadyani, Septiana Ratnawati, Fanni Rachma Agustin, Alya Tsurrayya, Chindy Fatma Zahara Wijanarko, Mifta Huljana Bakung, Dhea Putri Mardiyanti, Afiyah Nur Azizah, Junita Putri Salsabila, Sri Utami, Rezania Asyfiradayanti
638	Upaya Peningkatan Kesadaran Masyarakat Untuk Penanggulangan Demam Berdarah Dengue Di Dusun IV Desa Tegalsari	214-226	Najma Azizah Nurrahmah, Faturohit Rois Imron Santoso , Qoonitah Az Zahra, Nabila Lutfiana Putri, Seffiana Febri Nuraisa, Salma Khoirunnisa, Elvina Safarinda, Septina Ummi Latifah, Virgitha Pramesti Agustianty, Sri Utami , Sheena Ramadhia Asmara Dhani
640	Penyuluhan Kesehatan dan Demonstrasi Memasak Puding Labu Siam sebagai Alternatif Makanan Sehat untuk Mengelola Hipertensi Warga Dusun 3 Desa Karanganyar	227-241	Fery Irawan, Ega Tanaya, Riyakhul Janah, Luthfi Raissa Shahda, Annisa Nur Rahmah, Faizatul Alfiyah, Rizky Amalia Nur'aini, Sri Utami, Salsabila Purnamasari
643	Penyuluhan Diabetes Melalui Program Langkah Manis (Lawan Gula Kendalikan Diabetes Melitus dengan Manis Alami)	242-252	Dewi Amanda Octaviana, Sabela Riska Pratiwi, Ahmad Nur Faiz, Pinkan Puspita Kinanty, Wahida Fitria Fatmasari, Fadila Aurelya Putri, Fitriana Fatika Khaerani, Mayang Anggraini, Betty Intan Pratiwi, Denny Saptono

			Fahrurodzi, Jenita Berlian Nindyasari

Hubungan Pengetahuan dan Motivasi Ibu Dengan Kepatuhan Imunisasi Pada Balita Di Lembang Tondon Wilayah Kerja Puskesmas Tondon Kabupaten Toraja Utara Tahun 2022

Chris Manguma[1] , Fariani Syahrul[2], Etty Manguma[3]

[1,2] Prodi Epidemiologi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga, Surabaya, Jl. Mulyorejo Kampus C, 60115, Indonesia
[3]Puskesmas Tondon, Toraja Utara, Jl. Embang, Tondon Matalo, Kec. Tondon, 91832, Indonesia

E-mail *corresponding author:* mangumachris@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Imunisasi sangat penting diberikan pada anak sejak lahir untuk menurunkan angka kematian dan kesakitan pada bayi akibat penyakit yang dapat dicegah dengan imunisasi. Masih belum optimalnya cakupan imunisasi di beberapa daerah dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya faktor predisposisi yang terwujud dalam pengetahuan, sikap, kepercayaan, keyakinan serta nilai-nilai. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan motivasi ibu dengan kepatuhan imunisasi pada balita di Lembang Tondon wilayah kerja Puskesmas Tondon Kabupaten Toraja Utara Tahun 2022. **Metode:** Penelitian ini menggunakan penelitian retrospektif dengan desain *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu yang mempunyai balita di Lembang Tondon berjumlah 129 balita, dan sampel dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki balita di Lembang Tondon sebanyak 97 balita. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Agustus-November 2022. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan lembar kuesioner dan buku KMS balita. Analisis yang digunakan Chi-Square. **Hasil:** Pengetahuan ibu tentang imunisasi mayoritas berada pada kategori baik, yaitu sebanyak 60 responden (61,9%), Motivasi ibu dalam pemberian imunisasi juga mayoritas berada pada kategori tinggi sebanyak 71 responden (65,9%). Sedangkan kepatuhan ibu dalam pemberian imunisasi pada balita mayoritas berada pada kategori patuh sebanyak 63(64,9%). Pada variabel pengetahuan, nilai p value 0,002 (<0,05) dan pada variabel motivasi nilai p value 0,000 (<0,05). **Simpulan**: Terdapat hubungan antara pengetahuan ibu dengan kepatuhan imunisasi pada balita di Lembang Tondon serta hubungan antara motivasi ibu dengan kepatuhan imunisasi pada balita di wilayah kerja Puskesmas Tondon Kabupaten Toraja Utara Tahun 2022. Meskipun seluruh balita telah diimunisasi, masih ada yang tidak menerima imunisasi sesuai jadwal, yang menunjukkan bahwa kepatuhan ibu dalam memberikan imunisasi masih kurang.

***Kata Kunci** : Balita, Imunisasi, Kepatuhan Imunisasi, Pengetahuan, Motivasi*

ABSTRACT

Introduction: Immunization is very important given to children from birth to reduce infant mortality and morbidity due to diseases that can be prevented by immunization. The still not optimal immunization coverage in several regions is influenced by several factors, including predisposing factors which are manifested in knowledge, attitudes, beliefs, beliefs and values. The aim of the study was to find out the relationship between

mother's knowledge and motivation and immunization compliance for toddlers in Lembang Tondon, the working area of the Tondon Health Center, North Toraja Regency, in 2022. **Methods:** The research design used was a retrospective study with a cross-sectional approach, which is an approach where data collection for independent and dependent variables is carried out simultaneously. The population in this study were all mothers who had toddlers in Lembang Tondon totaling 129 toddlers, and the sample in this study were mothers who had toddlers in Lembang Tondon as many as 97 toddlers. This research was conducted in August-November 2022. The instruments in this study used questionnaires and KMS books for toddlers. Analysis used Chi-Square. **Results:** The findings revealed that most mothers had good knowledge about immunization (60 respondents or 61.9%), high motivation to immunize their children (71 respondents or 65.9%), and complied with immunization guidelines (63 respondents or 64.9%). The p-value for maternal knowledge was 0.002(< 0.05) and for motivation, it was 0.000(< 0.05), indicating statistical significance.
Conclusion: The study concludes that there is a significant relationship between maternal knowledge and compliance with toddler immunization, as well as between maternal motivation and immunization compliance, in Lembang Tondon. Although all toddlers in the study had received immunizations, some had not been immunized according to the recommended schedule, indicating a gap in maternal adherence to timely immunization.
***Keywords**:Immunization, Immunization Compliance, Knowledge, Motivation, Toddlers*

PENDAHULUAN

Angka kematian bayi dan balita merupakan salah satu indikator penting dalam menilai tingkat derajat kesehatan masyarakat, sehingga pemerintah memerlukan upaya sinergis dan terpadu untuk menurunkan kematian bayi dan balita di Indonesia yang diwujudkan melalui program Sustainable Development Goals (SDG's) yaitu dengan 25 per 1000 kelahiran hidup pada tahun 2030 (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2020, angka kematian bayi (AKB) di Indonesia pada tahun 2019 adalah 21,12%. Angka ini menurun dari catatan pada tahun 2018 ketika angka kematian bayi di Indonesia mencapai 21,86 atau pada tahun 2017 yang mencapai 22,62 (Kemenkes RI, 2020).

Menurut United Nations Children's Fund (UNICEF) diantara 2.400 anak di Indonesia meninggal setiap hari adalah termasuk yang meninggal akibat dari penyakit menular yang seharusnya dapat dicegah dengan imunisasi. Diperkirakan1,7 juta kematian anak di Indonesia atau 5% balita di Indonesia adalah akibat penyakit yang dapat dicegah dengan imunisasi. Cakupan imunisasi dasar lengkap dapat dievaluasi dengan menggunakan indikator pencapaian desa UCI (Universal Child Immunization) yaitu desa dengan cakupan imunisasi dasar lengkap bagi bayi minimal usia 0-12 bulan (Kemenkes RI, 2018).

Angka cakupan imunisasi dasar lengkap di Indonesia mencapai 85%, namun masih belum mencapai target Renstra Kementerian Kesehatan yang ditentukan. Pada tahun 2015, cakupan imunisasi dasar lengkap mencapai 86,54% pada tahun 2016 mencapai 91,58%, dan pada tahun 2017 mencapai 91,12% dengan target renstra 92% (Pusdatin Kemenkes RI, 2017). Di Sulawesi Selatan dari tahun 2015 sampai dengan 2019, capaian indikator program terjadi fluktuatif. Tahun 2019 capaian indikator Persentase 18 Anak Usia 0 sampai 11 Bulan yang mendapat Imunisasi Dasar Lengkap adalah sebesar 95,5%, sudah melampaui target. Namun, walaupun mencapai target di tahun 2019, namun capaian

ini menurun dibandingkan tahun 2018 yang mencapai 98% (Dinkes Sulsel, 2020). Di Kabupaten Toraja Utara sendiri jumlah balita yang tidak mendapatkan imunisasi dasar lengkap mencapai 27,47% (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan hasil wawancara dengan 5 ibu di wilayah kerja Puskesmas Tondon diketahui sebanyak 4 anak tidak diimunisasi sesuai jadwal, dan 1 anak diimunisasi sesuai jadwal. Dari hasil wawancara lebih lanjut didapatkan hanya 1 dari 5 ibu yang mengetahui manfaat dari imunisasi. Sementara alasan ibu lainnya tidak memberikan imunisasi tepat pada waktunya karena faktor kesibukan dengan pekerjaan yang dilakukan oleh ibu, serta ibu beranggapan bahwa imunisasi tidak penting dan imunisasi hanya akan menyebabkan anak menjadi sakit setelah pemberian imunisasi. Selain itu, dari 5 ibu yang diwawancarai 2 diantaranya memiliki motivasi yang kurang dikarenakan jarak antara rumah dan lokasi posyandu yang begitu jauh sehingga mengakibatkan jadwal pemberian imunisasi kepada anaknya menjadi tertunda, dan 3 ibu memiliki motivasi tinggi sehingga dorongan dari dalam hati ibu untuk memberikan imunisasi pada anaknya begitu tinggi, selain itu faktor jarak dan transportasi yang baik membuat ibu lebih mudah mengantarkan anaknya ke posyandu untuk di imunisasi. Berdasarkan latar belakang diatas maka dipandang penting untuk dilakukan penelitian mengenai "Hubungan Pengetahuan Dan Motivasi Ibu Dengan Kepatuhan Imunisasi Pada Balita Di Lembang Tondon Wilayah Kerja Puskesmas Tondon Kabupaten Toraja Utara Tahun 2022".

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian: Penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan retrospektif menggunakan desain *cross sectional* yang bertujuan melihat hubungan pengetahuan dan motivasi ibu dengan kepatuhan imunisasi pada balita di Lembang Tondon wilayah kerja Puskesmas Tondon Kabupaten Toraja Utara Tahun 2022. **Teknik pengambilan sampel:** Menggunkan teknik sampling *purposive sampling,* dengan kriteria inklusi: ibu yang bersedia menjadi responden, ibu yang tinggal menetap bersama balitanya, ibu yang kooperatif dan dapat berkomunikasi baik secara verbal, ibu yang dapat membaca dan menulis, ibu yang memiliki balita usia 2-5 tahun. Kriteria Eksklusi: ibu yang tidak terdaftar sebagai peserta posyandu di Lembang Tondon, ibu yang anaknya tidak memiliki KMS, ibu yang tidak hadir pada saat penelitian dilakukan, ibu yang anaknya sakit saat jadwal pemberian imunisasi, ibu yang anaknya tinggal bersama nenek/kakeknya, ibu yang anaknya tinggal bersama om/tantenya, ibu yang tidak tinggal menetap, ibu yang anaknya baru terdaftar 3 bln di posyandu. Sampel penelitian ini adalah ibu yang mempunyai balita di Lembang Tondon wilayah kerja puskesmas Tondon Kabupaten Toraja Utara sebanyak 97 responden. **Teknik analisis data:** Analisis univariat dan bivariat (menggunakan uji statistik *Chi squre)*. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data pada penelitian ini adalah kuesioner yang berisi pertanyaan-pertanyaan yang berhubungan dengan variabel pengetahuan dan motivasi serta buku KMS balita untuk variabel kepatuhan imunisasi. Peneliti melakukan penelitian dengan berpegangan pada beberapa prinsip etika yaitu *self determination, anonymity atau confidentiality, protection from discomfort, beneficence and justince.*

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

a. Pengetahuan

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Ibu di Lembang Tondon Wilayah Kerja Puskesmas Tondon Kab. Toraja Utara Tahun 2022

Pengetahuan Ibu	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Baik	60	61,9
Kurang	37	38,1
Total	**97**	**100,0**

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 1 di atas didapatkan bahwa mayoritas pengetahuan ibu yang mempunyai balita di Lembang Tondon yaitu baik sebanyak 60 responden (61,9%) dan yang paling sedikit adalah kurang sebanyak 37 responden (38,1%).

b. Motivasi Ibu

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Motivasi Ibu di Lembang Tondon Wilayah Kerja Puskesmas Tondon Kab. Toraja Utara Tahun 2022

Motivasi Ibu	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Tinggi	71	73,2
Kurang	26	26,8
Total	**97**	**100,0**

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 2 di atas didapatkan bahwa mayoritas motivasi ibu yang mempunyai balita di Lembang Tondon yaitu tinggi sebanyak 71 responden (73,2%) dan yang paling sedikit adalah kurang sebanyak 26 responden (26,8%).

c. Kepatuhan Imunisasi

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kepatuhan Imunisasi di Lembang Tondon Wilayah Kerja Puskesmas Tondon Kab. Toraja Utara Tahun 2022

Kepatuhan Imunisasi	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Patuh	63	64,9
Tidak Patuh	34	35,1
Total	**97**	**100,0**

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 3 di atas didapatkan bahwa mayoritas kepatuhan imunisasi pada balita di Lembang Tondon yaitu patuh sebanyak 63 responden (64,9%) dan yang paling sedikit adalah tidak patuh sebanyak 34 responden (35,1%).

2. Analisis Bivariat

a. Hubungan pengetahuan ibu dengan kepatuhan imunisasi pada balita

Tabel 4. Hubungan Pengetahuan Ibu dengan Kepatuhan Imunisasi Pada Balita di Lembang Tondon Wilayah Kerja Puskesmas Tondon Kab. Toraja Utara Tahun 2022

Pengetahuan Ibu	Kepatuhan Imunisasi				Total		*P Value*	OR
	Patuh		Tidak Patuh					
	N	%	N	%	N	%		
Baik	46	47,4	14	14,4	60	61,9	0,002	3,866
Kurang	17	17,5	20	20,6	37	38,1		
Total	**63**	**64,9**	**34**	**35,1**	**97**	**100**		

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 4 di atas mengenai hubungan pengetahuan ibu dengan kepatuhan imunisasi pada balita di Lembang Tondon wilayah kerja Puskesmas Tondon Kabupaten Toraja Utara Tahun 2022 yaitu dapat dijabarkan sebagai berikut dimana pengetahuan ibu yang baik sebanyak 60 responden (61,9%) yang terdiri dari 46 responden (47,4%) dengan kepatuhan imunisasi pada balita patuh dan 14 responden (14,4%) dengan kepatuhan imunisasi pada balita tidak patuh, dan ibu dengan pengetahuan kurang sebanyak 37 responden (38,1%) yang terdiri dari 17 responden (17,5%) dengan kepatuhan imunisasi pada balita patuh dan 20 responden (20,6%) dengan kepatuhan imunisasi pada balita tidak patuh. Dari hasil tersebut di atas telah diuji dengan *Chi-square Test* dimana hasil yang didapatkan yaitu *Pearson Chi-Square* didapatkan nilai $p = 0.002$ ($p< 0,05$) berarti ha diterima atau ada hubungan pengetahuan ibu dengan kepatuhan imunisasi pada balita di lembang Tondon wilayah kerja Puskesmas Tondon Kabupaten Toraja Utara Tahun 2022. Dimana nilai *Odd Ratio (OR)* yaitu 3,866 yang artinya bahwa pengetahuan ibu yang baik mempunyai peluang 3,8 kali mempengaruhi kepatuhan imunisasi pada balita di Lembang Tondon wilayah kerja Puskesmas Tondon Kabupaten Toraja Utara Tahun 2022.

Imunisasi merupakan suatu proses untuk membuat suatu sistem pertahanan tubuh kebal terhadap invasi mikroorganisme (bakteri atau virus) yang dapat menyebabkan infeksi sebelum mikroorganisme tersebut memiliki kesempatan untuk menyerang tubuh kita (Marmi & Kukuh., 2015). Berdasarkan tabel 4 di atas mengenai hubungan pengetahuan ibu dengan kepatuhan imunisasi pada balita di Lembang Tondon wilayah kerja Puskesmas Tondon Kabupaten Toraja Utara Tahun 2022 yaitu dapat dijabarkan sebagai berikut dimana pengetahuan ibu yang baik sebanyak 60 responden (61,9%) yang terdiri dari 46 responden (47,4%) dengan kepatuhan imunisasi pada balita patuh. Hal ini dikarenakan 100 tingkat pengetahuan yang baik ini disebabkan karena sebagian besar responden telah mampu mengetahui tentang manfaat imunisasi pada balita, sehingga untuk tingkat pengetahuan responden masuk dalam kategori baik.

Pengetahuan ibu yang baik memegang peranan yang penting dalam kepatuhan imunisasi pada anaknya, kaerena dengan adanya pengetahuan maka dapat mendorong kemauan ibu untuk patuh memberikan imunisasi kepada anaknya sesuai dengan jadwal pemberian yang telah ditentukan oleh petugas kesehatan. Pengetahuan tentang imunisasi mencakup tahu akan pengertian imunisasi, penyakit yang dapat dicegah melalui imunisasi, manfaat imunisasi,

tempat pelayanan imunisasi, waktu pemberian imunisasi, jenis imunisasi dan jumlah pemberian imunisasi. Melalui pengetahuan yang cukup diharapkan dapat mempengaruhi tindakan seorang ibu dalam memberikan imunisasi secara lengkap kepada anaknya (Andalia, 2018).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan teori dalam Notoatmodjo (2017), menyatakan bahwa terdapat kecenderungan seseorang yang berpengetahuan tinggi akan cenderung mempunyai perilaku yang baik dalam bidang kesehatan dalam hal ini untuk mengimunisasikan anaknya. Diketahui juga bahwa ada 14 responden (14,4%) dengan kepatuhan imunisasi pada balita tidak patuh, tetapi memiliki pengetahuan yang baik. Hal ini dipengaruhi oleh faktor pekerjaan ibu, dalam penelitian ini didapatkan bahwa ibu yang bekerja sebagian besar bekarja sebagai aparatur sipil negara, tenaga honorer bahkan ada yang bekerja sebagi karyawan swasta. Ibu mengetahui tentang pentingnya imunisasi pada anak akan tetapi karena kesibukan ibu sehingga lupa membawa anak untuk diimunisasi. Sedangkan ibu dengan pengetahuan kurang sebanyak 37 responden (38,1%) yang terdiri dari 17 responden (17,5%) dengan kepatuhan imunisasi pada balita patuh. Hal ini dapat terjadi karena dipengaruhi oleh pengalaman orang lain. Ibu yang patuh memberikan anak imunisasi karena melihat anak tetangga yang jarang sakit akibat diberikan imunisasi.

Dari hasil tersebut di atas telah diuji dengan *Chi-square Test* dimana hasil yang didapatkan yaitu *Pearson Chi-Square* didapatkan nilai p = 0.002 (p< 0,05) berarti ha diterima atau ada hubungan pengetahuan ibu dengan kepatuhan imunisasi pada balita di Lembang Tondon wilayah kerja Puskesmas Tondon Kabupaten Toraja Utara Tahun 2022. Dimana nilai Odd Ratio yaitu 3,866 yang artinya bahwa pengetahuan ibu yang baik mempunyai peluang 3,8 kali mempengaruhi kepatuhan imunisasi pada balita di Lembang Tondon wilayah kerja Puskesmas Tondon Kabupaten Toraja Utara Tahun 2022. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sri Merlin, dkk (2019) tentang hubungan pengetahuan ibu tentang imunisasi dasar dengan kepatuhan pemberian imunisasi pada bayi di wilayah kerja Puskesmas Tawanga Kabupaten Konawe terhadap 37 responden didapatkan ada hubungan yang signifikan antara hubungan pengetahuan ibu tentang imunisasi dasar dengan kepatuhan pemberian imunisasi pada bayi dengan nilai p value 0,016 (< 0,05).

Rendahnya pengetahuan ibu dapat meningkatkan risiko ketidakpatuhan ibu dalam pemberian imunisasi dasar lengkap pada bayi, sebaliknya ibu yang memiliki pengetahuan yang baik menjadi lebih patuh dalam memberikan imunisasi. Hal ini dapat terjadi karena dipengaruhi oleh pengalaman orang lain. Ibu yang patuh memberikan anak imunisasi karena melihat anak tetangga yang jarang sakit akibat diberikan imunisasi. (Lestari, Muharyani, & Hikayati, 2019). Menurut asumsi peneliti semakin tinggi pengetahuan ibu mengenai imunisasi semakin tinggi pula kepatuhan ibu dalam memberikan imunisasi kepada anaknya. Melalui pengetahuan yang baik diharapkan dapat membuka pola pikir ibu mengenai tindakan seorang ibu dalam memberikan imunisasi kapada anaknya sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan.

b. Hubungan motivasi ibu dengan kepatuhan imunisasi pada balita

Tabel 5. Hubungan Motivasi Ibu dengan Kepatuhan Imunisasi Pada Balita di Lembang Tondon Wilayah Kerja Puskesmas Tondon Kab. Toraja Utara Tahun 2022

Motivasi Ibu	Kepatuhan Imunisasi				Total		*P Value*	OR
	Patuh		Tidak Patuh					
	n	%	N	%	N	%		
Tinggi	55	56,7	16	16,5	71	73,2	0,000	7,734
Kurang	8	8,2	18	18,6	26	26,8		
Total	**63**	**64,9**	**34**	**35,1**	**97**	**100**		

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 5 di atas mengenai hubungan motivasi ibu dengan kepatuhan imunisasi pada balita di Lembang Tondon wilayah kerja Puskesmas Tondon Kabupaten Toraja Utara Tahun 2022 yaitu dapat dijabarkan sebagai berikut dimana motivasi ibu yang tinggi sebanyak 71 responden (73,2%) yang terdiri dari 55 responden (56,7%) dengan kepatuhan imunisasi pada balita patuh dan 16 responden (16,5%) dengan kepatuhan imunisasi pada balita tidak patuh, dan ibu dengan motivas kurang sebanyak 26 responden (26,8%) yang terdiri dari 8 responden (8,2%) dengan kepatuhan imunisasi pada balita patuh dan 18 responden (26,8%) dengan kepatuhan imunisasi pada balita tidak patuh. Dari hasil tersebut di atas telah diuji dengan *Chi-square Test* dimana hasil yang didapatkan yaitu *Pearson Chi-Square* didapatkan nilai $p = 0.000$ ($p< 0,05$) berarti ha diterima atau ada hubungan motivasi ibu dengan kepatuhan imunisasi pada balita di lembang Tondon wilayah kerja Puskesmas Tondon Kabupaten Toraja Utara Tahun 2022. Dimana nilai *Odd Ratio* yaitu 7,734 yang artinya bahwamotivasi ibu yang tinggi mempunyai peluang 7,7 kali mempengaruhi kepatuhan imunisasi pada balita di Lembang Tondon wilayah kerja Puskesmas Tondon Kabupaten Toraja Utara Tahun 2022.

Motivasi merupakan suatu kekuatan yang memiliki tiga fungsi yaitu suatu kekuatan, atau menyebabkan orang untuk melakukan sesuatu, fungsi kedua mengarahkan perilaku untuk mendapatkan tujuan yang khusus dan fungsi yang ketiga kekuatan di atas menambahkan usaha dalam mencapai tujuan tersebut. Motivasi juga diartikan sebagai suatu perangsangan keinginan dan daya penggerak kemauan seseorang bekerja, setiap motivasi mempunyai tujuan tertentu yang ingin dicapai.

Berdasarkan tabel 5 di atas mengenai hubungan motivasi ibu dengan kepatuhan imunisasi pada balita di lembang Tondon wilayah kerja Puskesmas Tondon Kab. Toraja Utara Tahun 2022 yaitu dapat dijabarkan sebagai berikut dimana motivasi ibu yang tinggi sebanyak 71 responden (73,2%) yang terdiri dari 55 responden (56,7%) dengan kepatuhan imunisasi pada balita patuh. Seorang ibu akan bersedia datang ke posyandu membawa anaknya untuk diimunisasi karena mempunyai motivasi tinggi yang didasari oleh berbagai faktor seperti keyakinan. Ibu yang memiliki motivasi tinggi merasa senang dengan pemberian imunisasi karena mengetahui bahwa tindakan yang diberikan tersebut akan mampu melindungi dari penyakit-penyakit berbahaya yang sering dialami bayi. Perasaan senang dan aman bila anak telah mendapat imunisasi mendorong ibu melengkapi imunisasi dasar yang wajib diterima bayi, dengan adanya motivasi yang tinggi

dengan sendirinya akan mempengaruhi kepatuhan ibu dalam memberikan imunisasi kepada anaknya. Selain itu terdapat 16 responden (16,5%) dengan kepatuhan imunisasi pada balita tidak patuh, tetapi memiliki motivasi yang tinggi.

Berdasarkan hasil wawancara dari responden mengatakan bahwa ketidakpatuhan ibu dalam memberikan imunisasi kepada anakya, disebabkan oleh faktor pemberi pelayanan imunisasi yang memiliki keterbatasan tenaga masih kurang sehingga membutuhkan waktu lama yang dapat membuat ibu menunggu terlalu lama untuk mendapatkan giliran. Keterbatasan waktu pelayanan pada posyandu tersebut, selain memiliki banyak pengunjung, puskesmas juga memberikan pelayanan imunisasi bersamaan dengan pelayanan kesehatan ibu dan anak lainnya, sehingga petugas kesehatan dituntut untuk bisa melaksanakan program KIA secara bersamaan dan tidak fokus dengan satu program saja. Menurut Mardianti & Farida (2020), mengatakan bahwa pelayanan petugas kesehatan dapat mempengaruhi imunisasi dasar lengkap pada bayi, petugas kesehatan yang memberikan pelayanan kesehatan yang baik dapat membuat ibu merasa puas sehingga dapat mempengaruhi ibu-ibu untuk datang ke tempat pelayanan kesehatan dalam hal mengimunisasikan anaknya dengan lengkap.

Dalam penelitian ini juga terdapat ibu dengan motivasi kurang sebanyak 26 responden (26,8%) yang terdiri dari 8 responden (8,2%) dengan kepatuhan imunisasi pada balita patuh. Hal ini dipengaruhi oleh dukungan keluarga, kepatuhan imunisasi karena adanya dukungan keluarga dapat mendorong ibu untuk lebih patuh dalam memberikan imunisasi kepada anaknya. Secara statistik diketahui bahwa jumlah ibu yang mendapatkan dukungan keluarga dalam pemberian imunisasi dasar masih tergolong rendah, dukungan keluarga dapat menjadi upaya pertama dalam meningkatkan kepatuhan ibu dalam pemberian imunisasi dasar karena apabila keluarga mendukung pemberian imunisasi maka dapat meningkatkan angka cakupan pemberian imunisasi dasar pada bayi. Hal ini karena keluarga mempunyai peran utama dalam pemeliharaan kesehatan seluruh anggota keluarganya, sehingga apabila pengambil keputusan dalam keluarga tidak memperbolehkan bayi untuk diberikan imunisasi maka anggota keluarga lainnya akan mentaati perintah pengambil keputusan dalam keluarga tersebut.

Hasil penelitian ini didukung oleh pernyataan yang diungkapkan oleh Suparyanto (2011), yang menyatakan bahwa orang yang paling dekat dengan ibu adalah keluarga, sehingga apabila keluarga tidak menghiraukan tentang pemberian imunisasi maka kemungkinan besar pelaksanaan imunisasi tidak akan dilakukan oleh ibu disebabkan tidak adanya dukungan dari keluarga dalam mengimunisasikan bayinya. Diketahui juga masih terdapat 18 responden (26,8%) dengan kepatuhan imunisasi pada balita tidak patuh. Hal ini terjadi karena pada sebagian kecil masih ada ibu yang berpengetahuan kurang, motivasi terhadap pemberian imunisasi juga kurang, sehingga ibu yang memiliki motivasi rendah cendrung tidak memberikan imunisasi kepada anaknya. Berdasarkan hasil penelitian ini, alasan ibu tidak termotivasi untuk membawa anak ke tempat pelayanan imunisasi karena adanya desas-desus yang didengar ibu tentang imunisasi seperti imunisasi tidak penting, serta ibu khawatir akan efek samping dari pemberian imunisasi seperti demam setelah pemberian imunisasi, hal inilah yang menyebabkan ibu tidak termotivasi untuk melanjutkan membawa anak imunisasi.

Dari hasil tersebut di atas telah diuji dengan Chi-square Test dimana hasil yang didapatkan yaitu Pearson Chi-Square didapatkan nilai p = 0.000 (p< 0,05) berarti ha diterima atau ada hubungan motivasi ibu dengan kepatuhan imunisasi pada balita di lembang Tondon wilayah kerja Puskesmas Tondon Kab. Toraja Utara Tahun 2022. Dimana nilai Odd Ratio yaitu 7,734 yang artinya bahwa motivasi ibu yang tinggi mempunyai peluang 7,7 kali mempengaruhi kepatuhan imunisasi pada balita di lembang Tondon wilayah kerja Puskesmas Tondon Kab. Toraja Utara Tahun 2022. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lilia Tiara Lestari (2019) tentang determinan faktor yang berhubungan dengan kepatuhan ibu dalam pemberian i munisasi dasar pada bayi di Kelurahan 14 Ulu Palembang terhadap 66 ibu didapatkan ada hubungan yang signifikan antara motivasi dengan kepatuhan ibu dalam pemberian imunisasi dasar pada bayi dengan nilai *p value* 0,038.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa mayoritas pengetahuan ibu tentang imunisasi adalah dengan pengetahuan baik sebanyak 60 responden (61,9%). Mayoritas motivasi ibu dalam pemberian imunisasi pada anaknya adalah dengan motivasi tinggi sebanyak 71 (73,2%). Mayoritas kepatuhan ibu dalam pemberian imunisasi pada anaknya adalah patuh sebanyak 63 (64,9%). Kemudian ada hubungan pengetahuan ibu dengan kepatuhan imunisasi pada balita di Lembang Tondon wilayah kerja Puskesmas Tondon Kabupaten Toraja Utara Tahun 2022 dengan nilai *p-value* 0,002 (p<0,05) dan ada hubungan motivasi ibu dengan kepatuhan imunisasi pada balita di Lembang Tondon wilayah kerja Puskesmas Tondon Kabupaten Toraja Utara Tahun 2022 dengan nilai *p-value* 0,000 (p<0,05). Pada penelitian ini semua balita sudah diimunisasi tetapi masih ada yang tidak sesuai jadwal pemberian imunisasi sehingga kepatuhan ibu dalam memberikan imunisasi pada balitanya masih kurang. Disarankan perlu adanya pendidikan kesehatan khususnya pada keluarga, karena keluarga memiliki peran utama sebagai pengambil keputusan dalam memelihara kesehatan anggota keluarga, salah satunya dengan memberikan imunisasi dasar secara lengkap dan tepat waktu pada anak.

REFERENSI

Andalia, N., Sari, M. P., Jalalluddin, Azwir, & Syam, B. (2018). Pemberian Imunisasi Dasar pada Bayi berdasarkan Tingkat Pengetahuan Ibu di Kabupaten Aceh Jaya. *Serambi Saintia*, *VI*(2), 40–45.

Ariani, P. A. (2017). *lmu Gizi Dilengkapi dengan Standar Penilaian Status Gizi Dan Daftar Komposisi Bahan Makanan*. Nuha Medika.

Azmi, Z. (2018). Perilaku Orang Tua Anak Yang Tidak Mendapatkan Imunisasi Di Wilayah Kerja Puskesmas Toddopuli Kota Makassar. *Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar*, 200–209.

Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan. (2020). Profil dinas kesehatan kota Makassar tahun 2020. *Das Europäische Gleichgewicht Der Zukunft*, 11–16.

Effendi, N. (2019). *Tingkat Pengetahuan*. Salemba Medika.

Hasanah, S. (2020). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Imunisasi Dasar Terhadap Kepatuhan Pemberian Imunisasi Dasar Pada Bayi dI Wilayah Kerja Puskesmas Madurejo Pangkalan*. *2507*(February), 1–9.

Kementerian Kesehatan RI. (2018a). Laporan Riskesdas 2018 Nasional. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes* (p. hal 156). https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf

Kementerian Kesehatan RI. (2018b). *Petunjuk Teknis Pelaksanaan Bulan Imunisasi Anak Sekolah (Bias)*. 1–106.

Kementerian Kesehatan RI. (2018c). *Profil Kesehatan Indonesia 2018* (Vol. 1227, Issue July). https://doi.org/10.1002/qj

Kementrian Kesehatan RI. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia tahun 2020* (Vol. 1, Issue 4).

Lestari, L. T., Muharyani, P. W., & Hikayati. (2020). Determinan Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Ibu dalam Pemberian Imunisasi Dasar Pada Bayi. *Seminar Nasional Keperawatan "Penguatan Keluarga Sebagai Support System Terhadap Tumbuh Kembang Anak Dengan Kasus Paliatif" Tahun 2019*, *1*(2), 1–8.

Mardianti, & Farida, Y. (2020). Correlation factors with basic immunization status in infants in South Rengasdengklok, Karawang Distric. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, *11*(1), 17–29.

Notoatmodjo, S. (2015). Promosi Kesehatan. In *Teori dan Aplikasi*. Rineke Cipta.

Notoatmodjo, S. (2017a). Ilmu Kesehatan Masyarakat. In *Prinsip-prinsip Dasar*. Rineke Cipta.

Notoatmodjo, S. (2017b). Promosi Kesehatan dan Prilaku. In *Promosi Kesehatan dan Prilaku*. Rineke Cipta.

Noveriani, W. E. (2019). Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Bayi Tidak Mendapat Imunisasi Dasar Lengkap D Desa Tilote Kecamatan Tilango Kabupaten Gorontalo. *Journal of Chemical Information and Modeling*, *53*(9), Universitas Negeri Gorontalo, 1689-1699.

Sari, D. N. I., Basuki, S. W., & Triastuti, N. J. (2017). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Imunisasi Dasar Dengan Kelengkapan Imunisasi Dasar Bayi Di Wilayah Kerja Puskesmas Bendo Kabupaten Magetan. *Biomedika*, *8*(2). https://doi.org/10.23917/biomedika.v8i2.2910

Triana V. (2015). FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PEMBERIAN IMUNISASI DASAR LENGKAP PADA BAYI TAHUN 2015. *Proceedings of the Coastal Engineering Conference*, *10*(2), 123–135. https://doi.org/10.1061/9780784402429.374

Winardi. (2017). *Motivasi dan Penmotivasian dalam Manajemen* (Cetakan Pe). PT. Raja Grafindo Perkasa.

Efektivitas dan Hambatan Layanan Kesehatan terhadap Kepatuhan Pengobatan Antiretroviral Pada Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA): Literature Review

Fitri Angraeni1*, Lusyta Puri Ardhiyanti 2

1,2Prodi Magister Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Veteran Nasional Jakarta, l. Limo Raya No. 7, Cinere, Depok 16514, Indonesia

E-mail corresponding author: 2410722001@mahasiswa.upnvj.ac.id

ABSTRAK

Pendahuluan: Epidemi HIV/AIDS terus menjadi masalah di seluruh dunia, termasuk juga negara Indonesia. Layanan kesehatan termasuk tenaga kesehatan memegang peranan penting dalam memastikan perawatan yang optimal bagi ODHIV. Tujuan : Menganalisis efektivitas dan hambatan pelayanan kesehatan terhadap kepatuhan pengobatan ARV pada ODHA. Metode: Penelitian ini menggunakan metode literature review, yang merujuk pada metode PRISMA. Pencarian referensi dilakukan pada tiga database, yaitu Pubmed, Science Direct, dan Google Schoolar. Sebanyak 8 artikel dipilih berdasarkan kriteria inklusi. Hasil: Literature review ini mengungkap dua tema utama, yaitu efektivitas dan hambatan layanan kesehatan terhadap kepatuhan minum ARV pada ODHA. Efektivitas terlihat melalui pemanfaatan mHealth dan layanan farmasi, sementara hambatan mencakup akses, ketersediaan obat, dan stigma dari tenaga kesehatan. Simpulan: Temuan ini menegaskan pentingnya peran strategis layanan kesehatan dalam mendukung keberhasilan terapi ODHA. Upaya peningkatan kualitas layanan serta pengurangan hambatan struktural dan sosial perlu menjadi fokus untuk memperkuat kepatuhan pengobatan antiretroviral secara berkelanjutan. Saran: Pendekatan multidimensi yang terintegrasi antara medis, sosial, dan teknologi, serta intervensi edukasi anti-stigma di masyarakat, diperlukan untuk meningkatkan kepatuhan ODHA secara berkelanjutan.

Kata kunci : Antiretroviral, Efektivitas, Hambatan, HIV/AIDS, ODHA

ABSTRACT

Introduction: The HIV/AIDS epidemic remains a global issue, including in Indonesia. Health services, including health workers, play a vital role in ensuring optimal care for people living with HIV (PLHIV). Objective: To analyze the effectiveness and barriers of health services on antiretroviral (ARV) treatment adherence among people living with HIV/AIDS (PLWHA). Methods: This study employed a

literature review method that followed the PRISMA guidelines. References were searched across three databases: PubMed, Science Direct, and Google Scholar. A total of eight articles were selected based on the inclusion criteria. Results: This literature review reveals two main themes: the effectiveness and barriers of health services regarding ARV adherence in PLWHA. Effectiveness is seen through the utilization of mobile health (mHealth) and pharmaceutical services, while barriers include access, drug availability, and stigma from health workers. Conclusion: The findings underscore the strategic role of health services in supporting the successful treatment of PLWHA. Efforts to enhance service quality and reduce structural and social barriers must be prioritized to strengthen antiretroviral treatment adherence sustainably. Suggestion: A multidimensional approach that integrates medical, social, and technological strategies, as well as anti-stigma educational interventions in the community, is essential for sustainably improving adherence among PLWHA.

Keywords: Antiretroviral, Effectiveness, Barriers, HIV/AIDS, PLWHA

PENDAHULUAN

Epidemi HIV/AIDS terus menjadi masalah di seluruh dunia, termasuk juga negara Indonesia (Jocelyn et al., 2024). Sistem kekebalan tubuh manusia adalah target dari virus yang dikenal sebagai HIV (Human Immunodeficiency Virus). HIV dapat merusak pertahanan tubuh terhadap infeksi dan penyakit dengan menargetkan sistem kekebalan tubuh. AIDS (Acquired Immunodeficiency Syndrome) merupakan nama yang diberikan pada penyakit ketika HIV telah mencapai tahap akhir (Kementerian Kesehatan RI, 2024c). Infeksi yang seharusnya ringan bagi individu yang sehat dapat menjadi fatal bagi penderita AIDS (Kementerian Kesehatan RI, 2024b). Virus HIV ditemukan dalam cairan tubuh terutama pada darah, cairan sperma, cairna vagina dan air susu ibu (Kordy et al., 2018).

Penyakit HIV masih menjadi masalah kesehatan global yang utama, yang telah merenggut 42,3 juta jiwa hingga saat ini. Diperkirakan terdapat 39,9 juta orang yang hidup dengan HIV pada akhir 2023. Angka tersebut meningkat dari tahun sebelumnya yang menunjukkan jumlah kasus sebesar 39,5 juta. Dari angka tersebut 65% diantaranya berada di Kawasan Afrika (WHO, 2024). Sementara estimasi Orang Dengan HIV (ODHIV) hidup di Indonesia pada tahun 2024 yaitu sebanyak 503.261 orang, sedangkan ODHIV yang mengetahui statusnya yaitu sebanyak 351.378 orang (Kementerian Kesehatan RI, 2024a).

Dalam rencana aksi Aksi Nasional Program Pencegahan dan Pengendalian HIV/AIDS dan PIMS untuk tahun 2020-2025 dan dan Rencana Aksi Nasional Penanggulan HIV-AIDS

2021-2025 dijelaskan bahwa bentuk upaya pencegahan dan pengendalian HIV salah satunya 90% termasuk berada dalam pengobatan serta perawatan ARV pada tahun 2027(Kementerian Kesehatan RI, 2022). Namun berdasarkan data yang didapatkan sampai dengan Desember tahun 2022, Indonesia masih tertinggal jauh dalam mencapai target tersebut, yang mana untuk capaian 95% pertama masih pada angka 81% dan hanya 41% ODHIV yang mendapatkan pengobatan ARV, dan hanya 19% dari mereka yang menjalankan pengobatan ARV yang virusnya tersupresi. Kementerian Kesehatan RI juga melaporkan sampai dengan September 2022, ODHIV yang bertahan dalam ARV hanya 51% (Kementerian Kesehatan RI, 2022).

Menjalani pengobatan ARV sangat penting untuk menghentikan penyebaran virus, mengurangi kemungkinan resistensi obat, meningkatkan kelangsungan hidup dan kualitas hidup serta mengurangi risiko penularan penyakit HIV (Hidayat & Fitri, 2020). Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan ketidakpatuhan pasien Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA) dalam menjalankan pengobatan, diantaranya adalah usia, pendidikan, dukungan keluarga, dukungan tenaga medis, kurangnya pengetahuan, ekonomi, serta akses pelayanan kesehatan (Sigalingging et al., 2022). Layanan kesehatan termasuk tenaga kesehatan juga memegang peranan penting dalam memastikan perawatan yang optimal bagi ODHIV, diantaranya adalah memberikan dukungan psikologis, memberikan perawatan medis yang komperhensif serta merencanakan perawatan terpadu untuk selanjutnya (Risnawaty et al., 2024).

Masih terdapat kekurangan pemahaman yang menyeluruh tentang bagaimana efektivitas layanan kesehatan dan hambatan secara simultan mempengaruhi kepatuhan di berbagai konteks, terutama di negara berkembang, meskipun sudah banyak penelitian yang membahas kepatuhan pengobatan antiretroviral (ARV) di antara ODHA dan peran layanan kesehatan dalam mendukung keberhasilan pengobatan. Tanpa memperhitungkan bagaimana sistem layanan kesehatan mempengaruhi perilaku kepatuhan, beberapa penelitian cenderung berfokus pada satu elemen saja, seperti karakteristik sosial atau individu. Untuk memberikan gambaran lengkap yang dapat menjadi dasar untuk meningkatkan kebijakan dan praktik layanan kesehatan, penelitian ini mencoba menutup kesenjangan tersebut dengan mengumpulkan dan mengevaluasi penelitian terbaru tentang efektivitas layanan kesehatan dan hambatan yang mempengaruhi kepatuhan ODHA terhadap pengobatan ARV.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas dan hambatan pelayanan kesehatan terhadap kepatuhan pengobatan ARV pada penderita HIV berdasarkan tinjauan literatur.

METODE PENELITIAN

Desain Studi

Penelitian ini menggunakan metode literature review, yang merujuk pada metode PRISMA. PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews dan Meta-Analyses) yang bertujuan untuk menganalisis efektivitas dan hambatan pelayanan kesehatan terhadap kepatuhan pengobatan ARV pada ODHA.

Database

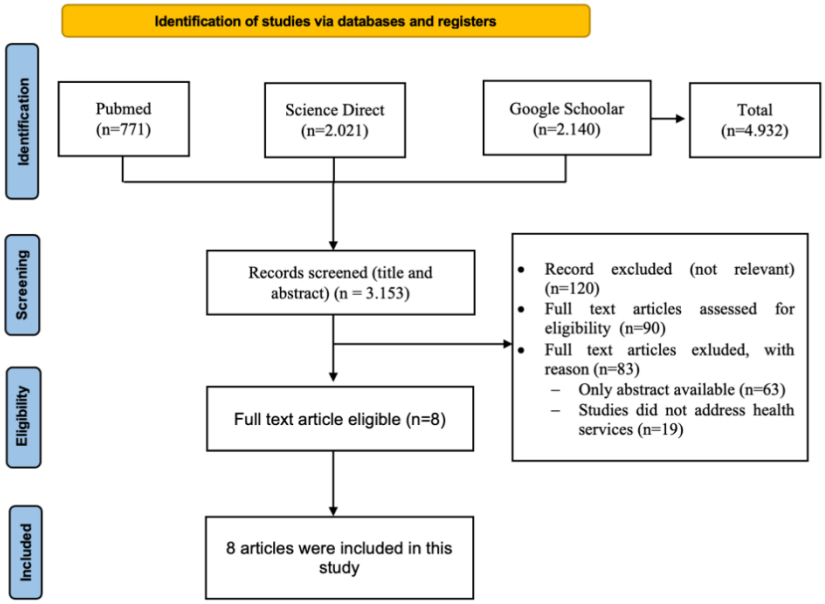
Pencarian artikel dilakukan secara sistematis pada tiga database, yaitu Pubmed, Science Direct dan Google Schoolar. Proses pencarian literatur dilakukan pada bulan Maret-April 2025 untuk menemukan artikel yang relevan dengan topik kajian.

Keywords

Kata kunci yang digunakan dalam proses pencarian literatur adalah "Adherence" OR "Compliance" AND "Antiretroviral therapy" OR "ARV" AND "HIV" OR "AIDS" AND "Health services" OR "Healthcare barriers" AND "Effectiveness".

Kriteria Inklusi dan Ekslusi

Kriteria inklusi dalam pemilihan jurnal untuk penelitian literature review ini diantaranya adalah variabel dependen kepatuhan pengobatan ARV, publish pada rentang 5 tahun terakhir (2020-2025), free access, dapat diakses full text berbahasa Indonesia maupun bahasa Inggris, terindeks sinta 4 untuk jurnal nasional, serta artikel merupakan hasil dari original research. Adapun kriteria ekslusi pada penelitian ini ialah jurnal dengan jenis systematic review atau literature review.



Gambar 1 Diagram PRISMA dalam Proses Pencarian Artikel

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pencarian didapatkan, kemudian menyeleksi jurnal berdasarkan fokus penelitian, tahun terbit, original research dan seleksi secara keseluruhan (full text) didapatkan 8 jurnal yang dianalisis dalam penelitian ini.

Tabel 1. Hasil Literature Review

No	Penulis /Tahun	Judul	Negara	Desain Studi	Hasil
1	(Wedajo et al., 2022)	The role of health facility and individual level characteristics on medication adherence among PLHIV on second-line antiretroviral therapy in Northeast Ethiopia: use of multi-level model	Northeast Ethiopia	Studi kuantiatif dengan pendekatan Cross sectional	Dalam studi ini, 69,5% pasien HIV yang menerima terapi antiretroviral lini kedua memiliki kepatuhan pengobatan yang optimal. Lima dari dua puluh fasilitas kesehatan melaporkan kehabisan stok obat ARV lini kedua dalam enam bulan terakhir. Karakteristik fasilitas kesehatan; jumlah kasus, jumlah konselor kepatuhan, dan kerja sama tim sangat terkait dengan kepatuhan pengobatan.
2	(Ahmed et al., 2022)	Barriers and Enablers for Adherence to Antiretroviral Therapy Among People Living With HIV/AIDS in the Era of COVID-19: A Qualitative Study From Pakistan	Pakistan	Kualitatif dengan pedoman kriteria terpadu COREQ	Dalam studi ini, responden mengungkapkan bahwa adanya kesulitan untuk mencapai klinik ART selama masa Covid-19. Sehingga responden menyambut baik langkah pelayanan kesehatan untuk konsultasi telepon, pengiriman obat untuk jangka waktu yang lama (hingga 6 bulan) dan menghargai pengiriman ART melalui kurir ke pasien daerah terpencil.
3	(Schoenhe	Pharmaceutical	Brazil	Prospective	Hasil penelitian ini

No	Penulis /Tahun	Judul	Negara	Desain Studi	Hasil
	rr et al., 2022)	care and evaluation of adherence to antiretroviral therapy in people living with HIV/AIDS		Intervention	diketahui bahwa intervensi farmasi berhubungan dengan tingkat kepatuhan terhadap HAART (Highly Active Antiretroviral Therapy). Intervensi farmasi tersebut termasuk dalam informasi mengenai obat, pengobatan, tindakan untuk meningkatkan gaya hidup dan pemberian makan, jadwal pengobatan membawa banyak dampak positif terhadap peningkatan kepatuhan pengobatan ARV.
4	(Hutahaean et al., 2023)	Barriers and Facilitators to HIV Treatment Adherence in Indonesia: Perspectives of People Living with HIV and HIV Service Provider	Indonesia	Studi kualitatif dengan wawancara semi-terstruktur	Dalam penelitian ini diketahui bahwa hambatan sistem kesehatan terhadap kepatuhan adalah stigma di lingkungan layanan kesehatan, cakupan sistem layanan kesehatan yang tidak memadai, birokrasi yang rumit, dan masalah dengan akses ART. Selain itu PLHIV-OT dan HSP melaporkan stigma dan diskriminasi di beberapa klinik HIV masih dilaporkan.
5	(Hidayat & Fitri, 2020)	Hubungan pemanfaatan pelayanan kesehatan dengan kepatuhan minum obat pada ODHA di Puskesmas Temindung Samarinda	Indonesia	Studi Kuantitatif dengan pendekatan cross sectional	Studi ini menunjukkan bahwa pemanfaatan layanan kesehatan dengan kepatuhan minum obat ARV pada ODHA memiliki hubungan yang signifikan, sesuai dengan hasil

No	Penulis /Tahun	Judul	Negara	Desain Studi	Hasil
					wawancara bahwa responden yang mematuhi konsumsi obat ARV merasakan manfaat layanan kesehatan yang diberikan oleh pusat kesehatan melalui petugas kesehatannya dalam bentuk perhatian, dukungan, antusiasme dan perhatian dalam melakukan proses perawatan.
6	(Flynn et al., 2020)	Protocol of the randomized control trial: the WiseApp trial for improving health outcomes in PLWH (WiseApp)	Amerika Serikat	Randomized control trial	Intervensi yang menggunakan aplikasi mobile health (mHealth) berhasil meningkatkan kepatuhan terhadap terapi antiretroviral (ART) dan kualitas hidup pasien yang hidup dengan HIV/AIDS.
7	(Nusair et al., 2022)	A qualitative assessment of barriers and facilitators to antiretroviral therapy adherence among human immunodeficiency virus patients in Jordan	Jordan	Studi kualitatif dengan menggunakan pendekatan indepth interveiw	Hasil dari penelitian ini responden melaporkan beberapa hambatan yang secara negatif mempengaruhi pengalaman dan kepatuhan pengobatan mereka, salah satunya ialah aksesibilitas. Sebagian besar peserta melaporkan bahwa aksesibilitas ke pusat pusat pengobatan adalah salah satu hambatan utama untuk mematuhi ART. Beberapa peserta juga melaporkan bahwa jam buka pusat pengobatan pusat pengobatan tidak sesuai dengan jadwal

No	Penulis /Tahun	Judul	Negara	Desain Studi	Hasil
					harian
8	(O'Connor et al., 2022)	Delivering an mHealth Adherence Support Intervention for Patients With HIV: Mixed Methods Process Evaluation of the Philippines Connect for Life Study	Filipina	Studi kuantitatif dengan studi kohort dan kualitatif menggunakan pendekatan evaluasi proses	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi sistem connect for life dapat diterima oleh responden dan penyedia layanan. Responden yang menjalani ART (terapi antiretroviral) selama < 6 bulan pada awal studi dan mereka yang menerima pengingat pil harian atau mingguan melaporkan bahwa mereka mendapat manfaat dari intervensi. Dalam penelitian ini juga diketahui bahwa intervensi Connect for Life mHealth untuk mendukung kepatuhan terhadap ART memiliki tingkat kepuasan dan penerimaan yang tinggi dari peserta.

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan pada 8 artikel di atas, ditemukan 2 sub pembahasan yaitu efektivitas layanan kesehatan dan hambatan layanan kesehatan terhadap kepatuhan minum obat antiretroviral pada Orang Dengan HIV AIDS (ODHA).

Efektivitas Layanan Kesehatan terhadap Kepatuhan Minum Obat pada ODHA

Berdasarkan literature review yang telah dilakukan, terdapat korelasi substansial antara pemanfaatan layanan kesehatan dengan kepatuhan pada ODHIV dalam mengonsumsi obat ARV. Dalam hal dukungan maupun perhatian selama proses pengobatan, mereka yang telah mematuhi pengobatan ARV dapat merasakan manfaar dari layanan kesehatan yang diberikan oleh tenaga medis.

Adapun layanan kesehatan yang efektif dalam meningkatkan kepatuhan minum obat pada ODHA berdasarkan hasil literature review penelitian ini diantaranya adalah pemanfaatan aplikasi mobil health dan layanan farmasi.

1. Pemanfaatan Aplikasi Mobile Health (mHealth)

Dalam penelitian ini juga diketahui bahwa adanya pemanfaatan aplikasi mobile health (mHealth) yang berhasil dalam meningkatkan kepatuhan terhadap terapi antiretroviral (ART) dan kualitas hidup pasien yang hidup dengan HIV/AIDS. Hal tersebut didukung oleh penelitian Abdulrahman et al (2017) yang menyatakan bahwa dengan adanya kemajuan terbaru dalam teknologi ponsel, seperti mengirim pesan, menelpon dan menggunakan aplikasi, telah dipelajari serta diterapkan di banyak negara dengan data berkualitas tinggi yang menunjukkan bahwa pasien lebih cenderung mematuhi pengobatan ARV dibandingkan dengan perawatan biasa (Abdulrahman et al., 2017). Aplikasi dan media pada telelpon seluler dapat berfungsi sebagai pengingat untuk mengambil obat ARV atau membantu dalam distribusi pesan (Kim et al., 2015). Selain itu, ponsel dapat digunakan untuk panggilan suara dan layanan SMS otomatis, apotek elektrobik (sistem pemantauan pengisian ulang obat), dan monitor dosis elektronik (EDM) yang mencatat waktu dan tanggal setiap pembukaan monitor sebagai pengingat untuk mengonsumsi obat (Nuraidah, 2019).

Intervensi mobile health (mHealth) berbasis SMS telah diimplementasikan di Indonesia dengan tujuan untuk meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan antiretroviral (ARV). Studi ini menjelaskan bahwa intervensi SMS telah menunjukkan manfaat dalam meningkatkan atau mempertahankan kepatuhan ARV di berbagai wilayah. Pertama, SMS berfungsi sebagai pengingat bagi pasien untuk meminum obat, sehingga meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan ARV. Kedua, intervensi SMS dapat meningkatkan tingkat pengetahuan tentang HIV dan ARV di kalangan orang yang hidup dengan HIV/AIDS (ODHA) yang tidak mematuhi protokol pengobatan ARV. Ketiga, SMS interaktif yang diberikan kepada ODHA yang tidak patuh terhadap pengobatan ARV berfungsi sebagai sarana komunikasi yang tepat waktu dengan penyedia layanan kesehatan, sehingga memungkinkan terjadinya pertukaran informasi dan dukungan teknis dalam menghadapi berbagai tantangan yang mereka hadapi dalam perjalanan pengobatan (Fardiansyah et al., 2022).

2. Pemanfaatan Layanan Farmasi

Layanan farmasi juga berperan dalam meningkatkan kepatuhan pengobatan ARV pada ODHA. Berdasarkan referensi yang didapatkan pada literature review, diketahui intervensi farmasi berhubungan dengan tingkat kepatuhan terhadap HAART (Highly Active Antiretroviral Therapy). Intervensi farmasi tersebut termasuk dalam informasi mengenai obat, pengobatan, tindakan untuk meningkatkan gaya hidup dan pemberian makan, jadwal pengobatan membawa banyak dampak positif terhadap peningkatan kepatuhan pengobatan ARV.

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Permatasari et.al (2017), yang menunjukkan bahwa layanan farmasi menawarkan konsultasi apoteker untuk ODHIV. Dalam konseling apoteker ini memberikan pemahaman mengenai HIV/AIDS serta terkait ARV. Pemberian pemahaman tersebut dilakukan pendekatan yang sesuai dengan karakteristik responden. Mayoritas responden menunjukkan bahwa mereka mengetahui lebih banyak pemahaman mengenai HIV/AIDS, mekanisme kerja obat ARV, indikasi, cara pemberian ARV yang benar, teknik penyimpanan, serta efek samping obat ARV sebagai hasil dari konseling apoteker ini. Dengan hal ini, ODHIV akan lebih cenderung untuk selalu mengonsumsi obat ARV sebagai hasil dari meningkatnya kesadaran responden (Permatasari et al., 2017).

Yuniar dkk. (2018) menjelaskan bahwa pemantauan efek toksik obat antiretroviral (ARV) merupakan tanggung jawab pelayanan kefarmasian, khususnya apoteker. Apoteker harus memberikan konseling untuk mengurangi efek samping yang terkait dengan obat-obatan ini. Namun demikian, dalam konteks Indonesia, pemantauan terapi antiretroviral, yang mencakup kepatuhan dan efek samping obat, belum dilakukan secara komprehensif di layanan kesehatan. Hal ini memprihatinkan, karena pemantauan ini sangat penting dan merupakan bentuk "dukungan" yang signifikan. Dedikasi apoteker dalam layanan kesehatan memainkan peran penting dalam pengobatan HIV/AIDS, karena sangat penting untuk mencapai hasil pengobatan yang optimal. Keberhasilan layanan pengobatan dipengaruhi oleh kepemimpinan dan sistem tata kelola yang efektif, yang meliputi sumber daya manusia, obat-obatan, teknologi, pembiayaan, dan manajemen informasi (Handayani et al., 2018).

Peraturan Pemerintah No.51 Tahun 2009 tentang Pekerjaan Kefarmasian dan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 72 Tahun 2016 tentang Standar Pelayanan Kefarmasian di Rumah Sakit merupakan landasan hukum apoteker untuk melakukan konseling kepada pasien, tetapi hal ini belum dapat dilakukan secara optimal karena keterbatasan tenaga dan masih kurangnya dukungan manajemen rumah sakit (Kementerian Kesehatan RI, 2016a; Pemerintah Republik Indonesia, 2009). Untuk meningkatkan kualitas dan kinerja apoteker dalam memberikan pelayanan kefarmasian kepada pasien dengan HIV/AIDS, maka sangat penting bagi apoteker untuk mengikuti pelatihan yang merupakan salah satu upaya yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan sehingga dapat meningkatkan kualitas dan kinerja apoteker secara keseluruhan (Handayani et al., 2018).

Hambatan Layanan Kesehatan terhadap Kepatuhan Minum Obat pada ODHA

Secara praktis, kepatuhan terhadap pengobatan ARV merupakan proses yang kompleks dan dinamis. Berdasarkan hasil literature review dalam penelitian ini terdapat beberapa

hambatan yang mempengaruhi kepatuhan minum obat ARV pada ODHA, diantaranya adalah aksesibilitas, ketersediaan obat ARV, dan stigma penyedia layanan kesehatan.

1. Aksesibilitas

Hasil literature review ini secara konsisten mengungkapkan bahwa aksesibilitas merupakan hambatan yang seringkali menjadi variabel yang signifikan terhadap kepatuhan mengonsumsi obat ARV. Hal ini didukung oleh penelitian Mukarromah & Azinar (2021), sebagian besar responden menyatakan bahwa jarak ke pelayanan kesehatan cukup jauh dan hal tersebut menyebabkan mereka cepat merasa lelah (Mukarromah & Azinar, 2021). Diperkuat oleh penelitian Nurlaela et.al (2024) yang menemukan bahwa kepatuhan dalam mengonsumsi ARV pada ODHIV berhubungan positif dengan akses ke fasilitas atau layanan kesehatan yang dekat. Mereka menekankan betapa pentingnya jarak yang terjangkau untuk efektivitas pengobatan. Perjalanan yang terjangkau ke fasilitas medis sangat penting untuk meningkatkan kepatuhan ARV. Selain mempermudah pasien untuk mendapatkan obat, kedekatan juga mengurangi hambatan logistik yang dapat mengganggu kepatuhan pengobatan (Nurlaela et al., 2024).

Dengan adanya keterbatasan aksesibilitas terutama pada ODHA di daerah terpencil atau 3T (tertinggal, terdepan, terluar) dalam memperoleh layanan pengobatan ARV, maka perlu dilakukannya pemanfaatan Dana Alokasi Khusus (DAK) kesehatan, seperti melalui DAK nonfisik BOK (Bantuan Operasional Kesehatan). Dengan melalui pemanfaatan DAK ini, puskesmas atau dinas kesehatan dapat menyediakan anggaran transportasi bagi ODHA yang perlu dirujuk ke rumah sakit rujukan atau layanan ART. Selain itu juga dinas kesehatan dapat menggunakan DAK untuk pengadaan operasional mobil layanan HIV keliling, yang dpaat menjangkau komunitas rentan atau ODHA yang berada di daerah tanpa layanan tetap serta mengantas paasien ke layanan ART terdekat secara terjadwal (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

2. Ketersediaan Obat

Ketersediaan obat yang tidak memadai juga menjadi hambatan layanan kesehatan terhadap kepatuhan minum obat pada ODHA. Ketersediaan obat merupakan kunci dalam kepatuhan minum obat. Hal ini karena ada kemungkinan kegagalan pengobatan dapat terjadi akibat gangguan pengobatan jika pasien membutuhkan obat atau kehabisan obat dan obat tersebut tidak tersedia di penyedia layanan kesehatan. Harapan hidup menurun dengan meningkatnya jumlah ODHA yang menolak pengobatan, yang membuat program layanan dukungan dan perawatan pengobatan menjadi tidak efektif dan mempengaruhi tingkat kesehatan yang akan terus memburuk(Suryadarma et al., 2023). Hal ini didukung oleh

penelitian Wenda (2021) yang mengungkapkan bahwa tersedianya fasilitas yang cukup dan obat ARV berpengaruh terhadap keputusan ODHA untuk berobat kembali atau putus pengobatan ARV (Wenda, 2021).

Manajemen obat yang tepat diperlukan untuk mewujudkan ketersedian obat inim yang mencakup berbagai tahap mulai dari perencanaan dan evaluasi (Silvia et al., 2024). Undang-Undang kesehatan menegaskan bahwa pemerintah bertanggung jawab untuk memastikan ketersediaan, pemerataan, dan keterjangkauan perbekalan kesehatan di semua tingkatan, dari pusat hingga daerah. Permenkes RI Nomor 75 Tahun 2016 menegaskan bahwa instalasi farmasi bertugas untuk menyediakan dan mendistribusikan obat termasuk juga pada obar ARV ini untuk memastikan ketersediaan obat yang aman, bermutu, dan terjangkau bagi seluruh masyarakat (Kementerian Kesehatan RI, 2016b).

3. Stigma Penyedia Layanan Kesehatan

Stigma didefinisikan sebagai label sosial yang berusaha membedakan seseorang atau kelompok dari yang lain, seringkali melalui persepsi atau pandangan negatif. Dampak dari stigma ini mengarah pada diskriminasi, yang ditandai dengan kegagalan untuk mengakui atau memenuhi hak-hak dasar individu atau kelompok sebagai manusia yang berharga (Syavitri & Priyati, 2023).

Stigma di lingkungan layanan kesehatan juga merupakan hambatan terhadap kepatuhan minum obat ARV pada kalangan ODHA. Meskipun penyedia layanan HIV memiliki pengetahuan mengenai HIV dan mengetahui prosedur standar untuk berinteraksi dengan ODHA di klinik, sikap dan prosedur yang menstugmatisasi dan deskriminatif dalam sistem kesehatan masih terus dilaporkan. Hal ini secara langsung dan tidak langsung dapat mempengaruhi kepatuhan, khusnya bagi lelaki seks dengan lelaki (LSL) dan juga wanita trans. Dalam penelitian (Hutahaean et al., 2023) yang dilakukan secara kualitatif, menceritakan bahwa wanita trans membuat laporan bahwa penyedia layanan HIV memanggil mereka dengan nama lahir mereka yang tercantum di kartu identitas mereka, bukan nama yang mereka peroleh (misalnya, nama yang tidak disebutkan). Dalam penelitian tersebut juga menjelaskan bahwa LSL yang mengalami stigmatisasi di klinik memilih untuk tidak kembali. Berdasarkan hal tersebut secara tidak langsung membuat ketidakpatuhan minum obat ARV semakin meningkat (Hutahaean et al., 2023).

Penelitian Maharani (2014) mengidentifikasi berbagai bentuk diskriminasi yang dihadapi oleh ODHA dan keluarga serta teman mereka yang dirawat di rumah sakit. Beberapa pasien ODHA mengalami pelecehan verbal, seperti diteriaki status HIV-nya dengan keras, diberi kode sebagai pasien HIV, mendapatkan layanan kesehatan yang tidak memadai atau

lambat dalam tindak lanjut, dan diberi makan di bawah pintu. Penelitian ini mengindikasikan bahwa diskriminasi ini dapat terjadi karena tidak semua petugas kesehatan mendapatkan informasi yang akurat tentang HIV/AIDS, sehingga menimbulkan diskriminasi terhadap pasien ODHA (Maharani, 2014).

Stigma dan diskiriminasi yang dilakukan di layanan kesehatan tidak dapat dibenarkan. Jika dikaitkan dengan parturan yang ada di Indonesia, yaitu yang tertera dalam Permenkes RI Nomor 4 Tahun 2018 tentang Kewajiban Rumah Sakit dan Kewajiban Pasien, setiap rumah sakit memiliki kewajiban untuk memberikan pelayanan kesehatan yang aman, bermutu, antidiskriminasi, dan efektif dengan mengutamakan kepentingan pasien sesuai dengan standar pelayanan rumah sakit (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Hal ini juga diperkuat oleh Permenkes No 21 Tahun 2013 tentang Penanggulangan HIV dan AIDS, yang didalamnya menyatakan bahwa penanggulangan HIV dan AIDS harus menghormati harkat dan martabat manusia serta memperhatikan keadilan dan kesetaraan gender, hal ini juga mencerminkan bahwa sudah seharusnya petugas kesehatan mencerminkan pendekatan berbasis hak asasi manusia dalam layanan kesehatan (Kementerian Kesehatan RI, 2013).

Kebijakan tersebut menegaskan komitmen pemerintah Indonesia dalam menjamin bahwa ODHA harus mendapatkan layanan kesehatan yang adil, setara, dan bebas dari diskriminasi (Syavitri & Priyati, 2023). Implementasi dari peraturan ini memerlukan dukungan dari seluruh pemangku kepentingan, termasuk tenaga kesehatan, lembaga pemerintah, dan masyarakat luas, untuk menciptakan lingkungan yang inklusif dan mendukung bagi penderita HIV. Dengan hal ini juga para ODHA akan meningkatkan kepatuhan pengobatannya karena merasa ada kenyamanan dengan layanan kesehatan

SIMPULAN

Tinjauan dari delapan studi menunjukkan bahwa kepatuhan terhadap terapi antiretroviral (ART) dipengaruhi oleh faktor individu, dukungan layanan kesehatan, serta hambatan struktural. Bentuk intervensi nyata yang terbukti efektif mencakup intervensi mobile health (mHealth) berbasis SMS menunjukkan manfaat dalam meningkatkan atau mempertahankan kepatuhan ARV. Selain itu, penguatan peran farmasi klinik dalam konseling dan monitoring terapi meningkatkan kepatuhan dan menurunkan kejadian efek samping. Di sisi lain aksesibilitas, ketersediaan obat, dan stigma dari penyedia layanan kesehatan menjadi hambatan utama. Oleh karena itu, pendekatan multidimensi yang terintegrasi antara medis, sosial, dan teknologi, serta intervensi edukasi anti-stigma di masyarakat, diperlukan untuk meningkatkan kepatuhan ODHA secara berkelanjutan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada dosen yang telah membimbing dalam pembuatan naskah ini yaitu Dr. Lusyta Puri Ardhiyanti, S.St., M.Kes serta kepada seluruh pihak yang telah mendukung dan membantu peneliti dalam menyusun hasil penelitian literature review ini.

DAFTAR PUSTAKA

Abdulrahman, S. A., Rampal, L., Ibrahim, F., Radhakrishnan, A. P., Shahar, H. K., & Othman, N. (2017). Mobile Phone Reminders And Peer Counseling Improve Adherence And Treatment Outcomes Of Patients On ART In Malaysia: A Randomized Clinical Trial. PLoS ONE, 12(5), 1–16. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0177698

Ahmed, A., Dujaili, J. A., Jabeen, M., Umair, M. M., Chuah, L. H., Hashmi, F. K., Awaisu, A., & Chaiyakunapruk, N. (2022). Barriers and Enablers for Adherence to Antiretroviral Therapy Among People Living With HIV/AIDS in the Era of COVID-19: A Qualitative Study From Pakistan. Frontiers in Pharmacology, 12(January), 1–14. https://doi.org/10.3389/fphar.2021.807446

Fardiansyah, A., Sudiyanti, H., & Alamudi, M. (2022). Penggunaan Smart Phone Sebagai Sarana Peningkatan Pencegahan dan Kepatuhan Pengobatan pad Orang Dengan HIV di Indonesia. Seminar Nasional COSMIC Kedokteran Komunitas, 82–87.

Flynn, G., Jia, H., Reynolds, N. R., Mohr, D. C., & Schnall, R. (2020). Protocol of the randomized control trial: the WiseApp trial for improving health outcomes in PLWH (WiseApp). BMC Public Health, 20(1), 1–9. https://doi.org/10.1186/s12889-020-09688-0

Handayani, R. S., Yuniar, Y., Susyanty, A. L., Lestary, H., & Sugiharti, S. (2018). Gambaran Peran Apoteker sebagai Konselor dalam Pengobatan HIV-AIDS pada Ibu dan Anak. Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan, 28(4), 229–238. https://doi.org/10.22435/mpk.v28i4.329

Hidayat, S. R., & Fitri, L. D. N. (2020). Hubungan Pemanfaatan Pelayanan Kesehatan dengan Kepatuhan Minum Obat pada Odha di Puskesmas Temindung Samarinda. Borneo Student Research, 2(1), 215–220.

Hutahaean, B. S. H., Stutterheim, S. E., & Jonas, K. J. (2023). Barriers and Facilitators to HIV Treatment Adherence in Indonesia: Perspectives of People Living with HIV and HIV Service Providers. Tropical Medicine and Infectious Disease, 8(3), 1–23. https://doi.org/10.3390/tropicalmed8030138

Jocelyn, Nasution, F. M., Nasution, N. A., Asshiddiqi, M. H., Kimura, N. H., Siburian, M. H. T., Rusdi, Z. Y. N., Munthe, A. R., Chairenza, I., Ginting Munthe, M. C. F. B., Sianipar, P., Gultom, S. P., Simamora, D., Uswanas, I. R., Salim, E., Khairunnisa, K., & Syahputra, R. A. (2024). HIV/AIDS in Indonesia: current treatment landscape, future therapeutic horizons, and herbal approaches. Frontiers in Public Health, 12(February), 1–11. https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1298297

Kementerian Kesehatan RI. (2013). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 21 Tahun 2013 tentang Penanggulangan HIV dan AIDS. Kementerian Kesehatan RI.

Kementerian Kesehatan RI. (2016a). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 2016 tentang Standar Pelayanan Kefarmasian di Rumah Sakit. Kementerian Kesehatan RI.

Kementerian Kesehatan RI. (2016b). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 75 Tahun 2016 tentang Penyelenggaraan Uji Mutu Obat pada Instalasi Farmasi Pemerintah. Kementerian Kesehatan RI.

Kementerian Kesehatan RI. (2018). Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 4 Tahun 2018 tentang Kewajiban Rumah Sakit dan Kewajiban Pasien. Kementerian Kesehatan RI.

Kementerian Kesehatan RI. (2019). Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 3 Tahun 2019 tentang Petunjuk Teknis Penggunaan Dana Alokasi Khusus Nonfisik Bidang Kesehatan. Kementerian Kesehatan RI.

Kementerian Kesehatan RI. (2022). Laporan Tahunan HIV AIDS 2022. Direktur Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit (P2P).

Kementerian Kesehatan RI. (2024a). Laporan Eksekutif Perkembangan HIV AIDS dan Penyakit Infeksi Menular Seksual (PIMS) Semester 1 Tahun 2024.

Kementerian Kesehatan RI. (2024b). Topik Kesehatan AIDS.
Kementerian Kesehatan RI. (2024c). Topik Kesehatan HIV. https://ayosehat.kemkes.go.id/topik-penyakit/hivaids--ims/hiv#:~:text=tahan tubuh manusia.-,Pengertian,untuk melawan infeksi dan penyakit
Kim, J., Zhang, W., Nyonyitono, M., Lourenco, L., Nanfuka, M., Okoboi, S., Birungi, J., Lester, R. T., Kaleebu, P., Munderi, P., & Moore, D. M. (2015). Feasibility And Acceptability Of Mobile Phone Short Message Service As A Support For Patients Receiving Antiretroviral Therapy In Rural Uganda: A Cross-Sectional Study. Journal of the International AIDS Society, 18(1), 1–6. https://doi.org/10.7448/IAS.18.1.20311
Kordy, K., Tobin, N. H., & Aldrovandi, G. M. (2018). HIV and SIV in Body Fluids: From Breast Milk to the Genitourinary Tract. Current Immunology Reviews, 15(1), 139–152. https://doi.org/10.2174/1573395514666180605085313
Maharani, R. (2014). Stigma dan Diskriminasi Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA) pada Pelayanan Kesehatan di Kota Pekanbaru Tahun 2014. Jurnal Kesehatan Komunitas, 2(5), 225–232. https://doi.org/10.25311/jkk.vol2.iss5.79
Mukarromah, S., & Azinar, M. (2021). Penghambat Kepatuhan Terapi Antiretroviral pada Orang dengan HIV/AIDS (Studi Kasus pada Odha Loss To Follow Up Therapy). Indonesian Journal of Public Health and Nutrition, 1(1), 101–113. http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/IJPHN
Nuraidah, N. (2019). Literature Review : Efektifitas SMS Reminder dan Wechat Dalam Meningkatkan Kepatuhan Minum Obat ARV Pada Penderita HIV/AIDS. The Indonesian Journal of Infectious Diseases, 5(1), 1–8. https://doi.org/10.32667/ijid.v5i1.58
Nurlaela, D., Febriani, E., Wahyuniar, L., & Badriah, D. L. (2024). Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Konsumsi Obat Antiretroviral Pada Orang Dengan HIV. 5(1), 28–37. https://doi.org/10.34305/jphi.v5i01.1319
Nusair, M. B., Mukattash, T. L., Abuhammad, S., Jarab, A. S., Hanatleh, A., & Abu-Murah, H. (2022). A Qualitative Assessment Of Barriers And Facilitators To Antiretroviral Therapy Adherence Among Human Immunodeficiency Virus Patients In Jordan. Electronic Journal of General Medicine, 19(5). https://doi.org/10.29333/ejgm/12261
O'Connor, C., Leyritana, K., Doyle, A. M., Birdthistle, I., Lewis, J. J., Gill, R., & Salvaña, E. M. (2022). Delivering an mHealth Adherence Support Intervention for Patients With HIV: Mixed Methods Process Evaluation of the Philippines Connect for Life Study. JMIR Formative Research, 6(8), 1–15. https://doi.org/10.2196/37163
Pemerintah Republik Indonesia. (2009). Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 51 Tahun 2009 tentang Pekerjaan Kefarmasian. Sekret.
Permatasari, J., Almasdy, D., & Raveinal, R. (2017). Pengaruh Konseling Farmasis Terhadap Pengetahuan dan Kepatuhan Pasien HIV/AIDS di Poliklinik VCT RSUP Dr. M. Djamil Padang. Jurnal Sains Farmasi & Klinis, 3(2), 178. https://doi.org/10.29208/jsfk.2017.3.2.79
Risnawaty, N., Sofia, E., Asnar, M., Wirawan, C., & Yuliaty, F. (2024). Peran Pelayanan Perawatan Dukungan Pengobatan (PDP) dan Kepuasan Pasien terhadap Kepatuhan Penggunaan Anti Retro Viral (ARV). 15(2).
Schoenherr, M. R., Dos Santos, L. A., Remor, E., & Campanha, A. M. (2022). Pharmaceutical Care And Evaluation Of Adherence To Antiretroviral Therapy In People Living With HIV/AIDS. Brazilian Journal of Pharmaceutical Sciences, 58, 1–13. https://doi.org/10.1590/s2175-97902022e19613
Sigalingging, N., Sitorus, R. J., & Flora, R. (2022). Determinants of Adherence To Antiretroviral Therapy in HIV/AIDS Patients in Jambi. Media Kesehatan Masyarakat, 4(2), 273–283. https://doi.org/10.35508/mkmhttps://ejurnal.undana.ac.id/MKM
Silvia, Wahab, S., & Fajrianti, G. (2024). Evaluasi Pengelolaan Obat Program One Gate Policy. Jurnal Penelitian Perawat Profesional, 6(5), 2581–2596.
Suryadarma, A. T. O., Fattah, S., & Kamariah, N. (2023). Implementasi Kebijakan Pelayanan

Perawatan Dukungan Dan Pengobatan Pasien Human Immunodeficiency Virus Di Puskesmas Antang Makassar. Jurnal Administrasi Negara, 29(1), 82–103. https://doi.org/10.33509/jan.v29i1.2301

Syavitri, A., & Priyati, S. (2023). Hak Pasien HIV/AIDS Dalam Memperoleh Pelayanan Kesehatan Di RS Bhayangkara Surabaya. Journal of Police and Law Enforcement, 1(1), 1–13.

Wedajo, S., Degu, G., Deribew, A., & Ambaw, F. (2022). The Role Of Health Facility And Individual Level Characteristics On Medication Adherence Among PLHIV On Second-Line Antiretroviral Therapy In Northeast Ethiopia: Use Of Multi-Level Model. AIDS Research and Therapy, 19(1), 1–10. https://doi.org/10.1186/s12981-022-00441-8

Wenda, D. (2021). Analisis Kebijakan dan Intervensi Program HIV AIDS Terkait Faktor Penyebab Gagal Pengobatan Antiretroviral Pada ODHA di Puskesmas Assolokobal Kabupaten Jayawijaya [Universitas Hasunuddin]. http://repository.unhas.ac.id/id/eprint/12057/

WHO. (2024). HIV Statistics, Globally and By WHO Region, 2024. 1–8. https://www.who.int/teams/global-hiv-hepatitis-and-stis-programmes/hiv/strategic-information/hiv-data-and-statistics

ANALISIS JENIS PEKERJAAN, BEBAN KERJA, DAN KELELAHAN KERJA PADA ANGGOTA MEMBANGUN KELUARGA UTAMA (MKU) DI KABUPATEN MAGELANG

Fahwa Nyssa Insyiroh; Sri Darnoto

Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Abstrak

Membangun Keluarga Utama (MKU) merupakan suatu komunitas yang beranggotakan ibu rumah tangga yang bekerja untuk meningkatkan perekonomian keluarga melalui berbagai jenis usaha. Seorang ibu rumah tangga yang bekerja harus menyeimbangkan tanggung jawab domestik dan pekerjaannya yang bisa mempengaruhi beban kerja dan tingkat kelelahan. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan karakteristik ibu rumah tangga yang bekerja berdasarkan jenis pekerjaan, beban kerja, dan kelelahan kerja. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan total sampel sebanyak 70 orang anggota MKU di Kabupaten Magelang. Variabel jenis pekerjaan dan kelelahan kerja diukur menggunakan Kuesioner IFRC. Variabel beban kerja diukur menggunakan fingertip pulse oximeter untuk menghitung Cardiovascular Load (%CVL). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden bekerja di sektor informal, dengan wiraswasta sebagai pekerjaan dengan frekuensi tertinggi (32,9%). Seluruh responden mengalami beban kerja ringan (100%) dengan tingkat kelelahan bervariasi yaitu (52,9%) mengalami kelelahan kerja rendah, (45,7%) mengalami kelelahan kerja sedang, dan (1,4%) mengalami kelelahan kerja tinggi. Meskipun beban kerja ringan, penting bagi ibu rumah tangga agar mengelola pekerjaannya untuk mencegah peningkatan kelelahan kerja.

Kata Kunci: ibu rumah tangga bekerja, jenis pekerjaan, beban kerja, kelelahan kerja

Abstract

Building the Main Family (MKU) is a community consisting of housewives who work to improve the family economy through various types of businesses. A working housewife must balance domestic responsibilities and work which can affect workload and fatigue levels. This study aims to describe the characteristics of working housewives based on the type of work, workload, and work fatigue. This study uses a quantitative descriptive method with a total sample of 70 MKU members in Magelang Regency. The variables of type of work and work fatigue were measured using the IFRC Questionnaire. The workload variable was measured using a fingertip pulse oximeter to calculate Cardiovascular Load (%CVL). The results showed that most respondents worked in the informal sector, with self-employed as the job with the highest frequency (32.9%). All respondents experienced a light workload (100%), with the level of fatigue varied, namely (52.9%) experienced low work fatigue, (45.7%) experienced moderate work fatigue, and (1.4%) experienced high work fatigue. Although the workload is light, it is important for housewives to manage their work to prevent increased work fatigue.

Keywords: *working housewives, types of work, workload, work fatigue*

1. PENDAHULUAN

Seorang ibu rumah tangga memiliki tugas utama yaitu mengurus urusan rumah tangga. Seiring bertambahnya tuntutan ekonomi menjadi alasan setiap keluarga harus berusaha keras untuk memenuhi kebutuhan ekonomi keluarganya. Hal ini menjadi alasan para ibu rumah tangga untuk bekerja dengan harapan dapat membantu memenuhi kebutuhan ekonomi keluarganya (Kameli & Julisatina, 2023). Sekitar 66% atau 54,5 juta pekerja informal yang ada di Indonesia adalah perempuan. Angka ini menunjukkan peningkatan partisipasi perempuan di sektor informal dengan proporsi yang terus bertambah dari tahun ke tahun (KPPPA, 2024). Data Badan Pusat Statistik menunjukkan bahwa proporsi pekerja perempuan di sektor informal mencapai 64,25% di tahun 2023 yang meningkat dari 61,9% di tahun 2018 (BPS, 2024).

Menurut teori Maslow, kebutuhan fisologis adalah kebutuhan yang paling mendasar dalam hierarki kebutuhan manusia. Kebutuhan ini mencakup aspek – aspek yang dibutuhkan untuk bertahan hidup seperti makanan, air, tempat tinggal, pakaian, dan kebutuhan biologis lainnya. Pemenuhan kebutuhan fisiologis harus dilakukan terlebih dahulu sebelum beranjak ke kebutuhan yang lebih tinggi seperti kebutuhan keamanan, sosial, dan aktualisasi diri (Montag *et al*., 2020). Kebutuhan fisiologi menjadi salah satu faktor yang menyebabkan seorang ibu rumah tangga memilih untuk bekerja. Kebutuhan fisiologi merupakan kebutuhan yang dimiliki oleh setiap individu sebagai kebutuhan untuk mempertahankan hidup secara fisik. Kebutuhan akan rasa aman, rasa memiliki, dan kasih sayang merupakan kebutuhan fisiologi yang dibutuhkan setiap individu (Telaumbanua & Nugraheni, 2018).

Pada era modern seperti saat ini, wanita dihadapkan pada pilihan antara bekerja atau mengurus rumah tangga. Wanita yang memilih untuk bekerja dan mengurus keluarga berarti memiliki dua peran yaitu menjadi ibu rumah tangga di rumah dan menjadi pekerja wanita. Pekerjaan yang dilakukan seperti sebagai pedagang, pegawai, pemilik usaha kecil – kecilan, dan pekerjaan lainnya (Negari & Rohmatun, 2020). Seorang ibu rumah tangga yang bekerja akan mengalami penurunan kualitas tidur karena beban pekerjaan dan beban dari tugas rumah tangga. Penurunan kualitas tidur ini dapat menjadi dampak dari beban kerja dan kelelahan kerja (Skinner & Dorrian,

2015). Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Santriyana pada pekerja pembuat bolu talas kujang di *home industry* menunjukkan bahwa dari 36 pekerja perempuan terdapat 24 pekerja (66,7%) yang mengalami kelelahan. Pekerja yang memiliki beban kerja berat dan mengalami kelelahan sebanyak 19 pekerja (79,2%) (Santriyana *et al*., 2023).

Beban kerja dapat diartikan sebagai beratnya intensitas kerja yang diterima oleh seorang pekerja. Perbedaan kapasitas yang dimiliki setiap pekerja dalam melakukan pekerjaan juga dapat diartikan sebagai beban kerja. Peningkatan beban kerja yang berlebih dapat menyebabkan terjadinya stress pada pekerja (Tarwaka, 2015). Risiko terjadinya kelelahan kerja akan meningkat jika semakin besar beban kerja yang dialami pekerja. Kelelahan adalah perasaan yang ditandai dengan lelah, letih, dan berkurangnya energi. Kelelahan dapat terjadi karena jam kerja berlebih dan kurangnya jam istirahat (The National Institute for Occupational Safety and Health (NIOSH), 2023). Gangguan tidur dan gangguan pernapasan dapat menjadi gejala dari terjadinya kelelahan (Maisel *et al*., 2021).

Keputusan seorang ibu rumah tangga untuk bekerja akan memberikan dampak bagi kehidupan pribadi maupun keluarganya. Bekerja akan membantu meningkatkan kemampuan dan harga diri. Hal ini dapat menyebabkan terjadinya konflik dalam rumah tangga. Sehingga, seorang ibu yang memilih bekerja harus menjaga kewajibannya sebagai ibu rumah tangga dan tugasnya sebagai seorang pekerja agar tetap seimbang. Untuk menyeimbangkan antara pekerjaan dan keluarga, sering kali para ibu rumah tangga memilih untuk bekerja pada sektor informal atau bekerja dari rumah.

Penelitian dilakukan pada sebuah komunitas yang bergerak dalam sektor informal bernama Membangun Keluarga Utama (MKU) yang terletak di 3 kecamatan di Kabupaten Magelang yaitu Kecamatan Salam, Kecamatan Mungkid, dan Kecamatan Sawitan. Komunitas ini beranggotakan ibu rumah tangga yang memiliki pekerjaan. Jenis pekerjaan yang dilakukan antar anggota berbeda – beda. Survey pendahuluan yang dilakukan di salah satu usaha yang dikelola oleh anggota MKU Salam yaitu usaha olahan salak bernama "Peni Salacca" menunjukkan bahwa seluruh pekerja merupakan ibu rumah tangga yang bekerja. Pembuatan olahan salak memang tidak selalu dilakukan karena menyesuaikan dengan pesanan. Namun, pada waktu atau musim tertentu pesanan akan meningkat dan menyebabkan para pekerja harus bekerja lebih ekstra. Wawancara

singkat yang dilakukan terhadap para pekerja juga menunjukkan adanya keluhan rasa sakit pada anggota tubuh seperti bahu, punggung, dan kaki. Penelitian ini diharapkan dapat membantu para ibu yang bekerja agar dapat menyesuaikan beban kerja yang dihadapi dengan kewajiban untuk mengurus rumah tangganya dan mencegah terjadinya kelelahan atau risiko kesehatan lainnya.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif yang dilakukan untuk menggambarkan jenis pekerjaan, beban kerja, dan kelelahan kerja pada ibu rumah tangga yang bekerja. Penelitian dilakukan pada bulan Februari dan Desember 2024 di MKU yang terletak di Kecamatan Salam, Kecamatan Sawitan, dan Kecamatan Mungkid, Kabupaten Magelang. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 70 responden. Sampel dipilih menggunakan metode *total sampling* dengan kriteria ibu rumah tangga dan memiliki pekerjaan. Maka, jumlah responden dalam penelitian ini adalah 70 responden yang terbagi menjadi 33 responden dari MKU Salam, 22 responden dari MKU Mungkid, dan 15 responden dari MKU Sawitan.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner dan lembar observasi. Kuesioner yang digunakan adalah kuesioner *Subjective Self Rating Test* dari *Industrial Fatigue Research Committe* (IFRC) untuk mengukur variabel jenis pekerjaan dan kelelahan kerja. Lembar observasi digunakan untuk mengumpulkan data hasil pengukuran denyut nadi istirahat dan denyut nadi kerja yang diukur menggunakan *fingertrip pulse oximeter*. Hasil pengukuran denyut nadi digunakan untuk mengetahui %CVL (*Cardiovascular load*) atau peningkatan denyut nadi karena beban kerja. Hasil akan digunakan untuk mengetahui tingkat beban kerja yang dialami responden.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Karakteristik Responden

Analisis karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi usia dan jumlah anak dari setiap MKU dalam tabel berikut ini:

1. MKU Salam

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden MKU Salam

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia		
<30	1	1,4
30 – 39	2	6,1
40 – 49	14	42,4
50 – 59	13	39,4
60 – 69	3	9,1
Total	33	100
Jumlah Anak		
≤ 2	21	63,6
> 2	12	36,4
Total	33	100

Sumber: Data primer, 2024

Tabel 1 menunjukkan bahwa rentang usia 40 – 49 tahun memiliki frekuensi tertinggi yaitu 14 responden (42,4%) dan usia 69 tahun menjadi usia tertua di MKU Salam. Responden yang memiliki ≤ 2 anak sebanyak 21 responden (63,6%). Jumlah anggota MKU Salam adalah 33 orang.

2. MKU Mungkid

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden MKU Mungkid

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia		
30 – 39	3	13,6
40 – 49	8	36,4
50 – 59	8	36,4
60 – 69	3	13,6
Total	22	100
Jumlah Anak		
≤ 2	21	31,8
> 2	12	68,2
Total	33	100

Sumber: Data primer, 2024

Tabel 2 menunjukkan bahwa rentang usia 40 – 49 tahun dan 50 – 59 tahun memiliki frekuensi yang sama yaitu 8 responden (36,4%) dan usia 62 tahun menjadi usia tertua di MKU Mungkid. Responden yang memiliki > 2 anak sebanyak 15 responden (68,2%). Jumlah anggota MKU Mungkid adalah 22 orang.

3. MKU Sawitan

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden MKU Sawitan

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia		
40 – 49	12	80,0
50 – 59	3	20,0
Total	15	100
Jumlah Anak		
≤ 2	9	60,0
> 2	6	40,0
Total	15	100

Sumber: Data primer, 2024

Tabel 3 menunjukkan bahwa rentang usia 40 – 49 tahun menjadi frekuensi tertinggi yaitu 12 responden (80%) dan usia 52 tahun menjadi usia tertua di MKU Sawitan. Responden yang memiliki ≤ 2 anak sebanyak 9 responden (60%). Jumlah anggota MKU Sawitan adalah 15 orang.

B. Hasil Analisis Variabel

1. Jenis Pekerjaan

Data dari hasil pengisian kuesioner oleh ibu rumah tangga yang bekerja menunjukkan data sebagai berikut:

a. MKU Salam

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Jenis Pekerjaan Anggota MKU Salam

Jenis Pekerjaan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
ART	3	9,1
Pedagang	7	21,2
Penjahit	2	6,1
Petani	9	27,3
Peternak	4	12,1
Wiraswasta	8	24,2
Total	33	100

Sumber: Data primer, 2024

Hasil analisis pada tabel 4 menunjukkan bahwa pada anggota MKU Salam, petani menjadi pekerjaan dengan frekuensi tertinggi yaitu 9 responden (27,3%) dan penjahit dengan frekuensi terendah yaitu 2 responden (6,1%).

b. MKU Mungkid

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Jenis Pekerjaan Anggota MKU Mungkid

Jenis Pekerjaan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Buruh	5	22,7
PNS	8	36,4
Wiraswasta	9	40,9
Total	22	100

Sumber: Data Primer, 2024

Hasil analisis pada tabel 5 menunjukkan bahwa pada anggota MKU Mungkid, wiraswasta menjadi pekerjaan dengan frekuensi tertinggi yaitu 9 responden (40,9%) dan buruh dengan frekuensi terendah yaitu 5 responden (22,7%).

c. MKU Sawitan

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Jenis Pekerjaan Anggota MKU Sawitan

Jenis Pekerjaan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Pedagang	8	53,3
Penjahit	1	6,7
Wiraswasta	6	40,0
Total	15	100

Sumber: Data primer, 2024

Hasil analisis pada tabel 6 menunjukkan bahwa pada anggota MKU Sawitan, pedagang menjadi pekerjaan dengan frekuensi tertinggi yaitu 8 responden (53,3%) dan penjahit dengan frekuensi terendah yaitu 1 responden (6,7%).

Untuk analisis distribusi frekuensi variabel jenis pekerjaan secara menyeluruh pada ketiga MKU ditunjukkan pada tabel berikut ini:

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Jenis Pekerjaan

Jenis Pekerjaan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
ART	3	4,3
Buruh	5	7,1
Pedagang	15	21,4

Penjahit	3	4,3
Petani	9	12,9
Peternak	4	5,7
PNS	8	11,4
Wiraswasta	23	32,9
Total	70	100

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan hasil analisis bahwa frekuensi jenis pekerjaan tertinggi pada pekerjaan wiraswasta sebanyak 23 responden (32,9%) dan pedagang sebanyak 15 responden (21,4%). Frekuensi terendah pada pekerjaan ART dan Penjahit dengan jumlah sama sebanyak 3 responden (4,3%).

Saat proses pengumpulan data, ditemukan bahwa beberapa responden memiliki pekerjaan ganda atau lebih dari 1 pekerjaan.

Berikut ini adalah tabel yang menunjukkan frekuensi responden yang memiliki 2 pekerjaan di setiap MKU:

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Responden dengan Pekerjaan Ganda di Setiap MKU

Asal MKU	Pekerjaan Ganda				Total	
	Ya		Tidak			
	f	%	f	%	f	%
MKU Salam	1	3,0	32	97,0	33	100
MKU Mungkid	8	36,4	14	63,6	22	100
MKU Sawitan	0	0	15	100	15	100
Total	9	100	61	100	70	100

Tabel 8 menunjukkan bahwa terdapat 9 responden (12,9%) yang memiliki 2 pekerjaan. MKU Mungkid memiliki frekuensi tertinggi yaitu 8 reponden (36,4%) dan tidak terdapat responden dengan pekerjaan ganda di MKU Sawitan.

2. Beban Kerja

Hasil analisis variabel beban kerja berdasarkan hasil pengukuran % CVL (*Cardiovasculair Load*) atau denyut nadi responden dapat dilihat di bawah ini:

Tabel 9. Distribusi Frekuensi Tingkat Beban Kerja
Berdasarkan Pengukuran %CVL

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Ringan	70	100
Sedang	0	0
Agak Berat	0	0
Berat	0	0
Sangat Berat	0	0
Total	70	100

Sumber: Data Primer, 2024

Beban kerja yang dihadapi oleh 70 responden ibu rumah tangga yang bekerja adalah rendah (100%).

3. Kelelahan Kerja

Data hasil pengukuran kelelahan kerja pada ibu rumah tangga yang bekerja menunjukkan data sebagai berikut:

Tabel 10. Distribusi Frekuensi Tingkat Kelelahan Kerja
Seluruh Responden

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Rendah	37	52,9
Sedang	32	45,7
Tinggi	1	1,4
Sangat Tinggi	0	0
Total	70	100

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 10 diatas, dapat diketahui bahwa frekuensi responden yang mengalami kelelahan kerja dengan kategori rendah sebanyak 37 responden (52,9%), sedang sebanyak 32 responden (45,7%), dan tinggi sebanyak 1 responden (1,4%).

Berikut ini hasil analisis pengukuran kelelahan kerja yang dilakukan di MKU Salam, MKU Mungkid, dan MKU Sawitan:

a. MKU Salam

Tabel 11. Distribusi Frekuensi Tingkat Kelelahan Kerja MKU Salam

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Rendah	20	60,6
Sedang	12	36,4
Tinggi	1	3,0
Sangat Tinggi	0	0
Total	33	100

Sumber: Data primer, 2024

Tabel 11 menunjukkan bahwa pada anggota MKU Salam terdapat 1 responden (3%) mengalami kelelahan kerja tinggi. Sebagian besar sebanyak 20 responden (60,6%) mengalami kelelahan kerja rendah.

b. MKU Mungkid

Tabel 12. Distribusi Frekuensi Tingkat Kelelahan Kerja MKU Mungkid

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Rendah	3	13,6
Sedang	19	86,4
Tinggi	0	0
Sangat Tinggi	0	0
Total	22	100

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 12, dapat diketahui bahwa terdapat 19 responden (86,4%) dari 22 responden yang mengalami kelelahan kerja sedang di MKU Mungkid.

c. MKU Sawitan

Tabel 13. Distribusi Frekuensi Tingkat Kelelahan Kerja

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Rendah	14	93,3

Sedang	1	6,7
Tinggi	0	0
Sangat Tinggi	0	0
Total	15	100

Pada tabel 13 menunjukkan bahwa 14 responden (93,3%) dari 15 responden di MKU Sawitan mengalami kelelahan kerja rendah.

4. Tabel Silang usia dan Kelelahan Kerja

Hasil tabel silang antara usia responden dengan tingkat kelelahan kerja menunjukkan hasil berikut

Tabel 14. Tabel Silang antara Usia dan Kelelahan Kerja

Usia Responden	Kelelahan Kerja								Total	
	Rendah		Sedang		Tinggi		Sangat Tinggi			
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
<30	1	100	0	0	0	0	0	0	1	100
30 – 39	1	20,0	4	80,0	0	0	0	0	5	100
40 – 49	23	67,6	11	32,4	0	340	0	0	34	100
50 – 59	8	33,3	15	62,5	1	4,2	0	0	24	100
60 – 69	4	66,7	2	33,3	0	0	0	0	6	100
Total	37	100	32	100	1	100	0	0	70	100

Sumber : Data primer, 2024

Berdasarkan tabel 14 dapat diketahui bahwa pada responden dengan rentang usia 50 – 59 tahun terdapat 8 responden (33,3%) mengalami kelelahan kerja rendah , 15 responden (62,5%) mengalami kelelahan kerja sedang, dan 1 responden (4,2%) mengalami kelelahan kerja tinggi.

5. Tabel Silang Jumlah Anak dan Kelelahan Kerja

Analisis tebel silang antara jumlah anak dan kelelahan kerja pada tabel di bawah ini :

Jumlah Anak	Kelelahan Kerja								Total	
	Rendah		Sedang		Tinggi		Sangat Tinggi			
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
≤ 2	26	70,3	11	29,7	0	0	0	0	37	100
> 2	11	33,3	21	63,6	1	3,0	0	0	33	100
Total	37	100	32	100	1	100	0	0	70	100

Sumber : Data primer, 2024

Pada tabel 15 dapat dilihat bahwa pada 33 responden yang memiliki >2 anak terdapat 11 responden (33,3%) mengalami kelelahan kerja rendah, 21 responden (63,6%) mengalami kelelahan kerja sedang, dan 1 responden (3%) mengalami kelelahan kerja tinggi.

6. Tabel Silang Jenis Pekerjaan dan Beban Kerja

Penyilangan variabel jenis pekerjaan dan pekerjaan dapat dilihat berikut ini:

Tabel 16. Tabel Silang antara Jenis Pekerjaan dan Beban Kerja

Jenis Pekerjaan	Kelelahan Kerja								Total	
	Rendah		Sedang		Tinggi		Sangat Tinggi			
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
ART	3	100	0	0	0	0	0	0	3	100
Buruh	5	100	0	0	0	0	0	0	5	100
Pedagang	15	100	0	0	0	0	0	0	15	100
Penjahit	3	100	0	0	0	0	0	0	3	100
Petani	9	100	0	0	0	0	0	0	9	100
Peternak	4	100	0	0	0	0	0	0	4	100
PNS	8	100	0	0	0	0	0	0	8	100
Wiraswasta	23	100	0	0	0	0	0	0	23	100

Total	70	100	0	0	0	0	0	0	70	100

Sumber : Data primer ,2024

Berdasarkan tabel 16, diketahui bahwa responden yang bekerja sebagai wiraswasta dengan beban kerja ringan sebanyak 23 responden (32,9%), pedagang dengan beban kerja ringan sebanyak 15 responden (21,4%), dan PNS dengan beban kerja ringan sebanyak 9 responden (12,9%).

7. Tabel Silang Jenis Pekerjaan dan Kelelahan Kerja

Analisis tabel silang variabel jenis pekerjaan dan kelelahan kerja terlihat pada tabel 17, yakni:

Tabel 17. Tabel Silang antara Jenis Pekerjaan dan Kelelahan Kerja

Jenis Pekerjaan	**Kelelahan Kerja**								**Total**	
	Rendah		**Sedang**		**Tinggi**		**Sangat Tinggi**			
	f	**%**	**f**	**%**	**f**	**%**	**f**	**%**	**f**	**%**
ART	1	33,3	2	66,7	0	0	0	0	3	100
Buruh	1	20,0	4	80,0	0	0	0	0	5	100
Pedagang	14	93,3	1	6,7	0	0	0	0	15	100
Penjahit	3	100	0	0	0	0	0	0	3	100
Petani	4	44,4	5	55,6	0	0	0	0	9	100
Peternak	2	50,0	1	25,0	1	25,0	0	0	4	100
PNS	1	12,5	7	87,5	0	0	0	0	8	100
Wiraswasta	11	47,8	12	52,2	0	0	0	0	23	100
Total	37	100	32	100	1	100	0	0	70	100

Sumber: Data primer,2024

Berdasarkan tabel 17 diketahui bahwa pada pekerjaan wiraswasta sebanyak 11 responden (15,7%) mengalami kelelahan kerja rendah dan 12 responden (17,1%) mengalami kelelahan kerja sedang. Pekerjaan PNS sebanyak 1 responden (1,4%) mengalami kelelahan ringan, dan 7 responden (10%) mengalami kelelahan sedang. Pekerjaan peternak sebanyak 2

responden (2,9%) mengalami kelelahan ringan, 1 responden (1,4%) mengalami kelelahan sedang, dan 1 responden (1,4%) mengalami kelelahan tinggi.

8. Tabel Silang Beban Kerja dan Kelelahan Kerja

Telah dilakukan analisis tabel silang pada variabel beban kerja dan kelelahan kerja pada tabel berikut ini:

Tabel 18. Tabel Silang antara Beban Kerja dan Kelelahan Kerja

Beban Kerja	Kelelahan Kerja								Total	
	Rendah		Sedang		Tinggi		Sangat Tinggi			
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Ringan	37	52,9	32	45,7	1	1,4	0	0	70	100
Sedang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Agak Berat	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Berat	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sangat Berat	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Total	37	52,9	32	45,7	1	1,4	0	0	70	100

Sumber: Data primer,2024

Berdasarkan tabel 18 diketahui bahwa sebanyak 70 responden dengan beban kerja ringan terdapat 37 responden (52,9%) mengalami kelelahan kerja rendah, dan 1 responden (1,4%) mengalami kelelahan kerja tinggi.

9. Tabel Silang Jenis Pekerjaan dan Gejala Kelelahan

Berikut ini analisis antara jenis pekerjaan dan gejala kelelahan yang dirasakan responden:

Tabel 19. Tabel Silang Jenis Pekerjaan dan Keluhan Mudah Melupakan Sesuatu

Jenis Pekerjaan	Mudah Melupakan Sesuatu				Total
	Tidak Pernah	Kadang-Kadang	Sering	Sering Sekali	

	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
ART	0	0	1	33.3	2	66,7	0	0	3	100
Buruh	0	0	5	100	0	0	0	0	5	100
Pedagang	2	13,3	8	53,3	5	33,3	0	0	15	100
Penjahit	0	0	2	66,7	1	33,3	0	0	3	100
Petani	1	11,1	4	44,4	4	44,4	0	0	9	100
Peternak	0	0	1	25,0	2	50,0	1	25,0	4	100
PNS	0	0	3	37,5	5	62,5	0	0	8	100
Wiraswasta	3	13,0	10	43,5	7	30,4	3	13,0	23	100
Total	6	100	29	100	31	100	4	100	70	100

Sumber: Data primer, 2024

Berdasarkan tabel 19 dapat diketahui bahwa responden yang responden (25%) bekerja sebagai peternak dan 3 responden (13%)
bekerja sebagai wiraswasta.

Tabel 20. Silang Jenis Pekerjaan dan Keluhan Kaku di Bagian Bahu

Jenis Pekerjaan	Kaku di Bagian Bahu								Total	
	Tidak Pernah		Kadang-Kadang		Sering		Sering Sekali			
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
ART	1	33,3	1	33.3	2	33,3	0	0	3	100
Buruh	0	0	2	40,0	0	60,0	0	0	5	100
Pedagang	1	6,7	11	73,3	5	20,0	0	0	15	100
Penjahit	1	33,3	2	66,7	1	0	0	0	3	100
Petani	1	11,1	4	44,4	4	33,3	1	11,1	9	100
Peternak	0	0	2	50,0	2	25,0	1	25,0	4	100

PNS	0	0	1	12,5	5	75,0	1	12,5	8	100
Wiraswasta	1	4,3	13	56,5	7	34,8	1	4,3	23	100
Total	5	100	36	100	31	100	4	100	70	100

Sumber: Data primer, 2024

Tabel 20 menampilkan hasil analisis tabel silang antara jenis pekerjaan dan keluhan kaku di bagian bahu yang menunjukkan bahwa terdapat 4 responden yang mengeluhkan sering sekali merasakan kaku di bagian bahu. Responden yang mengeluhkan sering sekali merasa kaku di bagian bahu bekerja sebagai petani (11,1%), peternak (25%), PNS (12,5%), dan wiraswasta (4,3%).

Tabel 21. Tabel Silang Jenis Pekerjaan dan Keluhan Merasa Haus

Jenis Pekerjaan	**Merasa Haus**								**Total**	
	Tidak Pernah		**Kadang-Kadang**		**Sering**		**Sering Sekali**			
	f	**%**	**f**	**%**	**f**	**%**	**f**	**%**	**f**	**%**
ART	0	0	2	66,7	1	33,3	0	0	3	100
Buruh	0	0	1	20,0	4	80,0	0	0	5	100
Pedagang	3	20,0	11	73,3	1	6,7	0	0	15	100
Penjahit	0	33,3	3	100	0	0	0	0	3	100
Petani	0	11,1	5	55,6	2	22,2	2	22,2	9	100
Peternak	0	0	2	50,0	1	25,0	1	25,0	4	100
PNS	0	0	4	50,0	3	37,5	1	37,5	8	100
Wiraswasta	1	4,3	8	34,8	11	47,8	3	47,8	23	100
Total	5	100	36	100	23	100	7	100	70	100

Sumber: Data primer, 2024

Tabel 21 menunjukkan bahwa sebanyak 7 responden sering sekali merasa haus saat bekerja yang terdiri dari 3 responden (13%) bekerja sebagai wiraswasta, 2 responden (22,2%) bekerja sebagai petani, 1

responden (25%) bekerja sebagai peternak, dan 1 responden (12,5%) bekerja sebagai PNS.

Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa sebanyak 70 responden (100%) merupakan ibu rumah tangga yang bekerja. Usia responden dengan rentang 40 – 49 tahun pada ketiga MKU berada pada frekuensi tertinggi dan usia tertua dari seluruh responden adalah 69 tahun. Data Badan Pusat Statistik (BPS) yang menunjukkan bahwa proporsi usia pekerja informal lebih besar pada usia 60 tahun keatas atau lansia sebesar 85,25% di tahun 2023 (Sakernas, 2024).

Penelitian yang dilakukan pada pekerja pembuat kerupuk opak menunjukkan bahwa pekerja yang berusia >40 tahun (56,8%) lebih banyak mengalami kelelahan tingkat sedang dibandingkan dengan pekerja berusia <40 tahun (22,2%) (Deyulmar *et al*., 2018). Penelitian tersebut sejalan dengan hasil analisis usia dan kelelahan kerja pada anggota MKU yang menunjukkan bahwa pada rentang usia 50 – 59 tahun ada 24 responden dengan 8 responden (33,3%) mengalami kelelahan kerja rendah, 15 responden (62,5%) mengalami kelelahan kerja sedang, dan 1 responden (4,2%) mengalami kelelahan kerja tinggi.

Seorang ibu rumah tangga yang bekerja tentu memiliki kewajiban agar mampu menyeimbangkan antara perannya sebagai seorang ibu serta kewajiban untuk bekerja. Analisis kelelahan kerja pada responden yang memiliki ≤2 anak menunjukkan 11 responden (29,7%) mengalami kelelahan sedang, responden dengan >2 anak menunjukkan sebanyak 21 responden (63,6%) mengalami kelelahan kerja sedang dan 1 responden (3%) mengalami kelelahan kerja tinggi. Orang yang sudah menikah dan memiliki anak lebih rentan mengalami kelelahan karena waktu yang seharusnya dihabiskan untuk beristirahat dihabiskan untuk mengurus dan memperhatikan keluarga mereka. Studi yang dilakukanoleh Nejatian, ditemukan bahwa ada korelasi signifikan antara jumlah anak dan tingkat kelelahan somatik. Wanita dengan lebih banyak anak melaporkan tingkat kelelahan somatik yang lebih tinggi (Nejatian *et al*., 2021).

Pada pekerjaan wiraswasta menunjukkan bahwa sebanyak 11 responden (47,8%) mengalami kelelahan rendah dan 12 responden

(52,2%) mengalami kelelahan sedang. Gejala kelelahan yang dirasakan responden yang bekerja sebagai wiraswasta skor tertinggi pada kategori pelemahan motivasi yaitu mudah melupakan sesuatu dan pelemahan fisik yaitu merasa haus. Hal ini serupa dengan penelitian yang dilakukan pada pekerja Industri Rumah Tangga Wijaya Kusuma bahwa seluruh responden berjumlah 10 responden (100%) mengalami kelelahan di tingkat sedang. Gejala yang muncul pada pekerja industri tersebut adalah pelemahan kegiatan dengan skor tertinggi terletak pada kategori pelemahan motivasi dan fisik (Maulana *et al*., 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh Wurarah pada petani di Desa Tumaratas menunjukkan bahwa terdapat petani perempuan sebanyak 32 responden. Bekerja menjadi seorang petani dengan beban kerja yang mengarah pada kemampuan untuk melakukan semua kegiatan secara teliti. Hal ini juga ditunjang dengan jam kerja petani mencapai 14 jam dalam sehari, risiko penyakit akibat kerja, risiko kecelakaan kerja, serta tuntutan kerja yang berlebihan dapat menyebabkan stress dan gangguan kesehatan pada petani (Wurarah *et al*., 2020). Penelitian tersebut sejalan dengan hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa dari 9 responden (100%) yang bekerja sebagai petani, terdapat 5 responden (55,6%) mengalami kelelahan kerja sedang dan 4 responden (44,4%) mengalami kelelahan kerja ringan.

Pada saat pengumpulan data, ditemukan bahwa beberapa responden memiliki pekerjaan ganda atau 2 pekerjaan. Tabel 10 menunjukkan bahwa 9 dari 70 responden memiliki pekerjaan ganda yang terdiri dari 1 responden anggota MKU Salam dan 8 responden anggota MKU Mungkid. Responden dari MKU Salam memiliki pekerjaan utama peternak dan pekerjaan sampingan sebagai wiraswasta olahan salak. Responden tersebut menghabiskan 6 – 8 jam per hari untuk melakukan pekerjaan sebagai peternak. Pekerjaan sampingan akan dilakukan menyesuaikan dengan jenis pesanan yang diterima seperti pemesanan buah salak atau pemesanan olahan salak. Responden dari MKU Mungkid sebanyak 8 responden tersebut bekerja sebagai PNS dan memiliki pekerjaan sampingan wiraswasta berbagai produk makanan. Responden tersebut menghabiskan 8 jam per hari dengan 5 hari kerja untuk bekerja sebagai

PNS. Produk makanan yang diproduksi adalah kripik tempe, peyek kacang, dan peyek pethul. Pekerjaan sampingan dilakukan berdasarkan pesanan yang diterima. Namun, beberapa responden membuat produk makanan untuk dititipkan di warung, rumah makan, dan toko oleh – oleh.

Pengukuran beban kerja dilakukan menggunakan *fingertrip pulse oximeter* untuk mengukur denyut nadi istirahat dan denyut nadi kerja responden. Hasil pengukuran dihitung untuk mengetahui %CVL responden. Hasil pengukuran beban kerja menunjukkan bahwa sebanyak 70 responden (100%) mengalami beban kerja ringan atau tidak terjadi pembebanan yang berarti.

Tingkat berat atau ringan beban kerja yang diterima pekerja dapat digunakan untuk mengukur seberapa lama mereka dapat menyelesaikan tugas atau aktivitas yang sesuai dengan kemampuan dan kapasitas mereka. Karena, semakin berat beban kerja maka semakin sedikit waktu yang dihabiskan pekerja untuk bekerja tanpa kelelahan atau gangguan kesehatan lainnya (Setiawan & Kusmindari, 2020).

Analisis tingkat kelelahan kerja yang telah dilakukan melalui jawaban dari kuesioner IFRC menunjukkan bahwa, sebanyak 37 responden (52,9%) mengalami kelelahan rendah, 32 responden (45,7%) mengalami kelelahan sedang, dan 1 responden (1,4%) mengalami kelelahan tinggi. Sebuah analisis yang dilakukan di Amerika Serikat pada ibu yang bekerja di akhir tahun 2019 bahwa dari 35 juta ibu bekerja yang mengalami kelelahan ada sebanyak 9,8 juta. Analisis baru yang dilakukan dengan survei terhadap 440.00 orang tua bekerja termasuk 226.000 ibu bekerja menunjukkan bahwa kasus kelelahan yang dialami lebih tinggi dari ibu kulit hitam, asia, dan latin (Megan Leonhardt, 2020).

Penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terdapat 1 responden yang bekerja sebagai peternak ayam dan memiliki pekerjaan sampingan. Responden tersebut memiliki beban kerja ringan dengan kelelahan kerja tinggi. Lama kerja responden sebagai peternak adalah 6 – 8 jam kerja per hari dengan berbagai pekerjaan yang harus dilakukan seperti memberikan pakan, pengisian air minum, pembersihan kandang,

pemeriksaan kesehatan, dan pengawasan produksi karena responden merupakan peternak ayam petelur. Ketika memasuki masa ayam panen atau bertelur, responden harus bekerja lebih ekstra mulai dari proses panen sampai pemasaran. Peningkatan beban kerja dan kelelahan dapat terjadi ketika ada pesanan buah salak atau olahan salak. Meskipun responden tidak bekerja sendiri, kelelahan dapat terjadi karena faktor lain selain pekerjaan yang harus dilakukan.

Faktor usia dan masa kerja dapat menjadi penyebab munculnya keluhan pada leher atas, leher bawah, punggung, pinggang, pantat, siku kiri, siku kanan, tangan kiri, tangan kanan, paha kiri, paha kanan, lutut kiri, lutut kanan, betis kiri, betis kanan, kaki kiri, dan kaki kanan. Faktor – faktor tersebut dapat menjadi penyebab munculnya keluhan kaku pada leher atas atau bawah, nyeri punggung, pegal pada bagian bahu, kaki, dan betis. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan bahwa responden yang bekerja sebagai petani, peternak, PNS, dan wiraswasta mengalami keluhan kaku pada bahu.

Penurunan daya ingat dapat menjadi salah satu tanda terjadinya pelemahan motivasi. Faktor usia responden juga dapat menjadi pendorong turunnya kemampuan daya ingat dan menyebabkan responden mudah lupa (Utami *et al*., 2020). Penelitian pada ibu rumah tangga yang telah dilakukan menunjukkan bahwa sebanyak 1 responden (25%) yang bekerja sebagai peternak dan 3 responden (13%) yang bekerja sebagai wiraswasta merasa sering sekali mudah melupakan sesuatu.

Keluhan yang dirasakan selain mudah melupakan sesuatu dan kaku di bagian bahu adalah merasa haus. Penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa 3 responden (13%) bekerja sebagai wiraswasta, 2 responden (22,2%) bekerja sebagai petani, 1 responden (25%) bekerja sebagai peternak, dan 1 responden (12,5%) bekerja sebagai PNS merasa sering sekali haus saat bekerja. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Maulana bahwa gejala kelelahan yang dirasakan pekerja adalah merasa haus dan keluhan pada tubuh bagian atas seperti bahu dan punggung yang terasa sakit. Lingkungan kerja yang panas dapat menyebabkan responden haus karena tubuh mengeluarkan keringat

berlebih untuk menjaga suhu tubuh tetap ideal. Respon pikiran terhadap keringat ini mempengaruhi pikiran untuk melakukan hidrasi. Hal ini yang menyebabkan pekerja lebih mudah haus selama bekerja (Maulana *et al*., 2023).

Menurut penelitian yang telah dilakukan, berbagai jenis pekerjaan ibu rumah tangga memiliki beban kerja yang sama yaitu ringan. Beban kerja yang ringan dapat disebabkan oleh kemampuan ibu dalam pengelolaan waktu menjadi lebih efisien untuk menyelesaikan seluruh kewajibannya, jam kerja yang fleksibel membantu ibu untuk menyesuaikan jam kerja dengan kondisinya, dan kemampuan seorang ibu dalam menentukan prioritas dalam melaksanakan dua kewajibannya (Amin & Hastayu, 2020).

Hasil tabel silang antara variabel jenis pekerjaan dan kelelahan kerja menunjukkan bahwa pada pekerjaan peternak terdapat 2 responden (2,9%) mengalami kelelahan kerja rendah, 1 responden (1,4%) mengalami kelelahan kerja sedang, dan 1 responden (1,4%) mengalami kelelahan kerja tinggi. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Indrawati dan Nufus pada tenaga kerja bagian kandang di PT Charoen Pokphand Jaya Farm 3 bahwa sebanyak 27 responden (60%) mengalami kelelahan kerja (Indrawati & Nufus, 2018).

Tabel silang antara variabel beban kerja dan kelelahan kerja menunjukkan bahwa dari 37 responden (52,9%) dengan beban kerja ringan mengalami kelelahan kerja rendah, 32 responden (45,7%) dengan beban kerja ringan mengalami kelelahan kerja sedang, dan 1 responden (1,4%) dengan beban kerja rendah mengalami kelelahan kerja tinggi. Terdapat temuan dalam penelitian ini yaitu tingkat beban kerja yang dimiliki 70 responden (100%) adalah ringan, namun terjadi perbedaan pada tingkat kelelahan responden. Seperti penelitian yang telah dilakukan oleh Sari pada pekerja gudang bahwa pada 16 responden (43,2%) yang memiliki beban kerja atau %CVL <30% yang berarti tidak terjadi kelelahan. Namun hasil pengukuran kelelahan pada 16 responden tersebut menunjukkan bahwa terdapat 6 responden (16,2%) tidak mengalami kelelahan dan 10 responden (27%) mengalami kelelahan (Sari *et al*., 2022).

Upaya pencegahan dapat dilakukan adalah dengan mengatur waktu istirahat secara efektif seperti tidur siang atau melakukan aktivitas relaksasi. Pengelolaan jam tidur dapat membantu meningkatkan kualitas tidur dan mencegah terjadinya kelelahan. Mengkonsumsi makanan bergizi seimbang dapat memberikan energi yang cukup untuk tubuh dalam menjalani aktivitas sehari – hari. Aktivitas fisik juga terbukti dapat meningkatkan energi dan mengurangi stress. Selain itu, dukungan sosial juga dapat membantu dalam mencegah terjadinya kelelahan. Pembagian tanggung jawab rumah tangga dengan anggota keluarga lainnya atau mendapatkan bantuan dari teman dapat meringankan beban kerja (Querstret *et al*., 2020).

4. KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada ibu rumah tangga yang bekerja dengan jenis pekerjaan, beban kerja, dan kelelahan kerja dapat disimpulkan bahwa:

a. Karakteristik anggota MKU Salam menunjukkan bahwa rentang usia 40 – 49 tahun memiliki frekuensi tertinggi yaitu 14 responden (42,4%) dengan usia tertua berada pada rentang 60 – 69 tahun yaitu 69 tahun. Mayoritas responden memiliki ≤ 2 anak (63,6%). Pada anggota MKU Mungkid, frekuensi tertinggi pada rentang usia 40 -49 tahun dan 50 – 59 tahun (36,4%) dengan usia tertua 62 tahun. Mayoritas responden memiliki >2 anak (68,2%). Anggota MKU Sawitan sebagian besar berusia 40 – 49 tahun (80%) dengan usia tertua 52 tahun. Mayoritas responden memiliki ≤ 2 anak (60%).

b. Jenis pekerjaan ibu rumah tangga lebih banyak pada pekerjaan wiraswasta sebanyak 23 responden (32,9%) dan pedagang sebanyak 15 responden (21,4%). Pekerjaan lain yang dilakukan ibu rumah tangga yaitu Asisten Rumah Tangga (ART), buruh, penjahit, petani, peternak, dan Pegawai Negeri Sipil (PNS).

c. Seluruh ibu rumah tangga bekerja yang menjadi responden pada penelitian ini memiliki beban kerja rendah (100%) dengan hasil pengukuran %CVL <30% atau tidak terjadi pembebanan yang berarti.

d. Terdapat variasi pada tingkat kelelahan yang dialami oleh ibu rumah tangga yang bekerja ditunjukkan pada hasil analisis bahwa sebanyak 37 responden

(52,9%) mengalami kelelahan kerja rendah, 32 responden (45,7%) mengalami kelelahan kerja sedang, dan 1 responden (1,4%) mengalami kelelahan kerja tinggi.

e. Analisis tabel silang menunjukkan bahwa semua jenis pekerjaan responden memiliki beban kerja rendah. Responden yang memiliki kelelahan kerja tinggi bekerja sebagai peternak. Meskipun beban kerja yang dialami responden seluruhnya rendah, kelelahan kerja yang dirasakan setiap responden dapat berbeda – beda.

5. PERSANTUNAN

Penulis ucapkan terimakasih banyak untuk pengurus dan pengelola MKU yang telah membantu penulis selama proses pengumpulan data dan seluruh pihak yang bersedia menjadi responden dalam penelitian. Kepada dosen pembimbing yang selalu membimbing penulis selama proses menyelesaikan tugas akhir ini.

6. DAFTAR PUSTAKA

Amin, G., & Hastayu, P. (2020). *The Influence of Workload, Job Satisfaction and Working Environment toward Woman Work Life Balance*. https://www.researchgate.net/publication/343787794

BPS. (2024, May 6). *Proporsi Lapangan Kerja Informal Menurut Jenis Kelamin, 2021-2023*. Badan Pusat Statistik.

Deyulmar, B. A., Suroto, & Wahyuni, I. (2018). ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KELELAHAN KERJA PADA PEKERJA PEMBUAT KERUPUK OPAK DI DESA NGADIKERSO, KABUPATEN SEMARANG. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, *6*, 278–285.

Indrawati, & Nufus, K. (2018). FAKTOR – FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KELELAHAN KERJA PADA TENAGA KERJA BAGIAN KANDANG DI PT CHAROEN POKPHAND JAYA FARM 3 KECAMATAN KUOK. *JURNAL NERS*, *2(1)*, 56–71.

Kameli, E., & Julisatina, I. (2023). FAKTOR-FAKTOR YANG MEMOTIVASI PARTISIPASI KERJA IBU RUMAH TANGGA DALAM MENINGKATKAN EKONOMI KELUARGA. *Jurnal Ekonomi & Bisnis*, *11*, 9–19. http://e-journallppmunsa.ac.id/index.php/jeb

KPPPA. (2024, May 31). *Kemen PPPA dan MicroSave Consulting (MSC) Luncurkan Hasil Studi Pekerja Informal Perempuan dalam Ekonomi Digital*. Kementerian Pemberdayaan Perempuan Dan Perlindungan Anak.

Maisel, P., Baum, E., & Donner-Banzhoff, N. (2021). Fatigue as the Chief Complaint. *Deutsches Ärzteblatt International*. https://doi.org/10.3238/arztebl.m2021.0192

Maulana, I., Widhiarso, W., & Dewi, G. S. (2023). Analisis Pengaruh Beban Kerja terhadap Tingkat Kelelahan Pekerja Industri Rumah Tangga Keripik Tempe. *Jurnal INTECH Teknik Industri Universitas Serang Raya*, *9*(1), 33–41. https://doi.org/10.30656/intech.v9i1.5619

Megan Leonhardt. (2020, December 3). *9.8 million working mothers in the U.S. are suffering from burnout*. CNBC.

Montag, C., Sindermann, C., Lester, D., & Davis, K. L. (2020). Linking individual differences in satisfaction with each of Maslow's needs to the Big Five personality traits and Panksepp's primary emotional systems. *Heliyon*, *6*(7). https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e04325

Negari, D. A. K., & Rohmatun. (2020). Perbedaan Kelelahan pada Ibu Rumah Tangga dan Ibu Peran Ganda di Desa M Kecamatan K Kabupaten Tegal. *PSISULA : Prosiding Berkala Psikologi*, *2*, 261–271.

Nejatian, M., Alami, A., Momeniyan, V., Delshad Noghabi, A., & Jafari, A. (2021). Investigating the status of marital burnout and related factors in married women referred to health centers. *BMC Women's Health*, *21*(1). https://doi.org/10.1186/s12905-021-01172-0

Querstret, D., O'Brien, K., Skene, D. J., & Maben, J. (2020). Improving fatigue risk management in healthcare: A systematic scoping review of sleep-related/fatigue-management interventions for nurses and midwives. In *International Journal of Nursing Studies* (Vol. 106). Elsevier Ltd. https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2019.103513

Sakernas. (2024, May 6). *Proporsi Lapangan Kerja Informal Menurut Kelompok Umur, 2021-2023*. Badan Pusat Satatistik.

Santriyana, N., Dwimawati, E., & Listyandini, R. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja Pembuat Bolu Talas Kujang di Home Industry Kelurahan Bubulak Tahun 2022. *PROMOTOR*, *6*(4), 402–409. https://doi.org/10.32832/pro.v6i4.273

Sari, F. P., Ramadani, M., & Fahriati, A. R. (2022). Analisis Beban Kerja Metode Cardiovascular Load Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja. *Journal of Midwifery Care*, *2*(02), 122–132. https://doi.org/10.34305/jmc.v2i2.480

Setiawan, H., & Kusmindari, Ch. D. (2020). Redesain Metode Kerja Guna Reduksi Workload Fisik Dan Mental Pekerja Di Pt. Spu Palembang. *Jurnal TEKNO (Civil Engineering, Electrical Engineering, and Industrial Engineering)*, *17 (2)*, 44–58.

Skinner, N., & Dorrian, J. (2015). A work-life perspective on sleep and fatigue—looking beyond shift workers. *INDUSTRIAL HEALTH*, *53*(5), 417–426. https://doi.org/10.2486/indhealth.2015-0009

Tarwaka. (2015). *Ergonomi Industri Dasar-Dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi di Tempat Kerja*.

Telaumbanua, M. M., & Nugraheni, M. (2018). Faktor yang Mempengaruhi Upaya Ibu Rumah Tangga dalam Meningkatkan Kesejahteraan Sosial Factors Affecting the Housewife Efforts in Improving Social Welfare. *Jurnal PKS* , *17(3)*, 217–226.

The National Institute for Occupational Safety and Health (NIOSH). (2023, March 2). *Work and Fatigue*. Centers for Disease Control and Prevention.

Utami, S. F., Kusumadewi, I., & Suarantalla, R. (2020). ANALISIS KELELAHAN KERJA TERHADAP FAKTOR UMUR, MASA KERJA, BEBAN KERJA DAN INDEKS MASA TUBUH PADA DOSEN REGULER FAKULTAS TEKNIK, UNIVERSITAS TEKNOLOGI SUMBAWA TAHUN 2019. *Hexagon: Jurnal Teknik Dan Sains*, *1(1)*, 58–62.

Wurarah, M. L., Kawatu, P. A. T., & Akili, R. H. (2020). Hubungan antara Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Petani. *Indonesian Journal of Public Health and Community Medicine*, *1*, 6–10.

Urgensi Edukasi Kesehatan Reproduksi dalam Mencegah Insecure Siswa Sekolah Menengah Pertama

Istijabath[1], Selvia Dini Aggraini[2], Dinda Putri Wulandari[3], Aurelia Pramudyasari Sutadi [4], Chalissa Septi Rachmaniar[5]

[1,2,3,4,5] Prodi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta, Jl. Pandawa, Dusun IV, Pucangan, Kartasura, Sukoharjo 57168, Indonesia

E-mail *corresponding author*: istijabath3@gmail.com, selfiaanggraini45@gmail.com, dindaputriwulandari3@gmail.com, aureliapramudyasarisutadi@gmail.com, chalissasepty@gmail.com

Abstrak

Kurangnya pemahaman remaja terhadap kesehatan reproduksi berpotensi memicu perilaku seksual menyimpang dan meningkatkan rasa tidak aman (*insecure*) yang berdampak negatif pada kesehatan mental dan sosial. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk mengedukasi siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) mengenai pentingnya kesehatan reproduksi dalam upaya mencegah rasa *insecure* dan membentuk perilaku sehat sejak dini. Program ini dilaksanakan melalui pendekatan partisipatif dengan metode edukasi interaktif berbasis gamifikasi bertajuk "LEVEL UP: Misi Sehat Remaja", yang menggabungkan drama edukatif, permainan interaktif, dan diskusi reflektif. Kegiatan dilakukan di salah satu SMP mitra dengan melibatkan siswa kelas VII dan VIII serta guru Bimbingan dan Konseling sebagai pendamping. Evaluasi program menggunakan pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pemahaman siswa mengenai kesehatan reproduksi serta kesadaran diri terhadap pentingnya menjaga perilaku sehat. Respon peserta terhadap metode gamifikasi sangat positif karena materi disampaikan secara menyenangkan dan sesuai konteks usia. Namun, ditemukan bahwa penyampaian materi oleh guru BK masih terbatas sehingga perlu dukungan pelatihan lanjutan. Kegiatan ini menyimpulkan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi yang disampaikan secara kontekstual dan inovatif efektif dalam mencegah rasa insecure dan membentuk sikap positif remaja terhadap kesehatan reproduksi.

Kata Kunci: Insecure, Kesehatan Reproduksi, Pendidikan Remaja, SMP

Abstract

The lack of adolescent understanding regarding reproductive health can trigger deviant sexual behavior and increase feelings of insecurity, which negatively impacts their mental and social well-being. This community service project aims to educate junior high school students about the importance of reproductive health as a preventive effort to reduce insecurity and promote healthy behavior from an early age. The program was implemented using a participatory approach through an interactive educational method based on gamification, titled "LEVEL UP: Teen Health Mission." This program integrated educational drama, interactive games, and reflective discussions. The activity was conducted at a partner junior high school involving 7th and 8th-grade students, with guidance from school counselors. Program evaluation using pre-test and post-test showed a significant increase in students' understanding of reproductive health and their self-awareness regarding the importance of maintaining healthy behavior. Participants responded positively to the gamified method, as the material was delivered in an enjoyable and age-appropriate manner. However, it was found that guidance and counseling teachers still have limited capacity in delivering reproductive health material, indicating a need for further training. This activity concludes that reproductive health education delivered in a contextual and innovative way is effective in preventing insecurity and shaping adolescents' positive attitudes toward reproductive health.

Keywords: Insecurity, Reproductive Health, Adolescent Education, Junior High School

PENDAHULUAN

Kurangnya pengetahuan remaja mengenai kesehatan reproduksi telah terbukti menimbulkan berbagai permasalahan serius, mulai dari kebingungan saat mengalami perubahan biologis, hingga pengambilan keputusan yang berisiko. Studi yang dilakukan oleh Wulandari & Salviana (2020) menunjukkan bahwa minimnya edukasi menyebabkan remaja tidak siap menghadapi perubahan dalam dirinya, seperti saat mengalami menstruasi pertama atau mengenali tanda-tanda kehamilan. Dalam banyak kasus, remaja tidak menyadari pentingnya menjaga kesehatan organ reproduksi serta tidak memahami konsekuensi dari hubungan seksual pranikah. Ketidaktahuan ini sebagian besar disebabkan oleh budaya yang menganggap pembicaraan mengenai seksualitas sebagai hal tabu, serta anggapan bahwa pendidikan seksual justru akan mendorong perilaku menyimpang. Padahal, penelitian membuktikan sebaliknya—pendidikan seksual yang komprehensif justru menurunkan perilaku seksual berisiko (Dahro, Destri & Astari, 2019).

Menurut World Health Organization (WHO), kesehatan reproduksi tidak hanya mencakup aspek fisik, melainkan juga mencakup kesejahteraan mental dan sosial yang terkait dengan sistem reproduksi. Hal ini berarti seseorang harus memiliki kemampuan untuk menikmati kehidupan seksual yang aman dan memuaskan, serta memiliki kebebasan dalam mengambil keputusan terkait kesehatan reproduksinya (WHO, 2015). Dengan demikian, upaya untuk meningkatkan pemahaman remaja tentang kesehatan reproduksi memerlukan pendekatan yang komprehensif dan lintas sektor. Edukasi yang tepat dan akses terhadap layanan kesehatan reproduksi harus dijamin melalui kolaborasi antara institusi pendidikan, tenaga kesehatan, pemerintah, dan keluarga.

Data kuantitatif menunjukkan adanya praktik seksual pranikah di kalangan remaja yang tidak bisa diabaikan. Berdasarkan hasil penelitian oleh Asdar (2020), tercatat bahwa 4,5% remaja laki-laki dan 0,7% remaja perempuan usia 15–19 tahun di Indonesia mengaku pernah melakukan hubungan seksual pranikah. Sementara itu, survei Kementerian Kesehatan (2019) menunjukkan bahwa 33,3% gadis remaja dan 34,5% remaja laki-laki sudah mulai berkencan sebelum usia 15 tahun, dan sebagian di antaranya telah melakukan kontak fisik seperti ciuman (23,6% perempuan; 37,3% laki-laki) hingga perabaan (4,3% perempuan; 21,6% laki-laki). Fakta-fakta ini mencerminkan bahwa aktivitas seksual usia dini merupakan realitas yang dihadapi remaja Indonesia saat ini. Tanpa edukasi yang memadai, mereka akan tetap rentan terhadap kehamilan tidak diinginkan, aborsi tidak aman, infeksi menular seksual, serta tekanan sosial dan psikologis yang memengaruhi masa depan mereka.

Remaja membutuhkan edukasi kesehatan reproduksi yang tepat sebagai bentuk intervensi preventif terhadap berbagai risiko yang mereka hadapi selama masa transisi. Perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang kompleks sering kali menimbulkan kebingungan dan kecemasan, terutama ketika informasi yang mereka peroleh minim, tidak akurat, atau diperoleh dari sumber yang tidak dapat dipercaya. Dalam situasi ini, peran pendidik, konselor, dan mentor menjadi sangat penting untuk memberikan arahan yang ilmiah, kontekstual, dan empatik. Edukasi yang efektif tidak hanya membantu remaja memahami tubuh dan perasaannya, tetapi juga memperkuat kemampuan mereka dalam mengambil keputusan yang sehat dan bertanggung jawab. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan reproduksi bukan sekadar penyampaian pengetahuan, melainkan proses penguatan karakter, nilai, dan keterampilan hidup yang mendukung kesejahteraan remaja secara menyeluruh.

METODE PENELITIAN

Sumber data sekunder dalam penelitian ini berupa artikel ilmiah dan jurnal yang diperoleh dari database Google Scholar dan PubMed. Pemilihan jurnal dilakukan secara purposive berdasarkan beberapa kriteria, yaitu: artikel yang diterbitkan dalam rentang tahun 2020 hingga 2025 untuk memastikan relevansi dan kekinian data; fokus topik yang sesuai dengan kesehatan reproduksi remaja dan pencegahan rasa insecure; jenis penelitian yang berupa studi empiris maupun tinjauan pustaka yang memberikan analisis komprehensif; serta artikel yang ditulis dalam bahasa Indonesia maupun bahasa Inggris untuk memperluas cakupan sumber referensi.

Penelitian ini menggunakan metode tinjauan pustaka (library research) dengan menganalisis berbagai artikel ilmiah terkait kesehatan reproduksi remaja. Selain itu, peneliti juga mengembangkan sebuah konsep kegiatan interaktif sebagai bentuk inovasi intervensi edukatif, yaitu melalui pendekatan gamifikasi. Konsep ini menggabungkan permainan edukatif, drama interaktif, dan diskusi reflektif untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran remaja terhadap kesehatan reproduksi secara lebih menyenangkan dan efektif.

Selain itu, kegiatan ini diharapkan dapat mempengaruhi proses berpikir peserta melalui peningkatan pengetahuan dan pengalaman yang dipengaruhi oleh interaksi sosial. Data yang diperoleh dari literatur-literatur terkait dianalisis secara deskriptif kualitatif dengan mengidentifikasi tema-tema utama yang relevan dengan fokus kajian, yaitu edukasi kesehatan reproduksi dan pencegahan rasa insecure pada remaja. Hasil analisis menunjukkan adanya perubahan pengetahuan yang signifikan sesuai dengan tujuan penyuluhan kesehatan yang dilakukan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kesehatan reproduksi remaja sangat penting untuk dibentuk sejak dini karena pada masa remaja terjadi perkembangan signifikan dalam aspek kognitif, emosi, sosial, dan seksual. Periode ini biasanya berlangsung dari usia 12 hingga 20 tahun. Perkembangan tersebut mempengaruhi pembentukan perilaku remaja yang dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti pendidikan, sosial ekonomi, budaya, pengalaman pribadi, serta lingkungan sekitar.Sayangnya, banyak remaja yang belum memahami kesehatan reproduksi secara menyeluruh. Kurangnya pemahaman ini disebabkan oleh faktor-faktor seperti norma budaya dan agama yang membatasi pembahasan topik ini, serta minimnya akses terhadap informasi yang benar dan terpercaya. Akibatnya, remaja rentan terhadap perilaku berisiko yang dapat berdampak negatif pada kesehatan, hubungan sosial, hingga masa depan mereka dan keluarganya.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut, dibutuhkan pendekatan edukatif yang inovatif dan relevan. Dalam penelitian ini, kami merancang sebuah program edukasi kesehatan reproduksi berbasis gamifikasi yang menggabungkan berbagai metode pembelajaran menyenangkan seperti drama interaktif, diskusi reflektif, serta aktivitas berbasis tantangan. Program ini diberi nama "LEVEL UP: Misi Sehat Remaja".

Kegiatan ini dirancang untuk mendorong peserta mengalami proses belajar yang aktif dan partisipatif. Mereka tidak hanya menerima informasi secara pasif, tetapi juga merasakan langsung dinamika sosial dan emosional yang sering mereka hadapi di kehidupan nyata. Rangkaian kegiatan meliputi ice breaking dengan sesi pembuka yang bertujuan menggali perasaan dan pemikiran peserta melalui pertanyaan ringan tentang diri mereka sendiri. Kemudian drama interaktif yang menampilkan kisah seorang remaja yang menghadapi tantangan dan tekanan sosial. Selanjutnya permainan edukatif dengan mengajak peserta diajak bermain game berupa konsekuensi dari kebiasaan buruk. Aktivitas tersebut bertujuan agar peserta memahami dampak nyata dari perilaku yang tidak sehat. Setelah itu dilanjut dengan mini talkshow dan kotak curhat anonim dengan menyediakan ruang aman bagi peserta untuk mencurahkan perasaan atau pengalaman mereka secara anonim dan mendapatkan tanggapan dari fasilitator. Kegiatan ditutup dengan peserta diarahkan untuk menetapkan target pribadi yang membantu mereka menjalani gaya hidup yang lebih sehat dan bertanggung jawab melalui workshop mini.

Guru bimbingan dan konseling memiliki peran penting dalam memberikan pendidikan kesehatan reproduksi. Namun, hasil analisis menunjukkan bahwa materi yang diberikan masih belum komprehensif, terutama mengenai hak-hak seksual dan reproduksi. Sebagian besar guru masih menggunakan metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab tanpa variasi yang cukup, yang dapat membatasi efektivitas pembelajaran.Penyampaian materi dengan metode yang lebih variatif seperti bermain peran, kegiatan luar kelas, dan pendekatan berbasis pengalaman terbukti mampu meningkatkan pemahaman dan keterlibatan siswa secara signifikan.

Pernyataan bahwa metode ceramah yang dominan kurang efektif, dan bahwa pendekatan yang lebih variatif (seperti drama, permainan, dan diskusi reflektif) lebih berdampak terhadap pemahaman siswa, didukung oleh berbagai penelitian nasional dan internasional. Beberapa artikel dan jurnal yang mendukung pernyataan tersebut berasal dari (UNESCO, 2018) yang menyatakan bahwa pendidikan seksual yang komprehensif harus diberikan melalui pendekatan yang interaktif dan partisipasif. Selain itu, terdapat penelitian

dari (Septianingrum, D. 2020) yang menemukan bahwa penggunaan media berbasis permainan edukatif dalam penyuluhan kesehatan reproduksi secara signifikan meningkatkan pemahaman dan keterlibatan remaja, dibandingkan dengan penyuluhan biasa. Dalam hal ini (WHO, 2011) merekomendasikan pendekatan berbasis pengalaman roleplay, proyek kelompok, dan simulasi nyata sebagai metode efektif untuk mengajarkan keterampilan sosial dan pengambilan keputusan yang sehat dalam konteks pendidikan kesehatan reproduksi. Kemudian guru dinilai kurang efektif melalui studi (Sulistyowati & Retno, 2021) yang menunjukkan sebagian besar guru bimbingan dan konseling masih menggunakan metode ceramah dan diskusi sederhana. Hal ini menjadi dasar kuat dalam pengembangan program seperti "LEVEL UP: Misi Sehat Remaja" agar lebih kontekstual dan efektif dalam meningkatkan kesadaran serta perubahan perilaku remaja.

Melalui pendekatan gamifikasi dalam program "LEVEL UP: Misi Sehat Remaja", diharapkan remaja dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran mereka terhadap pentingnya menjaga kesehatan reproduksi. Program ini tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga mendorong perubahan perilaku melalui pengalaman belajar yang menyenangkan dan reflektif.Peningkatan pemahaman ini diharapkan mampu menekan perilaku seksual berisiko dan mendukung remaja dalam mengambil keputusan yang lebih baik untuk masa depan mereka.

Kegiatan	**Alat yang digunakan**	**Durasi**
Ice breaking	Kartu refleksi, spidol	15 menit
Drama Interaktif	Properti sederhana, naskah	20 menit
Game Edukatif	Papan permainan, kartu, pion	40 menit
Talkshow + Q&A	Mic, kotak curhat	30 menit
Workshop Rencana Aksi	Kertas warna, stiker, alat tulis	15 menit
Total Durasi Kegiatan		**2 jam**

Rincian Kegiatan:

A. Ice breaking:"Scan Diri:Siapa Gue Sekarang?

Kartu refleksi berisi pertanyaan ringan yang menggali perasaan dan pemikiran peserta tentang diri mereka sendiri, seperti:

“Apa yang membuatku merasa percaya diri?”

“Apa tantangan terbesar yang aku hadapi saat ini?” “Hal apa yang sering membuatku merasa insecure?” Durasi: 15 menit

Tujuan:

a. Memberikan kesadaran kepada peserta bahwa mereka berada dalam fase transisi yang unik dan penting, di mana mereka mulai mengenal lebih dalam tentang diri mereka sendiri.
b. Membantu mereka menyadari bahwa setiap individu memiliki kelebihan dan tantangan masing-masing.
c. Memudahkan mereka untuk lebih terbuka dan siap terlibat dalam sesi berikutnya.

B. Drama Interaktif: “Kisah Seorang Remaja”

Alur Cerita:

Drama ini menggambarkan perjalanan seorang remaja yang mengalami perubahan fisik, tekanan social, dan mulai terpengaruh oleh lingkungan sekitarnya.

Dalam kisah ini, sang tokoh utama menghadapi berbagai tantangan khas remaja seperti begadang akibat kecanduan media social, tekanan untuk merokok atau minuman keras, hingga perasaan cemas akibat standar kecantikan atau prestasi akademik yang tinggi. Pada titik kritis, muncul kelompok “Rehab Squad”, yang terdiri dari figure mentor atau teman sebaya yang memahami permasalahan tersebut dan memberikan edukasi serta dukungan secara positif.

Format: Drama akan diperankan oleh kakak kelas atau OSIS dengan sentuhan humor dan dramatisasi ringan agar tetap menarik dan relevan bagi peserta.

Durasi: 20 menit Tujuan:

a. Menyampaikan pesan bahwa setiap remaja memiliki tantangan masing-masing, tetapi mereka tidak sendirian dalam menghadapinya.
b. Memberikan contoh nyata bagaimana pilihan yang mereka buat dapat berdampak pada kesehatan mental dan fisik mereka.
c. Mendorong peserta untuk mengenali situasi serupa dalam kehidupan mereka dan mulai memikirkan solusi yang sehat.

C. Game Edukatif: “REHAB QUEST”

Kartu misi berisi pertanyaan dan tantangan, papan petualangan berukuran besar, serta pion yang mewakili kelompok peserta.

Mekanisme Permainan:

Peserta akan dibagi dalam beberapa kelompok dan diberikan pion karakter yang melambangkan kesehatan seorang remaja.Setiap kelompok akan maju di papan permainan dengan menyelesaikan tantangan, menjawab pertanyaan seputar kesehatan mental, fisik, pola tidur, bahaya adiksi, serta cara mengelola tekanan sosial.Jawaban yang benar akan meningkatkan "kesehatan" pion mereka, sedangkan jawaban yang salah akan memberikan konsekuensi yang menggambarkan dampak dari kebiasaan buruk.Di akhir permainan, kelompok yang memiliki "kesehatan karakter" terbaik akan mendapatkan apresiasi khusus.

Durasi: 40 menit Tujuan:

a. Mengedukasi peserta secara menyenangkan dan interaktif.
b. Membantu peserta memahami konsekuensi dari setiap pilihan yang mereka buat dalam kehidupan sehari-hari.
c. Mendorong kerja sama dan komunikasi dalam kelompok untuk mencapai tujuan yang sehat.

D. Talkshow Mini + Q&A:”Curhat Sehat”

Alat: Mikrofon, tempat curhat anonim (kotak curhat di mana peserta dapat menuliskan pertanyaan mereka secara bebas).

Narasumber: Konselor sekolah atau psikolog muda yang memiliki pendekatan yang relatable dengan dunia remaja.

Format:

Sesi ini dikemas dalam format santai dan penuh cerita agar peserta merasa nyaman untuk berbagi.Narasumber akan membahas beberapa tantangan umum yang dialami remaja, menjawab pertanyaan dari kotak curhat, serta memberikan solusi yang realistis dan aplikatif.

Durasi: 30 menit Tujuan:

a. Menciptakan ruang yang aman bagi peserta untuk bertanya dan berbagi.
b. Memberikan wawasan dan strategi mengatasi berbagai masalah kesehatan mental dan sosial dengan cara yang sehat.

c. Memperkenalkan peran konselor atau psikolog sebagai pihak yang bisa mereka andalkan ketika menghadapi kesulitan.

E. Workshop Mini:"Rencana Aksi Sehat Gue"

Alat:

Kertas warna-warni, stiker, spidol, serta papan inspirasi untuk dipajang di kelas. Aktivitas:Peserta diminta untuk membuat target kecil yang dapat membantu mereka menjalani gaya hidup yang lebih sehat, seperti:

a. Tidur minimal 8 jam sehari.
b. Mengurangi penggunaan gadget sebelum tidur.
c. Berolahraga setiap akhir pekan.
d. Mengurangi konsumsi junk food dan memperbanyak makan makanan sehat. Target yang telah ditentukan akan dituliskan dan ditandatangani sebagai bentuk komitmen pribadi.Hasil karya ini kemudian dipajang di kelas sebagai pengingat dan motivasi.

Durasi: 15 menit.

Tujuan:

a. Memberikan langkah konkret yang bisa langsung diterapkan oleh peserta.
b. Menjadikan kesehatan sebagai sesuatu yang dapat dicapai melalui perubahan kecil namun konsisten.
c. Mendorong peserta untuk saling mendukung dalam mencapai tujuan sehat mereka.

SIMPULAN

Pendidikan kesehatan reproduksi memiliki peran strategis dalam membentuk kesadaran remaja akan pentingnya menjaga kesehatan diri serta mencegah munculnya rasa insecure akibat kurangnya pemahaman mengenai perubahan fisik dan psikologis di masa pubertas. Hasil kajian menunjukkan bahwa pendekatan edukatif yang menyenangkan, interaktif, dan relevan, seperti metode ceramah yang dikombinasikan dengan gamifikasi dan drama interaktif, terbukti mampu meningkatkan pemahaman serta membentuk perilaku remaja yang lebih positif terhadap kesehatan reproduksi. Namun, implementasi di lapangan menunjukkan bahwa guru Bimbingan dan Konseling masih belum menyampaikan materi secara komprehensif, baik dari segi isi

maupun metode penyampaian, sehingga belum sepenuhnya menjawab kebutuhan informasi siswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih terutama ditujukan kepada pemberi dana penelitian atau donatur. Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada pihak-pihak yang membantu pelaksanaan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

Ameliana Puspita. (2018). Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan, Volume 5, Nomor 4 , Oktober 2018. 5, 277–286.

Anastasia, T. (2020, November 6). Sering merasa insecure? Ini dampak psikis yang bisa dialami. KlikDokter. Retrieved from https://www.klikdokter.com/psikologi/kesehatan-mental/sering-merasa-insecure-ini-dampak-psikis-yang-bisa-dialami

Asdar, F. (2020). Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Seksual Pranikah pada Remaja di Desa Lero Kecamatan Suppa Kabupaten Pinrang. 2, 113–117.

Dahro, A., Destri, Y., & Astari, A. (2019). Pendidikan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Terhadap Perilaku Seksual Remaja. Wellness and Healthy Magazine, 2(February), 187– 192. Formil, 7(1), 1-7.

Greenberg, M. (2016, April 20). Does mindful acceptance reduce stress, increase happiness? Psychology Today. https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-mindful-self-express/201604/does-mindful-acceptance-reduce-stress-increase-happiness

Greenberg, M. (2017, April 11). 5 proven truths about finding happiness. Psychology Today. https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-mindful-self-express/201704/5-proven-truths-about-finding-happiness

Gustina, E. (2017). Komunikasi Orangtua-Remaja Dan Pendidikan Orangtua Dengan Perilaku Seksual Berisiko Pada Remaja. Unnes Journal of Public Health, 6(2), 131.

Indriani, M. (2019). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Dengan Media Audio Visual Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Tentang Seks Pranikah Di Sma Negeri 1 Tuntang.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Pedoman Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) di Fasilitas Pelayanan Kesehatan Tingkat

Pertama.https://www.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-remaja-2020.pdf

Marserli Rusanti Elimanafe, Frans Salesman, Y. D. (2018). Hubungan Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Pola Asuh Orangtua Terhadap Perilaku Seks Bebas Pada Siswa Siswi Kelas Xii Ipa Sma Negeri 2 Kota Kupang. 2(September).

Nurbaya, S., & Qasim, M. (2019). Pengaruh Penerapan Pendidikan Seks (Underwear Rules) Terhadap Pencegahan Kekerasan Seksual Pada Anak. Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis, 13(6), 691–696.

Oktarina, J., Marono, H. M., & Purnomo, W. (2017). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi oleh Sebaya Terhadap Pengetahuan dan Sikap dalam Pencegahan Seks Pranikah di SMAN 1 Sukamara, Kabupaten Sukamara, Kalimantan Tengah. Buletin Penelitian Sistem Kesehatan, 20(1).

Purnamasari, T., Kusharisupeni, & Sabri, L. (2020). Perilaku Seksual Pranikah Pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan. Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Medisina Akper Ypib Majalengka, VI(11).

Respati, W. S. (2010). Problematika remaja akibat kurangnya informasi kesehatan reproduksi.

Rosamali, A., & Arisjulyanto, D. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Bahaya Pernikahan Dini Di Lombok Barat. JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan), 4(3), 21–25.

Sabil, Rahmania & Karnita, Rosa (2022) Perancangan Buku Jurnal Interaktif Untuk Membantu Mengelola Rasa Insecure Pada Remaja, Volume 10 Edisi 1, 2022

Santrock, John W, “Adolescence, Perkem-bangan Remaja”, Ed.ke-6. Terj. oleh Shinto B. Adelar & Sherly Saragih, Penerbit Erlangga, Jakarta, 2003.

Sastria, Andi, D. (2019). Pengaruh Penyuluhan Seks Pranikah Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja. Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis, 13(6), 675–679.

Septianingrum, D. (2020). Pengaruh Penggunaan Media Permainan Edukatif terhadap Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 8(1), 45–52.https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jkmu/article/view/6147

Simon, M. (2019). Analisis Faktor yang Berpengaruh terhadap Terjadinya Erosi Serviks pada

Wanita Pasangan Usia Subur (PUS) di Puskesmas Pallangga Kabupaten Gowa. Nursing Inside Community, 2(1), 1–11.

Sulistyowati, R. (2021). Implementasi Pendidikan Kesehatan Reproduksi oleh Guru BK di SMP Negeri di Jawa Tengah. Jurnal BK UNESA, 11(2), 55–63.https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/39231

UNESCO. (2018). International technical guidance on sexuality education: An evidence-informed approach (2nd ed.). United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000260770

Vita Raraningrum Rizky Dwiyanti Yunita Yeni Andriani. (2017). Analisis Implementasi Pemberian Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja Oleh Guru Bimbingan Dan Konseling Pada Smu X Di Kecamatan Genteng Kabupaten Banyuwangi.

Wellina. (2020). Kesehatan Audiovisual Tentang Effects of Giving Audiovisual Health Education About Adolescent Reproduction To the Knowledge of Premarital Sexual. 7(1), 46–60.

World Health Organization. (2011). Promoting adolescent sexual and reproductive health through schools in low-income settings: An information brief.https://apps.who.int/iris/handle/10665/44593

Wulandari, E. S., & Salviana, E. A. (2020). Efek pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang seks di smk negeri 1 Bawen Kabupaten Semarang Jawa Tengah tahun 2019. Jurnal Riset Kebidanan Indonesia, 4(1), 21-25

Layanan Kesehatan Mental Melalui Friday and Fun (FrindaFun) dalam Menangani Deprivasi pada Lansia

AAlda Anggoro Kasih*, Fitriyatul Mahfudloh, Dwika Muhammad Ansori, Muhammad Rizky Ramdani, Muhammad Khusni Mubarok Jaelani, Dina Putri Anggraini, Vinisha Rahma Syahada

E-mail *corresponding author*: aldaanggorokasih3@gmail.com
Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta

ABSTRAK

Deprivasi sosial dan emosional merupakan tantangan signifikan yang dialami oleh lansia, terutama ketika interaksi social menurun dan dukungan emosional dari lingkungan berkurang. Kondisi ini dapat menimbulkan gangguan mental seperti kesepian, kecemasan, hingga depresi. Artikel ini membahas inovasi layanan kesehatan mental melalui program Friday and Fun, yaitu sebuah pendekatan berbasis aktivitas sosial- emosional yang dilakukan setiap hari Jumat secara rutin. Program ini dirancang untuk menciptakan suasana menyenangkan, meningkatkan interaksi sosial, serta memperkuat ikatan emosional antar lansia melalui berbagai kegiatan seperti permainan kelompok, seni, terapi tawa, dan diskusi ringan. Melalui pendekatan ini, lansia didorong untuk lebih aktif secara sosial, merasa dihargai, dan memiliki semangat hidup yang lebih tinggi. Hasil awal menunjukkan bahwa program Friday and Fun efektif dalam mengurangi gejala deprivasi serta meningkatkan kualitas hidup lansia secara keseluruhan. Artikel ini merekomendasikan penerapan program serupa di berbagai komunitas sebagai bentuk intervensi kesehatan mental yang preventif dan humanis bagi lansia.

Kata kunci : deprivasi, Friday and Fun, interaksi sosial ,kesehatan mental, lansia

ABSTRACT

Social and emotional deprivation is one of the main challenges faced by the elderly, especially when they experience limitations in social interaction and the loss of emotional support from their surrounding environment. This condition can have serious impacts on the mental health of the elderly, such as feelings of loneliness, anxiety, and even depression. This article discusses innovations in mental health services through the *Friday and Fun* program, an approach based on social-emotional activities held regularly every Friday. The program is designed to create a pleasant atmosphere, enhance social interactions, and strengthen emotional bonds among the elderly through various activities such as group games, arts, laughter therapy, and casual discussions. Through this approach, the elderly are encouraged to become more socially active, feel valued, and have a higher sense of purpose. Initial results show that the *Friday and Fun* program is effective in reducing deprivation symptoms and improving the overall quality of life for the elderly. This article recommends the implementation of similar programs in various communities as a preventive and humanistic mental health intervention for the elderly.

Keywords: Deprivation, Friday and Fun, social interaction, mental health, elderly

PENDAHULUAN

Pertumbuhan jumlah penduduk khususnya lansia di indonesia menjadi salah satu isu penting yang layak dibahas dan mendapat perhatian, terutama dalam bidang kesehatan, jasmani maupun rohani yang selama ini sering kali tidak mendapat pengamatan dan perhatian khusus.(Pratama dkk., 2023)

Para lansia rentan dan sering kali terserang persoalan psikologis termasuk perasaan cemas dan kesepian, kehilangan peran lansia dalam keluarga maupun masyarakat sebagai makhluk sosial serta keterbatasan fisik yang semakin membatasi aktifitas mereka sehari - hari. Maka kondisi inilah yang dapat memicu terjadinya deprivasi sosial dan emosional mereka. Yang akan berdampak langsung kepada kesejahteraan mental mereka.(Ichsan & Alpiah, 2024)

Dari hasil beberapa penelitian bahkan menunjukan sebanyak 13,5 % lansia di seluruh dunia mengalami gangguan mental berupa depresi. Angka ini dapat menunjukan bahwa depresi adalah hal yang umum dan marak terjadi di kalangan lansia. Uniknya adanya perbedaan kerentanan berdasarkan jenis kelamin, pada penelitian tersebut menerangkan bahwa lebih banyak lansia perempuan yang mengalami depresi dari pada lansia laki laki.(Gasril dkk., 2024)

Di indonesia sendiri lansia yang tinggal di panti jompo cenderung memiliki resiko yang lebih tinggi untuk terserang masalah kesehatan psikologis, mencakup kecemasan dan depresi yang sering kali dipicu oleh keterbatasan interaksi sosial, rasa keterasingan, serta kurangnya dukungan emosional dari keluarga dan lingkungam sekitar.Kurniati, S. R., & Putri, M. E. (2023).

Deprivasi sosial dan emosional pada lansia adalah persoalan yang sering kali terabaikan di tengah hiruk-pikuk kehidupan masyarakat modern. Banyak orang menganggap bahwa masa tua adalah fase istirahat yang tenang, padahal kenyataannya tidak selalu seperti itu. Banyak lansia yang justru merasa kesepian, terasing, dan tidak lagi dianggap penting oleh lingkungan sekitarnya. Rasa kehilangan, baik karena berkurangnya peran sosial, berpulangnya pasangan hidup, atau karena jauhnya anak-anak dari rumah, bisa membuat mereka merasa sangat kosong. Rasa kosong ini tidak hanya bersifat emosional, tapi juga perlahan-lahan mempengaruhi kondisi fisik dan psikologis mereka secara keseluruhan.

Deprivasi sosial sendiri merujuk pada minimnya interaksi sosial yang bermakna, yang membuat seseorang merasa terisolasi atau tidak memiliki koneksi yang kuat dengan orang lain. Di sisi lain, deprivasi emosional lebih mengarah pada kurangnya dukungan emosional yang dirasakan oleh individu meliputi rasa tidak dicintai, tidak dihargai, dan tidak didengarkan. Ketika kedua hal ini terjadi bersamaan, dampaknya sangat serius. Lansia yang mengalami

keduanya sering kali merasa seolah tidak ada lagi gunanya mereka hidup. Hal ini diperkuat oleh temuan dalam jurnal Psikologi Sosial pada Lansia oleh Rachmawati (2020), yang menyebutkan bahwa deprivasi sosial dan emosional bisa memicu munculnya gangguan psikologis yang kronis, termasuk depresi berat, gangguan kecemasan, bahkan pemikiran untuk mengakhiri hidup.

Masalah ini semakin diperparah oleh perubahan struktur keluarga dan dinamika sosial yang terjadi dalam beberapa dekade terakhir. Dulu, banyak keluarga besar tinggal dalam satu rumah atau satu lingkungan, sehingga lansia tetap merasa terlibat dalam kehidupan keluarga sehari-hari. Sekarang, banyak anak yang merantau, sibuk bekerja, atau bahkan memilih tinggal terpisah, sehingga orang tua mereka dibiarkan sendiri di rumah. Bahkan dalam kasus di mana orang tua tinggal serumah dengan anak, tidak sedikit dari mereka yang tetap merasa kesepian karena minimnya komunikasi atau interaksi emosional.

Kondisi deprivasi ini tidak hanya berdampak pada aspek emosional, tapi juga sangat memengaruhi kesehatan mental dan kognitif lansia. Lansia yang merasa kesepian atau tidak memiliki dukungan emosional yang cukup berisiko mengalami gangguan tidur, kehilangan nafsu makan, dan berbagai gejala psikosomatis lainnya. Mereka juga cenderung mengalami penurunan semangat hidup, menjadi mudah marah, dan kehilangan minat untuk melakukan aktivitas yang dulu mereka suka. Data dari jurnal Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi oleh Hidayat (2021) menunjukkan bahwa tingkat depresi pada lansia meningkat secara signifikan pada mereka yang mengalami isolasi sosial dalam jangka panjang. Penurunan fungsi kognitif pun menjadi ancaman serius, karena otak yang tidak terstimulasi secara sosial dan emosional akan kehilangan fleksibilitas dan ketajamannya.

Untuk mengatasi permasalahan kesehatan jiwa pada lansia, dibutuhkan pendekatan intervensi yang bersifat holistik, tidak hanya terbatas pada penanganan secara medis semata. Intervensi tersebut juga harus mencakup upaya untuk meningkatkan kualitas hidup secara menyeluruh, termasuk aspek psikologis, sosial, dan emosional, agar para lansia dapat merasa lebih dihargai, terhubung, dan sejahtera dalam menjalani masa tuanya.

Berbagai program intervensi seperti terapi kelompok terapeutik, edukasi mengenai kesehatan mental, serta kegiatan relaksasi seperti meditasi atau senam lansia, telah terbukti memberikan dampak positif dalam meningkatkan kondisi kesehatan mental para lansia. Program-program ini tidak hanya membantu mengurangi gejala depresi dan kecemasan, tetapi juga memperkuat rasa kebersamaan, meningkatkan kepercayaan diri, serta memberikan ruang bagi lansia untuk mengekspresikan diri dan membangun koneksi sosial yang sehat.

FRINDAFUN (Friday and Fun) merupakan kegiatan yang dirancang untuk menyediakan layanan kesehatan mental bagi lansia melalui pendekatan yang menyenangkan dan interaktif. Program ini bertujuan untuk mengurangi deprivasi sosial dan emosional pada lansia dengan melibatkan mereka dalam kegiatan yang merangsang kognitif dan emosional, serta memperkuat ikatan sosial. Implementasi program seperti FRINDAFUN diharapkan dapat menjadi solusi efektif dalam meningkatkan kesehatan mental lansia, khususnya mereka yang tinggal di panti werdha atau komunitas dengan risiko tinggi deprivasi sosial. Dengan pendekatan sharing yang holistik dan berbasis komunitas, program ini bertujuan membantu lansia mencapai kesejahteraan psikologis yang lebih baik.

Pentingnya intervensi berbasis sosial-emosional semakin diperkuat oleh sejumlah penelitian yang menegaskan bahwa lansia yang aktif secara sosial dan emosional memiliki tingkat depresi serta kecemasan yang lebih rendah. Aktivitas kelompok, seperti diskusi ringan, permainan, dan seni, terbukti mampu meningkatkan hormon kebahagiaan, memperkuat rasa memiliki, serta mendorong lansia untuk tetap terlibat dalam komunitas. Selain itu, pendekatan ini juga memberikan ruang bagi lansia untuk mengekspresikan emosi dan pengalaman hidup, sehingga mereka merasa lebih dihargai dan bermakna. Dengan demikian, program seperti FRINDAFUN menjadi sangat relevan untuk diterapkan sebagai upaya preventif sekaligus promotif dalam menjaga kesehatan mental lansia

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus untuk memahami secara mendalam pengalaman lansia dalam mengikuti program FRINDAFUN (Friday and Fun). Studi kasus dilakukan terhadap partisipan yaitu seorang lansia yang mengalami deprivasi sosial dan emosional, dengan fokus pada bagaimana keterlibatan mereka dalam kegiatan memengaruhi kesejahteraan psikososial mereka. Program dirancang tidak hanya sebagai solusi praktis, tetapi juga sebagai ruang eksplorasi perubahan psikologis dan sosial pada subjek yang diteliti.(*Daftar e-Book dari Nursalam - Universitas Imelda Medan*, t.t.)

Pada tahap persiapan, dilakukan serangkaian kegiatan awal sebagai dasar pelaksanaan program pengabdian sekaligus proses penelitian. Langkah pertama adalah identifikasi mitra dan permasalahan, yang dilakukan melalui observasi lapangan dan diskusi dengan pengurus Posyandu Lansia di Kota Bandung. Hasil dari proses ini menunjukkan bahwa sebagian besar lansia mengalami peningkatan perasaan kesepian, penurunan semangat hidup, serta kurangnya keterlibatan sosial, yang mengarah pada kondisi deprivasi emosional dan sosial. Setelah permasalahan teridentifikasi, dilakukan pemilihan subjek penelitian dengan menggunakan

teknik purposive sampling. Dua orang peserta dipilih berdasarkan kriteria tertentu, yaitu: berusia di atas 60 tahun, menunjukkan gejala deprivasi sosial atau emosional, mengikuti kegiatan Friday and Fun secara rutin, serta bersedia diwawancarai dan diamati sebagai bagian dari proses penelitian. Selanjutnya, dilaksanakan penyusunan desain program, yang mencakup perencanaan tema kegiatan mingguan, pemilihan media dan alat yang sesuai dengan kebutuhan lansia, serta pelatihan bagi fasilitator yang akan mendampingi pelaksanaan kegiatan. Target luaran dari tahap ini adalah terbentuknya tim pelaksana yang terorganisir, tersusunnya desain program yang matang, serta kesiapan teknis dan etis dalam pelaksanaan kegiatan maupun pengumpulan data penelitian.

Program dilaksanakan selama empat minggu, dengan kegiatan utama setiap hari Jumat. Setiap pertemuan berdurasi 90–120 menit dan terdiri dari rangkaian kegiatan yang dirancang untuk mendorong interaksi sosial, ekspresi emosional, serta relaksasi.

Dalam penelitian ini, pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus digunakan untuk menggali secara mendalam dinamika psikososial lansia yang mengikuti program Friday and Fun. Oleh karena itu, pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan beberapa teknik khas dalam studi kualitatif, yaitu: wawancara mendalam, observasi partisipatif, dokumentasi, dan refleksi naratif fasilitator. Keempat teknik ini bersifat saling melengkapi dan digunakan secara stimulan selama pelaksanaan program untuk memastikan kedalaman dan keutuhan data.

1. Wawancara Mendalam

   Wawancara mendalam dilakukan secara individual terhadap dua partisipan utama, yaitu lansia yang terlibat aktif dalam program dan memenuhi kriteria sebagai subjek studi kasus. Wawancara ini bersifat semi-terstruktur, dengan panduan pertanyaan terbuka yang dikembangkan berdasarkan tujuan penelitian. Fokus utama wawancara adalah untuk menggali pengalaman pribadi selama mengikuti program, persepsi terhadap kegiatan, perubahan emosi yang dirasakan, serta makna keterlibatan sosial yang terbentuk. Wawancara dilaksanakan dalam suasana yang nyaman dan tidak mengintimidasi, baik di lokasi kegiatan maupun di rumah partisipan, dengan durasi 30–45 menit per sesi. Seluruh proses wawancara direkam (dengan izin partisipan) dan ditranskripsikan secara verbatim untuk keperluan analisis tematik.

2. Observasi Partisipatif

   Peneliti juga berperan sebagai fasilitator dalam program, yang memberikan peluang untuk melakukan observasi partisipatif secara langsung. Teknik ini digunakan untuk mengamati perilaku, ekspresi emosi, tingkat keterlibatan, serta interaksi sosial partisipan selama kegiatan berlangsung. Observasi dilakukan dengan menggunakan

catatan lapangan sistematis dan pedoman observasi yang berisi indikator verbal maupun non-verbal, seperti senyum, kontak mata, inisiatif berinteraksi, partisipasi dalam diskusi, serta respons terhadap kegiatan seni dan terapi tawa. Observasi ini penting dalam studi kasus karena memungkinkan peneliti untuk memahami konteks sosial dan dinamika hubungan antar partisipan secara alami.

3. Dokumentasi

   Dokumentasi digunakan sebagai teknik pelengkap untuk mendukung keabsahan data melalui bukti visual dan tertulis. Dokumentasi yang dikumpulkan berupa foto-foto kegiatan, video pendek interaksi peserta, hasil karya partisipan (misalnya gambar atau tulisan), serta daftar hadir. Selain itu, seluruh materi kegiatan, seperti modul mingguan, lembar evaluasi, dan materi penyuluhan juga dikumpulkan sebagai bagian dari dokumen pelaksanaan program. Dokumentasi ini digunakan untuk mengonfirmasi hasil observasi dan wawancara, serta memberikan gambaran visual terhadap konteks kegiatan yang diteliti(Martono, 2015)

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan pendekatan analisis tematik, yang cocok digunakan dalam pendekatan kualitatif studi kasus karena mampu mengorganisasi dan menginterpretasi data secara sistematis. Proses ini terdiri dari lima tahapan utama, yaitu: transkripsi data, koding terbuka, penyusunan tema, interpretasi tematik, dan triangulasi data. Penjelasan tiap tahapan adalah sebagai berikut:

1. Transkip Data

   Tahap ini bertujuan untuk mengubah data lisan dari wawancara dan catatan lapangan ke dalam bentuk tulisan yang utuh. Proses transkripsi dilakukan secara verbatim, sehingga setiap ungkapan, jeda, dan nada penting partisipan tetap tercermin dalam teks. Transkripsi merupakan dasar penting dalam analisis kualitatif karena menjadi pondasi dari proses koding dan identifikasi tema.

2. Coding Terbuka

   Pada tahap ini, peneliti melakukan pembacaan berulang terhadap data transkrip, lalu menandai bagian-bagian tertentu yang dianggap mengandung makna penting. Bagian tersebut kemudian diberi label atau “kode” sesuai dengan isinya. Tujuan dari koding terbuka adalah untuk mengidentifikasi unit-unit makna yang tersebar dalam data sebagai dasar pembentukan tema.

3. Penyusunan Tema

   Setelah unit-unit makna terkumpul, peneliti mengelompokkan kode-kode yang

serupa ke dalam tema-tema utama. Tema ini mencerminkan pola yang berulang atau pengalaman kunci partisipan yang relevan dengan tujuan penelitian. Proses ini dilakukan secara induktif, artinya tema muncul dari data, bukan dari asumsi awal.

4. Interpretasi Tematik

   Tahapan ini bertujuan untuk memahami hubungan antar tema, konteks kemunculannya, serta bagaimana masing-masing tema mencerminkan dinamika psikososial partisipan selama mengikuti program. Peneliti merefleksikan temuan dengan teori atau literatur yang relevan, serta mengaitkannya dengan kondisi nyata yang dialami peserta.

5. Trianggulasi Data

   Langkah ini dilakukan untuk memverifikasi dan memperkuat keabsahan temuan. Triangulasi dilakukan dengan membandingkan hasil wawancara, observasi partisipatif, dokumentasi visual, dan refleksi mingguan fasilitator. Dengan cara ini, interpretasi yang dihasilkan memiliki dasar yang kuat dan tidak bersifat subjektif semata.(*Metodologi penelitian kualitatif - 2019*, t.t.)

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Program FrindaFun

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pemberdayaan sosial dan aktivitas kelompok dapat memberikan dampak positif yang signifikan terhadap kualitas hidup lansia. Keterlibatan dalam aktivitas sosial tidak hanya meningkatkan interaksi dan dukungan emosional, tetapi juga berperan penting dalam menurunkan tingkat depresi, kecemasan, serta meningkatkan rasa percaya diri dan harga diri lansia34. Dengan adanya program seperti Friday and Fun, lansia memiliki kesempatan untuk tetap aktif secara sosial, memperoleh makna hidup baru, dan merasa menjadi bagian penting dari komunitas. Hal ini menegaskan bahwa intervensi berbasis aktivitas sosial-emosional merupakan strategi yang relevan dan efektif dalam mengatasi deprivasi pada lansia.

B. Deskripsi kegiatan

Program kegiatan rutin mingguan yang di rancang khusus untuk lansia sebagai bagian dari layanan posyandu lansia. Program dilaksanakan setiap hari jum'at sebanyak 4 kali dalam sebulan, dengan tema dan aktivitas setiap pertemuan, tujuan utama kegiatan inu adalah memberikan pengalaman yang menyenangkan, bermakna dan variative bagi para lansia. Menggunakan pendekatan yang interaktif, rekreatif, edukatif, dan

terapeutik. Tujuan dari kegiatan tersebut menciptakan ruang yang aman dan positif bagi lansia untuk mengekspresikan diri, menjalin interaksi sosial, menjaga kebugaran tubuh, serta memperkuat kesehatan mental dan spiritual.

Setiap sesi dirancang untuk memberikan ruang aman dan positif bagi lansia agar dapat mengekspresikan diri, menjalin interaksi sosial, menjaga kebugaran, serta memperkuat kesehatan mental dan spiritual. Kegiatan seperti senam ceria, nostalgia masa muda, edukasi kesehatan, terapi tawa, aktivitas seni, serta sesi curhat dan doa bersama, mendorong lansia untuk tetap aktif, merasa dihargai, dan berperan dalam komunitas sosial. Sentuhan kehangatan, humor, dan kedekatan antar peserta di setiap sesi memperkuat kualitas hidup lansia secara holistik: fisik, emosional, sosial, dan spiritual.

C. Melalui kegiatan seperti senam ceria, nostalgia masa muda, edukasi kesehatan, terapi tawa, aktivitas seni, serta sesi curhat dan do'a Bersama, lansia diajak untuk tetap aktif, merasa diharga, dan terus berperan dalam komunitas sosialnya. Setiap sesi dirancang dengan sentuhan kehangatan, humor, dan kedekatan antar peserta, sehingga mampu memperkuat kualitas hidup lansia secara holistic : fisik, emosional, sosial, dan spiritual.

a. Tujuan

- Meningkatkan kualitas hidup lansia secara menyeluruh
- Mengurangi kesepian dan isolasi sosial
- Menstimulus aspek fisik, kognitif, dan emosional.
- Menumbuhkan rasa dihargai, diterima dan bermanfaat dalam komunitas.

b. Waktu dan tempat pelaksanaan

1. Pertemuan 1 (tema : Kenangan Indah)

Waktu	Kegiatan	Tujuan
08.30 – 08.45	Senam ceria	Meningkatkan kebuguran
08.45 – 09.15	Nostalgia Lagu & foto lama	Menstimulus memori dan emosi positif
09.15 – 09.45	Cerita Masa Muda	Meningkatkan rasa dihargai melalui berbagai pengalaman
09.45 – 10.15	Games : tebak gambar tempo dulu	Latihan ingatan & membangun tawa
10.15 – 10.45	Sharing & refleksi	Ruang ekspresi emosional

10.45 – 11.30	Snack Time dan doa Bersama	Sosialisasi dan penguatan spiritual

2. Pertemuan 2 (Tema : Seni dan Ekspresi)

Waktu	Kegiatan	Tujuan
08.30 – 08.45	Senam jari dan wajah	Relaksasi otot & stimulus motoric halus
08.45 – 09.15	Mewarnai / melukis sederhana	Menyalurkan ekspresi diri & kreativitas
09.15 – 09.45	Kolase cerita hidup (Foto / keras)	Menumbuhkan rasa bangga dan koneksi hidup
09.45 – 10.15	Lomba mini (nyanyi, baca puisi)	Meningkatkan rasa percaya diri dan ekspresi
10.15 – 10.45	Sesi apresiasi dan afirmasi positif	Penguatan psikologis dan emosional
10.45 – 11.30	Snack Time dan foto Bersama	Momen keakraban dan kenangan

3. Pertemuan 3 (Tema : persahabatan dan harapan)

Waktu	Kegiatan	Tujuan
08.30 – 08.45	Senam pasangan / kelompok	Meningkatkan interaksi sosial dan kekompakan
08.45 – 09.15	Permainan berpasangan (puzzle / kuis)	Menggali pengalaman positif dalam relasi sosial
09.15 – 09.45	Sesi cerita “ sahabat sejati “	Menggali pengalaman positif dalam relasi sosial
09.45 – 10.15	Menulis harapan di kartu	Terapi afirmasi dan refleksi masa depan
10.15 – 10.45	Sharing harapan dan doa Bersama	Penguatan spiritual dan rasa saling mendukung

10.45 – 11.30	Snack time dan evaluasi ringan	Penutup dan saran untuk pertemuan berikutnya

4. Pertemuan 4 (Tema : sehat dam bahagia)
5.

Waktu	Kegiatan	Tujuan
08.30 – 08.45	Senam lansia dengan music	Kesehatan fisik dan semangat
08.45 – 09.15	Edukasi kesehatan dari puskesmas	Peningkatan wawasan kesehatan
09.15 – 09.45	ice breaking / lelucon ringan	Menciptakan suasana menyenangkan
09.45 – 10.15	Story telling atau nostalgia	Menumbuhkan koneksi emosional dan penghargaan terhadap penghalaman hidup
10.15 – 10.45	Sharing dan curhat ceria	Memberi ruang aman untuk bercerita dan didengar
10.45 – 11.30	Penutupan dan pemberian motivasi / doa Bersama	Memberikan afirmasi postif dan penguatan spiritual

Temuan dari pelaksanaan program FRINDAFUN menunjukkan adanya perubahan positif pada peserta, baik dari segi emosi, perilaku, maupun interaksi sosial. Lansia yang semula cenderung pendiam dan menarik diri, mulai menunjukkan keterbukaan, keaktifan dalam berpartisipasi, serta inisiatif untuk berinteraksi dengan sesama. Hasil wawancara dan observasi juga mengindikasikan penurunan perasaan kesepian, peningkatan semangat hidup, dan munculnya rasa percaya diri setelah mengikuti beberapa sesi program. Selain itu, peserta menyampaikan bahwa kegiatan yang variatif dan menyenangkan membuat mereka merasa lebih dihargai dan termotivasi untuk menjalani hari-hari dengan lebih optimis.

D. Peran Friday and fun dalam menangani deprivasi

Program "Friday and Fun" (FrindaFun) disusun untuk mengatasi berbagai bentuk

deprivasi, baik sosial maupun emosional yang sering dialami oleh lansia. Kegiatan ini melalui serangkaian kegiatan yang menstimulasi fisik, emosional, dan kognitif. Berikut adalah penjelasan mengenai peran setiap kegiatan dalam program FrindaFun;

1. Senam Ceria (Meningkatkan Semangat dan Kebugaran)

   Senam ceria dapat memberikan stimulasi fisik yang penting dan dibutuhkan bagi lansia untuk menjaga kebugaran tubuh. Aktivitas fisik yang dilakukan dalam senam ceria ini dapat membantu mengurangi gejala depresi, kecemasan, dan meningkatkan mood melalui pelepasan endorfin yang menimbulkan rasa bahagia. Senam ini juga membantu mengurangi isolasi sosial karena lansia bergerak bersama, menciptakan rasa kebersamaan serta keharmonisan dan mengurangi deprivasi sosial yang dialami oleh lansia. Selain itu, dengan adanya kegiatan senam ceria yang dilaksanakan secara teratur dapat memperbaiki kualitas tidur, yang berkontribusi pada pemulihan mental dan emosional pada lansia.(Nasution & Rahmi, 2025)

2. Ice Breaking dan lelucon ringan (menciptakan suasana akrab dan menyenangkan)

   Kegiatan ini menciptakan suasana hangat dan nyaman. lelucon ringan dan permainan sederhana mampu membuat perasaan peserta merasa lebih santai dan nyaman. tertawa bersama terbukti dapat menurunkan stress dan meningkatkan hormon kebahagiaan, serta mempererat kedekatan antar lansia(Fahrudiana & Kusbaryanto, 2019)

3. Storytelling atau Sesi Nostalgia (Menumbuhkan Koneksi Emosional dan Penghargaan terhadap Pengalaman Hidup)

   Tujuan dari aktivitas ini yaitu untuk memperkuat koneksi emosional pada lansia dengan masa lalu mereka. Karena aktivitas ini menggunakan terapj mengenang masa lalu. Penelitian ini menunjukkan bahwa terapi kni dapat meningkatkan rasa berharga dan dihargai, serta dapat mengurangi kecemasan dan depresi pada lansia. Dengan melalui berbagi kenangan di masa lalu, lansia dapat untuk merasakan koneksi sosial dan merasa dihargai oleh orang lain, hal ini juga dapat mengatasi deprivasi emosional pada lansia.(Hanifah dkk., 2023)

4. Games Ringan atau Kuis Nostalgia (Meningkatkan Kognisi dan Mengajak Lansia Tertawa Bersama)

   Permainan ringan atau kuis nostalgia bukan sekadar hiburan, tapi juga jadi cara yang menyenangkan untuk menjaga kesehatan otak para lansia. Aktivitas ini bisa merangsang ingatan, melatih logika, dan membantu mereka tetap aktif secara

mental yang penting untuk mencegah penurunan fungsi kognitif seperti demensia atau Alzheimer.

Selain manfaat kognitif, permainan seperti ini juga menciptakan momen kebersamaan. Lansia bisa saling tertawa, berbagi cerita masa lalu, dan merasakan hangatnya interaksi sosial. Hal ini sangat membantu mengurangi rasa kesepian dan meningkatkan rasa percaya diri mereka. Tertawa bersama dan bernostalgia bisa jadi obat yang ampuh untuk hati dan pikiran. (Vadesma dkk., 2023)

5. Sharing dan Curhat Ceria (Memberi Ruang Aman untuk Bercerita dan Didengar)

   Kegiatan ini dirancang sebagai wadah bagi para lansia untuk berbagi cerita, perasaan, dan pengalaman hidup mereka dalam suasana yang hangat dan mendukung. Di sini, mereka tidak hanya didengar, tapi juga dihargai.

   Berbagai penelitian menunjukkan bahwa bercerita dan berbagi emosi dalam kelompok bisa membantu mengurangi stres serta memperkuat rasa kebersamaan. Ini sangat penting, terutama bagi lansia yang sering merasa sendiri atau tidak punya tempat untuk mencurahkan isi hati. Melalui curhat ceria ini, mereka bisa merasa lebih terhubung, lebih dihargai, dan tidak lagi merasa sendiri (Hanifah dkk., 2023)

6. Doa bersama & Afirmasi Positif - Penguatan Batin dan Harapan.

   Sebagai penutup, sesi doa bersama dan afirmasi positif memberi ketenangan bati bagi lansia. Spiritualitas mampu memberikan makna hidup dan harapan, terutama di usia lanjut. Dengan mendoakan dan menyemangati satu sama lain, mereka merasa lebih dihargai dan diberdayakan.(Susilowati dkk., 2023)

E. Tantangan dan Solusi Kegiatan FrindaFun

Tantangan Program FRINDAFUN :

1. Keterbatasan partisipasi lansia

   Tidak semua lansia mungkin mampu hadir secara rutin karena keterbatasan fisik,jarak rumah yang jauh atau kurangnya transportasi.

2. Kurangnya fasilitator terlatih

   Kegiatan seperti terapi tawa,storytelling, dan sharing membutuhkan fasilitator yang memahami psikologi lansia dan dapat menciptakan suasana yang aman dan nyaman(Siti Nur Mufidah, 2021)

3. Kurangnya dukungan keluarga

   Jika keluarga kurang mendukung,lansia bisa saja enggan mengikuti kegiatan atau tidak mendapat izin/dukungan untuk ikut serta

4. Keterbatasan dana dan sarana

   Kegiatan seperti lomba,games,dan terapi mungkin membutuhkan alat bantu atau biaya operasional sementara program ini tampak berbasis komunitas

5. Variasi kebutuhan dan minat lansia

   Tidak semua lansia memiliki minat yang sama,sehingga ada risiko kegiatan terasa membosankan bagi sebagian peserta(Ekasari dkk., 2023)

Solusi :

1. Layanan antar-jemput atau koordinasi RT/RW menyediakan sistem antar-jemput sederhana dengan bantuan relawan atau meminta bantuan RT/RW untuk memfasilitasi mobilisasi manusia
2. Pelatihan untuk relawan dan fasilitator

   Mengadakan workshop singkat untuk para relawan tentang cara berinteraksi dengan lansia secara empatik dan menyenangkan (Andres Rama Ananda, 2024)
3. Sosialisasi ke keluarga

   Melibatkan keluarga dalam sesi pertama untuk meningkatkan pemahaman dan dukungan mereka terhadap pentingnya kegiatan ini bagi lansia
4. Mencari sponsor atau donatur lokal

   Mengajukan proposal ke UMKM,Puskesmas, atau lembaga sosial untuk membantu pendanaan atau penyediaan alat-alat kegiatan
5. Rotasi dan penyesuaian kegiatan

   Menerapkan sistem rotasi kegiatan berdasarkan minat peserta dan memberi kesempatan bagi lansia untuk menyumvangkan ide kegiatan (Susilo, 2019)

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa program FrindaFun (Friday and Fun) memberikan kontribusi yang signifakan terhadap pengurangan deprivasi sosial dan emosional pada kalangan lansia. Melalui kegiatan yang dilaksanakan setiap Jum'at, program ini dapat berhasil menciptakan lingkungan yang menyenangkan dan aman bagi lansia untuk mengekspresikan diri mereka. Kegiatan yang melibatkan senam ceria, nostalgia masa muda, terapi tawa, seni, serta sesi curhat dan doa bersama, memberikan ruang bagi lansia untuk berinteraksi secara sosial, menjaga kesehatan fisik dan mental, serta memperkuat ikatan emosional dengan sesama. Program ini membantu lansia merasa dihargai, memperkuat identitas diri, dan memberikan

mereka kesempatan untuk berpartisipasi aktif dalam kehidupan sosial mereka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Friday and Fun efektif dalam mengurangi gejala kesepian, kecemasan, dan depresi yang sering dialami oleh lansia, serta meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan. Selain itu, program ini juga berhasil menghidupkan semangat dan optimisme lansia, memberikan rasa kebersamaan dan keterhubungan yang sering hilang seiring bertambahnya usia. Temuan ini juga menunjukkan bahwa pendekatan berbasis aktivitas sosial dan emosional dapat menjadi alternatif yang efektif untuk intervensi kesehatan mental lansia. berhasilan program FRINDAFUN dalam meningkatkan kesejahteraan psikososial lansia membuktikan bahwa pendekatan berbasis aktivitas sosial-emosional sangat relevan untuk diadopsi secara lebih luas, baik di lingkungan panti werdha, posyandu lansia, maupun komunitas masyarakat umum. Dengan biaya yang relatif terjangkau dan konsep yang mudah direplikasi, program ini dapat menjadi solusi inovatif dalam mengatasi deprivasi sosial dan emosional pada lansia. Implementasi program serupa di berbagai daerah berpotensi memberikan dampak signifikan terhadap penurunan angka depresi, kecemasan, serta meningkatkan kualitas hidup lansia secara nasiona

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh anggota tim yang telah bekerja keras dan berkontribusi dalam proses penulisan artikel ini. Tanpa dukungan dan kerjasama yang solid, artikel ini tidak dapat terselesaikan dengan baik. Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada Bapak Alfin, selaku dosen pembimbing, yang dengan sabar memberikan bimbingan, masukan, serta arahan yang sangat berharga dalam setiap tahap penulisan. Kami sangat menghargai dedikasi dan waktu yang telah beliau berikan. Semoga artikel ini dapat memberikan manfaat yang luas dan menjadi kontribusi positif dalam bidang yang kami tekuni.

DAFTAR PUSTAKA

Andres Rama Ananda, -. (2024). PERAN KADER SEBAGAI FASILITATOR DALAM PROGRAM PEMBERDAYAAN LANSIA: Studi Kasus Pada Pos Pembinaan Terpadu Lansia Flamboyan di Kelurahan Situ Gede Kota Bogor [Other, Universitas Pendidikan Indonesia]. https://repository.upi.edu/

Daftar e-Book dari Nursalam—Universitas Imelda Medan. (t.t.). Diambil 14 April 2025, dari https://ebook.uimedan.ac.id/home/penulis/RFY5cDRPRHhteU5lajhFTGErY3BGZz09

Ekasari, M. F., Nurhasanah, A., Suryati, E. S., & Batubara, R. (2023). PEMBERDAYAAN KADER DALAM MENINGKATKAN KAPASITAS FUNGSIONAL DAN INTERAKSI SOSIAL LANSIA MELALUI PENERAPAN MODEL PERAWATAN RESTORATIF BERBASIS KELOMPOK. JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri), 7(2), 1699–1710. https://doi.org/10.31764/jmm.v7i2.13960

Fahrudiana, F., & Kusbaryanto, K. (2019). Berbagai Intervensi yang Dapat Mengurangi Kesepian pada Lansia. Kes Mas: Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat, 13(2), Article 2. https://doi.org/10.12928/kesmas.v13i2.13997

Gasril, P., Putri, S. E., Mukhtar, H., Alfidin, A. N., Amanda, D. D., & Pramaditya, I. D. (2024). Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Lansia terhadap Kesehatan Mental. Jurnal Pengabdian UntukMu NegeRI, 8(3), Article 3. https://doi.org/10.37859/jpumri.v8i3.8150

Hanifah, Z., Anggara, P. S., Yuladi, A., Melvino, F., & Salsabila, L. (2023). Memberdayakan Lansia untuk Mencapai Successful Ageing. Jurnal Pendidikan Tambusai, 7(2), 17103–17107. https://doi.org/10.31004/jptam.v7i2.9077

Ichsan, A. N., & Alpiah, D. N. (2024). GANGGUAN KESEHATAN MENTAL YANG TERJADI PADA LANSIA: LITERATUR REVIEW. Medic Nutricia : Jurnal Ilmu Kesehatan, 3(1), Article 1. https://doi.org/10.5455/nutricia.v3i1.3112

Martono, N. (2015). METODE PENELITIAN SOSIAL: Konsep-konsep Kunci (Sampel halaman). Nanang Martono.

Metodologi penelitian kualitatif—2019. (t.t.). Diambil 14 April 2025, dari https://elibrary.bsi.ac.id/readbook/208343/metodologi-penelitian-kualitatif

Nasution, S. D., & Rahmi, R. (2025). Olahraga Sebagai Intervensi Non-Farmakologis Pada Lansia. JURNAL PANDU HUSADA, 6(3), Article 3. https://doi.org/10.30596/jph.v6i3.23340

Partisipasi Lansia dalam Program Posyandu Lansia Wreda Sumbaga Nologaten, Caturtunggal, Depok, Sleman | Mufidah | Journal of Society and Continuing Education. (t.t.). Diambil 14 April 2025, dari https://journal.student.uny.ac.id/index.php/pls/article/view/19313/0?utm_source=chat gp t.com

Pratama, A., Shalahuddin, I., & Sutini, T. (2023). Gambaran Masalah Kesehatan Jiwa pada Lansia di Panti Werdha: Narrative Review. Jurnal Keperawatan Jiwa, 11(2), Article 2. https://doi.org/10.26714/jkj.11.2.2023.331-344

Susilo, J. (2019). Program Pendampingankader Lanjut Usia Melalui Kegiatan Bina Keluarga Lansia Di Desa Lerep Kecamatan Ungaran Barat. https://www.academia.edu/85019924/Program_Pendampingankader_Lanjut_Usia_ Mela
lui_Kegiatan_Bina_Keluarga_Lansia_Di_Desa_Lerep_Kecamatan_Ungaran_Barat

Susilowati, T., Prajayanti, E. D., & Indarwati, I. (2023). Pemberdayaan Lansia Dalam Mengatasi Kesepian Pada Lansia di Kelurahan Bedoro, Sambungmacan, Sragen. Jurnal Pengabdian Kesehatan, 6(4), Article 4. https://doi.org/10.31596/jpk.v6i4.379

Upaya Peningkatan Kesehatan Jiwa Lansia Melalui Deteksi Dini, Edukasi dan Terapi Kelompok Terapeutik Lansia | Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia. (t.t.). Diambil 14 April 2025, dari
https://jpmi.journals.id/index.php/jpmi/article/view/934?utm_source=chatgpt.com

Vadesma, I., Rajagukguk, A. D., Aprilia, N., Setiawan, I., Setyomurti, M. A., & Rahadhini, M. D. (2023). Peningkatan Produktivitas Lansia Di Panti Wreda Widhi Asih Surakarta Melalui Sekar Panik (Senam, Karya, Pangan, Hidroponik) Berbasis Active Ageing. Adi Widya : Jurnal Pengabdian Masyarakat, 7(2), Article 2. https://doi.org/10.33061/awpm.v7i2.9852

Self Talk Sebagai Upaya Resiliensi Ibu dengan Baby Blues

Rossi Muhammad Iqbal[1], Oktavia Kartikasari[2], Putri Sulistyawati[3], Ainun Nisa Muharromah[4], Satria Rahmat Hidayat[5]

[12345,] **Prodi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Universitas Negeri Raden Mas Said Surakarta, Jl. Pandawa, Dusun IV, Pucangan, Kartasura, Sukoharjo, 57168, Indonesia.**

E-mail *corresponding author*: rossiiqbal@gmail.com, vokatvia004@gmail.com, nisaa9820@gmail.com, putrisulistiyawati81@gmail.com, rahmathidayat022504@gmail.com

Abstrak

Fenomena *baby blues* merupakan kondisi psikologis yang umum dialami oleh ibu pasca melahirkan, ditandai dengan gejala emosional seperti kesedihan, kecemasan, dan mudah tersinggung. Kondisi ini, jika tidak ditangani dengan tepat, dapat berdampak pada hubungan ibu dan bayi serta proses adaptasi ibu dalam peran barunya. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji peran *self talk* sebagai strategi resiliensi bagi ibu yang mengalami baby blues. Metode yang digunakan adalah studi literatur dengan pendekatan kualitatif deskriptif, menggunakan sumber dari buku, jurnal ilmiah, artikel, dan skripsi terkait periode 2010–2024. Hasil kajian menunjukkan bahwa *self talk*, khususnya yang bersifat positif, dapat membantu ibu memahami dan mengelola emosinya secara lebih adaptif. *Self talk* memberikan pengaruh signifikan terhadap pola pikir, perasaan, hingga perilaku individu, serta mampu memperkuat kepercayaan diri dan motivasi. Kesimpulannya, *self talk* dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi mandiri yang efektif untuk meningkatkan resiliensi psikologis ibu pascapersalinan dalam menghadapi baby blues.

Kata kunci : *baby blues*, ibu pascapersalinan, resiliensi, *self talk*, kesehatan mental

Abstract

The phenomenon of baby blues is a psychological condition commonly experienced by postpartum mothers, characterized by emotional symptoms such as sadness, anxiety, and irritability. If left unaddressed, this condition can negatively impact the mother-infant relationship and the mother's adaptation to her new role. This study aims to examine the role of self-talk as a resilience strategy for mothers experiencing baby blues. The method used is a literature review with a descriptive qualitative approach, utilizing sources from books, scientific journals,

articles, and relevant theses from the period of 2010–2024. The results indicate that self-talk, especially positive self-talk, can help mothers better understand and manage their emotions in an adaptive way. Self-talk has a significant influence on an individual's mindset, emotions, and behavior, and can enhance self-confidence and motivation. In conclusion, self-talk can serve as an effective self-help intervention to strengthen the psychological resilience of postpartum mothers in coping with baby blues.

Keywords: baby blues, postpartum mothers, resilience, self-talk, mental health

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan kondisi alamiah yang sering terjadi pada seorang wanita, berbagai perubahan yang dialaminya bersifat fisiologis. Kehamilan berlangsung sekitar 9 bulan dihitung dari hari terakhir menstruasi hingga kelahiran. Secara medis kehamilan terbagi menjadi tiga trimester yaitu trimester pertama (minggu 1-12), Trimester kedua (minggu 13-26), trimester ketiga (minggu 27-40). Kehamilan membawa berbagai macam perubahan baik fisik, emosional, dan hormonal pada tubuh seorang ibu. Selain itu, kondisi rahim akan mulai berkontraksi dan akan kembali seperti ukuran semula dan ibu akan mengeluarkan darah nifas. Kondisi tersebut juga dapat mempengaruhi kondisi psikologis, bahkan beberapa ada yang mengalami baby blues dan depresi pasca persalinan. Oleh karena itu penting bagi ibu hamil untuk mendapatkan perawatan pra persalinan untuk menjaga kesehatan fisik dan mental serta dukungan dari keluarga agar pemulihan dapat berjalan dengan baik.

Walaupun dengan demikian tidak sedikit bagi seorang ibu pasca melahirkan mengalami fenomena psikologis akibat kurangnya perawatan prenatal. Salah satu nya ialah Baby Blues. Baby blues yaitu gangguan suasana hati ringan yang biasanya muncul pada beberapa hari hingga dua minggu setelah melahirkan. Menurut (Prawirohardjo 2008) baby blues merupakan gangguan perasaan yang bersifat ringan dan sementara yang biasanya terjadi pada beberapa hari setelah persalinan yang dapat hilang dengan sendirinya seiring dengan berjalannya waktu. Gejala yang dialami dapat berupa perasaan sedih, mudah menangis, cemas, mudah tersinggung, hingga kelelahan emosional yang dapat memengaruhi relasi ibu dengan bayinya (Anderson, C. A., & McGuinness 2008). Meskipun bersifat sementara, kondisi ini dapat berdampak pada

kualitas hubungan ibu dengan bayi, serta memengaruhi proses adaptasi menjadi orang tua. Apabila tidak diberikan dukungan emosional yang cukup baby blues juga dapat menimbulkan jarak emosional dengan pasangan dan bayinya.

Pada tahun 2024, Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) melaporkan bahwa sekitar 57% ibu di Indonesia mengalami gejala baby blues atau depresi pascamelahirkan. Angka ini menjadikan Indonesia sebagai negara dengan tingkat kejadian baby blues tertinggi di Asia. Tingginya angka kejadian di Indonesia ini juga menunjukkan adanya kesenjangan dalam pemahaman dan penanganan kesehatan mental ibu pascapersalinan, baik di tingkat keluarga maupun layanan kesehatan. Faktor-faktor yang diduga turut berperan meliputi kurangnya dukungan sosial, ketidaksiapan dalam mengasuh anak pertama, tekanan ekonomi, serta minimnya edukasi mengenai kesehatan mental bagi ibu hamil dan menyusui. Deputi Bidang Keluarga Sejahtera dan Pemberdayaan Keluarga BKKBN, Nopian Andusti, menjelaskan bahwa kondisi ini dipicu oleh berbagai faktor diantaranya: perubahan hormon pasca melahirkan, kelelahan dan kurangnya dukungan sosial. Konflik batin juga dapat menjadi salah satu faktor pemicu dimana penolakan dan penerimaan terhadap peran baru yang meningkatkan rasa cemas berlebihan terhadap ibu pasca melahirkan (Kompas.com n.d.)

Meskipun kondisi baby blues umumnya bersifat sementara, dampaknya tetap perlu mendapatkan perhatian, terutama dalam konteks peran ibu sebagai pengasuh utama bayi. Dalam hal ini, kemampuan resiliensi atau daya lenting psikologis menjadi faktor penting yang memungkinkan ibu untuk beradaptasi dengan tantangan dan tekanan pasca persalinan (Wagnild, G. M., & Young 1993). Resiliensi merupakan kemampuan untuk bangkit dari keterpurukan, beradaptasi untuk menjadi lebih kuat dalam menghadapi kondisi sulit (Reivich and Shatté 2002) . Resiliensi membantu individu untuk tetap berfungsi secara positif meskipun berada dalam situasi stres. Dalam konteks baby blues, ibu yang resilien dapat lebih mampu mengelola emosinya dan mencari dukungan sosial serta mampu menjaga hubungan baik terhadap lingkungan sekitar dan juga bayinya.

Salah satu strategi yang dapat memperkuat resiliensi adalah self talk, yaitu komunikasi internal seseorang terhadap dirinya sendiri. Self talk yang positif berperan dalam membentuk pola pikir yang adaptif, mengurangi pikiran negatif, serta meningkatkan kepercayaan diri dan motivasi (Brinthaupt, T. M., Hein, M. B., &

Kramer 2009). Dalam konteks ibu dengan baby blues, penerapan self talk positif dapat menjadi intervensi mandiri yang sederhana namun efektif untuk membantu mereka memahami, menerima, dan mengelola emosi dengan lebih baik. Dengan demikian, penting untuk mengkaji lebih dalam bagaimana self talk dapat berkontribusi sebagai upaya resiliensi bagi ibu yang mengalami baby blues. Artikel ini akan membahas konsep self talk, hubungannya dengan resiliensi, serta implementasinya dalam konteks psikologis ibu pascapersalinan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan Metode penelitian Kualitatif Deskriptif dengan teknik pengumpulan data yaitu studi literatur. (Sarwono 2006) menyatakan bahwa studi literatur yaitu pengkajian data dari berbagai buku referensi serta hasil penelitian sebelumnya yang relevan dengan penelitian untuk mendapatkan landasan teori dari masalah yang di akan teliti. Study literatur disebut sebagai penelitian perpustakaan atau penelitian pustaka. Penelitian ini tidak melibatkan pengumpulan data primer secara langsung. Semua data diperoleh dari sumber sekunder berupa artikel ilmiah, jurnal, dan buku yang relevan dengan fokus kajian.

Sumber data dalam kajian ini terdiri dari Artikel ilmiah (nasional maupun internasional), Jurnal terakreditasi, Buku referensi ilmiah, Tesis dan disertasi yang relevan. Data sekunder dikumpulkan dari literatur ilmiah yang tersedia secara daring melalui database elektronik, Analisis data yang digunakan di dalam penelitian ini merupakan model (Sari, M. N., et all. 2024) mengemukakan bahwa penerapan metode analisis Miles dan Huberman dalam penelitian kualitatif memberikan pendekatan yang sistematis dan terstruktur, sehingga mempermudah peneliti dalam memahami dan mengorganisir data yang kompleks. Metode ini, yang mencakup reduksi data, tampilan data, dan penarikan kesimpulan/verifikasi, telah terbukti efektif dalam berbagai konteks penelitian, mulai dari studi kasus hingga tinjauan literatur.

Reduksi data adalah metode analisis yang menyaring, meng-kategorikan, memandu, menghilangkan informasi yang tidak relevan, dan secara sistematis mengatur data untuk memungkinkan penarikan dan verifikasi kesimpulan akhir. Proses ini terdiri dari Merangkum data, Memilih hal-hal pokok dari data, Perhatikan hal-hal penting, Mencari tema dan pola dari data tersebut, Dan Membuang yang tidak perlu. Dan proses ini dilakukan secara bertahap dan berkelanjutan. Penyajian data seperti

menampilkan informasi penting secara jelas sehingga kita dapat memahaminya dan memutuskan tindakan selanjutnya. Penarikan kesimpulan dan verifikasi adalah tahap akhir dalam proses analisis data kualitatif yang melibatkan pengambilan makna dari data yang telah direduksi dan disajikan. Pada kesimpulan awal masih akan bersifat sementara dan dapat berubah jika tidak ditemukan bukti yang meyakinkan untuk mendukungnya pada tahap pengumpulan data berikutnya. Kesimpulannya harus diverifikasi selama penelitian

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Faktor Risiko dan Dampak Baby Blues.

Baby blues terjadi karena kombinasi beberapa faktor yang memengaruhi. Berikut penjelasan beberapa faktor ibu *baby blues* pasca melahirkan. Usia ibu saat melahirkan menjadi salah satu faktor penyebab *baby blues*. Ibu yang melahirkan pada usia <20 tahun atau >35 tahun memiliki risiko 3,5 kali lebih besar mengalami baby blues dibandingkan ibu yang berusia 20–35 tahun. Ibu dengan usia yang terlalu muda belum siap secara psikologi. Individu yang masih sangat muda mungkin belum memiliki kematangan emosi dan psikologis yang cukup untuk menghadapi tanggung jawab sebagai orang tua. Hal ini terjadi karena kurangnya pengalaman hidup, ketidakstabilan emosi, dan kurangnya pengetahuan tentang parenting dapat mempengaruhi kemampuan mereka untuk merawat dan mendidik anak dengan baik. Selain usia terlalu muda, usia ibu yang terlalu tua juga tidak baik untuk hamil lagi. Hal ini disebabkan karena pengalaman dan jumlah anak yang banyak dapat menyebabkan baby blues syndrome. Semakin umur ibu bertambah semakin menurun fungsi alat reproduksi. Sehingga dapat menyebabkan resiko yang tinggi untuk mengalami baby blues syndrome.

Ibu setelah melahirkan memerlukan penyesuaian diri dalam menghadapi peran baru, terutama pada awal pasca persalinan. Ibu harus dapat berperan pentingdalam merawat buah hatinya. Faktor hormonal juga berdampak pada postpartum blues adalah hormon estrogen, yang memiliki kaitan dengan proses emosi dasar, gairah, kognisi, dan motivasi sehingga dapat berkontribusi terhadap terjadinya postpartum blues. Hormon estrogen akan meningkatkan thyroxine binding globulin dan kadar tiroksin akan meningkat. Disfungsi tiroid berhubungan dengan kehamilan dan dapat berkontribusi terhadap postpartum blues pada beberapa ibu. Selain hormon tiroid, terdapat hormon

laktogenik oksitosin dan prolaktin yang dapat mempengaruhi perilaku dan suasana hati ibu. Kadar hormon kortisol yang meningkat selama kehamilan yang memicu kecemasan juga dapat mempengaruhi peningkatan gejala postpartum blues.(Permatasari, Hawaidah, and Madya 2024).

Ibu yang yang mengalami baby blues perlu adanya dukunagn sosial. Tanpa dukungan sosial, ibu dapat mengalami stres dan kecemasan yang lebih tinggi, sehingga memperburuk kondisi mereka. Kurangnya dukungan sosial juga dapat meningkatkan risiko depresi pasca melahirkan, yang dapat berdampak jangka panjang pada kesejahteraan ibu dan bayi. Ibu mengalami baby blues yang tidak mendapatkan dukungan sosial dapat mempengaruhi hubungan ibu dengan bayi dan keluarga, sehingga berdampak pada keharmonisan keluarga. dukungan dari suami. Maka dari itu, diharapkan suami dan keluarga terdekat dari ibu yang baru saja melahirkan harus memberikan cukup dukungan dan bantuan yang diperlukan ibu untuk mencegah terjadinya baby blues. Dukungan sosial penting untuk kesehatan ibu, Dukungan sosial penting untuk kesehatan ibu, baik fisik nmaupun mental. Dukungan sosial bisa dalam berbagai bentuk, diantaranya: Dukungan Informasi. yang memberikan penjelasan tentang situasi dan segala sesuatu yang berhubungan dengan masalah yang sedang dihadapi individu. Dukungan ini meliputi memberikan nasehat, petunjuk, masukan atau penjelasan bagaimana seseorang bersikap. Dukungan emosional juga penting, meliputi ekspresi empati misalnya mendengar-kan, bersikap terbuka, menunjukkan sikap percaya terhadap apa yang dikeluhkan, mau memahami, ekspresi kasih sayang dan perhatian. Dukungan emosional akan membuat penerimanya merasa berharga, nyaman, aman, terjamin, dan disayangi. Faktor kedua, Kurangnya dukungan diri (self-care)

Ibu pasca melahirkan biasanya hanya fokus pada bayinya. Ibu justru kurang memperhatikan dirinya sendiri. Ini bisa berdampak pada meningkatkan stres dan kecemasan pada ibu pasca melahirkan. Kurangnya self care dapat mempengaruhi kesejahteraan fisik dan mental ibu pasca melahirkan, sehingga berdampak pada kualitas hidup mereka. Ibu yang tidak memiliki waktu untuk self care dapat mengalami kesulitan mengasuh bayi, sehingga berdampak pada kualitas perawatan bayi. Sikap self-care lebih mengacu pada cara ibu merespons dan mengatasi perasaan dan stres tersebut dengan cara yang sehat dan adaptif.(Syifa Amalia, Kurniawati, and Rahmawati 2023).

Ekonomi menjadi salah satu faktor terjadinya baby blues. Hal ini berhubungan langsung dengan kebutuhan dan perawatan pada bayi yang membutuhkan banyak kebutuhan, sehingga keadaan yang seharusnya mendatangkan kebahagiaan, bisa menimbulkan tekanan. Pada keluarga yang mampu mengatasi pengeluaran untuk biaya perawatan ibu selama persalinan serta tambahan dengan hadirnya bayi baru tidak merasakan beban keuangan sehingga tidak mengganggu transisi menjadi orangtua. Sedangkan keluarga yang belum mampu mengatasi pengeluaran ibu dan bayi akan merasa bersalah karena tidak dapat memberikan segala yang terbaik secara materi untuk bayi mereka akibat keterbatasan ekonomi. Perasaan ini dapat memicu atau memperparah baby blues. Tekanan ekonomi dapat menyebabkan stres dan kecemasan yang berkepanjangan. Stres dan kelelahan kronis ini adalah faktor risiko utama terjadinya baby blues. Ibu yang terus-menerus merasa khawatir tentang uang akan lebih sulit untuBk beristirahat dan memulihkan diri setelah melahirkan.(Yuniwati and Fahriany 2015)

Baby blues adalah kondisi emosional yang umum dialami oleh banyak perempuan baru melahirkan. Namun, dampak baby blues tidak hanya bersifat sementara, tetapi juga dapat memiliki konsekuensi jangka panjang pada kesehatan mental dan interaksi ibu-anak. Dampak ini dapat ditandai dengan beberapa gejala, antara lain: Perubahan emosi negatif: Ibu yang mengalami depresi dapat memiliki perubahan emosi negatif yang mudah dibangkitkan, seperti merasa sedih, cemas, atau iritasi. Konsep diri yang negatif: Ibu mungkin memiliki konsep diri yang negatif, seperti merasa tidak cukup baik sebagai ibu atau merasa tidak mampu merawat bayi. Menyalahkan diri dan mencela diri: Ibu yang mengalami depresi dapat menyalahkan diri sendiri atas kesalahan yang tidak ada atau mencela diri sendiri karena merasa tidak cukup baik. Keinginan regresif dan menghukum diri sendiri: Ibu mungkin memiliki keinginan regresif, seperti ingin kembali ke keadaan sebelum hamil, atau menghukum diri sendiri karena merasa tidak cukup baik. Keinginan untuk menghindar, bersembunyi, atau bahkan mati: Dalam kasus yang lebih parah, ibu yang mengalami depresi dapat memiliki keinginan untuk menghindar, bersembunyi, atau bahkan mati.(Chechko et al. 2024)

B. Peran dan Bentuk Self Talk

Kata “self” di dalam kamus bahasa inggris mempunyai arti diri sendiri dan kata “talk” mempunyai arti berbicara, bercakap.10 Di dalam psikologi, kata “self” mempunyai dua arti, yaitu: pertama, sikap dan perasaan seseorang terhadap dirinya sendiri. Dan yang kedua, suatu keseluruhan proses psikologis yang menguasai tingkah

laku dan penyesuaian diri. Pada arti yang pertama, self disebut sebagai objek, karena menunjukkan sikap, perasaan, pengamatan dan penelitian seseorang terhadap dirinya sendiri sebagai suatu objek. Dengan kata lain, self di sini mempunyai arti pikiran seseorang mengenai dirinya sendiri. Lalu pada arti yang kedua, self disebut sebagai proses, karena adanya suatu kesatuan yang terdiri dari proses-proses aktif seperti berpikir, mengingat dan mengamati.

Self talk 95% akan memberikan pengaruh pada kondisi emosi individu, karena pada saat individu itu melakukan dialog pada dirinya sendiri, maka alam bawah sadarnya telah diberikan perintah untuk melakukan hal tersebut, baik itu negatif ataupun positif. Terlebih lagi, pikiran manusia itu terbagi menjadi dua bagian, yaitu pikiran bawah sadar sebanyak 88% dan pikiran sadar sebanyak 12%.15 Maka dari itu, self talk mempunyai pengaruh yang besar terhadap kondisi diri manusia. Maka, dapat dipahami bahwa self talk adalah suatu perkataan yang manusia sampaikan dari diri sendiri kepada diri sendiri atau dialog antara pikiran manusia dengan dirinya sendiri yang dapat mempengaruhi keyakinannya pada diri sendiri hingga memberikan dampak pada perilaku, pola pikir, jiwa sampai fisik, baik itu berupa dampak negatif ataupun dampak positif, tergantung pada self talk yang manusia makukan pada dirinya sendiri. Maka dari itu, penting bagi manusia untuk menjaga self talk tetap positif agar pikiran, jiwa serta fisik tetap sehat dan positif.

Tujuannya adalah untuk mempengaruhi perhatian, kepercayaan diri, kecemasan, motivasi, perilaku, perasaan, dan stres sosial seseorang. Positive self talk memiliki kelebihan dalam meningkatkan motivasi untuk mengurangi frekuensi pemikiran, sehingga dapat mengurangi kecemasan. Positive self talk membuat orang berpikir dalam hati dan akhirnya menjadi orang yang lebih bersemangat. Kata-kata positif ini menjadi contoh agar keadaan tidak semakin buruk. Positive self talk selain itu juga mampu memerintahkan otak untuk mengolah informasi yang positif, sehingga dapat menimbulkan perasaan yang positif dan dapat mengurangi kecemasan karena pikirannya tidak dipenuhi oleh ketakutan atau kekhawatiran yang irasional.

Self Talk dilakukan orang dalam setiap hal, misalkan ketika seseorang akan mengambil keputusan, ataupun dalam melakukan suatu pekerjaan seseorang akan melakukan komunikasi dengan dirinya sendiri terlebih dulu sebelum dia mengambil keputusan dan melakukan pekerjaannya dengan benar. Bahkan Self Talk juga dapat terjadi pada orang yang tengah berbicara dengan orang lain. Tanpa disadari Self Talk

memberikan pengaruh besar terhadap kehidupan seseorang, antara lain dalam memahami diri sendiri, dalam mengevaluasi (renungan), terhadap kebiasaan (habits), berfikir positif (positive thinking), bertindak positif, dan mengambil keputusan.(Ningrum 2017)

Adapun bentuk-bentuk Self Talk yaitu Self talk positif adalah alat yang kuat untuk mengubah jalur secara mental sehingga mampu menghadapi kesempatan kesempatan belajar dengan kekuatan dan rasa percaya diri Seseorang berhak memilih pengkondisian kejadian self talk negatif dan positif. Pilihan itulah yang menentukan arah kehidupan seseorang. Sejalan dengan itu, penelitian yang dilakukan Anggraini menemukan bahwapenerimaan diri yang baik dapat membantu ibu mengatasi baby blues. Meskipun tidak secara langsung membahas self-talk, penerimaan diri seringkali diperkuat melalui dialog internal positif atau self-talk positif.(Anggraini, Khairunnisa, and Lesmana 2025) Self Talk negatif adalah kombinasi dari penganiaya (persecutor atau P-) penolong (rescuer atau R-) dan atau korban (vichin atau V-). Masing masing sudut dalam segitiga self talk negatif itu berkonflik sehingga menimbulkan perselisihan. P- adalah kombinasi pesan dari ketidakmampuan personal seseorang. R- biasanya membawa pesan untuk ego yang keras Sedangkan V adalah penerima pesan langsung tentang ketidakmampuan personal dari P. Namun V- nya juga mendapat pesan tidak langsung ketidak mampuan personal dari R- karena telah menyalahkan yang lainnya sehingga berimbas pada inkompetensi personal. Dengan self talk negatif maka seseoarang selalu "tidak oke".

Adapun manfaat dari Self Talk yaitu menentukan apakah seseorang akan menjadi orang baik atau sebaliknya, yang menentukan apakah seseorang akan menjaga kesehatan atau tidak. Yang menentukan apakah seseorang memiliki rasa percaya diri tinggi atau rendah, juga yang menentukan apakah seorang menjadi penting atau malah menjadi seorang pecundang. Terapi Self Talk dapat digunakan untuk berbagai kepentingan, untuk Atlıt, untuk negoisasi, pekerja kantor, bahkan untuk kecantikan. Berikut adalah manfaat dari positif Self Talk: Perenungan dan Pemahaman diri. Dalam islam muhasabah atau intropeksi diri dilakukan dengan cara Itikaf. Frikaf (Itikaf, iktikaf, iqtikaf, i'tiqaf, itiqaf), berasal dari bahasa Arab akafa, yang berarti menetap, mengurung diri atau terhalangi. Pengertiannya dalam konteks ibadah dalam Islam adalah berdiam diri yang biasanya dilakukan di dalam masjid dalam rangka untuk mencari keridhaan Allah SWT dan bermuhasabah (introspeksi) atas perbuatan perbuatannya. Orang yang

sedang beriktikaf disebut juga mutakif. Dengan cara ber I'tikaf, maka seseorang akan mampu merenungi dirinya, mengamati setiap perbuatannya dari positif maupun negatifnya. Self Talk membantu dalam perenungan dan pemahaman pada diri seseorang. Dengan membicarakan apa yang ada pada dirinya sendiri, maka seseorang akan semakin bisa melihat dengan nyata keadaan dalam dirinya, arah dan tujuanya, dan minimal adalah untuk memahami bagaimana harapan dan tindakannya kedepan.

Kebiasaan merupakan kecenderungan dalam bertindak tertentu, biasanya dilakukan berulang-ulang dengan tindakan yang sama dan adanya kesadaran. Setiap manusia memiliki cara sendiri dalam mengisi kegiatan dalam hari-harinya. Hal ini menunjukkan setiap manusia memiliki kebiasaan yang berbeda-beda dalam mengisi kegiatan keseharianya. Seperti pepatah yang mengatakan bahwa pertama tama membentuk kebiasaan, selanjutnya kebiasaan yang akan membentuk kita. Jika dikaitkan dalam konteks self- talk, seseorang dengan kebiasaan berbicara yang baik. Mengubah self- talk menjadi positif untuk membuang informasi yang tidak kondusif yang ada dalam pikiran.

Berfikir positif dapat menyortir segala sesuatu yang kita dengar, dapat juga membantu kita menyimak segala sesuatu yang kita dengar secara positif. Dengan berfikir positif, maka akan dapat melihat kesempatan dan menyimpulkan hal hal positif dari apapun yang didengar. Mendengarkan kritikan dan cemoohan dapat membantu untuk memperbaiki diri. Mendengar pujian juga dapat memotivasi untuk lebih meningkatkan diri. Sedangkan penyampaian masalah akan memacu untuk melihat kesempatan emas dalam masalah tersebut. Penelitian yang dilakukan Amalia menekankan pentingnya self-compassion dalam mengatasi depresi postpartum. Self-compassion, yang melibatkan self-talk positif dan penerimaan diri, dapat membantu ibu mengurangi gejala depresi dan meningkatkan kesejahteraan emosional.(Syifa Amalia et al. 2023)

Baby blues adalah gangguan emosional ringan yang umum dialami ibu pasca melahirkan. Kondisi ini dapat dipicu oleh berbagai faktor risiko seperti usia ibu yang terlalu muda atau tua. Ibu muda sering belum siap secara emosional menghadapi tanggung jawab baru sebagai orang tua. Perubahan hormonal yang drastis setelah persalinan, seperti turunnya kadar estrogen dan naiknya kortisol, juga memicu ketidakstabilan emosi. Kurangnya dukungan sosial dari pasangan dan keluarga memperburuk kondisi ini, membuat ibu merasa terisolasi. Keterbatasan ekonomi juga

meningkatkan stres karena ibu merasa tidak mampu memberikan yang terbaik untuk bayinya. Kurangnya waktu untuk diri sendiri atau self-care menjadikan ibu rentan terhadap kelelahan fisik dan emosional. Intervensi diperlukan untuk membantu ibu mengelola emosi dan menumbuhkan kembali rasa percaya diri. Salah satu intervensi efektif adalah penggunaan teknik self talk positif. Efektifitas afirmasi positif dalam mengurangi gejala baby blues juga didukung oleh penelitian (Nasokha, Noviana, and Dari 2024) yang menunjukkan bahwa afirmasi positif dapat membantu mengurangi gejala baby blues pada ibu postpartum. Dengan melakukan afirmasi positif secara rutin, ibu dapat meningkatkan suasana hati dan mengurangi stres yang berkaitan dengan peran barunya sebagai ibu.(Fadhila et al. 2015)

Self talk membantu ibu berdialog dengan dirinya sendiri untuk memunculkan pikiran yang membangun. Kalimat afirmatif seperti "Aku mampu menjadi ibu yang baik" dapat meredakan kecemasan. Penggunaan self talk juga membantu ibu mengenali perasaannya dan menenangkan diri saat menghadapi tekanan. Ketika digunakan secara konsisten, self talk dapat memperkuat konsep diri dan motivasi ibu. Hal ini membuat ibu lebih mampu beradaptasi dengan peran barunya dan memperbaiki interaksi dengan bayi. Dengan demikian, self talk berperan sebagai intervensi psikologis sederhana namun efektif untuk mencegah dampak serius dari baby blues. (Guo et al. 2020)

Penyesuaian penting dalam menghadapi peran baru, terutama pada awal pascapersalinan. Ibu harus dapat berperan penting dalam merawat buah hatinya. Faktor hormonal juga berdampak pada postpartum blues adalah hormon estrogen, yang memiliki kaitan dengan proses emosi dasar, gairah, kognisi, dan motivasi sehingga dapat berkontribusi terhadap terjadinya postpartum blues. Hormon estrogen akan meningkatkan thyroxine binding globulin dan kadar tiroksin akan meningkat. Disfungsi tiroid berhubungan dengan kehamilan dan dapat berkontribusi terhadap postpartum blues pada beberapa ibu. Selain hormon tiroid, terdapat hormon laktogenik oksitosin dan prolaktin yang dapat mempengaruhi perilaku dan suasana hati ibu. Estrogen dan progesteron memodulasi ekspresi mRNA oksitosin di daerah otak untuk perilaku ibu dan menyusui. Proses Penurunan kadar oksitosin selama trimester ketiga menyebabkan depresi selama kehamilan dan berdampak pada masa nifas. Kadar hormon kortisol yang meningkat selama kehamilan yang memicu kecemasan juga dapat mempengaruhi peningkatan gejala postpartum blues.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi menggunakan media booklet terhadap peningkatan parenting self-efficacy sebagai upaya pencegahan postpartum blues pada ibu hamil di bawah usia 20 tahun. Menggunakan desain quasi-eksperimen dengan 48 responden yang dibagi dalam kelompok intervensi dan kontrol, penelitian ini menunjukkan bahwa kelompok yang mendapat edukasi mengalami peningkatan signifikan dalam skor parenting self-efficacy serta penurunan skor gejala postpartum blues (EPDS). Hasil uji Friedman dan Mann-Whitney memperlihatkan perbedaan bermakna antara kelompok intervensi dan kontrol ($p < 0,05$). Selain itu, terdapat korelasi signifikan antara dukungan sosial dan peningkatan parenting self-efficacy, yang berkontribusi dalam menurunkan risiko postpartum blues. Penelitian ini menegaskan bahwa pemberian edukasi dengan booklet yang dilakukan sejak masa kehamilan dapat meningkatkan kesiapan psikologis ibu dan mencegah gangguan emosi pascapersalinan.(Rikhaniarti and Salina 2022)

SIMPULAN

Baby blues merupakan kondisi emosional yang umum dialami oleh ibu pasca melahirkan dan dapat berdampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis ibu serta hubungan ibu-anak jika tidak ditangani dengan tepat. Faktor-faktor seperti usia ibu saat melahirkan, perubahan hormon, dukungan sosial, kondisi ekonomi, dan kurangnya self-care berperan penting dalam meningkatkan risiko baby blues. Self talk, sebagai bentuk komunikasi internal yang dilakukan secara sadar maupun tidak sadar, terbukti memiliki peran signifikan dalam memperkuat resiliensi ibu pasca melahirkan. Melalui self talk positif, ibu dapat membangun pemahaman diri, meningkatkan rasa percaya diri, mengurangi kecemasan, serta mendorong pengambilan keputusan yang lebih adaptif. Oleh karena itu, self talk dapat dijadikan sebagai salah satu strategi intervensi mandiri yang efektif dalam meningkatkan ketahanan mental ibu menghadapi tantangan pasca persalinan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Muhammadiyah Surakarta, khususnya Fakultas Ilmu Kesehatan, yang telah memberikan dukungan dan fasilitas selama proses penulisan artikel ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada para dosen pembimbing dan rekan-rekan sejawat yang telah memberikan masukan, motivasi, serta referensi yang sangat membantu dalam penyusunan artikel ini.

Tak lupa, penulis menghargai kontribusi para peneliti sebelumnya yang karyanya menjadi dasar dalam kajian literatur ini. Semoga artikel ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang kesehatan mental ibu pascapersalinan.

DAFTAR PUSTAKA

Anderson, C. A., & McGuinness, T. M. 2008. "Postpartum Depression: Not Just the Baby Blues." *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services* 46(9):30–37.

Anggraini, Pradana Gita, Mey Syandry Khairunnisa, and Gusman Lesmana. 2025. "UNTUK MENGUKUR TINGKAT KESADARAN INDIVIDU Untuk Mengeksplorasi Kontribusi Asosiasi Bebas Dalam Psikoanalisis Dalam Mengukur Tingkat." 6(1):1235–39.

Brinthaupt, T. M., Hein, M. B., & Kramer, T. E. 2009. "The Self-Talk Scale: Development, Factor Analysis, and Validation." *Journal of Personality Assessment* 91(1):82–92.

Chechko, Natalia, Elena Losse, Thomas Frodl, and Susanne Nehls. 2024. "Baby Blues, Premenstrual Syndrome and Postpartum Affective Disorders: Intersection of Risk Factors and Reciprocal Influences." *BJPsych Open* 10(1):1–9. doi: 10.1192/bjo.2023.612.

Fadhila, Mahdia, S. Psi, Dra Muniroh Abdurahman, M. Pd, and Nurul Wardhani. 2015. "Efektivitas Intervensi Positive Self-Talk Terhadap Peningkatan Breastfeeding Self-Efficacy (BSE) Pada Ibu Menyusui." 1–21.

Guo, Lu, Jing Zhang, Liping Mu, and Zhao Ye. 2020. "Preventing Postpartum Depression with Mindful Self-Compassion Intervention: A Randomized Control Study." *Journal of Nervous and Mental Disease* 208(2):101–7. doi: 10.1097/NMD.0000000000001096.

Kompas.com. n.d. "57 Persen Ibu Alami Baby Blues Seusai Melahirkan."

Nasokha, Fauzul Munah, Ekki Noviana, and Wulan Dari. 2024. "Positive Affirmations Affected the Postpartum Blues Mental Health." *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)* 11(1):092–098. doi: 10.26699/jnk.v11i1.art.p092-098.

Ningrum, Susanti Prasetya. 2017. "Faktor-Faktor Psikologis Yang Mempengaruhi Postpartum Blues." *Psympathic : Jurnal Ilmiah Psikologi* 4(2):205–18. doi:

10.15575/psy.v4i2.1589.

Permatasari, Nadila Raudhani, Hawaidah, and Fatmawati Madya. 2024. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Baby Blues Syndrome." *Ejournal Boga* 2(1):150–58.

Prawirohardjo, S. 2008. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

Reivich, K., and A. Shatté. 2002. *The Resilience Factor: 7 Keys to Finding Your Inner Strength and Overcoming Life's Hurdles*. Broadway Books.

Rikhaniarti, Tri, and Salina Salina. 2022. "Pengaruh Pemberian Edukasi Terhadap Peningkatan Parenting Self Efficacy Pada Ibu Hamil Untuk Mencegah Postpartum Blues." *Jurnal Kebidanan Vokasional* 7(1):2597–8578.

Sari, M. N., Abdillah, L. A., Mappanyompa, Asmarany, A. I., Rakhmawati, I., Pattiasina, P. J., Kusnadi, I. H., Hasanuddin, R., Pradana, I. P. Y. B., Rela, A., Isma, Darman, & Hadikusumo, R. A. 2024. *Metode Penelitian Kualitatif (Konsep & Aplikasi)*. CV. MEGA PRESS NUSANTARA.

Sarwono, J. 2006. *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Syifa Amalia, Dini Kurniawati, and Iis Rahmawati. 2023. "Self-Compassion Pada Ibu Dengan Postpartum Depression: Kajian Literatur." *Alauddin Scientific Journal of Nursing* 4(2):115–43. doi: 10.24252/asjn.v5i1.40174.

Wagnild, G. M., & Young, H. M. 1993. "Development and Psychometric Evaluation of the Resilience Scale." *Journal of Nursing Measurement* 1(2):165–178.

Yuniwati, Cut, and Cutti Fahriany. 2015. "Kejadian Baby Blues Syndrome Pada Ibu Post Partum Di Rumah Sakit Ibu Dan Anak Kota Banda Aceh." (2006):2006–9.

Peran generasi dalam Fenomena FOMO: Dampaknya Terhadap Adiksi Media Sosial

Happy Novriyanti Purwadi[1*], Novita Dwi Wulan Suci[1], Dieta Nurrika[1,2], Kamaluddin Latief[3]

[1]Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banten, Tangerang Selatan, Indonesia
[2]Lembaga Layanan Pendidikan Tinggi (LL-DIKTI) Wilayah IV Jawa Barat dan Banten
[3]Pusat Penelitian Keluarga Sejahtera, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia, Depok, Indonesia

E-mail *corresponding author*: happypurwadi@gmail.com*

ABSTRAK

Pendahuluan: Media sosial berfungsi sebagai *platform* komunikasi dan pertukaran informasi, namun dapat pula memicu perilaku negatif seperti adiksi media sosial. Indonesia merupakan salah satu negara dengan pengguna media sosial tertinggi ketiga secara global dengan rata-rata penggunaannya lebih dari 2 jam 24 menit per hari. Penelitian bertujuan untuk melihat faktor generasi dan *Fear of Missing Out (FoMo)* terhadap adiksi media sosial di Indonesia. **Metode:** Penelitian menggunakan desain *cross-sectional* yang dilakukan pada Juli hingga September 2024 dengan *google form* yang disebar melalui WhatsApp, Instagram, Facebook, TikTok, dan Twitter (x). Populasi penelitian adalah pelajar dan pekerja berusia lebih atau sama dengan 15 tahun. Sampel pada penelitian berjumlah 437. Variabel paparan adalah generasi dan FoMo. Variabel hasil adalah adiksi media sosial. Analisis yang digunakan yaitu distribusi frekuensi dan uji *chi square*. **Hasil:** Berdasarkan hasil analisa data dengan uji *chi-square* hubungan generasi dengan adiksi media sosial diperoleh nilai p *value*=0,000. Serta Ada hubungan signifikan antara FoMo dengan adiksi media social didapati nilai p *value*= 0,000. **Simpulan:** Penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan media sosial mengadopsi sikap dan perilaku yang tidak menyenangkan seperti adiksi.

Kata kunci : Adiksi, *Fear of Missing Out,* Generasi, Media Sosial

ABSTRACT

Introduction: Socialmedia serves as a platform for communication and information exchange, but can also trigger negative behaviours such as social media addiction. Indonesia is one of the countries with the third highest social media users globally with an average usage of more than 2 hours 24 minutes per day. The study aims to look at generational factors and Fear of Missing Out (FoMo) on social media addiction in Indonesia. **Methods:** The study used a cross-sectional design conducted from July to September 2024 with google forms distributed via WhatsApp, Instagram, Facebook, TikTok, and Twitter (x). The study population was students and workers aged more or equal to 15 years. The sample size was 437. The exposure variables were generation and FoMo. The outcome variable is social media addiction. The analyses used were frequency distribution and chi square test. **Results:** Based on the results of data analysis with the chi-square test, the relationship between generation and social media addiction obtained a p value = 0.000. And there is a significant relationship between FoMo and social media addiction obtained p value = 0.000. **Conclusion:** This study shows that the use of social media adopts unpleasant attitudes and behaviours such as addiction.

Keywords: Addiction, Fear of Missing Out, Generation, Social Media

PENDAHULUAN

Di Indonesia, pada awal tahun 2024, jumlah pengguna internet mencapai 221,5 juta, dan tingkat penggunaannya mencapai 79,50% dari total jumlah penduduk. Sebagai akibatnya, terdapat peningkatan pengguna internet sebesar 1,4% dari tahun sebelumnya, yaitu 2023 hingga Januari 2024.(APJII, n.d.) Dalam aktivitas sehari-hari, masyarakat memanfaatkan internet untuk berbagai tujuan, termasuk untuk kepentingan profesional, pendidikan, hiburan, dan pencarian informasi. Dalam hal ini, Indonesia menempati peringkat ketiga dalam penggunaan media sosial, dengan rata-rata waktu penggunaan melebihi rata-rata global, yaitu 2 jam 24 menit setiap hari (Miftahurrahmah H, 2021). Penggunaan media sosial melibatkan semua lapisan masyarakat, dengan angka penetrasi mencapai 89,78% hingga 99,91% pada kelompok usia 15 tahun ke atas, dari tingkat pendidikan SMP (13-15 tahun) hingga Pascasarjana S2/S3.

Survey yang dilakukan Kemp menunjukkan bahwa pengguna media sosial di Indonesia paling banyak pada rentang usia 18-34 tahun, dimana pada usia 18-24 tahun jumlah pria dan wanita mencapai 11.6% dan kalah unggul daripada pengguna pada rentang usia 25-34 tahun, dimana persentase pengguna pria dan wanita mencapai persentase 14.9% (Kemp, 2022). APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) melakukan survei pengguna internet di

Indonesia tahun 2019-2020, mencapai 196,71 juta dari 266,91 juta orang di Indonesia. Dibandingkan dengan data tahun 2018, jumlah pengguna media sosial meningkat sebesar 23,5 juta atau 8,9%. Pulau Jawa memiliki pengguna internet terbanyak yaitu 56,4%, sementara Sumatera 22,1%, Sulawesi 7%, Bali-Nusa Tenggara 5,2%, dan Maluku-Papua 0,3%. Penggunaan media sosial memakan waktu rata-rata tiga jam per hari. Facebook menyumbang 65,8% masyarakat Indonesia yang menggunakan media sosial, Linkedin 49,4%, Twitter 43,1%, dan Instagram 42,3%. Survey yang dilakukan Kemp menunjukkan bahwa Indonesia memiliki 272,1 juta orang, yang berarti 160 juta orang menggunakan media sosial. Artinya, separuh penduduk Indonesia menggunakan media social.(Kemp, 2022)

Media sosial menampilkan berbagai informasi dan dapat menghasilkan dua reaksi yang berbeda, satu positif dan satu negatif. Penggunaan media sosial dapat menyebabkan perilaku dan perilaku yang tidak menyenangkan, seperti yang ditunjukkan oleh studi yang mengungkapkan bagaimana hal itu mempengaruhi ketergantungan orang pada platform.(Gunawan R, Aulia S, Supeno H, Wijanarko A, Uwiringiyimana JP, 2021)Keadaan ini bisa membuat para pengguna merasa cemas untuk terus memeriksa akun mereka dan sulit untuk berhenti mengikuti aktivitas orang lain di platform tersebut. Fenomena ini dikenal sebagai ketergantungan media sosial. Penelitian oleh Chou et al. Serta penelitian Edward et al menunjukkan bahwa media sosial juga dapat menimbulkan rasa takut akan ketinggalan, yang dikenal dengan istilah FoMo. Secara istilah, FoMo merujuk pada kekhawatiran yang meluas di mana individu mungkin merasa mereka kehilangan pengalaman yang berharga, baik dalam bentuk pengalaman langsung atau hal-hal lainnya, serta keinginan untuk tetap terhubung dengan apa yang dilakukan orang lain. Situasi ini dapat menyebabkan obsesi untuk terhubung dengan media sosial karena takut akan kehilangan informasi penting yang terjadi di dalamnya. (Rokach, 2019)

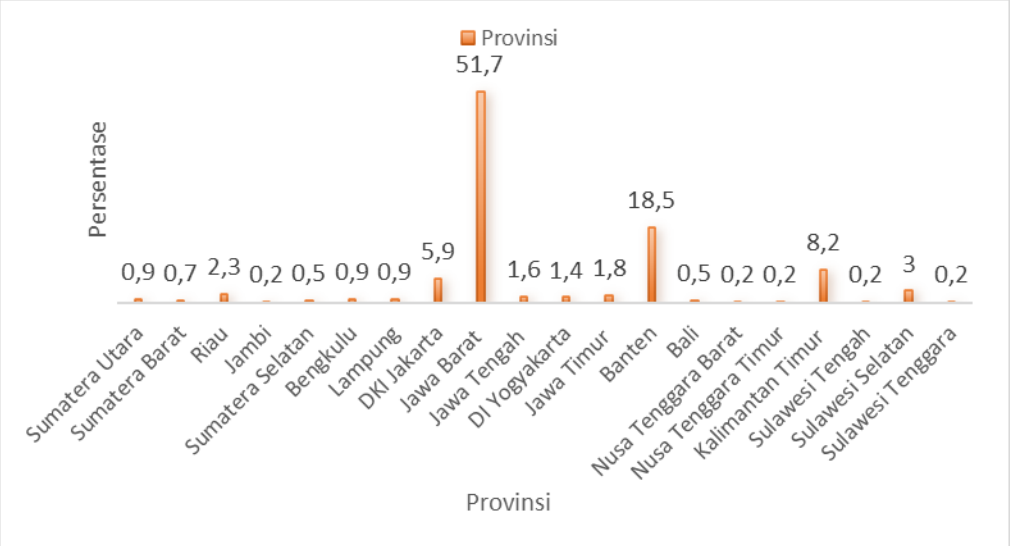
Faktor-faktor lain seperti marginalitas sosial, pindah ke tempat baru atau berpisah, masalah perkembangan, ketidakmampuan seseorang dalam hal personal, atau merasa kesepian dapat memicu seseorang untuk terhubung dengan media social dengan frekuesi yang tinggi (Bandari R, Khankeh HR, Shahboulaghi FM, Ebadi A, Keshtkar AA, 2019). Kesepian adalah kondisi yang tidak menyenangkan bersifat subjektif yang dialami oleh seseorang ketika mereka merasa harapan mereka tentang hubungan antarpribadi tidak sebanding dengan apa yang mereka alami (Gupta C, Jogdand DrS, 2022).

Adiksi media sosial juga memiliki keterikatan terhadap tekanan mental. Penelitian menunjukkan bahwa adiksi media sosial mendapatkan skor yang jauh lebih tinggi pada

tingkatan depresi, kecemasan, dan somatisasi, yaitu pengguna yang kecanduan media sosial relatif lebih stres secara mental (7). Penelitian ini bertujuan untuk melihat peran generasi tentang fenomena FoMo saat ini yang berdampak pada adiksi media social.

METODE PENELITIAN

Penelitain ini merupakan penelitian *cross sectional*. Bertujuan untuk mengetahui prevalensi dan determinan faktor adiksi media sosial pada usia ≥ 15 tahun di Indonesia. Proses pengumpulan data dilakukan tanggal 31 Juli – 6 September 2024 dengan menggunakan kuesioner online *google form* yang disebar melalui media sosial WhatsApp, Instagram, dan Twitter (x). Penelitian ini dilakukan diseluruh wilayah Indonesia yang mencakup 38 Provinsi dan 514 Kabupaten dan Kota. Dengan total sampel yang di dapat adalah 437 orang



Gambar 1. Distribusi Wilayah Indonesia

Setiap variabel diukur dengan instrumen dan menggunakan skala likert yang disesuaikan dengan standar dari setiap instrumen variabel masing-masing. Untuk Variabel FoMo menggunakan kuesioner FoMo scale, sedangkan untuk Adiksi media sosial menggunakan Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS). Penelitian ini sudah mendapatkan persetujuan etik dengan nomer: 31/KE/STIKBA/2024.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1.1 Frekuensi Jenis Kelamin

Jenis kelamin	n	%
Perempuan	309	70.7
Laki-Laki	128	29.3
Total	437	100.00

Berdasarkan Tabel 1.1, dapat diketahui bahwa jumlah responden berjenis kelamin Perempuan lebih banyak dibandingkan dengan jumlah responden berjenis kelamin Laki-Laki. Hal ini dapat dilihat pada gambar di atas bahwa responden berjenis kelamin Perempuan 70,7 % dengan jumlah 309 responden dan yang berjenis kelamin laki-laki 29,3% dengan jumlah 128 responden. Dengan ini menunjukkan responden yang ada dalam penelitian ini didominasi berjenis kelamin Perempuan.

Tabel 1.2 Frekuensi Generasi

Generasi	n	%
Gen X	20	4.58
Millenial	55	12.59
Gen Z	362	82.84
Total	437	100.00

Hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini adalah Gen Z (1997 - 2012) 82,84% dan yang paling sedikit Gen X (1965 -1980) 4,58%

Tabel 1.3 Frekuensi Pendidikan

Pendidikan	n	%
Perguruan Tinggi	179	40.96
SMA/MA/SMK	247	56.52
SD,SMP	11	2.52
Total	437	100.00

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian besar responden pada tingkat pendidikan adalah SMA/MA/SMK 56,52% (Tabel 3).

Tabel 1.4 Frekuensi *Fear of Missing Out* (FoMo)

Tingkat FOMO	n	%
Rendah	133	30.43
Sedang	290	66.36
Tinggi	14	3.20
Total	437	100.00

Hasil analisis pada FoMo, responden sebagian besar mengalami FoMo ada pada tingkat sedang 66,36% (Tabel 4).

Bivariat

Tabel 1.5 Hubungan Antara Generasi dengan Adiksi Media Sosial

Generasi	Adiksi Media Sosial						Total		P *value*
	Rendah		Sedang		Tinggi				
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Gen X	13	14.29	7	2.62	0	0.00	20	4.58	0.000
Millenial	16	17.58	33	12.36	6	7.59	55	12.59	
Gen Z	62	68.13	227	85.02	73	92.41	362	82.85	
Total	92	100.00	267	100.00	79	100.00	437	100.00	

Hasil analisis menunjukkan bahwa Gen Z adalah generasi yang paling banyak teradiksi mulai dari tingkat rendah, sedang dan tinggi berturut turut dengan jumlah 17,2%, 63,4%, dan 19,3% dengan hasil p-value adalah 0,000 yang mempunyai arti adanya hubungan antara generasi dengan adiksi media social .

Tabel 1.6 Hubungan Antara *Fear of Missing Out* (FOMO) dengan Adiksi Media Sosial

FOMO	Adiksi Media Sosial						Total		P *value*
	Rendah		Sedang		Tinggi				
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Rendah	58	63.74	67	25.09	8	10.13	133	30.43	0.000
Sedang	32	35.16	199	74.53	59	74.68	290	66.36	
Tinggi	1	1.10	1	0.37	12	15.19	14	3.20	
Total	91	100.00	267	100.00	79	100.00	437	100.00	

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan responden sebagian besar mengalami FOMO pada tingkat sedang 66,36% dengan tingkat adiksi media sosial mendominasi berturut- turut (n= 199) 74,53% sedang, (n=59) 74,68% tinggi , dan (n=32) 35,16% rendah dengan hasil P-value 0,000 yang mempunyai arti adanya hubungan antara FoMo dengan adiksi media social.

PEMBAHASAN

1.1 Hubungan antara generasi dengan adiksi media sosial

Berdasarkan hasil analisa data dengan uji *chi-square* hubungan generasi dengan adiksi media sosial diperoleh nilai p *value*=0,000. Berdasarkan hasil nilai tesebut p < 0,05 yang artinya generasi memiliki korelasi dengan adiksi media sosial. Pada hasil menunjukkan generasi berkorelasi dengan adiksi media sosial pada tingkat sedang.

Hubungan antara generasi dan adiksi media sosial sangat erat, terutama pada generasi Z dan Milenial. Adiksi media sosial dapat memiliki dampak negatif yang signifikan pada kesehatan mental, produktivitas, dan kualitas hidup. Penting untuk menjaga keseimbangan dalam penggunaan media sosial dan mencari bantuan profesional jika diperlukan.

Generasi milenial yang memiliki kontrol diri tinggi cenderung akan mampu mengatur perilakunya dalam bermain media sosial, sehingga kecil kemungkinan generasi milenial kecanduan media sosial. Kontrol diri dapat diartikan sebagai suatu aktivitas pengendalian tingkah laku. Averill (1973) menjelaskan bahwa ciri-ciri individu memiliki kontrol diri yang baik apabila individu mempunyai kemampuan untuk memodifikasi perilaku, kemampuan dalam mengelola informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi dan kemampuan untuk memilih suatu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakininya.

Generasi milenial yang mempunyai kontrol perilaku (behavior control) yang baik cenderung bisa memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan dan mengontrol stimulus yang diakibatkan oleh media sosial, sehingga tidak mendominasi pikiran dan Kecanduan media sosial pada generasi milenial: Bagaimana peranan kontrol diri dan fear of missing out ? 100 mengubah perilaku serta bisa memodifikasi perasaan yang tidak menyenangkan saat tidak mengakses media sosial.

Generasi milenial yang mempunyai kontrol kognitif (cognitive control) yang baik cenderung bisa menafsirkan atau menilai suatu kejadian dan mengolah informasi yang tidak diinginkan dari media sosial, sehingga tidak menimbulkan konflik di dalam diri individu baik itu eksternal maupun internal yang diakibatkan oleh media sosial dan tidak mempengaruhi kesehatan akibat penggunaan media sosial. (Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, 2013)

Selain itu, generasi milenial yang mempunyai kontrol pengambilan keputusan (decisional control) yang bagus cenderung bisa memilih dan menentukan tujuan yang diinginkan serta mampu mengontrol keputusan, sehingga tidak melarikan diri dan melupakan masalah dengan media sosial serta tidak terjadi peningkatan atau pengulangan kembali aktivitas online media sosial yang lama tidak dilakukan untuk kesenangan.

Pentingnya kontrol diri pada generasi milenial merupakan salah satu faktor agar tidak kecanduan media sosial, hal ini diperkuat dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Wahyunindya dan Silaen tentang kontrol diri dengan fear of missing out terhadap kecanduan media sosial pada remaja karang taruna Bekasi utara. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial.(Wahyunindya, B. P., & Silaen, 2021)

1.2. Hubungan antara FoMo dengan adiksi media sosial

Berdasarkan hasil analisa data dengan menggunakan uji *chi-square* hubungan antara FoMo dengan adiksi media sosial didapati nilai p *value*= 0,000 yang artinya ada hubungan antara FoMo dengan adiksi media sosial. Pada penelitian ini hasil menunjukkan bahwa Hubungan antara FoMo dengan adiksi media sosial cenderung pada tingkat sedang, dimana hasil FoMo didapati pada tingkat rendah dan sedang sangat mendominasi terhadap adiksi dalam tingkat sedang. Namun, untuk FoMo tingkat tinggi juga didominasi dengan adiksi media sosial pada tingkat tinggi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya, yaitu pada penelitian yang dilakukan oleh Rahardjo dan Ningsih dimana menyebutkan bahwa terdapat korelasi yang positif yang signifikan antara FoMo dengan adiksi media sosial dengan nilai p=0,000 < 0,05, semakin tinggi tingkat FoMo maka akan semakin tinggi pula tingkat kecenderungan kecanduan media sosial, dan sebaliknya semakin rendah nilai FoMo maka akan semakin rendah pula tingkat kecenderungan kecanduan media sosial (Rahardjo LKD, 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Vina oktaviana dan Riza noviana , didapatkan hasil korelasi yang signifikan antara FoMO dan kecanduan media sosial, dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 (nilai sig. < 0,05). Koefisien korelasi yang diperoleh adalah 0,611, yang menunjukkan korelasi yang besar dan bersifat positif antara FoMO dan adiksi media sosial. Hal ini berarti bahwa FoMO memiliki 105 kontribusi yang signifikan terhadap adiksi media sosial. Semakin tinggi tingkat FoMO seseorang, semakin besar pula tingkat adiksi media sosial, dan sebaliknya.(Vina Oktafiana Ningsih, 2024)

Penelitian ini didapati hasil nilai yang sama yakni p *value* = 0,000 < 0,05, dimana penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat FoMo yang tinggi didominasi oleh tingkat adiksi yang tinggi pula, hasil ini memberikan kesimpulan yang sama dengan penelitian Rahardjo dan Ningsih (2022) bahwa semakin tinggi tingkat FoMo maka akan semakin tinggi pula tingkat adiksi media sosial.

Dari penelitian-penelitain terdahulu hasil yang didapatkan sama dengan penelitian ini yaitu semakin tingginya tingkat kecanggihan teknologi maka semakin besar peluang adiksi pengguna social media tertama pada generasi-generasi saat ini. FoMO menjadi salah satu faktor yang dapat memengaruhi kecanduan media sosial. Namun FoMO bukan satu-satunya faktor yang membuat individu kecanduan media sosial, factor lain yang mempengaruhi individu mengalami kecanduan media sosial yang tidak diteliti pada penelitian ini adalah kecemasan sosial dan kesepian

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan media sosial mengadopsi sikap dan perilaku yang tidak menyenangkan seperti adiksi. Hal ini pun di pengaruhi oleh peran generasi ke generasi sehingga terlihat pada hasil penelitian adanya hubungan yang signifikan pada peran generasi tersebut.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih Kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan banten yang telah memberikan support dalam bentuk materi dan moral dalam penelitian ini, dan kami ucapkan terimaksih juga kepada pihak-pihak yang telah membantu kami dalam melakukan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

APJII. (n.d.). *Survei Penetrasi Internet Indonesia 2024.*

Bandari R, Khankeh HR, Shahboulaghi FM, Ebadi A, Keshtkar AA, M. A. (2019). *Defining loneliness in older adults: protocol for a systematic review. Syst Rev.*

Gunawan R, Aulia S, Supeno H, Wijanarko A, Uwiringiyimana JP, M. D. (2021). Adiksi Media Sosial dan Gadget bagi Pengguna Internet di Indonesia. *Techno-Socio Ekonomika*, *14*(1), 1–14.

Gupta C, Jogdand DrS, K. M. (2022). *Reviewing the Impact of Social Media on the Mental Health of Adolescents and Young Adults*.

Kemp, S. (2022). *Indonesia – DataReportal – global insight DataReportal*. https://datareportal.com/reports/digital-2022-indonesia

Miftahurrahmah H, H. F. (2021). Hubungan Kecanduan Sosial Media dengan Kesepian pada Mahasiswa. *Acta Psychologia*, *2*(2), 153–160.

Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, Emotional, and Behavioural Correlates of Fear of Missing Out. *Computers in Human Behaviour*, *29*, 1841–1848.

Rahardjo LKD, S. C. (2022). Fear of Missing Out (FOMO) dengan Kecanduan Media Sosial pada Mahasiswa. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, *4*(3), 460–465.

Rokach. (2019). *The Psychological Journey To and From Loneliness: Development, Causes, and Effects of Social and Emotional Isolation*. *1*, 124.

Vina Oktafiana Ningsih, R. N. K. (2024). Hubungan Antara Fear of Missing Out (Fomo) Dengan Adiksi Media Sosial Pada Penggemar K-Pop. *Jurnal Psikologi*, *9*(1), 1–13.

Wahyunindya, B. P., & Silaen, S. M. J. (2021). *KONTROL DIRI DENGAN FEAR OF MISSING OUT TERHADAP KECANDUAN MEDIA SOSIAL PADA REMAJA KARANG TARUNA BEKASI UTARA*. *5*(1), 8.

PENGEMBANGAN DAN UJI VALIDITAS ISI MEDIA EDUKASI GIZI BERUPA BUKU SAKU *PERSONAL HYGIENE* UNTUK PENCEGAHAN DIARE BAGI ANAK SEKOLAH DASAR

Fathiya Nur'aini Azizah[1], Setyaningrum Rahmawaty[1,2*]

[1]Prodi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta (UMS), Indonesia
[2]*Centre for School Nutrition Health Movement*, UMS, Indonesia.

*E-mail *corresponding author*: setyaningrum_r@ums.ac.id

Tanggal Submisi: 14 April 2025;
Tanggal Penerimaan:

ABSTRAK

Pendahuluan: Prevalensi diare pada anak sekolah cukup tinggi, sementara media edukasi terkait *personal hygiene* masih terbatas. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengembangkan media edukasi gizi berupa buku saku *personal hygiene* untuk pencegahan diare bagi anak sekolah dasar yang valid sesuai penilaian pakar. **Metode:** Tiga tahapan *research and development* (R&D) yaitu *analysis, design, development* (ADD) digunakan untuk mengembangkan buku saku. *Content validity index* (CVI) diuji oleh pakar gizi, media, dan bahasa (masing-masing 3 orang) untuk menilai kelayakan isi buku. **Hasil:** Buku saku berjudul *personal hygiene* untuk pencegahan diare bagi anak sekolah dasar didesain memakai *Canva Pro* dan *ibis Paint X* dengan ukuran A6, jumlah halaman 31, warna yang digunakan hijau, putih, coklat, kuning, biru, dan merah, serta memakai *font lazord sans serif, shikhand, super foods* ukuran 9-20. Nilai CVI untuk gizi, media, dan bahasa, masing-masing sebesar 1, 1, dan 0,93 yang berarti sangat layak. **Simpulan:** media edukasi gizi berupa buku saku *personal hygiene* yang dikembangkan layak digunakan sebagai media literasi gizi terkait *personal hygiene* untuk anak sekolah dasar.

Kata kunci : anak sekolah dasar, media buku saku, *personal hygiene*

ABSTRACT

Introduction*: The prevalence of diarrhea in school children is quite high, while educational media related to personal hygiene is still limited. The purpose of this study was to develop nutritional education media in the form of a personal hygiene pocket book for preventing diarrhea for elementary school children that is valid according to expert assessment.* ***Method****: Three stages of research and development (R&D) design including analysis, design, and development were used to develop the pocket book. Content validity index (CVI) was tested by experts in the field of nutrition, media, and language (3 experts of each field) to assess the feasibility of the book's contents.* ***Results****: The pocket*

book entitled personal hygiene for preventing diarrhea for elementary school children was designed using Canva Pro and ibis Paint X with an A6 size, consisted of 31 pages, with green, white, brown, yellow, blue, and red color, and used lazord sans serif font, shikhand, super foods with size 9-20. The CVI values for nutrition, media, and language were 1, 1, and 0.93, respectively, which means very feasible. ***Conclusion****: The nutritional education media in the form of a personal hygiene pocket book that was developed is suitable used as a nutritional literacy media related to personal hygiene for elementary school children.*

Keywords*: elementary school children, pocket book media, personal hygiene*

PENDAHULUAN

Menurut Riskesdas 2018 diare merupakan buang air besar dengan konsistensi cair (mencret) sebanyak 3 kali atau lebih dalam sehari (24 jam), bisa disebut diare apabila memenuhi kedua kriteria tersebut. Anak-anak rentan terkena diare karena pertahanan tubuh yang mereka miliki masih lemah. Menurut data riset kesehatan dasar (Riskesdas) Indonesia tahun 2018, kejadian diare pada anak usia 5-14 tahun menempati posisi tertinggi dibanding golongan umur lainnya dengan angka kejadian 6.2% (Riskesdas, 2018). Data dari Kementrian Kesehatan RI pada tahun 2019, diare menyebabkan 746 kematian pada anak-anak dan terjadi peningkatan kejadian diare sebesar 6,8% dibandingkan tahun sebeumnya (Kemenkes RI, 2019). Diare dapat disebabkan karena kurang menerapkan *personal hygiene* yang baik (Ghanim *et al*., 2016). Contohnya tidak mencuci tangan pakai sabun sebelum makan dan setelah beraktivitas. Apabila diare tidak segera ditangani dengan baik, berpotensi menyebabkan penyakit mulai yang ringan akibat kekurangan cairan hingga menyebabkan kematian (Suherman & 'Aini, 2019).

Personal hygiene pada usia sekolah dasar di Indonesia jika tidak diperhatikan akan berpotensi menyebabkan berbagai masalah kesehatan, seperti infeksi saluran pernapasan, anemia, penyakit kulit, cacingan dan diare. *Personal hygiene* atau perawatan diri merupakan aktifitas yang memiliki dampak dan pengaruh terhadap kesehatan dalam kehidupan sehari-hari dari berbagai kelompok usia, termasuk anak usia sekolah (7-12 tahun) (Triasmari & Kusuma, 2019). Seseorang yang tidak memperhatikan *personal hygiene* akan mudah mengalami infeksi dan penyakit kulit, karena berkaitan dengan bakteri, virus dan jamur. Perilaku *personal hygiene* perlu diterapkan sejak dini terutama saat akan menjamah makanan karena penjamah makanan memiliki peluang menularkan penyakit (Nildawati *et al*., 2020).

Kasus penyakit akibat makanan telah sering terjadi yang disebabkan oleh persiapan dan penyajian makanan yang tidak memperhatikan hygiene dan sanitasi yang baik (Nildawati *et al*., 2020). Beberapa syarat yang harus dipenuhi oleh seorang penjamah makanan antara lain:memakai celemek, penutup kepala dan alas tangan, mencuci tangan sebelum dan sesudah menjamah makanan, tidak memiliki penyakit menular, tidak sambil menggaruk anggota badan dan merokok, tidak bersin maupun batuk tanpa menutup hidung dan mulut di depan jajanan (Yulianto, 2015). Praktik *personal hygiene* dalam rangka menerapkan program Kementrian Kesehatan tentang Pola Hidup Bersih dan Sehat perlu diterapkan guna mengurangi angka kejadian penyakit (Amrullah *et al*., 2017).

Kondisi *personal hygiene* pada anak-anak dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah pengetahuan, sikap anak terhadap *personal hygiene*, ketersediaan sarana prasarana di sekolah, peran orang tua, peran guru juga akses terhadap media kesehatan. Beberapa penelitian menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan dan *personal hygiene*, sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Prasetyo (2015) didapatkan hasil bahwa pengetahuan responden yang baik mempengaruhi *personal hygiene* responden (Prasetyo, 2015). Pendidikan kesehatan dapat dilakukan dengan cara konsultasi, konseling, pelatihan, penyuluhan dan melalui media (Al Rahmad *et al*., 2022). Media promosi kesehatan sangat beragam dan dapat dipilih agar pesan yang ingin disampaikan mudah diterima masyarakat (Safitri *et al*., 2022).

Media promosi kesehatan berupa edukasi dan sosialisasi melalui media cetak maupun non cetak dapat meningkatkan pengetahuan anak (Pertiwi & Annisa, 2018). Salah satu media promosi kesehatan yang dapat digunakan adalah media buku saku yang mampu memberikan pengaruh positif terhadap pengetahuan dan sikap anak sekolah dasar terkait gizi (Maulana, 2022). Anak memiliki imajinasi yang besar sehingga perlu dipahami bagaimana seorang anak memahami sesuatu sesuai usia mereka (Hanisha & Djalari, 2018). Untuk itu, perlu adanya media bacaan yang menarik dengan penambahan gambar menarik pada buku agar mempermudah anak menerima pesan kesehatan dan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari (Maulana, 2022).

Menurut hasil *focus group discussion* (FGD) yang dilakukan oleh tim peneliti dari *Centre for School Nutrition Health Movement* (SNHM) Universitas Muhammadiyah Surakarta (UMS) dengan guru Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) Sekolah Dasar (SD) Muhammadiyah se-Surakarta didapatkan salah satu dari sekian masalah yang kerap kali ditemui guru adalah kurangnya kesadaran anak menjaga *personal hygiene* karena kurangnya media literasi di lingkungan sekolah (Rahmawaty *et al*., 2025). Penelitian ini bertujuan mengembangkan media

edukasi berupa buku saku *personal hygiene* untuk mencegah diare yang tepat bagi anak sekolah dasar.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan metode *research and development* (R&D), sebuah pendekatan yang berfokus pada pengembangan suatu produk (Asep, 2018). Dalam penelitian ini hanya mengambil 3 tahapan pengembangan media meliputi *analysis, design, dan development* (ADD), sebagai berikut:

1. Tahap *Analysis*

   Pada tahap analisis, peneliti melakukan analisis masalah kesehatan yang terjadi pada anak usia sekolah dasar (SD) di SD Muhammadiyah se-Surakarta yang berfokus pada pelaksanaan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS), diantaranya adalah tentang urgensi adanya UKS, kurikulum yang baik, media edukasi, dan faktor yang mempengaruhi ketertarikan anak terhadap informasi kesehatan. Data dalam tahap ini diperoleh dari data sekunder *focus group discussion* yang dilakukan oleh tim peneliti dari *Centre for* SNHM UMS dengan melibatkan beberapa guru pendamping UKS SD Muhammadiyah se-Surakarta. Ijin penggunaan data diperoleh secara lisan dari ketua peneliti.

2. Tahap *Design*

   Tahap ini berisi kegiatan perancangan bahan ajar media pembelajaran buku saku. Dalam pengembangannya, buku saku "*Personal Hygiene* untuk Pencegahan Diare" terdiri dari beberapa bagian. Komponen desain buku ini mencakup sampul depan, kata pengantar, daftar isi, pendahuluan, pengertian diare, penyebab terjadinya diare, pengertian *personal hygiene*, manfaat menerapkan *personal hygiene,* dampak kurangnya penerapan *personal hygiene,* penerapan *personal hygiene* agar terhindar dari diare, uji pemahaman, daftar pustaka, biografi penulis, dan sampul belakang.

3. Tahap *Develompment*

   Setelah sebelumnya dilakukan rancangan atau desain buku saku *personal hygiene,* pada tahap selanjutnya dilakukan tahap pengembangan yaitu uji validasi oleh beberapa pakar atau validator yang ahli di bidangnya (Sugiyono, 2017). Uji validasi dilakukan untuk mengetahui apakah media buku saku *personal hygiene* untuk pencegahan diare layak digunakan atau masih perlu diperbaiki. Apabila masih belum memenuhi kelayakan penggunaan maka selanjutnya perlu dilakukan perbaikan. Pada tahap pengembangan ini, peneliti melakukan validasi oleh ahli di bidang materi/gizi, media, dan bahasa dengan item penilaian disesuaikan

dengan masing-masing pakar. Validasi materi dilakukan oleh 3 dosen ilmu gizi UMS. Validasi media dilakukan oleh 1 dosen ilmu komunikasi UMS, dan 2 ahli di bidang media. Validasi bahasa dilakukan oleh 2 dosen dari Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) UMS dan 1 guru dari SMP Al Firdaus Surakarta dengan *backgound* magister Pendidikan Bahasa Indonesia.

Data kualitatif dianalisis dengan menjabarkan dan mendeskripsikan menggunakan kata-kata secara naratif. Sedangkan, data kuantitatif dianalisis dengan menghitung nilai *content validity index* (CVI) dengan kriteria valid jika nilai CVI=0,78 untuk 9 validator (Yusoff, 2019).

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Tahap *Analysis*

Menurut hasil FGD oleh tim peneliti dari SNHM didapatkan beberapa masalah terkait *personal hygiene* para siswa, seperti masih banyak siswa yang kurang memperhatikan/menjaga kebersihan diri yang disebabkan karena kurangnya media edukasi di lingkungan sekolah (Tabel 1).

Tabel 4. Hasil FGD dengan Guru UKS terkait *Personal Hygiene* Siswa

Tema	Hasil Diskusi
Keberlangsungan UKS	Terdapat UKS dengan ukuran kecil, guru yang mengelola UKS belum optimal, guru olahraga/guru umum/guru agama merapel menjadi pengelola UKS. Sudah ada fasilitas cuci tangan, namun belum dimanfaatkan secara optimal.
Pengetahuan siswa terkait hidup sehat	Siswa belajar tentang hidup sehat di mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) dengan materi dan waktu yang sangat terbatas karena lebih banyak praktik mengenai olahraga.
Penerapan *personal hygiene*	Masih ada siswa kurang menerapkan *personal hygiene* dengan baik, misal sabun cuci tangan digunakan untuk mainan sehingga habis ketika akan digunakan. Anak-anak belum bisa mengaplikasikan kegiatan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) dengan baik karena kurangnya media edukasi seperti gambar atau poster mengenai CTPS, hal ini sangat diperlukan karena salah satu pembiasaan anak-anak melalui gambar.
Media edukasi terkait *personal hygiene*	Belum ada buku literasi khusus untuk anak terkait *personal hygiene*. Dibutuhkan adanya modul atau media pembelajaran untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran anak menerapkan *personal hygiene* yang menarik.

Hasil review artikel terkait potensi penyebab kurangnya penerapan *personal hygiene* dan upaya pencegahannya tersaji pada Tabel 2.

Tabel 2. Potensi Penyebab dan Upaya Pencegahannya Rendahnya *Personal Hygiene* Anak

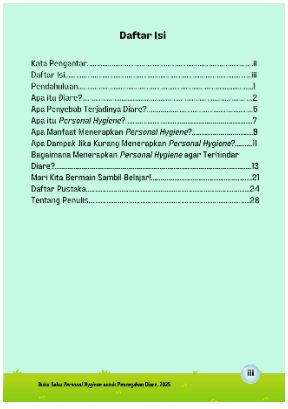
Potensi Penyebab dan Upaya Pencegahan	Referensi
Pengetahuan siswa sekolah dasar mengenai *personal hygiene* masih kurang. Upaya: Memberikan media edukasi dengan mengaplikasikan gambar dan menjelaskan manfaat menjaga kebersihan. Adanya partisipasi dan diskusi antara responden yang akan membuat responden memiliki perasaan terbuka untuk menerima informasi atau suatu hal positif sehingga media edukasi efektif untuk meningkatkan pengetahuan yang akan berdampak pada kebiasaan menjaga kebersihan yang baik.	Agustina dkk, 2023.
Anak kurang dapat menerapkan kebersihan diri dengan baik. Upaya: Mencantumkan materi mengenai jenis-jenis *personal hygiene* yang mampu diterapkan di usia mereka, seperti membiasakan mencuci tangan menggunakan air mengalir dan sabun, rajin memotong kuku, juga memperhatikan kebersihan lingkungan sekitar.	Suprobo dkk, 2022
Kurang menerapkan personal hygiene akan menyebabkan terjadinya penyakit. Upaya: Menjelaskan dampak dari kurangnya menerapkan personal hygiene di dalam buku saku	Annis & Qur'aniati, 2023
Anak tidak terbiasa melakukan *personal hygiene*. Upaya: Membiasakan anak untuk melakukan *personal hygiene* dengan cara sederhana dan mencantumkan langkah-langkah yang dapat dilakukan, seperti langkah mencuci tangan yang baik dan benar.	Pratiwi dkk, 2021

2. Tahap *Design*

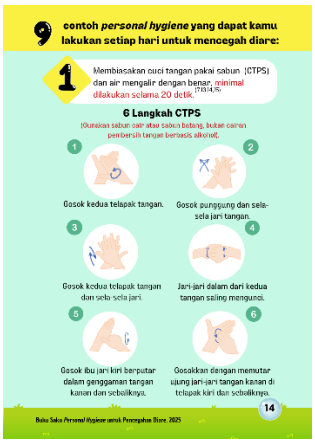
Buku saku *personal hygiene* ini didesain menggunakan *Canva Pro* dan *ibis Paint X,* memiliki ukuran A6 dengan jumlah halaman sebanyak 31. Warna yang digunakan hijau, putih, coklat, kuning, biru, merah. Adapun *font* yang digunakan yaitu *lazord sans serif, shikhand, super foods* dengan ukuran 9-20. Contoh bagian sampul depan, isi, dan sampul akhir tersaji pada Gambar 1.

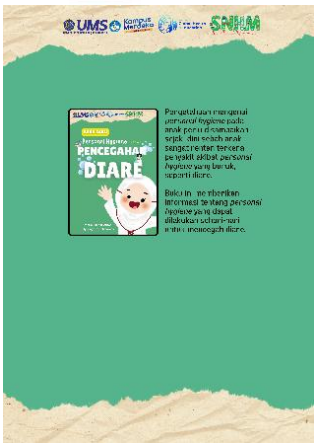


Sampul depan



Daftar isi





Bagian isi Sampul belakang

Gambar 1. Contoh Desain Buku Saku *Personal Hygiene* untuk Pencegahan Diare

3. *Tahap Development*

Hasil uji validasi oleh ahli materi, media, dan bahasa menunjukkan rerata nilai tergolong sesuai/valid (CVI>0.78) untuk item penilaian relevansi, kejelasan, kesederhanaan, dan ambiguitas (Tabel 2). Penilaian oleh ahli materi dilakukan untuk mendapatkan informasi mengenai kelayakan isi buku saku, validasi oleh ahli media untuk mendapatkan informasi mengenai kelayakan media dan *layout* buku saku. adapun validasi oleh ahli bahasa untuk mendapatkan informasi mengenai kelayakan bahasa yang digunakan untuk anak sekolah.

Tabel 2. Hasil Uji Validitas (*Content Validity Index*/CVI) Buku Saku *Personal Hygiene* Pencegahan Diare untuk Anak Sekolah Dasar

Item	Ahli Materi (CVI)				Ahli Media (CVI)				Ahli Bahasa (CVI)			
Buku	R	K	Ks	A	R	K	Ks	A	R	K	Ks	A
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0.67
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0.67
3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0.67
8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0.67
10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
15	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

17	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
18	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0.67
19	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0.67
20	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
21	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
22	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
23	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Total	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0.93

R, relevansi; K, kejelasan; Ks, kesederhanaan; A, ambiguitas

Beberapa komentar untuk perbaikan dari para ahli digunakan untuk memperbaiki penyajian buku saku (Tabel 3). Buku saku yang telah direvisi dengan mempertimbangkan masukan para ahli dapat dilihat melalui link: https://bit.ly/BukuSakuPersonalHygiene (Azizah & Rahmawaty, 2025).

Tabel 3. Rekapitulasi Komentar/Saran dari Para Ahli untuk Perbaikan Buku Saku

Pakar	Komentar atau Saran
Bahasa	Penulisan bahasa pada beberapa bagian belum baku. Terdapat kesalahan penulisan pada beberapa bagian. Secara keseluruhan penggunaan bahasa dalam buku saku sudah baik namun terdapat beberapa kata yang belum baku.
Materi	Pemakaian gambar atau ilustrasi bisa disesuaikan dengan materi yang disampaikan. Materi dapat disampaikan menggunakan bahasa yang mudah dipahami sesuai sasaran juga bukan menggunakan istilah asing. Bisa diberikan penekanan pada kalimat yang penting. Pemakaian gambar dapat diperjelas sesuai dengan fungsinya menggambarkan apa yang sedang dibahas.
Media	Gambar yang digunakan terkesan bias gender, perlu diganti agar dapat dinikmati semua gender. Gradasi pada beberapa halaman perlu diubah agar lebih menarik dan tidak mencolok. Exspresi gambar bisa disesuaikan suasana. Beberapa gambar bisa diganti sesuai dengan pembahasan. Pemakaian gambar atau ilustrasi bisa disesuaikan dengan materi yang disampaikan. Perhatikan penggunaan font agar menarik. Secara keseluruhan pemilihan warna, gambar, dan penempatan sudah sesuai namun perlu ada beberapa item yang perlu diubah atau diperbaiki sedikit agar buku saku lebih baik.

Hasil penelitian ini melibatkan pengembangan media edukasi berupa buku saku yang difokuskan pada penerapan *personal hygiene* untuk pencegahan diare untuk anak SD dengan mempertimbangkan kebutuhan anak usia SD. Beberapa diantaranya adalah penggunaan warna, penyajian materi dan penempatan tata letak yang disesuaikan agar materi tersampaikan. Warna

desain menggunakan warna hijau, putih, kuning, coklat, biru, merah atau warna yang cerah. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mourin dkk (2024) didapatkan hasil bahwa sebagian besar anak sekolah dasar lebih menyukai warna cerah seperti hijau, kuning, dan merah. Anak-anak menyukai warna tersebut karena menonjol dan dapat menggugah rasa senang. Perkembangan kognitif dan emosional anak usia sekolah dasar sangat dipengaruhi oleh rangsangan visual yang kuat. Warna yang cerah akan mampu menstimulus sistem saraf anak sehingga menciptakan rasa ketertarikan dan kegembiraan.

Materi yang disajikan tidak hanya berupa teks tapi juga gambar, seperti contohnya gambar langkah mencuci tangan dengan baik dan benar, gambar penerapan *personal hygiene* saat akan makan, dan ilustrasi lain yang mendukung kejelasan materi yang diharapkan materi yang disampaikan mampu diterima di kalangan anak-anak. Anak-anak menyukai benda konkret yang nyata serta memiliki daya fantasi yang tinggi, sehingga untuk menumbuhkan motivasi anak terhadap sesuatu, dibutuhkan media belajar yang mampu menyalurkan imajinasi kreatif anak, salah satunya adalah dengan media buku yang dilengkapi dengan gambar (Apriliani & Radia, 2020). Adanya ilustrasi gambar pada buku juga akan mempermudah anak-anak mengingat dan memahami sesuatu.

Tata letak berurutan, desain buku yang menarik dan simple dengan mencakup beberapa materi yang jelas. *Layout* yang diterapkan merupakan kombinasi antara elemen gambar, teks yang dikombinasi dengan elemen desain yang mendukung penyampaian materi sehingga membuat layout menjadi lebih komunikatif dan efektif. *Layout* yang diterapkan disesuaikan dengan prinsip dasar dalam *layout* buku yaitu memperhatikan kesatuan, keberagaman, keseimbangan, ritme, proporsi, skala, dan penekanan (Novan & Risya, 2016).

Implikasi dari penelitian ini sangat penting dalam konteks pengembangan media edukasi yang sesuai untuk anak SD. Harapannya, buku saku ini dapat digunakan siswa maupun guru untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan melalui media yang menarik dan mudah dipahami oleh anak. Pemahaman karakteristik siswa, seperti kebiasaan/cara belajar, kemampuan memahami materi sebaiknya perlu dipertimbangkan untuk menilai efektivitas penggunaan buku ini untuk meningkatkan pemahaman dan kepedulian anak terhadap pentingnya *personal hygiene*.

SIMPULAN

Pengembangan media edukasi gizi berupa buku saku *personal hygiene* sebagai pencegahan diare dikembangkan dengan beberapa tahap yaitu *analysis* kebutuhan pengembangan buku saku, mendesain buku saku (draft 1), melakukan uji validitas isi, dan

perbaikan buku saku (draft 2). Tahap mendesain media dilakukan menggunakan *Canva Pro* dan *ibis Paint X* dengan ukuran A6, jumlah halaman 31, warna yang digunakan hijau, putih, coklat, kuning, biru, dan merah, serta memakai *font lazord sans serif, shikhand, super foods* ukuran 9-20. Tingkat kelayakan isi media edukasi gizi buku saku ini tergolong valid/sesuai dengan nilai CVI relevansi 1, kejelasan 1, kesederhanaan 0,99, dan ambiguitas 0,97.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada *Centre for School Nutrition Health Movement* UMS atas ijin penggunaan data sekunder hasil FGD implementasi UKS dengan guru SD Muhammadiyah se-Surakarta dan dukungan finansial untuk publikasi artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

Al Rahmad, A. H., Hadi, A., Miko, A., & Ahmad, A. (2022). Pemanfaatan Konseling ASI Eksklusif Menggunakan Media Leaflet pada Calon Pengantin. Poltekita: *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 191–200. https://doi.org/10.33860/pjpm.v3i2.974

Amrullah, A. A., Setyorini, D., & Setiawan. (2017). Optimalisasi Kebersihan Perseorangan/Personal Hygiene Bagi Masyarakat Pedesaan Di Desa Cipacing Kecamatan Jatinangor Kabupaten Sumedang. Dharmakarya : *Jurnal Aplikasi IPTEKS Untuk Masyarakat*, 6(3), 220–223. http://jurnal.unpad.ac.id/dharmakarya/article/view/14866

Apriliani, SP, & Radia, EH (2020). Pengembangan media pembelajaran buku cerita bergambar untuk meningkatkan minat membaca siswa sekolah dasar. *Jurnal basicedu*, 4(4), 994-103

Asep, K. (2018). *Metodologi Penelitian Pendidikan* (p. 401). PT Remaja Rosdakarya. http://repository.syekhnurjati.ac.id/3334/

Azizah, F. N., & Rahmawaty, S. (2025). *Buku Saku Personal Hygiene untuk Pencegahan Diare.* Surakarta. https://bit.ly/BukuSakuPersonalHygiene

Ghanim, M., Dash, N., Abdullah, B., Issa, H., Albarazi, R., & Al Saheli, Z. (2016). Knowledge and practice of personal hygiene among senior high school students in Sharjah-UAE. *Journal of Health Science*, 6(5), 67–73. https://doi.org/10.5923/j.health.20160605.01

Hanisha, F., & Djalari, Y. A. (2018). Bahasa Visual , Gambar Anak, dan Ilustrasi Pada Buku Cergam Anak. *Jurnal Seni Dan Reka Rancang: Jurnal Ilmiah Magister Desain*, 1(1), 63–82. https://doi.org/10.25105/jsrr.v1i1.3878

Maulana, R. H. (2022). Literature Review: Efektivitas Media Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Tentang Gizi Siswa Anak Sekolah di Indonesia. *Jurnal BidKesmas Respati*, 1(13), 20–37.

Mourin, L, Gunta, AB, Putri, M Alia. (2024). Ekplorasi Pengaruh Warna Terhadap Perkembangan Psikologi dan Mental Anak di SDN Kalirungkut 1 Surabaya. *Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial* 2(5)

Nildawati, N., Ibrahim, H., Mallapiang, F., Afifah M, K., & Bujawati, E. (2020). Penerapan Personal Hygiene Pada Penjamah Makanan di Pondok Pesantren Kecamatan Biring Kanaya Kota Makassar. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 10(2), 68–75. https://doi.org/10.47718/jkl.v10i2.1164

Novan, R., & Risya, A. (2016). Perancangan Buku Cerita Sejarah Ciung Wanara Berbasis Augmented Reality Untuk Anak Sekolah Dasar. Desain Komunikasi

Visual, Manajemen Desain Dan Periklanan (Demandia), 97. http://dx.doi.org/10.25124/demandia.v1i02.275

Prasetyo, A. D. (2015). Hubungan tingkat pengetahuan dan dukungan keluarga dengan personal hygiene pada siswa di SDN Panjang Wetan IV kecamatan Pekalongan Utara kota Pekalongan. *FIKkeS Jurnal Keperawatan*, 8(1), 1–10. http://103.97.100.145/index.php/FIKkeS/article/view/1902%0

Rahmawaty, S., Mardiyati, N. L., Tsabita, K. M., Putri, M. K., Mahanani, A. J., Haryanti, N. D., & Septiningrum, D. S. (2025). Factors influencing the implementation of a healthy school program in private elementary schools in Surakarta, Indonesia: A qualitative focus group discussion. *Book of Abstracts The 11th International Conference on Education (ICEDU) 2025*, April 07-09, Bangkok, Thailand.

Riskesdas. (2018). *Laporan Riskesdas 2018 Nasional*.pdf. In Lembaga Penerbit Balitbangkes

Safitri, L. E., Agustikawati, N., & Adekayanti, P. (2022). Peningkatan Pemahaman Mahasiswa Terhadap Pembuatan Media Promosi Kesehatan. *Jurnal Pengabdian Ilmu Kesehatan*, 2(2), 22–27. https://doi.org/10.55606/jpikes.v2i2.267

Suherman, S., & 'Aini, F. Q. (2019). Analisis kejadian diare pada siswa di SD Negeri Pamulang 02 Kecamatan Pamulang tahun 2018. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 15(2), 199–208.

Triasmari, U., & Kusuma, A. N. (2019). Determinan Personal Hygiene Pada Anak Usia 9–12 Tahun. *Faletehan Health Journal*, 6(1), 37–44. https://doi.org/10.33746/fhj.v6i1.47

Yulianto, A, N. (2015). Penerapan Standard Hygiene dan Sanitasi dalam Meningkatkan Kualitas Makanan di Food & Beverage Departement @Hom Platinum Hotel Yogyakarta. *Jurnal Khasanah Ilmu*, 6(2), 31–39.

Yusoff, M. S. B. (2019). ABC of Content Validation and Content Validity Index Calculation. Education in Medicine Journal, 11 (2), 49–54. https://doi.org/10.21315/eimj2019.11.2.6

Analisis Kualitas Laboratorium di SMA Negeri 4 Jambi Dalam Mencapai Standar Nasional Pendidikan (SNP)

Eka Metha Natalia[1*], Kayla Thahira[2], Ririn Fatma Sari[3], Muhammad Rafif Pulungan[4], Jami'ah Tul Hanifah[5], Neneng Lestari[6]

[1,2,3]Pendidikan Fisika, FKIP, Universitas Jambi, Indonesia

E-mail *corresponding author*: ekametha77@gmail.com

ABSTRAK

Laboratorium memiliki peran yang sangat penting dalam pembelajaran Ilmu Pengetahuan Alam (IPA). Laboratorium berfungsi sebagai tempat untuk membuktikan teori-teori yang telah dipelajari, sehingga keberadaannya harus dikelola dan dijaga dengan baik. Pengelolaan laboratorium IPA di sekolah-sekolah mengacu pada standar yang telah ditetapkan dalam Permendiknas No. 24 Tahun 2007. Namun, sebagian besar laboratorium sekolah belum sepenuhnya memenuhi standar tersebut. Oleh karena itu, dilakukan penelitian terhadap Laboratorium IPA di SMA Negeri 4 Kota Jambi dengan tujuan untuk menganalisis, mengidentifikasi, dan mengoptimalkan laboratorium tersebut baik dari segi kualitas maupun sarana dan prasarana agar dapat mencapai standar nasional sesuai Permendiknas. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi dan wawancara. Langkah awal dilakukan dengan kunjungan langsung ke laboratorium untuk melakukan pengamatan, dilanjutkan dengan wawancara bersama kepala laboran guna memperoleh penjelasan lebih lanjut mengenai kondisi laboratorium. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa sarana dan prasarana laboratorium sudah sangat memadai. Fasilitas yang tersedia telah tergolong baik, meskipun masih terdapat beberapa aspek yang perlu diperbaiki. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa Laboratorium IPA SMA Negeri 4 Kota Jambi telah memenuhi standar Permendiknas No. 24 Tahun 2007, meskipun belum secara menyeluruh, dengan persentase pencapaian rata-rata sebesar 84,82%.

Kata kunci : Laboratorium, Permendiknas No. 24 tahun 2007, Standar sarana dan prasarana

ABSTRACT

Laboratories have a very important role in learning Natural Sciences (IPA). The laboratory serves as a place to prove the theories that have been studied, so its existence must be managed and maintained properly. The management of science laboratories in schools refers to the standards set out in Permendiknas No. 24 of 2007. However, most school laboratories have not fully met these standards. Therefore, research was conducted on the Science Laboratory at SMA Negeri 4 Jambi City with the aim of analyzing, identifying, and optimizing the laboratory both in terms of quality and facilities and infrastructure in order to achieve national standards according to Permendiknas. The methods used in this research are observation and interview. The initial step was carried out with a direct visit to the laboratory to make observations, followed by an interview with the head laboratory assistant to obtain further explanation of the laboratory conditions. The observation results showed that the laboratory facilities and infrastructure were very adequate. The available facilities have been classified as good, although there are still some aspects that need to be improved. Based on the results of the study, it can be concluded that the Science Laboratory of SMA Negeri 4 Jambi City has met the standards of Permendiknas No. 24 of 2007, although not yet thoroughly, with an average achievement percentage of 84.82%.

Keywords: Laboratory, Minister of National Education Regulation No. 24 of 2007, Standards for facilities and infrastructure

PENDAHULUAN

Urgensi Laboratorium dalam Pembelajaran IPA

Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) adalah disiplin ilmu yang mempelajari fenomena alam melalui pengamatan, eksperimen, dan analisis. IPA terdiri dari beberapa cabang utama, seperti biologi yang mempelajari makhluk hidup, kimia yang mengkaji sifat zat, serta fisika dan geografi yang menelaah alam semesta dan bumi. Tujuan pembelajaran IPA tidak hanya untuk mentransfer pengetahuan, tetapi juga membangun kemampuan berpikir kritis, menumbuhkan sikap ilmiah, serta mendorong eksplorasi aktif. Praktikum di laboratorium dilakukan sebagai tempat untuk membantu siswa memahami bagaimana ilmu pengetahuan bekerja (Gericke *et al*., 2023). Oleh karena itu, pembelajaran IPA sangat bergantung pada praktik langsung yang dilakukan melalui kegiatan praktikum di laboratorium.

Pentingnya sarana dan prasarana dalam mendukung tujuan pembelajaran diungkapkan oleh Niliyanti, (2021), yang menyatakan bahwa sarana pendidikan, baik bergerak maupun tidak bergerak, sangat memengaruhi efektivitas proses belajar mengajar. Dalam konteks IPA, laboratorium menjadi fasilitas utama dalam pembelajaran berbasis praktik untuk membuktikan teori melalui eksperimen. Laboratorium yang baik harus memenuhi standar dan peraturan yang berlaku, sehingga mendukung pelaksanaan praktikum yang aman dan efektif.

Peran Laboratorium dan Regulasi yang Mengaturnya

Menurut Laeli & Maryani (2020), laboratorium berfungsi sebagai sumber belajar utama yang memberikan pengalaman langsung bagi siswa untuk menguji teori yang telah dipelajari. Praktikum membantu siswa mengembangkan keterampilan berpikir ilmiah dan penelitian. Keamanan serta kelayakan laboratorium menjadi hal penting dalam pelaksanaannya (Afriansyah, 2019), menekankan pentingnya pengelolaan laboratorium, termasuk pemeriksaan dan pemeliharaan alat serta bahan praktik agar kegiatan berjalan lancar dan tidak terhambat oleh kerusakan fasilitas.

Pembelajaran di laboratorium menciptakan pengalaman belajar yang berbeda dari pembelajaran di kelas. Praktikum terbukti dapat meningkatkan motivasi dan minat siswa terhadap sains (Katili *et al*., 2022);(Nuryani & Surya Abadi, 2021). Namun, efektivitas pembelajaran ini sangat dipengaruhi oleh kelengkapan sarana dan prasarana yang tersedia.

Untuk menjamin kualitas pembelajaran, pemerintah melalui Permendiknas No. 24 Tahun 2007 menetapkan standar minimal laboratorium di tingkat SD, SMP, dan SMA. Di tingkat SMA, laboratorium IPA harus memiliki ruang tersendiri, mampu menampung maksimal 20 siswa per kelas, serta dilengkapi dengan ventilasi, pencahayaan, dan sumber air bersih yang memadai (Rahman, 2021). Selain itu, sarana seperti meja demonstrasi, kotak P3K, lemari

penyimpanan alat dan bahan, serta struktur organisasi laboratorium harus tersedia sesuai ketentuan (Putri *et al.,* 2023).

Tujuan dan Fokus Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengevaluasi kesesuaian laboratorium fisika di SMAN 4 Kota Jambi terhadap standar yang telah ditetapkan dalam Permendiknas No. 24 Tahun 2007. Proses pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung, wawancara dengan guru penanggung jawab laboratorium, pengisian angket, serta dokumentasi sebagai bukti pendukung. Hasil observasi menunjukkan bahwa sarana dan prasarana di laboratorium fisika SMAN 4 Kota Jambi belum sepenuhnya memenuhi standar. Beberapa masalah yang ditemukan antara lain adalah luas ruangan yang kurang dari ketentuan, dan keran air bersih yang tidak berfungsi. Kondisi ini memengaruhi efektivitas pembelajaran IPA secara keseluruhan. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk:

1. Menganalisis kualitas dan kelengkapan laboratorium di SMAN 4 Kota Jambi.
2. Mengidentifikasi permasalahan yang ada dalam laboratorium tersebut.
3. Memberikan rekomendasi untuk optimalisasi sarana dan prasarana laboratorium agar mendukung proses pembelajaran secara maksimal.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk membandingkan sarana dan prasarana laboratorium IPA di SMA Negeri 4 Jambi dengan standar yang ditetapkan dalam Permendiknas No. 24 Tahun 2007. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif untuk menggali pengertian mendalam tentang kondisi laboratorium, termasuk keadaan ruangan dan kelengkapan alat. Sesuai dengan Yusanto (2020), penelitian kualitatif bertujuan untuk memahami gejala, fakta, atau realitas secara lebih mendalam. Dalam penelitian ini juga digunakan metode komparatif untuk menganalisis kesesuaian laboratorium dengan standar yang telah ditetapkan.

Data dikumpulkan melalui wawancara dengan guru di SMA Negeri 4 Jambi yang membahas penggunaan laboratorium, ketersediaan alat dan bahan, serta observasi langsung terhadap kondisi ruang laboratorium dan kelengkapan alat yang ada. Teknik analisis data dilakukan secara deskriptif. Hasil wawancara dan observasi kemudian dibandingkan dengan standar yang terdapat dalam Permendiknas No. 24 Tahun 2007 untuk mengukur sejauh mana kesesuaiannya. Hasilnya dihitung dengan menggunakan rumus persentase (Riyanto & Yunani, 2020), yakni sebagai berikut

$$Presentase = \frac{Skor\ yang\ diperoleh}{Jumlah\ skor\ maksimal} \times 100\%$$

Dengan deskripsi dari hasil persentase capaian presentase kemudian diinterpretasikan berdasarkan kriteria sebagai berikut.

Tabel 1. Skor penilaian kesesuaian laboratorium

Kategori	Rentang Skor	Jumlah	Persentase
Kurang Baik	1,00-1,49	0	0%
Cukup Baik	1,50-2,49	9	32,14%
Baik	2,50-3,49	16	57,14%
Sangat Baik	3,50-4,00	3	10,71%
Jumlah		28	100%

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebagai mata pelajaran di semua jenjang pendidikan, pembelajaran IPA melalui perbaikan kurikulum, peningkatan kualitas guru, penyediaan sarana dan prasarana laboratorium dan perpustakaan, serta evaluasi pembelajaran, memberikan peluang untuk perluasan kesempatan belajar yang diprioritaskan pada pendidikan dasar dan menengah menengah (Wiyanto & Sugianto, 2016). Pendidikan IPA tidak hanya berfokus pada penguasaan fakta, konsep, atau prinsip, tetapi juga merupakan proses penemuan yang didasarkan pada penyelidikan sistematis tentang alam. Pembelajaran IPA disampaikan melalui pengalaman langsung yang bertujuan mengembangkan kompetensi dasar siswa dalam mengeksplorasi dan memahami alam secara ilmiah.

Pembelajaran IPA sangat terkait dengan kegiatan praktikum yang dilaksanakan di laboratorium. Praktikum memegang peranan penting dalam menunjang keberhasilan proses pembelajaran IPA (Harefa *et al.*, 2021). Untuk mencapai efisiensi dan efektivitas, laboratorium sebagai sarana pendidikan perlu dikelola dan diorganisasi dengan mekanisme kerja yang jelas, yang dikenal dengan manajemen laboratorium. Pembelajaran dalam laboratorium dilakukan melalui alat yang mendukung pembelajaran saintifik, di mana ruang kelas berfungsi sebagai pendukung kegiatan tersebut. Agar pembelajaran menjadi lebih bermakna, laboratorium harus menjadi ruang untuk praktik, eksperimen, dan observasi yang membantu siswa mengasah kemampuan mereka dalam menggunakan alat, khususnya dalam kehidupan sehari-hari.

Namun, dalam praktik sehari-hari, sebagian besar kegiatan pembelajaran masih berlangsung di kelas. Guru lebih sering menyampaikan materi dalam bentuk ceramah, baik yang konkret maupun abstrak, dengan metode konvensional. Sistem ini sering kali membuat siswa tidak berkembang dan cenderung merasa bosan, yang dapat memengaruhi motivasi belajar mereka. Oleh karena itu, laboratorium sebagai sarana pendidikan perlu dikelola dengan baik agar dapat efektif dan berdaya guna. Manajemen laboratorium yang baik akan memastikan

bahwa kegiatan pembelajaran di laboratorium berjalan lancar, aman, dan efektif, menghindari cedera atau kejadian yang tidak diinginkan selama praktikum.

Kesinambungan dan pemeliharaan laboratorium sebagai sumber belajar harus dijaga dengan baik, terutama sebelum dan sesudah digunakan. Laboratorium perlu dirapikan dan dibersihkan agar dapat digunakan secara maksimal oleh siswa, guru, dan asisten laboratorium. Pembelajaran di laboratorium hendaknya dapat menghubungkan teori yang dipelajari dengan situasi kehidupan sehari-hari. Misalnya, dalam pelajaran pengukuran, alat seperti jangka sorong, mikrometer sekrup, dan spherometer digunakan untuk mengajarkan teknik-teknik pengukuran yang sehari-hari kita temui, meskipun tanpa disadari. Dengan demikian, siswa dapat menguji dan memverifikasi teori melalui eksperimen langsung di laboratorium.

Ruangan Laboratorium IPA

Ruangan laboratorium adalah sarana yang digunakan untuk melaksanakan kegiatan praktikum. Penataan ruang laboratorium sangat penting untuk diperhatikan, karena berkaitan dengan kenyamanan dan keamanan siswa selama kegiatan praktikum berlangsung. Berdasarkan data yang diperoleh dari SMA Negeri 4 Jambi, ruang laboratorium akan disesuaikan dengan standar minimal yang telah ditetapkan dalam Permendiknas No. 24 Tahun 2007. Hasil wawancara dan observasi langsung keruangan laboratorium yang telah didapatkan yakni sebagai berikut.

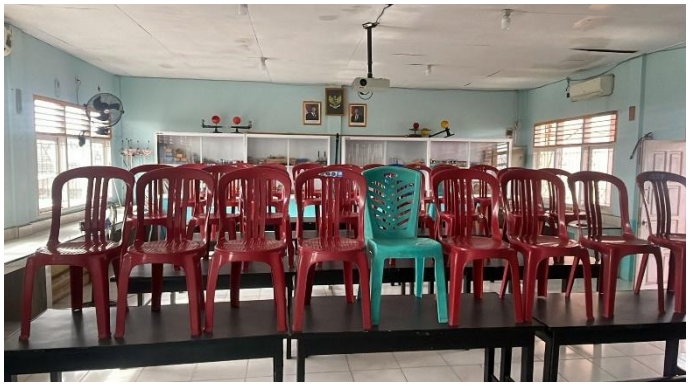
Tabel 2. Observasi Ruangan laboratorium IPA SMAN 4 Jambi

No.	Pertanyaan	Keterangan	Kesesuaian
1	Berapa luas keseluruhan ruang laboratorium	(8×7) m^2	Sesuai
2	Berapa luas ruangan penyimpanan atau gudang	(2× 2) m^2	Sesuai
3	Luas ruangan persiapan untuk praktikum	Tidak ada	Tidak sesuai
4	Luas ruangan praktek	48 m^2	Sesuai
5	Jumlah siswa yang menggunakan laboratorium untuk praktikum	Sekitar 34 siswa	Tidak sesuai
6	Apakah ruangan laboratorium cukup luas	Cukup luas	Sesuai
7	Apakah ruangan laboratorium IPA mampu menampung satu rombongan belajar?	Ya, mampu menampung satu rombongan yang berjumlah 20 peserta didil	Sesuai
8	Apakah ukuran luas laboratorium menjadi kendala atau penghalang pelaksanaan praktikum?	Cukup luas	Sesuai
9	Apakah didalam ruangan laboratorium	Tersedia	Sesuai

	tersedia sumber air bersih?		
10	Apakah seluruh ruangan laboratorium ada fasilitas pencahayaan yang memadai?	Ada	Sesuai

Berdasarkan tabel yang disajikan, data menunjukkan bahwa ukuran ruangan laboratorium di SMAN 4 Jambi sudah sesuai dengan ketentuan Permendiknas No. 24 Tahun 2007. Namun, ruangan persiapan untuk praktikum tidak tersedia, sehingga ruangannya digunakan secara bersama untuk berbagai kegiatan praktikum. Luas laboratorium IPA memenuhi standar minimum karena dapat menampung sekitar 20 siswa dalam satu rombongan belajar (rombel). Meskipun demikian, hal ini tidak sepenuhnya sesuai dengan ketentuan Permendiknas No. 24 Tahun 2007, yang menyebutkan rasio luas laboratorium terhadap jumlah peserta didik sebesar 2,4 m^2 per siswa. Sedangkan untuk kegiatan demonstrasi, jumlah siswa yang hadir di laboratorium diperbolehkan melebihi kapasitas tersebut.

Laboratorium ini juga dilengkapi dengan berbagai fasilitas untuk mendukung kelancaran praktikum, seperti pencahayaan yang cukup, air bersih, instalasi listrik, serta bak cuci dengan kondisi yang baik. Pencahayaan yang memadai sangat penting untuk kenyamanan praktikan selama praktikum (Jamilah *et al.,* 2021). Instalasi listrik juga disediakan untuk penerangan dan stop kontak yang terdapat pada 15 meja demonstrasi. Selain itu, bak cuci tangan tersedia untuk membersihkan tangan setelah menggunakan bahan kimia, dan air bersih disediakan untuk memastikan kebersihan dan keberhasilan percobaan. Fasilitas lainnya yang ada di laboratorium termasuk dua papan tulis dengan ukuran 1240×120 cm dalam kondisi baik, serta penempatan yang memudahkan praktikan untuk melihatnya dari berbagai sudut. Selain itu, terdapat satu unit proyektor (infokus) dan dua buah jam dinding. Yang paling penting, kondisi ruang laboratorium selalu dijaga kebersihannya. Berikut hasil dokumentasi kondisi ruangan di laboratorium yakni sebagai berikut.



Gambar 1. Kondisi Ruangan Laboratorium
(Sumber: dokumentasi 2025)

Kelengkapan Alat Laboratorium IPA

Kelengkapan alat sangat perlu dan dibutuhkan karena pelaksaan tanpa alat yang memadai dan baik akan melancarkan kegiatan percobaan. Pada SMAN 4 Jambi kelengkapan alat laboraorium setelah diobservasi langsung adalah sebagai berikut.

Tabel 3.Observasi kelengkapan alat dan perabot

No.	Pertanyaan	Keterangan	Kesesuaian
A	Perabot		
1	Bak cuci tangan	2 buah	Sesuai
2	Kursi praktikan	±30 buah	Sesuai
3	Kursi laboran atau guru	1 buah	Sesuai
4	Meja demontrasi	10 buah	Sesuai
5	Jam dinding	2 buah	Sesuai
6	Papan tulis	2 buah	Sesuai
7	Stop kontak listrik	15 buah	Sesuai
B	Peralatan pendidikan		
1	Adakah mistar atau penggaris	8 buah	Sesuai
2	Adakah jangka sorong	10 buah	Sesuai
3	Adakah timbangan	2 buah	Tidak sesuai
4	Adakah Stopwatch	6 buah	Sesuai
5	Adakah rol meter	6 buah	Sesuai
6	Adakah termometer	9 buah	Sesuai
7	Adakah gelas ukur	15 buah	Sesuai
8	Adakah balok logam	6 buah	Sesuai
9	Adakah multimeter	8 buah	Sesuai
10	Adakah batang magnet	5 buah	Tidak sesuai
11	Adakah model tata surya	1 buah	Sesuai
12	Adakah garpu tala	5 buah	Tidak sesuai
13	Adakah bidang miring	3 buah	Sesuai
14	Adakah dynamometer (neraca pegas)	10 buah	Sesuai
15	Adakah katrol tetap	3 buah	Sesuai
16	Adakah katrol bergerak	4 buah	Sesuai
17	Adakah balok kayu untuk percobaan gaya gesek	6 buah	Sesuai
18	Adakah rangkaian percobaan muai panjang	2 buah	Sesuai
19	Adakah rangkaian percobaan optik	2 buah	Sesuai
20	Adakah rangakaian percobaan listrik	4 buah	Sesuai
21	Adakah pemabakar spiritus	6 buah	Sesuai
22	Adakah cawan penguap	3 buah	Tidak sesuai
23	Adakah kaki tiga	6 buah	Sesuai
24	Adakah LUP atau kaca pembesar	5 buah	Tidak sesuai

Berdasarkan Tabel 3, dapat disimpulkan bahwa kesesuaian prasarana di laboratorium tergolong cukup, meskipun secara umum masih terdapat kekurangan dalam ketersediaan alat. Beberapa peralatan penting seperti timbangan, batang magnet, dan lainnya belum tersedia secara lengkap, sehingga belum memenuhi standar laboratorium IPA tingkat SMA. Selain itu, sebagian besar peralatan yang ada berada dalam kondisi kurang baik, sehingga tidak dapat digunakan secara optimal dalam kegiatan praktikum.

Manajemen laboratorium merupakan suatu proses yang melibatkan tahapan perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan, dan pengawasan terhadap seluruh potensi laboratorium untuk mencapai tujuan pembelajaran secara maksimal (Kusyanti, 2022). Dalam penggunaan perlengkapan laboratorium, penting untuk memperhatikan prinsip efektivitas dan efisiensi. Prinsip efektivitas berarti bahwa setiap perlengkapan yang digunakan harus secara langsung mendukung pencapaian tujuan pendidikan. Sementara itu, prinsip efisiensi menekankan pada penggunaan alat secara hemat dan bijaksana agar kerusakan alat dapat diminimalkan (Handayani, 2018).

Lebih lanjut, Pasal 42 dan 43 Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005 menegaskan bahwa setiap sekolah wajib memiliki prasarana, termasuk ruang laboratorium dan berbagai peralatan laboratorium IPA yang telah distandardisasi, serta peralatan pendukung pembelajaran lainnya sebagaimana tercantum dalam daftar peralatan minimal dan standar jumlah peralatan. Hal ini juga diperkuat oleh Permendiknas Nomor 24 Tahun 2007, yang menyatakan bahwa standar sarana dan prasarana pendidikan dari jenjang dasar hingga menengah meliputi perabot, alat pendidikan, media pembelajaran, serta prasarana seperti gedung, lahan, ruang, instalasi listrik, dan layanan dasar lain yang wajib dimiliki oleh setiap satuan pendidikan. Berikut dokumentasi kelengkapan alat di SMAN 4 Jambi.



Gambar 2. Kondisi Alat Laboratorium
(Sumber: dokumentasi 2025)

Standardisasi Laboratorium Fisika di SMA bertujuan untuk memastikan kegiatan praktik fisika berjalan dengan baik, aman, dan efektif. Berikut ini beberapa aspek yang perlu diperhatikan:

a. Sarana dan Prasarana:

Menurut Permendikbud no. 22 Tahun 2016 tentang standar proses pendidikan dasar dan menengah, jumlah peserta didik dalam setiap rombongan belajar adalah 3-36 peserta didik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa SMA 4 Kota Jambi telah memenuhi standar minimal dalam menampung minimal 1 kelas, SMA 4 Kota Jambi memiliki ukuran ruangan yang bervariasi dengan daya tampung peserta didik berkisar antara 20-34 peserta didik.

Sesuai Permendiknas No. 24 Tahun 2007, ruang laboratorium harus dipisahkan antara laboratorium biologi, fisika dan kimia, SMA 4 Kota Jambi sudah memiliki laboratorium masing masing satu ini menunjukan bahwa di SMA 4 Kota Jambi sudah mengikuti standar laboratorium. memiliki Pencahayaan yang memadai, Ventilasi yang baik membantu menjaga kualitas udara dan mencegah penumpukan gas berbahaya, Fasilitas penyimpanan yang memadai untuk peralatan dan bahan praktikum, Sistem listrik yang aman dan stabil dan memiliki lebar sesuai standarrisasi di Indonesia.

Laboratorium harus dilengkapi dengan peralatan yang memadai, seperti penggaris, jangka sorong, Neraca, thermometer, mikrometer dan alat ukur lainya, peralatan praktik Seperti peralatan listrik, magnet, optik, dan mekanika., dan teknologi pendukung Seperti komputer, software simulasi, dan peralatan multimedia.

b. Keselamatan Kerja

Pastikan laboratorium memiliki protokol keselamatan yang jelas Keselamatan kerja di laboratorium fisika sangat penting untuk mencegah terjadinya kecelakaan dan cedera. Berikut ini beberapa aspek keselamatan kerja yang perlu diperhatikan. Alat Pelindung Diri (APD) di SMA 4 Kota Jambi Penggunaan APD seperti jas lab, sarung tangan, kacamata, dan sepatu tertutup telah di terapkan pada protokol keselamatan yang wajib di gunakan sebelum masuk dalam ruangan Laboratorium Penanganan Bahan Berbahaya Pengetahuan dan prosedur yang tepat dalam menangani bahan kimia berbahaya, listrik, dan peralatan lainnya. Pada SMA 4 Kota Jambi telah menyortir bahan-bahan yang digunakan pratikan tidak masuk tinggi tingkatanya yang mengakibatkan pratikan bisa mengalami cedera ringan ataupun berat untuk meminimalisir kecelakaan yang dikarnakan keteledoran pratikan tersebut.

Pencegahan Kebakaran di Laboratorium SMA 4 Kota Jambi tersedianya alat pemadam kebakaran serta cara pengunaanya. Pengawasan dan Pelatihan terhadap guru yang mengampuh pelatihan rutin bagi mahasiswa dan staf laboratorium. Prosedur Kedaruratan Pengetahuan tentang prosedur kedaruratan, seperti pertolongan pertama dan evakuasi. SMA 4 Kota Jambi telah menambahkan kotak P3K untuk pertolongan pertama jikalau ada kecelakaan kecil dan jika kecelakaan berat bisa meminta kepada anak PMR.

c. Prosedur Praktik

Praktik harus memiliki prosedur yang jelas dan sistematis untuk memastikan kegiatan berjalan lancar dan hasil yang akurat. Persiapan sebelum praktikum Pastikan peralatan dan bahan siap digunakan, dan pahami tujuan dan prosedur praktikum. Penggunaan peralatan yang benar Gunakan peralatan dengan benar dan aman. Kumpulkan data dengan cermat dan catat hasil pengamatan. Analisis data yang diperoleh dan buat kesimpulan. Pembersihan dan perawatan peralatan Bersihkan dan rawat peralatan setelah digunakan. Buat laporan hasil praktikum yang jelas dan sistematis.

d. Pengawasan dan Evaluasi

Pengawasan dari guru juga memberikan arahan saat praktikum berlangsung, serta memberikan bimbingan saat jalannya praktikum setelah praktikum selesai guru membuat kesimpulan agar siswa lebih memahami apa yang didapatkan dari pelaksanaan praktikum (Adilah et al., 2021). evaluasi berkala diperlukan untuk memastikan standar laboratorium tetap terjaga.

e. Pelatihan Guru dan Siswa

Guru dan siswa perlu dilatih tentang penggunaan peralatan sebelum melakukan pratikan dan cara merawat alat yang telah digunakan dan prosedur keselamatan untuk memastikan kegiatan praktik berjalan dengan baik.

Persentase pemenuhan standar sarana dan prasarana di laboratorium fisika menunjukkan bahwa berdasarkan hasil penelitian, prasarana berupa perabot telah memenuhi standar sebesar 100%, peralatan pendidikan sebesar 72,73%, dan ruang laboratorium sebesar 80%. Berdasarkan temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa ketersediaan dan kondisi sarana prasarana di laboratorium fisika secara umum tergolong sangat layak dan memenuhi standar yang ditetapkan dalam Permendiknas No. 24 Tahun 2007, dengan rata-rata persentase pemenuhan sebesar 75% (Hayati & Sumarsih, 2020).

Sementara itu, hasil penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 4 Kota Jambi menunjukkan rata-rata persentase pemenuhan standar sarana prasarana laboratorium fisika sebesar 84,82%. Pencapaian ini menunjukkan bahwa laboratorium fisika di sekolah tersebut telah memenuhi kriteria kelayakan yang cukup baik. Dengan penerapan standarisasi ini, laboratorium fisika di SMA dapat menjadi lingkungan belajar yang efektif, aman, dan mendukung proses pembelajaran yang optimal bagi peserta didik. Secara presentase didapatkan untuk rekapitulasi keseluruhan sarana da prasarana laboratorium IPA sebagai berikut.

Tabel 4. Rekapituasi keseluruhan sarana

No	Sarana Prasarana	Presentase pemenuhan dari standar
1	Ruang laboratorium	80%
2	Perabot	100%
3	Peralatan pendidikan	72,73%
	Rata-rata	84,82%

Secara keseluruhan, kelengkapan dan ketersediaan sarana serta prasarana laboratorium fisika di SMAN 4 Kota Jambi telah cukup sesuai dengan standar laboratorium berdasarkan Permendiknas No. 24 Tahun 2007. Data menunjukkan bahwa prasarana perabot mencapai tingkat pemenuhan sebesar 100% dan ruang laboratorium mencapai 80%. Namun, pada aspek peralatan pendidikan, masih terdapat kekurangan dengan tingkat pemenuhan sebesar 72,73%. Beberapa alat praktikum belum tersedia atau mengalami kerusakan, seperti timbangan, batang magnet, serta keran air yang tidak berfungsi.

Hasil penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam memunculkan potensi perbaikan terhadap kekurangan yang ada. Temuan ini dapat menjadi dasar bagi pihak sekolah maupun pemangku kebijakan pendidikan untuk melakukan evaluasi dan penyusunan rencana pengadaan alat laboratorium secara berkala. Selain itu, guru penanggung jawab laboratorium dapat berinisiatif dalam menciptakan atau merancang alat bantu sederhana yang dapat digunakan siswa untuk tetap melaksanakan praktikum secara efektif meskipun dengan keterbatasan alat.

Namun demikian, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, antara lain cakupan observasi yang hanya dilakukan di satu sekolah dan tidak mencakup analisis mendalam terhadap pemanfaatan laboratorium oleh siswa dalam kegiatan pembelajaran sehari-hari. Selain itu, pengumpulan data hanya dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi tanpa dilengkapi dengan uji efektivitas penggunaan alat terhadap hasil belajar siswa. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat memperluas objek penelitian serta mengkaji dampak langsung dari ketersediaan sarana prasarana laboratorium terhadap kualitas pembelajaran IPA di sekolah.

SIMPULAN

Setelah dilakukan observasi terhadap laboratorium di SMAN 4 Kota Jambi, ditemukan beberapa kelebihan dan kekurangan. Ruangan laboratorium yang tersedia sebenarnya telah memenuhi sebagian besar standar Permendiknas No. 24 Tahun 2007. Namun, dari segi luas, kapasitas maksimal hanya mampu menampung 20 siswa, sehingga pelaksanaan praktikum harus dilakukan dalam dua sesi. Pada aspek kelengkapan alat, tingkat pemenuhannya baru mencapai 72,73% karena beberapa alat belum tersedia. Selain itu, fasilitas penting seperti keran air bersih tidak berfungsi, yang berdampak pada efektivitas proses praktikum.

Kekurangan pada sarana dan prasarana ini menyebabkan penggunaan laboratorium belum berjalan secara optimal, padahal laboratorium merupakan penunjang penting dalam proses pembelajaran IPA. Kondisi ini tentu berpengaruh terhadap kualitas pembelajaran yang belum terlaksana dengan maksimal. Oleh karena itu, diperlukan upaya konkret untuk meningkatkan fungsi laboratorium secara menyeluruh. Beberapa solusi yang dapat dilakukan antara lain memperbaiki fasilitas seperti keran air, melengkapi peralatan yang masih kurang, atau mendorong guru penanggung jawab untuk merancang alat bantu praktikum sederhana yang dapat menunjang kegiatan eksperimen siswa di laboratorium.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Dosen Neneng Lestari S.Pd., M.Pd. dan juga kepada guru-guru SMA Negeri 4 Jambi yang telah berperan penting dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

Adilah, M., Setiadi, A. E., & Kahar, A. P. (2021). ANALISIS STANDARISASI LABORATORIUM BIOLOGI SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA) DI KOTA PONTIANAK (The Analysis of Standardization of Biology Laboratory at Senior High School in Pontianak). *JURNAL ILMIAH DIDAKTIKA: Media Ilmiah Pendidikan Dan Pengajaran*, *21*(2), 195. https://doi.org/10.22373/jid.v21i2.5995

Afriansyah, R. (2019). *Efektivitas Manajemen Keamanan Laboratorium Kimia di SMK SMTI Banda Aceh*.

Gericke, N., Högström, P., & Wallin, J. (2023). A systematic review of research on laboratory work in secondary school. *Studies in Science Education*, *59*(2), 245–285. https://doi.org/10.1080/03057267.2022.2090125

Handayani, M. (2018). Pemanfaatan Sarana Laboratorium Di Sma Yang Telah Dan Belum Melaksanakan Kurikulum 2013. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, *3*(2), 152–166. https://doi.org/10.24832/jpnk.v3i2.658

Harefa, D., Efrata Ge'e, Kalvintinus Ndruru, Mastawati Ndruru, Lies Dian Marsa Ndraha, Tatema Telaumbanua, Murnihati Sarumaha, & Fatolosa Hulu. (2021). Pemanfaatan Laboratorium Ipa Di Sma Negeri 1 Lahusa. *EduMatSains : Jurnal Pendidikan, Matematika Dan Sains*, *5*(2), 105–122. https://doi.org/10.33541/edumatsains.v5i2.2062

Hayati, A., & Sumarsih, S. (2020). Evaluasi Standar Sarana Dan Prasarana Laboratorium IPA Di Sekolah Model SMA Negeri 7 Bengkulu Selatan. *Manajer Pendidikan: Jurnal Ilmiah Manajemen Pendidikan Program Pascasarjana*, *14*(2), 60–67. https://doi.org/10.33369/mapen.v14i2.12827

Jamilah, H. N., Tohir, T., & Adrian, R. (2021). Perancangan Ulang Instalasi Listrik Penerangan Laboratorium Mesin SMK 2 Perkasa. *Prosiding The 12th Industrial Research Workshop and National Seminar*, 168–174.

Katili, N. S., Sadia, I. W., & Suma, K. (2013). Analisis Sarana dan Intensitas Penggunaan Laboratorium Fisika Serta Kontribusinya Terhadap Hasil Belajar Siswa SMA Negeri di Kabupaten Jembrana. *E-Journal Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha Program Studi IPA*, *3*(2), 14–22.

Kusyanti, R. N. T. (2022). Analisis Standarisasi Laboratorium Fisika dalam Mendukung Implementasi Kurikulum Merdeka di SMA Negeri 1 Tempel. *Ideguru: Jurnal Karya Ilmiah Guru*, *8*(1), 40–47. https://doi.org/10.51169/ideguru.v8i1.404

Niliyanti, M. (2021). Pengelolaan Laboratorium Ipa Di Sma Negeri 3 Bengkulu Selatan. *Manajer Pendidikan: Jurnal Ilmiah Manajemen Pendidikan Program Pascasarjana*, *15*(2), 1–5. https://doi.org/10.33369/mapen.v15i2.13744

Nuryani, L., & Surya Abadi, I. G. (2021). Media Pembelajaran Flipbook Materi Sistem Pernapasan Manusia pada Muatan IPA Siswa Kelas V SD. *Jurnal Imiah Pendidikan Dan Pembelajaran*, *5*(2), 247. https://doi.org/10.23887/jipp.v5i2.32934

Putri, M. G. A., Nafisah, N., Putri, M. G. A., Nafilla, V. Z., Cahayati, E., Indriyani, A. R., Nuraini, L., & Harijanto, A. (2023). Analisis Pengelolaan Standar Organisasi Dan Personalia Laboratorium Di Sman 1 Genteng Banyuwangi. *PHYDAGOGIC : Jurnal Fisika Dan Pembelajarannya*, *6*(1), 59–62. https://doi.org/10.31605/phy.v6i1.3104

Rahman, M. S. (2017). Kajian Standarisasi Sarana Prasarana Laboratorium Di Smpn 4 Sumenep. *Jurnal Lensa (Lentera Sains): Jurnal Pendidikan IPA*, *7*(24), 1–12.

Riyanto, A., & Yunani, E. (2020). the Effectiveness of Video As a Tutorial Learning

Media in Muhadhoroh Subject. *Akademika*, *9*(02), 73–80. https://doi.org/10.34005/akademika.v9i02.1088

Sobrul Laeli, N. M. (2020). Pengelolaan Laboratorium Sebagai Pusat Sumber Belajar Di Sekolah Menengah Atas. *Tadbir Muwahhid*, *4*(1), 59. https://doi.org/10.30997/jtm.v4i1.2619

Wiyanto, I. □, & Sugianto. (2016). Unnes Physics Education Journal PEMANFAATAN LABORATORIUM DALAM PEMBELAJARAN FISIKA SMA/MA SE-KOTA SALATIGA. *Upej*, *5*(3).

Yusanto, Y. (2020). Ragam Pendekatan Penelitian Kualitatif. *Journal of Scientific Communication (Jsc)*, *1*(1), 1–13. https://doi.org/10.31506/jsc.v1i1.7764

Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dan Faktor Predisposisi Dengan Keaktifan Ibu Balita Di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Tumpaan Minahasa Selatan

Chreisye K. F. Mandagi[1*], Dumilah Ayuningtyas[2]

[1]Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi, Jl. Kampus Kleak Unsrat, Manado, Indonesia
[2]Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia, Depok, Jawa Barat, Indonesia

E-mail *corresponding author*: chreisyemandagi@gmail.com*

ABSTRAK

Pendahuluan : Melalui kegiatan posyandu, status gizi anak dapat dipantau sejak dini. Namun demikian masih didapati rendahnya keikutsertaan masyarakat dalam posyandu sehingga menyebabkan dampak negative pada balita. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dan faktor predisposisi dengan keaktifan ibu balita di posyandu. **Metode :** Jenis penelitian ini adalah analitik kuantitatif dengan desain cross-sectional. Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Tumpaan dari Bulan Juni sampai November 2024. Populasi penelitian mencakup seluruh ibu balita di desa tersebut yang memiliki anak berusia ≥ 12 bulan, berjumlah 65 orang yang dijadikan sampel. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara dan observasi. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Uji hipotesis menggunakan Chi-square. **Hasil :** Uji hipotesis menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan dengan p-value 0,018 < 0,05, sikap dengan p-value 0,000 < 0,05, pendidikan dan keaktifan kunjungan dengan p-value 0,038 < 0,05, pekerjaan dengan p-value 0,000 < 0,05, dukungan keluarga dengan p-value 0,002 < 0,05. **Simpulan :** Dari hasil penelitian sangat diharapkan ibu aktif dalam kegiatan posyandu dengan membawa anak balitanya mengikuti jadwal kunjungan pada kartu menuju sehat (KMS) dan untuk posyandu dapat melakukan kegiatan interaktif untuk ibu balita

Kata kunci : Dukungan Keluarga, Faktor Predisposisi, Keaktifan Ibu

ABSTRACT

Introduction : Introduction: Through integrated health post activities, children's nutritional status can be monitored early on. However, there is still low community participation in integrated health posts, which causes negative impacts on toddlers. This study aims to determine the relationship between family support and predisposing factors with the activeness of toddler mothers in integrated health posts.. **Method :** This type of research is quantitative analytical with a cross-sectional design. The study was conducted in the Tumpaan Health Center working area from June to November 2024. The study population included all mothers of toddlers in the village who had children aged ≥ 12 months, totaling 65 people who were sampled. Data collection was carried out through interviews and observations. Data analysis was carried out univariately and bivariately. Hypothesis testing using Chi-square. **Results :** Hypothesis testing shows a significant relationship between knowledge with a p-value of 0.018 < 0.05, attitude with a p-value of 0.000 < 0.05, education and active visits with a p-value of 0.038 < 0.05, employment with a p-value of 0.000 < 0.05, family support with a p-value of 0.002 < 0.05. **Conclusion :** From the research results, it is highly hoped that mothers will be active in integrated health post activities by bringing their toddlers to follow the visiting schedule on the Health Card (KMS) and that integrated health post activities can be carried out interactively for mothers of toddlers.

Keywords: Family Support, Predisposing Factors, Maternal Activity

PENDAHULUAN

Angka kematian balita, menurun dari tahun 2020 sampai dengan 2021 dari 40 anak per 1000 kelahiran menjadi 32 anak per kelahiran (Venkatesan et al., 2023). Menurut laporan UNICEF Afrika tertinggi dalam kematian balita yaitu 74 kematian per 1000 kelahiran, kemudian Asia Tengah dan Selatan dengan 37 kematian dan Asia Barat adalah 25 kematian per 1000 kelahiran (Ahmed et al., 2018).

Indonesia diperkirakan setiap tahun terjadi 5% (1,7 juta) kematian pada anak balita akibat penyakit yang dapat dicegah dengan imunisasi (PD3I) (Hardhantyo & Chuang, 2021). Biasanya, disebabkan oleh kelahiran prematur, pneumonia, diare, dan malaria dimana sangat rentan untuk anak-anak di bawah usia lima tahun dan merupakan penyebab paling tinggi. Kurangnya fasilitas kesehatan juga sangat mempengaruhi hal tersebut. (Radian, 2016). Layanan kesehatan sangat penting dalam upaya menurunkan angka kesakitan dan kematian pada anak balita, (Indah Wasliah Danul Aristiawan, 2020) dengan pemberian layanan komprehensif yang

dilakukan pada puskesmas dan terlebih khusus pada pelayanan posyandu dalam masa-masa pertumbuhan dan perkembangan anak balita. (Pratiwi Winda, 2021)

Menurut data dari World Health Organization (WHO) pada tahun 2022, terdapat sekitar 14,3 juta anak di Indonesia yang belum menerima imunisasi dasar lengkap sesuai dosis di tingkat global (Handiny et al., 2023). Jumlah anak yang telah mendapatkan imunisasi lengkap di Indonesia sejak tahun 2018 hingga 2023 mencapai 1.879.820 anak (Setiawan et al., 2025). Berdasarkan data terakhir dari Badan Pusat Statistik, cakupan imunisasi di Provinsi Sulawesi Utara untuk tahun 2023 menunjukkan pencapaian BCG sebesar 93,18%, DPT 89,32%, Polio 92,64%, Campak 75,93%, dan Hepatitis B sebesar 89,58%. Sementara itu, target nasional dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) periode 2019–2024 adalah memastikan cakupan imunisasi sebesar 90% bagi anak usia 12–23 bulan dan 80% bagi anak usia 0–11 bulan di seluruh kabupaten/kota (Trisnantoro, 2022). Di Kabupaten Minahasa Selatan, cakupan imunisasi BCG mencapai 91,06%, DPT sebesar 85%, Polio sebesar 88,22%, Campak mencapai 69,74%, dan Hepatitis B sebesar 85,92%. Dari data yang didapatkan di Puskesmas Tumpaan Minahasa Selatan pada Juli 2024, ditemukan bahwa cakupan imunisasi untuk beberapa vaksin adalah sebagai berikut: Hib sebesar 73,1%, Hepatitis B sebesar 71,4%, Polio (1) sebesar 73%, DPT (2) sebesar 77,4%, DPT (3) sebesar 66,1%, Polio (4) sebesar 78,6%, Campak Rubela mencapai 76,8%. Untuk meningkatkan efektivitas program imunisasi nasional, Indonesia masih menghadapi sejumlah tantangan.

Upaya pemerintah melindungi masyarakat serta dalam rangka mewujudkan derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya, maka pemerintah Indonesia mendukung program imunisasi (Ticoalu, 2013) yaitu dengan bentuk kontribusi layanan kesehatan masyarakat yang sangat penting dalam mendukung pembangunan kesehatan, khususnya bagi bayi, balita, ibu hamil, dan wanita usia subur dan untuk mempercepat penurunan angka kematian ibu dan bayi yaitu dengan adanya posyandu. (Fahrul Rozi Saputro, 2022) Dengan aktif berkunjung ke posyandu, para ibu dapat membantu memantau perkembangan kesehatan dan status gizi anak, terutama melalui pemeriksaan berat badan secara rutin. Kurangnya partisipasi masyarakat dalam memanfaatkan posyandu dapat menyebabkan berbagai dampak negatif, seperti meningkatnya angka kelahiran dan kematian ibu serta bayi, masalah gizi yang buruk, meningkatnya kerentanan balita terhadap penyakit menular. (Taruli Rohana Sinaga, 2024).

Pada survey yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Tumpaan Minahasa Selatan untuk kunjungan ibu yang membawa anak balitanya di posyandu terjadi penurunan pada tahun

2020 sampai dengan 2022 dikarenakan COVID-19 dan kembali berangsur meningkat pada tahun 2023 dan 2024 mencapai 73% tetapi masih dibawah target WHO 80%.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian analitik kuantitatif dengan rancangan desain cross-sectional, dimana variabel bebas dan variabel terikat di observasi pada waktu yang sama (Hunziker & Blankenagel, 2024).

Populasi dalam penelitian ini seluruh ibu balita di wilayah kerja Puskesmas Tumpaan Minahasa Selatan yang memiliki balita berusia ≥ 12 bulan, Dimana sampel diambil seluruh total populasi yaitu 65 orang. Data primer dikumpulkan melalui wawancara dan observasi. Analisis data secara univariat dan bivariat. Analisi univariat untuk memperoleh deskripsi variabel penelitian dan analisis bivariat untuk menguji hipotesis hubungan dukungan keluarga dan faktor predisposisi (pengetahuan, sikap, pendidikan, pekerjaan) dengan keaktifan kunjungan di posyandu. Uji hipotesis menggunakan uji Chi-square.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Pengetahuan

No	Pengetahuan	Jumlah (n)	Presentase
1	Baik	32	49,2
2	Cukup	25	38,5
3	Rendah	8	12,3
	Jumlah	65	100

Dapat dilihat hasil pada tabel 1, sebagian besar responden yang berpengetahuan baik sejumlah 32 orang (49,2%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Sikap

No	Sikap	Jumlah (n)	Presentase
1	Positif	37	56,9
2	Negatif	28	43,1
	Jumlah	65	100,0

Tabel 2 menunjukkan bahwa lebih banyak responden dengan sikap positif 37 orang (56,9%) dibandingkan respondeng yang bersikap negatif 28 orang (43,1%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Pendidikan

No	Pendidikan	Jumlah (n)	Presentase (%)
1	Tinggi	25	38,5
2	Menengah	30	46,1
3	Rendah	10	15,4
	Jumlah	65	100,0

Dapat diketahui lebih banyak responden dengan pendidikan menengah berjumlah 30 orang (46,1%), diikuti oleh responden berpendidikan tinggi sejumlah 25 orang (38,5%) kemudian responden dengan pendidikan yang rendah sebanyak 10 orang (15,4%)

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Pekerjaan

No	Pekerjaan	Jumlah (n)	Presentase
1	Bekerja	46	70,8
2	Tidak Bekerja	19	29,2
	Jumlah	65	100,0

Dari frekuensi pekerjaan terlihat sebagian besar responden bekerja sebanyak 46 orang (70,8%)

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Dukungan Keluarga

No	Dukungan Keluarga	Jumlah (n)	Presentase
1	Mendukung	27	41,5
2	Tidak Mendukung	38	58,5
	Jumlah	65	100,0

Berdasarkan data pada tabel 5 diketahui sebagian besar responden dengan keluarganya yang tidak mendukung sebanyak 38 orang (58,5%).

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Keaktifan Kunjungan Posyandu (Juli - November 2024)

No	Keaktifan	Jumlah (n)	Presentase
1	Aktif	26	40
2	Tidak Aktif	39	60
	Jumlah	65	100,0

Responden yang kurang aktif terlihat lebih banyak yaitu 39 orang (60%) daripada responden yang aktif untuk kunjunagn di posyandu yaitu 26 orang (40%)

Analisis Bivariat

Tabel 7. Hubungan Pengetahuan Dengan keaktifan Kunjungan di Posyandu

No	Pengetahuan	Keaktifan						Nilai p
		Tidak Aktif		Aktif		Jumlah		
		n	%	n	%	n	%	
1	Baik	12	37,5	20	62,5	32	100,0	0,018
2	Cukup	20	80	5	20	25	100,0	
3	Rendah	6	75	2	25	8	100,0	
	Jumlah	38		27		65	100,0	

Dari tabel 7 menunjukkan bahwa 32 orang yang berpengetahuan baik, terdapat 20 orang (62,5%) yang aktif berkunjungan di posyandu, sebanyak 12 orang (37,5%) termasuk dalam kategori tidak aktif. Kemudian terlihat juga dari 25 orang yang mempunyai pengetahuan cukup, sebagian besar responden aktif berkunjungan di posyandu sebanyak 5 orang (20%) aktif dan sebanyak 20 orang lainnya (80%) termasuk dalam kategori tidak aktif dan dari 8 responden dengan pengetahuan rendah terdapat 6 orang (75%) termasuk dalam kategori tidak aktif dan 2 orang (25%) termasuk dalam kategori aktif.

Berdasarkan hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai p = 0,018 atau nilai p < 0,05 artinya adanya hubungan pengetahuan dengan keaktifan kunjungan di posyandu wilayah kerja Puskesmas Tumpaan Minahasa Selatan

Dari hasil penelitian yang telah dipaparkan, diketahui bahwa responden yang memiliki pengetahuan tinggi dan sedang, sebagian besar lebih aktif dalam mengikuti kegiatan posyandu dibandingkan dengan responden yang pengetahuannya rendah. Semakin tinggi tingkat pengetahuan ibu mengenai posyandu, semakin baik pula perilaku mereka dalam membawa balita ke posyandu. Sebaliknya, ibu dengan tingkat pengetahuan rendah cenderung kurang aktif dalam membawa anaknya ke posyandu.

Penelitian lain (Yurinta, 2019) juga menunjukkan bahwa pengetahuan ibu berpengaruh terhadap partisipasi dalam kegiatan posyandu. Ibu yang memiliki pengetahuan baik cenderung lebih aktif berpartisipasi, sedangkan ibu yang pengetahuannya kurang, partisipasinya juga rendah.

Pengetahuan ibu sangat berkaitan dengan keaktifan membawa balita ke posyandu. Semakin tinggi pengetahuan ibu, semakin sadar pula pentingnya membawa anak ke posyandu. Sebaliknya, jika pengetahuan ibu rendah, kepatuhan dalam membawa balita ke posyandu juga menurun (Tristanti & Risnawati, 2017).

Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang memengaruhi tingkat kunjungan balita ke posyandu (Tesfahun et al., 2014). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada wilayah kerja Puskesmas Tumpaan Minahasa Selatan, ditemukan bahwa ibu yang belum memahami pentingnya posyandu cenderung tidak rutin membawa balitanya, baik karena kesibukan maupun karena kurangnya pengetahuan tentang manfaat posyandu.

Penelitian lain oleh (Susanti, 2020), menyatakan ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu balita dengan perilaku kunjungan balita ke posyandu dengan p value 0,000 (< 0,05) sehingga penelitian yang dilakukan manfaatnya dapat terdeteksi secara dini tumbuh kembang balita.

Tabel 8. Hubungan Sikap Dengan Keaktifan Kujungan di Posyandu

		Keaktifan						
No	**Sikap**	**Tidak Aktif**		**Aktif**		**Jumlah**		**Nilai p**
		n	%	n	%	n	%	
1	Positif	0	0	37	100	37	100,0	0,000
2	Negatif	4	14,3	24	85,7	28	100,0	
	Jumlah	41		24		65	100,0	

Dapat dilihat pada tabel 8, dari 37 orang yang sikap positif, semua responden aktif kunjungan di posyandu (100%), Selanjutnya dari 28 orang responden yang bersikap negatif, sebanyak 24 orang (85,7%) aktif kunjungan di posyandu dan sisanya 4 orang (14,3%) pada kategori tidak aktif

Berdasarkan hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai p = 0,000 atau nilai p < 0,05 yang artinya bahwa ada hubungan sikap dengan keaktifan kunjungan di posyandu wilayah kerja Puskesmas Tumpaan Minahasa Selatan.

Penelitian menunjukkan bahwa partisipasi ibu dalam kegiatan posyandu dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan dan sikap mereka (Nazri et al., 2015). Ibu dengan pengetahuan yang baik tentang posyandu cenderung lebih aktif hadir, sementara mereka yang kurang pengetahuan cenderung kurang aktif (Indrilia et al., 2022). Sikap positif terhadap kesehatan anak dan manfaat posyandu juga mendorong ibu untuk lebih rutin datang, sedangkan sikap negatif atau kurang peduli dapat menghambat partisipasi mereka (Glenton et al., 2013). Beberapa studi lain mendukung temuan ini, yang menunjukkan bahwa pengetahuan dan sikap ibu merupakan faktor penting dalam pemanfaatan layanan posyandu.

Tabel 9. Hubungan Pendidikan Dengan Keaktifan Kunjungan di Posyandu

No	Pendidikan	Keaktifan						Nilai p
		Tidak Aktif		Aktif		Jumlah		
		n	%	n	%	n	%	
1	Tinggi	10	40,0	15	60,0	25	100,0	
2	Menengah	21	70,0	9	30,0	30	100,0	0,038
3	Rendah	8	80,0	2	20,0	10	100,0	
Jumlah		39		26		65	100,0	

Berdasarkan data tabel 9, terlihat dari 25 orang dengan pendidikan tinggi, responden yang aktif kunjungan ke posyandu lebih banyak yaitu 15 orang (60,0%) dan termasuk dalam kategori aktif dan yang 10 orang (40,0%) masuk pada kategori tidak aktif. Sedangkan 30 orang responden dengan pendidikan menengah, sebagian besar tidak aktif kunjungan di posyandu 21 orang (70,0%) dan 9 orang (30,0%) termasuk aktif kunjungan ke posyandu. Berikutnya terlihat dari 10 orang yang mempunyai pendidikan rendah, lebih banyak tidak aktif kunjungan ke posyandu yaitu 8 orang (80,0%) masuk dalam kategori tidak aktif dan 2 orang (20,0%) pada kategori aktif.

Berdasarkan hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai p = 0,038 atau nilai p < 0,05 yang artinya terdapat hubungan antara pendidikan dengan keaktifan kunjungan posyandu di wilayah kerja Puskesmas Tumpaan Minahasa Selatan.

Pendidikan berperan penting dalam memberikan pengetahuan tentang posyandu, termasuk manfaat dan kegiatannya (Sciences et al., 2019). Penelitian menunjukkan bahwa ibu dengan tingkat pendidikan tinggi lebih mudah memahami informasi dan memiliki pandangan positif terhadap posyandu. Sebaliknya, ibu dengan pendidikan rendah cenderung kurang memahami informasi tentang posyandu dan menganggapnya kurang penting.

Tinggi rendahnya pendidikan sangat berpengaruh terhadap penerimaan suatu informasi atau pengetahuan (Sciences et al., 2018). Semakin tinggi pendidikan seseorang, informasi dan pengetahuan yang diterima akan semakin mudah dan tersampaikan. Sebaliknya semakin rendah tingkat pendidikan maka akan semakin sulit mencerna informasi yang diberikan (Ni'mah & Muniroh, 2015).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu dengan tingkat pendidikan rendah dan menengah cenderung tidak aktif mengikuti kegiatan posyandu karena kurangnya pemahaman tentang pentingnya pertumbuhan dan perkembangan anak. Sebaliknya, mayoritas ibu dengan tingkat pendidikan tinggi aktif dalam kegiatan posyandu karena menyadari manfaat kunjungan posyandu sebagai sarana pemantauan tumbuh kembang anak.

Tabel 10. Hubungan Pekerjaan Dengan Keaktifan Kujungan di Posyandu

No	Pekerjaan	Keaktifan						Nilai p
		Tidak Aktif		Aktif		Jumlah		
		n	%	n	%	n	%	
1	Bekerja	36	78,3	10	21,7	46	100,0	0,000
2	Tidak Bekerja	3	15,8	16	84,2	19	100,0	
Jumlah		39		26		65	100,0	

Dapat dilihat data pada tabel di atas menunjukkan bahwa sebanyak 46 orang yang bekerja, yang aktif kunjungan posyandu hanya 10 orang (21,7%), yang termasuk dalam kategori tidak aktif sebanyak 36 orang (78,3%). Selanjutnya dari 19 orang yang tidak bekerja, lebih banyak aktif kunjungan ke posyandu ada 16 orang (84,2%) daripada yang tidak aktif kunjungan yaitu hanya 3 orang (15,8%). Hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai p = 0,000 atau nilai p < 0,05 yang berarti terdapat hubungan antara pekerjaan dengan keaktifan kunjungan posyandi di wilayah kerja Puskesmas Tumpaan Minahasa Selatan.

Keterlibatan ibu balita dalam kegiatan posyandu erat kaitannya dengan pekerjaan mereka. Banyak ibu tidak dapat hadir karena harus membantu suami mencari nafkah untuk memenuhi kebutuhan keluarga sehari-hari, terutama karena kondisi ekonomi masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Tumpaan Minahasa Selatan yang relatif rendah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas ibu yang bekerja (78,3%%) kurang aktif dalam kegiatan posyandu. Profesi mereka umumnya adalah petani, wiraswasta, pegawai swasta, dan PNS. Kesibukan pekerjaan menjadi faktor utama yang menghambat partisipasi mereka di posyandu.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Radhiah (2021) yang menyatakan bahwa ibu yang tidak bekerja lebih rutin membawa anak ke posyandu dibandingkan ibu yang bekerja karena ibu bekerja tidak memiliki waktu untuk membawa anaknya ke posyandu karena pekerjaan yang harus mereka lakukan setiap hari (Radhiah et al., 2021). Selain itu, durasi kerja yang panjang juga menjadi alasan ibu tidak membawa anaknya ke posyandu. Misalnya, petani menghabiskan waktu seharian di ladang, wiraswasta sibuk melayani pelanggan, guru honorer mengajar selama 5 jam, dan PNS bekerja dari pukul 7:30 hingga 16:00 setiap hari.

Waktu kegiatan posyandu yang dimulai pukul 10:00 seringkali bentrok dengan jadwal kerja ibu, sehingga menghalangi mereka untuk hadir (Anida Hanifah, 2021) . Hal ini sesuai dengan pernyataan Hanifah (2021), bahwa pekerjaan ibu balita merupakan salah satu faktor penghambat pemanfaatan kegiatan posyandu. Ibu yang bekerja tidak membawa anaknya ke

posyandu kemungkinan karena posyandu diselenggarakan pada hari kerja dan jam kerja (Sihotang & Rahma, 2017).

Tabel 11. Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Keaktifan Kujungan Ke Posyandu

No	Dukungan keluarga	Keaktifan						Nilai p
		Tidak Aktif		Aktif		Jumlah		
		n	%	n	%	n	%	
1	Mendukung	9	33,33	18	66,67	27	100,0	0,002
2	Tidak Mendukung	30	78,94	8	21,05	38	100,0	
	Jumlah	39		26		65	100,0	

Tabel 11 menunjukan hasil yaitu 27 orang dengan kategori keluarga mendukung, terdapat 18 orang (66,67%) termasuk dalam kategori aktif dan 9 orang (33,33%) termasuk dalam kategori tidak aktif. Selanjutnya terdapat sejumlah 38 orang yang keluarganya tidak mendukung, Dimana keaktifan kunjungan responden di posyandu ada 30 orang (78,94%) tidak aktif dan yang termasuk dalam kategori aktif sebanyak 8 orang (21,05%).

Dari hasil uji statistik didapatkan bahwa nilai $p = 0,002$ atau nilai $p < 0,05$ yang berarti adanya hubungan dukungan keluarga dengan keaktifan kunjungan di posyandu wilayah kerja Puskesmas Tumpaan Minahasa Selatan.

Beberapa responden melaporkan bahwa mereka tidak membawa anak-anak mereka ke posyandu karena anggota keluarga terkadang tidak bersedia menyediakan transportasi, karena takut anak akan mengalami demam setelah imunisasi. Ibu-ibu yang menerima dukungan moral, material, dan emosional dari keluarga mereka lebih cenderung menghadiri posyandu secara teratur, sebagaimana dikonfirmasi oleh pengamatan lapangan dan tanggapan kuesioner.

Mengacu pada penelitian (Radhiah et al., 2021), dukungan keluarga akan membuat para ibu siap mengunjungi Posyandu setiap bulan. Keberadaan dukungan keluarga, seperti memberikan informasi, ingin memberikan dan menemani ibu sementara Posyandu berarti sang ibu tidak merasa kesepian, jadi dia secara teratur memantau program Posyndu. Semakin baik dukungan keluarga, dapat semakin meningkatkan kunjungan ibu dan balita di posyandu. Dukungan ini memberikan ibu motivasi untuk membawa anak -anaknya ke Posyandu untuk mengeksplorasi pertumbuhan dan perkembangan anak (Nazri et al., 2015).

Dukungan yang diberikan oleh keluarga menunjukkan sikap yang baik terhadap kesehatan sehingga mereka merasa perlu berpartisipasi dalam menjaga kesehatan anak -anak mereka (Hopia et al., 2005), salah satunya adalah untuk mengingatkan ibu untuk datang ke posyandu. Keluarga yang dinamis adalah keluarga yang sering membawa anak -anak mereka ke Posyandu setiap bulan (Susanto & Rasni, 2022). Dukungan memberikan dorongan praktis sehingga ibu dengan mudah berpartisipasi dalam program posyandu sesuai dengan jadwal yang ada (Annida Hanifah et al., 2023).

SIMPULAN

Terdapat hubungan yang signifikan antara pendidikan, pekerjaan, pengetahuan, sikap, dan dukungan keluarga dengan keaktifan kunjungan ibu ke posyandu di wilayah kerja Puskesmas Tumpaan Minahasa Selatan dan disarankan agar ibu balita di wilayah kerja Puskesmas Tumpaan Minahasa Selatan membawa anaknya ke posyandu setiap bulan untuk memastikan kesehatan dan perkembangan balita secara optimal, sementara pihak posyandu perlu mengembangkan program untuk meningkatkan motivasi dan pengetahuan ibu sepertiu penyuluhan dan kegiatan interaktif lainnya yang melibatkan ibu balita serta peneliti selanjutnya diharapkan melakukan evaluasi terhadap faktor lain yang mempengaruhi keaktifan kunjungan ibu ke posyandu.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmed, I., Ali, S. M., Amenga-Etego, S., Ariff, S., Bahl, R., Baqui, A. H., Begum, N., Bhandari, N., Bhatia, K., & Bhutta, Z. A. (2018). Population-based rates, timing, and causes of maternal deaths, stillbirths, and neonatal deaths in south Asia and sub-Saharan Africa: a multi-country prospective cohort study. *The Lancet Global Health*, *6*(12), e1297–e1308.

Fahrul Rozi Saputro, dkk 2022. (2022). FAKTOR BALITA TIDAK HADIR DI POSYANDU RAMBUTAN DESA YOSOMULYO KECAMATAN GAMBIRAN KABUPATEN BANYUWANGI. *Jurnal Layanan Masyarakat (Journal of Public Services)*, *6*(2), 363–372. https://doi.org/10.20473/jlm.v6i2.2022.363-372

Glenton, C., Colvin, C. J., Carlsen, B., Swartz, A., Lewin, S., Noyes, J., & Rashidian, A. (2013). Barriers and facilitators to the implementation of lay health worker programmes to improve access to maternal and child health: a qualitative evidence synthesis. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, *10*.

Handiny, F., Tari, M. N., & Oresti, S. (2023). Factors Associated with Providing Complete Basic Immunization in Toddlers. *Journal of Health Sciences and Epidemiology*, *1*(3), 116–125.

Hanifah, Anida. (2021). *Preserving maternal and child health care during COVID-19: A case study in South Aceh district, Indonesia*. University of Washington.

Hanifah, Annida, Muthi'ah, T. S., Sholikhah, A., Guntari, G. T. P., Dzakiyyah, I. H., Holivah, S., & Swastiningrum, A. (2023). Strengthening capacity of posyandu cadre to educate the mothers: a program evaluation of emotional demonstration for cadres in Bantul Regency. *Journal of Community Empowerment for Health*, *6*(1), 26–29.

Hardhantyo, M., & Chuang, Y.-C. (2021). Urban-rural differences in factors associated with incomplete basic immunization among children in Indonesia: a nationwide multilevel study. *Pediatrics & Neonatology*, *62*(1), 80–89.

Hopia, H., Tomlinson, P. S., Paavilainen, E., & Åstedt-Kurki, P. (2005). Child in hospital: family experiences and expectations of how nurses can promote family health. *Journal of Clinical Nursing*, *14*(2), 212–222.

Hunziker, S., & Blankenagel, M. (2024). Cross-sectional research design. In *Research design in business and management: A practical guide for students and researchers* (pp. 187–199). Springer.

Indah Wasliah Danul Aristiawan, S. S. (2020). Pemberian Edukasi Kesehatan Tentang Pencegahan Diare Pada Anak Di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Dasan Agung Kota Mataram, NTB.

Indrilia, A., Efendi, I., & Safitri, M. E. (2022). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Peran Aktif Kader Dalam Pelaksanaan Posyandu Di Kecamatan Simeulue Timur Kabupaten Simeulue. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, *7*(2).

Nazri, C., Yamazaki, C., Kameo, S., Herawati, D. M. D., Sekarwana, N., Raksanagara, A., & Koyama, H. (2015). Factors influencing mother's participation in Posyandu for improving nutritional status of children under-five in Aceh Utara district, Aceh province, Indonesia. *BMC Public Health*, *16*, 1–9.

Ni'mah, C., & Muniroh, L. (2015). Hubungan tingkat pendidikan, tingkat pengetahuan dan pola asuh ibu dengan wasting dan stunting pada balita keluarga miskin. *Media Gizi Indonesia*, *10*(1), 84–90.

Pratiwi Winda, E. N. and W. (2021). Pengetahuan Kader Tentang Stimulasi Deteksi Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak. *JURNAL KEBIDANAN*, *10*(1), 50–53. https://doi.org/10.35890/jkdh.v10i1.170

Radhiah, S., Ayunda, C. R., & Hermiyanty, H. (2021). Analisis Rendahnya Keaktifan Kunjungan Ibu Balita Ke Posyandu Tompo Kecamatan Taopa Kabupaten Parigi Moutong. *Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, *12*(1), 149–160.

Radian, I. (2016). FAKTOR RISIKO YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEMATIAN BAYI

DI KOTA PADANG TAHUN 2011.
Sciences, N. A. of, Medicine, Behavioral, D. of, Education, B. on S., Behavioral, B. on, Sciences, S., II, C. on H. P. L., Science, T., & Learning, P. of. (2018). *How people learn II: Learners, contexts, and cultures*. National Academies Press.
Sciences, N. A. of, Medicine, Division, M., & Health, C. on I. S. N. C. into the D. of H. C. to I. the N. (2019). *Integrating social care into the delivery of health care: Moving upstream to improve the nation's health*.
Setiawan, A., Solihat, N., & Mukhsin, A. (2025). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Imunisasi Dengan Kelengkapan Imunisasi Dasar di Wilayah Kerja Puskesmas Bantar Kota Tasikmalaya Tahun 2025. *SENAL: Student Health Journal*, *2*(1), 149–159.
Sihotang, H. M., & Rahma, N. (2017). Faktor Penyebab Penurunan Kunjungan Bayi Di Posyandu Puskesmas Langsat Pekanbaru Tahun 2016. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, *2*(2), 168–177.
Susanti, R. (2020). Hubungan Pengetahuan Ibu Balita Dengan Perilaku Kunjungan Balita Ke Posyandu. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, *11*(2), 236–241.
Susanto, T., & Rasni, H. (2022). Family function and nutritional status among under-five children: a cross-sectional study among extended family in Panti Public Health Center, Jember Regency of Indonesia. *International Journal of Caring Sciences*, *15*(1), 417.
Taruli Rohana Sinaga, D. (2024). HUBUNGAN FAKTOR PREDISPOSISI DAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEAKTIFAN KUNJUNGAN IBU BALITA ke POSYANDU DESA LAWA-LAWA LUO KECAMATAN GOMO.
Tesfahun, F., Worku, W., Mazengiya, F., & Kifle, M. (2014). Knowledge, perception and utilization of postnatal care of mothers in Gondar Zuria District, Ethiopia: a cross-sectional study. *Maternal and Child Health Journal*, *18*, 2341–2351.
Ticoalu, S. S. (2013). TANGGUNG JAWAB PEMERINTAH DALAM MEMBERIKAN PELAYANAN KESEHATAN TERHADAP MASYARAKAT.
Trisnantoro, L. (2022). 2 Post-pandemic trajectory of health-reform financing in Indonesia. *In Sickness and In Health: Diagnosing Indonesia*, 17.
Tristanti, I., & Risnawati, I. (2017). Motivasi kader dan kelengkapan pengisian kartu menuju sehat balita di Kabupaten Kudus. *Indonesia Jurnal Kebidanan*, *1*(1), 1–11.
Venkatesan, T., Rees, P., Gardiner, J., Battersby, C., Purkayastha, M., Gale, C., & Sutcliffe, A. G. (2023). National trends in preterm infant mortality in the United States by race and socioeconomic status, 1995-2020. *JAMA Pediatrics*, *177*(10), 1085–1095.
Yurinta, N. A. (2019). *Hubungan Pengetahuan Ibu Dan Peran Kader Terhadap Partisipasi Ibu Balita Dalam Kegiatan Posyandu Balita Desa Randualas Kecamatan Kare Kabupaten Madiun*. STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN.

Gambaran Pengetahuan Pencegahan Hipertensi Pada Remaja Dusun Wonosari

Qorri Putri Mahfudhoh[1*], Ainaya Fatihah[2], Widya Herawati[3], Amara Wahyu Alfiana[4] , Ajeng Faninda Fitri Ardiani[5], Bunga Cintantya Rudisty[6], Nur Riqqah Maulita [7], Tri Ismiyati[8] , Anisa Catur Wijayanti[9]

[1,2,3,4,5,6,7,9]Prodi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Jl. A. Yani Tromol Pos I, Pabelan Kartasura, Sukoharjo 57169, Indonesia
[8]Puskesmas Weru Sukoharjo, Jl. Beringin No. 9, Jelimbang, Sawang, Kec. Weru, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah 57562

E-mail *corresponding author*: j410210169@student.ums.ac.id*

ABSTRAK

Pendahuluan: Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan terjadinya peningkatan pada tekanan darah pada seseorang dengan sistolik lebih dari 140 mmHg dan diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dalam perkiraan waktu pengukuran selama lima menit dalam keadaan seseorang yang cukup istirahat atau tenang. Penyakit ini telah menjadi masalah utama dalam kesehatan masyarakat yang ada di Indonesia maupun di beberapa negara yang ada di dunia. Salah satu upaya untuk meningkatkan derajat kesehatan pada remaja adalah melalui penerapan gaya hidup yang sehat. Tujuan kegiatan pengabdian adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan tentang perilaku pencegahan Hipertensi melalui penyuluhan kesehatan. **Metode:** Metode yang digunakan pada dalam kegiatan pengabdian ini adalah melalui penyuluhan kesehatan melalui ceramah menggunakan media poster. Hasil analisis data menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan peserta mengenai pencegahan hipertensi. **Hasil:** Skor pengetahuan rata-rata peserta meningkat dari 5,15 pada pre-test menjadi 8,54 pada post-test. Selain itu, jumlah peserta dengan kategori pengetahuan baik meningkat dari 53,8% menjadi 92,3% setelah penyuluhan. **Simpulan:** Dengan Demikian, dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil mencapai tujuan utamanya, yaitu meningkatkan pengetahuan dan perilaku pencegahan hipertensi di kalangan remaja Dusun Wonosari.

Kata kunci : Hipertensi, Penyuluhan, Remaja

ABSTRACT

Introduction: Hypertension or high blood pressure is an increase in blood pressure in a person with systolic more than 140 mmHg and diastolic more than 90 mmHg in two measurements within an estimated measurement time of five minutes when a person is well rested or calm. This disease has become a major public health problem in Indonesia and in several countries in the world. One effort to improve the health status of teenagers is through implementing a healthy lifestyle. The aim of the service activity is to obtain an overview of knowledge about hypertension prevention behavior through health education. **Method:** The method used in this service activity is through health education through lectures using poster media. The results of data analysis showed a significant increase in participants' knowledge regarding hypertension prevention. **Results:** The participants' average knowledge score increased from 5.15 on the pre-test to 8.54 on the post-test. In addition, the number of participants in the good knowledge category increased from 53.8% to 92.3% after counseling. **Conclusion:** Thus, it can be concluded that this community service activity succeeded in achieving its main objective, namely increasing knowledge and behavior to prevent hypertension among teenagers in Wonosari Hamlet.

Keywords: Education, Hypertension, Teenagers

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan salah satu faktor penting yang mendukung kualitas hidup manusia dan memiliki dampak signifikan pada aspek sosial dan ekonomi. Pola hidup tidak sehat dalam masyarakat, seperti kebiasaan merokok, kurangnya aktivitas fisik, konsumsi makanan tinggi lemak dan kalori, serta minuman beralkohol, dipengaruhi oleh perkembangan teknologi yang dapat meningkatkan risiko Penyakit Tidak Menular (PTM). Penyakit tidak menular (PTM) sendiri merupakan jenis penyakit yang tidak dapat menular dari satu orang ke orang lainnya. (Rahayu, *et al*., 2021).

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan global. Berdasarkan laporan *Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment on High Blood Pressure* VII (JNC-VII), sekitar 1 miliar orang di seluruh dunia menderita hipertensi. Menurut *World Health Organization* (WHO), hipertensi merupakan penyebab utama kematian di dunia, dan jumlah penderita hipertensi diperkirakan akan terus bertambah seiring dengan pertumbuhan populasi. (Sumartini, dkk, 2019). Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan terjadinya peningkatan pada tekanan darah pada seseorang dengan sistolik lebih

dari 140 mmHg dan diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dalam perkiraan waktu pengukuran selama lima menit dalam keadaan seseorang yang cukup istirahat atau tenang (Kemenkes RI, 2014).

Prevalensi hipertensi di Sukoharjo berdasarkan profil kesehatan tahun 2023 dari hasil pengukuran tekanan darah kepada pasien ≥ 15 tahun sebanyak 580.262 (91,6%) terdapat Hipertensi sebanyak 139.114 (52,7%). Hasil studi yang dilakukan pada Kepala Ruang Gladiol, didapatkan penderita hipertensi merupakan penyakit terbanyak yang ada diruang gladiol. Pasien banyak yang baru diketahui mengalami hipertensi saat berada di Rumah sakit. Hipertensi yang di alami oleh pasien bisa disebabkan baik faktor keturunan atau faktor kecemasan saat berada di rumah sakit.

Faktor risiko hipertensi dapat diklasifikasikan menjadi dua faktor, yaitu faktor yang dapat dimodifikasi dan faktor yang tidak dapat dimodifikasi. Faktor yang tidak dapat dimodifikasi yaitu faktor usia, genetik, etnis dan jenis kelamin. Sedangkan faktor risiko yang dpaat dimodifikasi yaitu faktor konsumsi garam berlebih, obesitas, merokok, konsumsi minuman alkohol, kebiasaan minum kopi, minim aktivitas fisik, stres beban mental (Putri, et al., 2023). Seiring bertambahnya usia, tekanan darah seseorang cenderung meningkat, sehingga risiko terkena hipertensi pada usia lanjut juga bertambah. Oleh karena itu, pemeriksaan kesehatan secara rutin sangat penting untuk deteksi dini hipertensi. (Siregar et al., 2021).

Penanganan hipertensi dapat dilakukan melalui dua pendekatan: farmakologis dan non-farmakologis. Penanganan ini bertujuan untuk mengurangi risiko penyakit kardiovaskular serta menurunkan angka kematian dan kesakitan yang terkait dengan hipertensi. Terapi atau pengobatan hipertensi bertujuan untuk mencapai dan mempertahankan tekanan sistolik di bawah 140 mmHg dan diastolik di bawah 90 mmHg, serta mengontrol faktor risiko lainnya. Target ini dapat dicapai melalui modifikasi gaya hidup (non-farmakologis) atau dengan pengobatan (farmakologis). Selain itu, konsumsi rebusan daun seledri juga dapat menjadi langkah pencegahan hipertensi tambahan. (Aspiani, 2015).

Berdasarkan hasil Survei Mawas Diri (SMD) yang telah dilakukan di Dusun Wonosari Desa Karanganyar penyakit yang banyak dialami oleh Masyarakat Dusun Wonosari adalah hipertensi. Dari hasil wawancara masyarakat banyak yang jarang memeriksakan kesehatan secara teratur, banyak yang lebih memilih pengobatan secara herbal karena takut mengkonsumsi obat-obatan medis, masyarakat banyak yang tidak menyadari pentingnya menerapkan pola hidup sehat padahal sudah menderita hipertensi karena tidak mengetahui bagaimana pola hidup yang sehat bagi penderita hipertensi.

Berdasarkan permasalahan yang telah didapatkan, untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang akibat lanjut dari hipertensi sehingga masyarakat mau melaksanakan pencegahan hipertensi maka perlu diadakan penyuluhan kesehatan tentang pencegahan dan akibat lanjut dari hipertensi untuk merubah perilaku masyarakat ke gaya hidup yang lebih sehat.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di Posko PBL-1 Kelompok 13 yang berlokasi di Dusun Wonosari Desa Karanganyar. Bentuk kegiatan yang dilakukan dengan menggunakan media poster. Materi yang disampaikan mengenai Pencegahan Hipertensi. Sasaran pada kegiatan pengabdian ini adalah Remaja Dusun Wonosari dengan jumlah peserta yang hadir sebanyak 13 orang. Instrumen yang digunakan pada pengabdian ini yaitu kuesioner *pre-test* dan *post-test* terkait Pencegahan Hipertensi. Desain yang digunakan dalam kegiatan penyuluhan ini adalah *quasi eksperimen one-group pretest-posttest design*. Kuesioner *pre-test* dan *post-test* disusun oleh tim yang terdiri dari 10 pernyataan. Pernyataan yang disusun akan menggali pengetahuan mengenai definisi, penyebab, gejala dan komplikasi serta pencegahan dari penyakit Hipertensi. Data yang telah terkumpul dianalisis menggunakan *software* statistik untuk menghitung distribusi frekuensi untuk melihat peningkatan pengetahuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tema kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah "Pengetahuan dan Perilaku Pencegahan Hipertensi". Tujuan kegiatan pengabdian adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan tentang perilaku pencegahan Hipertensi melalui penyuluhan kesehatan. Sasaran pada kegiatan ini adalah remaja Dusun Wonosari, Desa Karanganyar, Kabupaten Sukoharjo. Pemilihan sasaran ditujukan kepada remaja dengan harapan para remaja yang hadir dapat menyampaikan kembali edukasi yang telah disampaikan kepada anggota keluarga yang lainnya, sehingga dapat melakukan pencegahan dan deteksi dini hipertensi.

Kegiatan pengabdian dilaksanakan pada hari Minggu, 10 November 2024 pukul 10.00-12.00 WIB di posko PBL-1 Kelompok 13 Dusun I Karanganyar. Kegiatan ini diikuti oleh 13 peserta yang merupakan anggota karang taruna Dusun Wonosari. Secara keseluruhan tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi kegiatan pengabdian berjalan dengan baik dan sesuai dengan tujuan yang direncanakan. Pelaksanaan pengabdian masyarakat dimulai dengan

pembukaan acara oleh MC, pengerjaan *pre-test* oleh peserta, penyuluhan kesehatan tentang pengetahuan dan perilaku pencegahan hipertensi dengan media poster, sesi tanya jawab, pengerjaan *post- test*, demonstrasi manfaat seledri untuk Hipertensi dan diakhiri dengan pembagian bibit seledri.



Gambar 1. Penyampaian Materi Penyuluhan Hipertensi

Gambar 1 menampilkan dokumentasi kegiatan penyuluhan kesehatan mengenai Hipertensi. Penyuluhan ini dilakukan dengan menggunakan media elektronik, seperti proyektor, serta poster untuk memperjelas penyampaian informasi. Penggunaan kedua media ini sangat membantu para penyuluh dalam menjelaskan materi dengan lebih efektif, sekaligus memudahkan peserta kegiatan pengabdian masyarakat untuk memahami informasi yang disampaikan tentang pengetahuan dan pencegahan Hipertensi.

Tabel 1. Karakteristik Peserta

Karakteristik Peserta	Frekuensi	
	n	%
Usia		
11-15 tahun	4	30,8
16-20 tahun	7	53,9
21-25 tahun	2	15,4
Jenis Kelamin		
Laki-laki	6	46,2
Perempuan	7	53,8

Berdasarkan hasil analisis karakteristik responden pada Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 13 peserta yang berusia 14-15 tahun sebanyak 4 orang (30,8%), berusia 16-20 tahun sebanyak 7 orang (53,9%) dan sisanya berusia 21-25 tahun. Peserta dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 6 orang (46,2%) dan peserta perempuan sebanyak 7 orang (53,8%).

Tabel 2. Skor Pengetahuan Peserta

Nilai Statistik	Skor Pengetahuan	
	Pre-test	Post-test
Minimum	3	7
Maksimum	6	10
Mean	5,15	8,54
Median	6	93
SD	1,06	0,77

Berdasarkan analisis Tabel 2 menunjukkan bahwa skor pengetahuan peserta mengenai pengetahuan dan perilaku pencegahan hipertensi pada remaja pada saat *pre-test* adalah 5,15 dengan standar deviasi 1,06 dan pada saat *post-test* skor rata-rata peserta sebesar 8,54 dengan standar deviasi 0,77. Skor pengetahuan terendah pada saat *pre-test* adalah 3 sedangkan skor terendah pada saat post-test adalah 7. Skor tertinggi pada saat pre-test yaitu 6 dan pada saat *post-test* 10, hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat peserta yang mendapatkan skor sempurna pada saat mengerjakan *post-test*. Berdasarkan hasil analisis terdapat selisih 3,39 pada nilai rata-rata skor *pre-test* dan *post-test*, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan peserta setelah diberikan penyuluhan kesehatan mengenai hipertensi.

Tabel 3. Kategori Pengetahuan Pre-test dan Post-test

Kategori Pengetahuan	Pre-test		Post-test	
	f	%	f	%
Baik	7	46,2	12	92,3
Kurang Baik	6	53,8	1	7,7
Total	13	100	13	100

Berdasarkan hasil analisis Tabel di atas menunjukkan bahwa dari total 13 peserta, sebelum diberikan penyuluhan, yang memiliki pemahaman mengenai pencegahan penyakit hipertensi kurang baik sebanyak 6 orang (46,2%) sedangkan peserta yang memiliki pemahaman baik sebanyak 7 orang (53,8%). Setelah diberikan penyuluhan menunjukkan adanya peningkatan yaitu sebanyak 12 peserta (92,3%) dari jumlah total 13 peserta memiliki pemahaman yang baik mengenai penyakit hipertensi dan hanya terdapat 1 peserta (7,7%) yang memiliki pengetahuan kurang baik.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema "Pengetahuan dan Perilaku Pencegahan Hipertensi" yang dilaksanakan di Dusun Wonosari, Desa Karanganyar, Kabupaten Sukoharjo, berhasil dilaksanakan dengan lancar. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang perilaku pencegahan hipertensi melalui penyuluhan kesehatan kepada remaja

setempat. Secara keseluruhan, persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi kegiatan berjalan sesuai dengan rencana, meskipun terdapat kendala beberapa peserta datang terlambat. Kegiatan ini mencakup sesi pre-test, penyuluhan menggunakan media poster, sesi tanya jawab, post-test, serta demonstrasi manfaat seledri untuk hipertensi yang diakhiri dengan pembagian bibit seledri.

Hasil analisis data menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan peserta mengenai pencegahan hipertensi. Skor pengetahuan rata-rata peserta meningkat dari 5,15 pada pre-test menjadi 8,54 pada post-test. Selain itu, jumlah peserta dengan kategori pengetahuan baik meningkat dari 53,8% menjadi 92,3% setelah penyuluhan. Penggunaan media seperti media poster sangat membantu dalam penyampaian informasi dan memudahkan pemahaman peserta. Evaluasi kegiatan melalui kuesioner post-test menunjukkan bahwa penyuluhan ini efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang pencegahan hipertensi.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil mencapai tujuan utamanya, yaitu meningkatkan pengetahuan dan perilaku pencegahan hipertensi di kalangan remaja Dusun Wonosari. Diharapkan para remaja dapat menyampaikan kembali edukasi yang diterima kepada anggota keluarga lainnya, sehingga pencegahan dan deteksi dini hipertensi dapat dilakukan dengan lebih baik di masyarakat.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kami sampaikan kepada seluruh pihak yang telah mendukung dan berpartisipasi dalam kegiatan Praktik Belajar Lapangan (PBL-1) di Desa Karanganyar. Terima kasih kepada pemerintah desa, tokoh masyarakat, serta seluruh warga Desa Karanganyar yang telah menyambut dengan hangat dan antusias dalam setiap kegiatan yang dilakukan. Kami juga mengapresiasi kerja sama tim yang solid dan dedikasi dari semua peserta pengabdian yang telah membantu merealisasikan program ini. Semoga hasil dari kegiatan ini dapat bermanfaat bagi masyarakat Desa Karanganyar dan menjadi langkah awal bagi peningkatan kualitas hidup bersama. Mari kita terus menjalin sinergi demi kemajuan desa dan kesejahteraan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

Aspiani,R.L. 2015. Buku ajar asuhan keperawatan gangguan kardiovaskuler aplikasi NIC & NOC. Jakarta: EGC.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. panduan praktik klinis bagi dokter di fasilitas pelayanan kesehatan primer. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2014

Kemenkes (2018) Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Tahun 2018. Jakarta: KementerianKesehatan Republik Indonesia.

Siregar, K. A. A. K., Aisyah, N. M., Ressandy, S. S., & Kustiawan, P. M. (2021). Penyuluhan Kepada Ibu-Ibu Pkk Mengenai Swamedikasi Dengan Deteksi Dini Tekanan Darah Dan Gula Darah Di Kelurahan Sidomulyo, Samarinda. SELAPARANG:Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan, 4(3), 592-598

Rahayu, D., Irawan, H., Santoso, P., Susilowati, E., Atmojo, D., & Kristanto, H. (2021). Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular pada Lansia.Jurnal Peduli Masyarakat,3(1), 91-96

Pelatihan Pengolahan Sampah Organik menjadi Pupuk Kompos di Desa Tegalsari, Weru, Sukoharjo

Rezania Asyfiradayati[1*], Muhammad Arsa Bhuwana[1], Salsabilla Ma'anna[1]

[1]Prodi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Jl. A. Yani Tromol Pos I, Pabelan Kartasura, Sukoharjo 57169, Indonesia

E-mail *corresponding author*: ra123@ums.ac.id*

ABSTRAK

Pendahuluan: Sampah organik merupakan sampah yang memiliki kadar air yang tinggi, sehingga memiliki kecenderungan mudah membusuk. Pengelolaan sampah yang dilakukan oleh masyarakat Desa Tegalsari, Weru, Sukoharjo hanya dengan membuang sampah pada bak pembakaran sampah, kadang ada yang dibakar, juga ada yang di buang di pekarangan rumah hingga menimbulkan bau busuk. **Metode:** kegiatan intervensi di Desa Tegalsari, Weru, Sukoharjo mengenai pengolahan sampah dengan pembuatan pupuk kompos. Pengelolaan Sampah Organik) adalah nama program intervensi yang terdiri dari sosialisasi Sampah dan demonstrasi pembuatan pupuk kompos dari sampah sisa rumah tangga. **Hasil:** Sebanyak 25 responden sebelum pemberian edukasi tentang Sampah memiliki rata-rata skor 66,40, sedangkan setelah pemberian edukasi tentang sampah mengalami peningkatan rata-rata skor pengetahuan 92,40. Peserta pengabdian juga dapat melakukan pembuatan kompos dengan baik selama kegiatan berlangsung. **Simpulan:** terjadi peningkatan skor rata-rata sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan. Masyarakat juga dapat melakukan praktek pembuatan kompos dengan benar.

Kata kunci : pelatihan, sampah organik, kompos,

ABSTRACT

Introduction: Organic waste is waste that has a high water content, so it tends to rot easily. Waste management carried out by the people of Tegalsari Village, Weru, Sukoharjo is only by throwing waste in the incinerator, sometimes some are burned, and some are thrown in the yard until they smell bad. The impact can cause respiratory problems and can also pollute groundwater and damage soil structure. Method: intervention activities in Tegalsari Village, Weru, Sukoharjo regarding waste processing by making compost. Organic Waste Management) is the name of an intervention program consisting of Waste socialization and demonstration of making compost from household waste. Results: A total of 25 respondents before being given education about Waste had an average score of 66.40, while after being given education about Waste, there was an increase in the average knowledge score of 92.40. Community service participants were also able to make compost well during the activity. Conclusion: there was an increase in the average score before and after the counseling was carried out. The community can also practice making compost correctly.

Keywords: training, organic waste, compost

PENDAHULUAN

Sampah merupakan hasil limbah aktivitas yang berasal dari manusia. Sampah dapat dikategorikan menjadi dua macam, yaitu sampah organik dan sampah anorganik. Sampah organik adalah sampah yang berasal dari bahan yang nantinya dapat diuraikan oleh mikroorganisme, seperti sayuran, sisa makanan, daun, dan lain sebagainya. Sedangkan sampah anorganik merupakan sampah yang berasal dari bahan non hayati, yang membutuhkan waktu yang sangat lama untuk terurai (Hartati et al., 2019) Sampah organik dibedakan menjadi dua macam, yaitu sampah organik basah yang dimana sampah memiliki kandungan air yang cukup tinggi dan sampah organik kering yang memiliki kandungan air yang rendah, biasanya berasal dari dedaunan kering (Setyawan, 2023).

Masalah sampah masih menjadi isu yang perlu ditangani. Secara umum, permasalahan sampah sering kali terjadi di kawasan perkotaan. Data dari Badan Pusat Statistik (BPS)

menunjukkan bahwa jumlah sampah yang diangkut untuk dikelola oleh pemerintah daerah di pedesaan jauh lebih sedikit, yaitu 4,65%, dibandingkan dengan perkotaan yang mencapai 46,22%. Hal ini menunjukkan bahwa pengelolaan sampah di Indonesia selama ini lebih terfokus pada daerah perkotaan. Sementara itu, di Yogyakarta dan Semarang, komposisi sampah organik mencapai 61,1% dan 62,4%, menunjukkan bahwa sampah organik masih mendominasi jumlah sampah yang dihasilkan (Badan Pusat Statistik, 2020).

Sampah organik yang memiliki kadar air yang tinggi memiliki kecenderungan mudah membusuk. Bau busuk yang berasal dari sampah organik tersebut dapat menimbulkan pencemaran lingkungan dan menimbulkan wabah penyakit (Ekawandani & Anzi Kusuma, 2018). Sampah organik yang dihasilkan oleh masyarakat desa Tegalsari, Weru, Sukoharjo mayoritas adalah sampah dari sisa kegiatan rumah tangga, seperti sisa potongan sayuran, bumbu dapur, buah-buahan busuk, dedaunan, dan ranting pohon. Pengelolaan sampah yang dilakukan oleh masyarakat Desa Tegalsari, Weru, Sukoharjo dilakukan hanya dengan membuang sampah pada bak pembakaran sampah, kadang ada yang dibakar, juga ada yang hingga menimbulkan bau busuk. Dampak dari pengelolaan sampah yang dilakukan masyarakat Desa Tegalsari, Weru, Sukoharjo yang terus menerus dapat mengakibatkan (1) Pencemaran air; (2) Kerusakan ekosistem; (3) Penghambatan aliran air; (4) Terjadinya pendangkalan sungai; dan (5) Mengakibatkan terjadinya banjir (Ardian Hangga Kelana, Titia Erika Sarlota Awom, Saul Weipsa & Sandhiya Mandosir, Yekson Soll, 2025). Untuk mengatasi permasalahan yang terjadi di Desa Tegalsari, Weru, Sukoharjo, maka diperlukan tindakan pengolahan sampah organik berupa pembuatan pupuk kompos.

Pada saat melakukan survei lapangan di masyarakat Desa Tegalsari, Weru, Sukoharjo didapatkan hasil bahwa kurangnya kesadaran masyarakat dalam mengelola sampah hasil rumah tangga. Kebiasaan masyarakat Desa Tegalsari yang sering membakar limbah sampah sisa rumah tangga, menimbun sampah di BIS (tempat pembakaran sampah), tidak melakukan pemilahan sampah, antara sampah organik dan sampah anorganik. Sehingga dapat memicu munculnya berbagai macam penyakit seperti gangguan pernafasan, DBD, diare dan penyakit lainnya yang dapat membahayakan kesehatan masyarakat.

Pengabdian kepada masyarakat di Desa Tegalsari, Weru, Sukoharjo mengenai pengelolaan sampah organik menjadi pupuk kompos perlu dilakukan. Kegiatan ini merupakan salah satu upaya untuk memberikan pengetahuan kepada masyarakat mengenai pengelolaan sampah yang baik dan benar agar dapat mencegah penyakit yang dapat membahayakan masyarakat. Dengan melakukan penyuluhan dan praktik pembuatan pupuk kompos untuk meningkatkan

pengetahuan masyarakat Desa Tegalsari, Weru, Sukoharjo serta kemampuan masyarakat untuk mengolah sampah secara bijak. Kegiatan daur ulang sampah dapat menjadi langkah kecil yang baik, sehingga bisa dimulai dari skala kecil yaitu rumah tangga (Zuhri et al., 2020).

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian ini terdiri dari beberapa tahapan yaitu: sosialisasi dan demonstrasi. Sosialisasi dilakukan dengan cara penyuluhan yang diawali dengan pengisian pretest, proses penyuluhan dan kegiatan posttest. Pengisian pretest menggunakan kuesioner yang terdiri dari 8 pertanyaan terkait pengertian sampah organik dan anorganik, contoh sampah organik dan anorganik serta cara penanganan sampah baik organik maupun anorganik. Kegiatan selanjutnya demonstrasi atau praktik pembuatan kompos. Seletah kegiatan demostrasi maka dilakukan posttest dengan menggunakan pertanyaan yang sama seperti pretest. Berikut secara rinci kegiatan yang telah dilakukan.

1. Sosialisasi sampah dilaksanakan pada hari Senin, 15 Januari 2023 pada pukul 15.30 WIB-Selesai bertempat di RW 05 dengan jumlah 25 peserta. Sosialisasi pengelolaan sampah berisikan mengenai pengertian, macam sampah, pemisahan menurut jenisnya dan pengelolaan sampah dengan benar menurut jenisnya. Pelaksanaan sosialisasi dilakukan dengan memaparkan materi secara ringan terkait sampah. Para peserta antusias mendengarkan paparan materi yang disampiakan oleh tim pengabdian. Paparan materi dilakukan selama 30 menit.

2. Pelatihan, demonstrasi pembuatan kompos. Kompos adalah pupuk organik yang berasal dari pengomposan secara konvensional atau hasil fermentasi yang menggunakan bioaktivator, sehingga pengomposan yangmemerlukan waktu lama dalam prosesnya, bisa dipercepat dengan menggunakan bioaktivator seperti EM4. Bahan baku dalam pembuatan kompos adalah dari sampah organik yang berasal dari sisa-sisa tumbuhan maupun hewan ataudengan sebutan sampah (Asyfiradayati et al., 2012).

Bahan untuk pembuatan kompos sangat mudah diperoleh karena tersedia disekitar kita, dan cara pembuatannya pun sangat mudah semua orang bisa membuat baik dalam skala besar maupun untuk keperluan pekarangan rumah sendiri. Akan tetapi masih kurangnya pengetahuan dan keterampilan tentang pembuatan pupuk kompos berbahan sumber daya lokal, membuat masyarakat enggan untuk membuatnya, maka dari itu perlu adanya pelatihan pembuatan pupuk kompos.

Langkah pembuatan kompos diawali dengan lapisan dasar yang pertama berupa pupuk organik kemudian berturut-turut potongan sampah dedaunan kering, kemudian dilapisi dengan sampah dedaunan hijau, setelah itu ditutup dengan pupuk organik yang lalu disiram dengan cairan EM4/air gula/air bekas cucian beras. Kelembaban yang dibutuhkan dalam pembuatan pupuk kompos ini adalah sekitar 50-60% agar mikroba tetap beraktivitas. Kelembaban yang lebih rendah atau lebih tinggi akan menyebabkan mikroorganisme tidak berkembang atau mati. Selanjutnya dibuat lapisan lagi seperti lapisan pertama dan seterusnya sampai ketinggian maksimal 1,5 m (Dewi et al., 2020).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengelolaan sampah organik adalah nama program intervensi yang terdiri dari sosialisasi Sampah dan demonstrasi pembuatan pupuk kompos dari sampah sisa rumah tangga. Kompos adalah bahan-bahan organik (sampah organik) yang telah mengalami proses pelapukan karena adanya interaksi antara mikroorganisme (bakteri pembusuk) yang bekerja di dalamnya. Bahan-bahan organik tersebut seperti daun, rumput, jerami, sisa-sisa ranting dan dahan, kotoran hewan, rerontokan kembang, dan lain-lain (Azmin et al., 2022). Sampah organik yang tidak terolah dengan baik dapat memberikan dampak buruk bagi kesehatan maupun lingkungan. Pengelolaan sampah yang baik sangat penting untuk menjaga kebersihan lingkungan dan mencegah dampak negatif terhadap kesehatan manusia (Hasibuan, 2023). Pendidikan dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pengelolaan sampah yang baik juga merupakan faktor kunci dalam mencegah penyakit yang disebabkan oleh sampah. Dengan memahami potensi bahaya yang terkait dengan sampah dan mengadopsi praktik-praktik yang ramah lingkungan, masyarakat dapat membantu mengurangi risiko penyebaran penyakit yang berhubungan dengan sampah (Fazri et al., 2023).

Sebelum dimulainya sosialisasi dilakukan pengerjaan *pretest* mengenai materi umum mengenai sampah sebanyak 8 pernyataan. Kemudian dilanjutkan dengan pengisian materi mengenai Sampah dan pengolahannya yang setelah itu dilanjutkan dengan pengisian *posttest* untuk mengetahui peningkatan pengetahuan peserta mengenai sampah dan pengolahannya setelah diberikan penyuluhan.

Tabel 1. Perbedaan Nilai Pretest dan Posttest

	N	Range	Min	Max	Mean	Std. Dev

Pretest	25	40	40	80	66.40	8.602
Postest	25	20	80	100	92.40	8.307
Valid N	25					

Sebanyak 25 responden sebelum pemberian edukasi tentang Sampah memiliki rata-rata skor 66,40 poin, sedangkan setelah pemberian edukasi tentang Sampah mengalami peningkatan rata-rata skor pengetahuan 92,40 poin. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memahami materi terkait penyakit Sampah dari segi pengertian, katergori dari sampah, dan cara pengelolaan sampah. Faktor lain yang memengaruhi tingkat pemahaman responden yaitu melalui media penyuluhan yang menggunakan poster dan penyampaian materi yang dilakukan dengan cara praktik langsung pembuatan pupuk kompos. Pengetahuan paling dominan mempengaruhi pengelolaan sampah masyarakat(nilai t =3,708). Salah satu partisipasi yang bisa melibatkan dan dilakukan oleh masyarakat adalah melalui pengembangan bank sampah, yang merupakan tempat pemilahan dan pengumpulan sampah yang dapat di daur ulang dan atau digunakan ulang yang memiliki nilai ekonomi (Bakhtiar et al., 2022).

Perpaduan metode edukasi ceramah dan diskusi menjadi metode yang tepat karena peserta edukasi tidak hanya pasif mendengarkan edukator tetapi dapat menjadi lebih aktif untuk menyampaikan pendapat, membuat kesimpulan atau memecahkan masalah sesuai materi yang dipelajari (Rahmawati, 2020). Kegiatan pengabdian memberikan dampak yang posistif bagi kelompok sasaran, kegiatan tersebut dapat bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan tindakan masyarakat (Maulita et al., 2024). Outcome pertama dari kegiatan pengabdian berupa antusiasme masyarakat untuk terlibat dalam mengelola limbah makanan dan limbah pasar, sehingga limbah makanan dan limbah pasar disekitar mereka tinggal dapat dimanfaatkan dengan optimal (Purwono et al., 2021).

Masyarakat tidak hanya mengandalkan petugas kesehatan, namun harus berperan aktif dalam berbagai upaya penyehatan baik skala rumah tangga maupun desa tidak terkecuali dalam sanitasi lingkungan. Petugas kesehatan yang hadir hanya memberikan penyuluhan mengenai kesehatan salah satunya mengenai demam berdarah. Pengecekan mengenai sanitasi rumah dan penyuluhan mengenai sanitasi rumah belum diadakan, hal itu membuat kondisi rumah masyarakat masih banyak yang belum dapat dikatan rumah sehat (Wulandari et al., 2019). Metode dalam kegiatan demonstrasi pembuatan pupuk organik

dengan sasaran seluruh lapisan masyarakat yang digunakan yaitu transfer teknologi ini yaitu pemberian materi mengenai cara pembuatan, manfaat, cara penggunaan terlebih dahulu dan demonstrasi. Peserta menyimak paparan dari pemateri yang dilanjutkan dengan demonstrasi pembuatan kompos dengan mengajak aktif para peserta untuk ikut membuat pupuk kompos secara langsung. Alat bahan yang digunakan dalam pelatihan berupa composterbag, sampah-sampah hijau, sampah sisa masakan/sampah dapur, tanah/pupuk kendang/pupuk organik dan cairan EM4.



Gambar 1. Sosialisasi Pembuatan Kompos



Gambar 2. Sosialisasi jenis sampah organic





Gambar 3-4. Demonstrasi pembuatan kompos

Pengomposan ini merupakan salah satu upaya untuk meminimalisasi sampah dengan menerapkan prinsip mengurangi (reduce), memanfaatkan kembali (reuse), dan mendaur ulang (recycle), yang dimulai dari sumbernya (Setyawan, 2023). Pengomposan merupakan suatu metode untuk mengkonversikan bahan-bahan organik menjadi bahan yang lebih sederhana

dengan menggunakan aktivitas mikroba. Pada dasarnya pengomposan adalah dekomposisi dengan menggunakan aktivitas mikroba, oleh karena itu kecepatan dekomposisi dan kualitas kompos tergantung pada keadaan dan jenis mikroba yang aktif selama proses pengomposan. Penguraian secara alami memerlukan waktu yang cukup lama sampai terbentuknya kompos.

SIMPULAN

Pelaksanaan pengabdian masyarakat pelatihan pembuatan pupuk kompos dari sampah organic telah berjalan dengan baik. Peningkatan skor rata-rata sebelum sebesar 66.40 dan sesudah dilakukan penyuluhan sebesar 92.40. Masyarakat juga dapat melakukan praktek pembuatan kompos dengan benar sehingga dapat terkurangi volume sampah organik yang ada di Desa Tegalsari. Diharapkan kegiatan ini dapat menjadi model edukasi lingkungan di desa lain

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan dukungan dana sehingga terlaksananya pengabdian ini dan pemerintahan Desa Tegalsari yang mengijinkan kami melakukan pengabdian serta ucapan terimakasih kepada masyarakat Desa Tegalsari yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat sampai selesai dengan penuh antusias dan semangat. Semoga menjadi amal jariyah bagi kami dan masyarakat Desa Tegalsari.

DAFTAR PUSTAKA

Ardian Hangga Kelana, Titia Erika Sarlota Awom, Saul Weipsa, E. B., & Sandhiya Mandosir, Yekson Soll, H. M. L. M. (2025). *Analisis Dampak Pembuangan Sampah terhadap Lingkungan di sekitar Sungai Acai Kota Jayapura*. *4*(9), 1–23.

Asyfiradayati, R., Suswardany, D. L., & Astuti, D. (2012). Lumpur Aktif Mengungguli Effective Microorganism-4 Sebagai Starter Pengomposan Sampah Dedaunan Di RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta. *Jurnal Kesmasindo*, *5*(2), 136–153. http://jos.unsoed.ac.id/index.php/kesmasindo/article/view/41

Azmin, N., Irfan, Nasir, M., Hartati, & Nurbayan, S. (2022). Pelatihan Pembuatan Pupuk Kompos Dari Sampah Organik Di Desa Woko Kabupaten Dompu. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *1*(3), 137–142.

Badan Pusat Statistik. (2020). *Statistik Lingkungan Hidup Indoesia:Air dan Lingkungan* (pp. 1–17).

Bakhtiar, B., Ginting, D., & M Silitonga, E. (2022). Perilaku Masyarakat Terhadap Pengelolaan Sampah Rumah Tangga Di Desa Meunasah Alue Ie Puteh Kabupaten Aceh Utara. *Al-Tamimi Kesmas: Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat (Journal of Public Health Sciences)*, *11*(2), 87–93. https://doi.org/10.35328/kesmas.v11i2.2244

Dewi, I. nurani, Royani, I., Sumarjan, S., & Jannah, H. (2020). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Pengelolaan Sampah Skala Rumah Tangga Menggunakan Metode Komposting. *Sasambo: Jurnal Abdimas (Journal of Community Service)*, *2*(1), 12–18. https://doi.org/10.36312/sasambo.v2i1.172

Ekawandani, N., & Anzi Kusuma, A. (2018). Pengomposan Sampah Organik (Kubis Dan Kulit Pisang) Dengan Menggunakan EM4. *Arini Anzi Kusuma TEDC*, *12*(1), 38–43.

Fazri, A., Darmawan, D., Iskandar, A., Zuhri, A., Amri, S., & Syam, F. (2023). Sosialisasi Lingkungan Sehat Bebas dari Sampah dan Vektor Penyakit dengan Konsep Pemberdayaan Masyarakat. *Lok Seva: Journal of Contemporary Community Service*, *2*(1), 45. https://doi.org/10.35308/lokseva.v2i1.6443

Hartati, H., Azmin, N., Andang, A., & Hidayatullah, M. E. (2019). Pengaruh Kompos Limbah Kulit Kopi (Coffea) Terhadap Pertumbuhan Tanaman Kacang Panjang (Vigna sinensis L.). *Florea : Jurnal Biologi Dan Pembelajarannya*, *6*(2), 71. https://doi.org/10.25273/florea.v6i2.4395

Hasibuan, M. R. R. (2023). Manfaat Daur Ulang Sampah Organik Dan Anorganik Untuk Kesehatan Lingkungan. *Jurnal Ilmiah Lingkungan* , *2*(3), 1–11.

Maulita, N. R., Khomsah, A., Zhafira, S., Aditama, M. P., Ilma, L. A., Nuralif, M. H., Berliana, R., Nur, A., Affindha, A. R., Purwanto, F. R., Hafizhah, N., Anitasari, T., & Kusumaningrum, I. (2024). *PEMBERDAYAAN MASYARAKAT MELALUI PROGRAM PA ' DART Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan , Universitas Muhammadiyah Surakarta Puskesmas Weru , Sukoharjo Email : j410200054@student.ums.ac.id Sampah adalah salah satu masalah faktual yang*. 420–433.

Purwono, Ristiawan, A., Unnatiq Ulya, A., Juniatmoko, R., & Puji Astuti, S. (2021). Peningkatan Keterlibatan Masyarakat dan Nilai Ekonomi Limbah Rumah Tangga dan Pasar melalui Budidaya Maggot Black Soldier Fly. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, *6 (2)*(1. Dewi I nurani, Royani I, Sumarjan S, Jannah H. Pemberdayaan Masyarakat Melalui Pengelolaan Sampah Skala Rumah Tangga

Menggunakan Metode Komposting. Sasambo J Abdimas (Journal Community Serv. 2020;2(1):12–8. 2), 610–618. https://doi.org/10.30653/002.202062.546

Rahmawati, A. (2020). Education Method of Lectures and Discussionstoward Health Cadre Ability in Early Detection of Dengue Hemorrhagic Fever. *Jurnal Ilmiah Pamenang*, *2*(1), 50–55.

Setyawan, S. (2023). Sosialisasi Dan Kepelatihan Pengelolaan Sampah Organik Menjadi Eco Enzyme Di Guwosari Training Center, Pajangan, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal Abdimas Indonesia*, *3*(2), 140–150. https://doi.org/10.53769/jai.v3i2.452

Wulandari, W., Kartikasari, D. A., & Ratri, L. P. (2019). Peran Petugas Kesehatan Terhadap Sanitasi Rumah Di Kelurahan Semanggi Kota Surakarta. *Jurnal Kesehatan*, *12*(1), 40–45. https://doi.org/10.23917/jk.v12i1.8939

Zuhri, T. S., Cahyanti, E. T., Alifa, E. frida akmalia, & Asyfiradayati, R. (2020). Daur Ulang Limbah Sampah melalui Metode Ecobrick di Desa Jatisari, Kecamatan Sambi, Kabupaten Boyolali. *Proceeding of The URECOL*, 229–236. http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/922

Strategi Pemberantasan Nyamuk *Aedes aegypti* melalui Penyuluhan DBD dan Pembuatan *Ovitrap* di Dusun 3 Desa Tegalsari, Weru, Sukoharjo

Ahmad Rijani[1], Ameilia Nurhadiyastuti[2], Salma Chintana Putri[3], Najma Thaula Sari Dewi[4], Ilma Khoirunissa[5*], Siska Oktaviani Pratiwi[6], Isnaini Anjar Pangestuti[7], Puspita Intan Pratiwi[8], Sri Utami[9], Dwi Linna Suswardany[10]

[1,2,3,4,5,6,7,8,10]Prodi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Jl. A. Yani Tromol Pos I, Pabelan Kartasura, Sukoharjo 57169, Indonesia
[9]Puskesmas Weru, Kabupaten Sukoharjo, Indonesia

E-mail *corresponding author*: j410239082@student.ums.ac.id*

ABSTRAK

Pendahuluan: Demam Berdarah Dengue (DBD) masih menjadi masalah kesehatan di Indonesia, salah satunya di Dusun 3 Desa Tegalsari, Kecamatan Weru, Kabupaten Sukoharjo. Dalam survei mawas diri mahasiswa menemukan beberapa rumah warga positif jentik dan untuk kebersihan lingkungan masih kurang. Meskipun demikian tingkat pemahaman masyarakat tentang DBD sudah sangat bagus. Tujuan dari program Praktik Belajar Lapangan (PBL) 1 adalah untuk menyelesaikan permasalahan kesehatan yang ada pada lingkungan Dusun 3 Desa Tegalsari, Kecamatan Weru dengan melakukan penyuluhan, pelatihan pembuatan ovitrap dan pembuatan poster 3M Plus. Dampak yang diharapkan adanya program tersebut diharapkan Masyarakat dapat memiliki pemahaman, kesadaran dan keahlian dalam pencegahan Demam Berdarah Dengue (DBD).
Metode: Metode pelaksanaan program PBL-1 yang dilakukan adalah penyuluhan, diskusi dan pelatihan. Target PBL-1 yang diharapkan yaitu peningkatan pemahaman mengenai penyakit dan cara pencegahan Demam Berdarah Dengue (DBD).
Hasil: Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan masyarakat dari skor rata-rata 7,88 menjadi 8,82 (p=0,004).
Simpulan: Peningkatan rata-rata nilai pre-test dan post-test menunjukkan bahwa materi yang disampaikan dalam sosialisasi berhasil meningkatkan pemahaman peserta tentang pencegahan DBD.

Kata kunci: Demam Berdarah Dengue, penyuluhan kesehatan, pembuatan ovitrap

ABSTRACT

Introduction: *Dengue Hemorrhagic Fever (DHF) is still a health problem in Indonesia, one of which is in Hamlet 3 Tegalsari Village, Weru District, Sukoharjo Regency with health problems. In a self-awareness survey, students found several residents' houses positive for mosquito larvae and environmental cleanliness was still lacking. However, the level of community understanding about DHF is very good. The purpose of the Field Learning Practice (PBL) 1 program is to solve health problems in the environment of Hamlet 3 Tegalsari Village, Weru District by conducting counseling, training in making ovitraps and making 3M Plus posters. The expected impact of the program is that the community can have an understanding, awareness and expertise in preventing Dengue Hemorrhagic Fever (DHF).*

Method: *The implementation method of the PBL-1 program carried out is counseling, discussion and training. The expected target of PBL-1 is to increase understanding of the disease and how to prevent Dengue Hemorrhagic Fever (DHF).*

Results: *Results showed an increase in community knowledge from a mean score of 7.88 to 8.82 (p=0.004).*

Conclusion: *The increase in the average pre-test and post-test scores showed that the material presented in the socialization succeeded in increasing participants' understanding of dengue prevention.*

Keywords*: Dengue fever, health education, ovitrap making*

PENDAHULUAN

Penyakit Demam Berdarah Dengue (DBD) disebabkan oleh infeksi virus Dengue yang bertransmisi melalui gigitan nyamuk *Aedes aegypti* dan *Aedes albopictus*. Penyakit DBD muncul sepanjang tahun dan dapat diderita seluruh kalangan usia. Kemunculan penyakit ini sendiri berkaitan erat dengan perilaku masyarakat dan kondisi lingkungan (Kemenkes, 2016). Demam berdarah terus menjadi masalah kesehatan serius di dunia. Studi dari World Health Organization (WHO) memperkirakan sekitar 2,5 milyar atau 40% penduduk dunia di negara tropis dan subtropis berisiko tinggi terinfeksi virus Dengue. Per 30 April 2024, lebih dari 7,6 juta kasus demam berdarah telah dilaporkan ke WHO pada tahun 2024, termasuk 3,4 juta kasus yang dikonfirmasi, lebih dari 16.000 kasus parah, dan lebih dari 3000 kematian. Sementara peningkatan substansial dalam kasus demam berdarah telah dilaporkan secara global dalam lima tahun terakhir, peningkatan ini khususnya terlihat di Kawasan Amerika, di mana jumlah kasus telah melampaui tujuh juta pada akhir April 2024, melampaui rekor

tahunan sebesar 4,6 juta kasus pada tahun 2023. Pada tahun 2024, hingga 1 Juli, tercatat 149.866 kasus DBD terkonfirmasi di Indonesia. Angka ini sekitar tiga kali lipat lebih tinggi dibandingkan periode yang sama pada tahun 2023. Kasus DBD dilaporkan terjadi di 465 kabupaten di seluruh 38 provinsi di Indonesia, yang mengakibatkan 884 kematian.

Untuk Kabupaten Sukoharjo, jumlah penderita DBD pada tahun 2023 menurun dibandingkan tahun 2022. Berturut-turut kejadian kesakitan DBD 5 tahun terakhir adalah tahun 2023 sebanyak 233 kasus, 2022 sebanyak 637 kasus, 2021 sebanyak 222 kasus, 2020 sebanyak 185 kasus, dan tahun 2019 sebanyak 317 kasus, yang tersebar di 12 kecamatan. Menurut catatan Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo, kasus Demam Berdarah Dengue atau DBD di Kabupaten Sukoharjo telah mencapai lebih dari 100 kasus. Mayoritas yang terkena kasus DBD yaitu anak-anak, sebanyak 102 anak-anak berusia antara 2 hingga 10 tahun yang terkena DBD. Dari data yang ada, Kecamatan Weru menjadi salah satu daerah dengan jumlah kasus DBD terbanyak dibandingkan dengan daerah lain di sekitarnya yaitu sebanyak 51 kasus.

Menurut Respati et al (2015), kejadian DBD dipengaruhi oleh faktor pendidikan, sanitasi, pengetahuan terkait gejala dan persepsi mengenai DBD. Hasil penelitian tersebut didukung dengan penelitian Ratnawati (2016) yang menyatakan tingkat pengetahuan tinggi mengenai DBD yang dimiliki oleh responden berpeluang lebih tinggi untuk berperilaku baik dalam pencegahan penyakit DBD dibandingkan responden yang berpengetahuan rendah. Dalam mencegah penyebaran wabah DBD, Departemen Kesehatan RI mengerahkan beberapa upaya, salah satunya program 3M Plus, yang berarti menguras, menutup, dan memanfaatkan kembali. Menguras diartikan sebagai kegiatan membersihkan dan menguras wadah penampungan air, seperti kendi, bak mandi, toren air, dan wadah lainnya. Menutup merupakan aktivitas menutup rapat wadah penampungan air agar tidak menjadi sarang perkembangbiakan nyamuk. Di sisi lain, memanfaatkan kembali berarti menggunakan ulang barang bekas yang dapat menjadi sarang nyamuk. Plus dalam program tersebut seperti menggunakan obat antinyamuk, memberikan larvasida pada wadah air yang susah terkuras, dan lainnya (Kemenkes, 2019).

Tidak ada pengobatan khusus untuk demam berdarah. Fokusnya adalah mengobati gejala nyeri. Sebagian besar kasus demam berdarah dapat diobati di rumah dengan obat pereda nyeri. Asetaminofen (parasetamol) sering digunakan untuk mengendalikan rasa sakit. Obat antiinflamasi nonsteroid seperti ibuprofen dan aspirin dihindari karena dapat meningkatkan risiko pendarahan, Bagi penderita demam berdarah yang parah, rawat inap seringkali dibutuhkan. Menurut Kementerian Kesehatan (Kemenkes), cara mencegah DBD

yang dapat kita lakukan secara bersama di lingkungan sekitar kita dengan Pemberantasan Sarang Nyamuk (PSN). Langkah ini biasa disebut dengan 3M Plus, yaitu: Menguras tempat penampungan air, menutup rapat tempat penampungan air, memanfaatkan atau mendaur ulang barang bekas yang berpotensi menjadi sarang nyamuk. Berbagai metode dapat dilakukan untuk mendeteksi keberadaan populasi nyamuk *Aedes aegypti* sp, di antaranya: survei larva, survei pupa, survei nyamuk dewasa, dan survei telur. Survei telur terbukti cukup efektif untuk mendeteksi keberadaan populasi nyamuk *Aedes aegypti* sp, biasanya dengan menggunakan ovitrap atau perangkap telur, penggunaan ovitrap terbukti berhasil menurunkan populasi nyamuk (Cahyati, 2016). Populasi vektor DBD bisa didapatkan melalui penahanan nyamuk dewasa, melalui perangkap telur ovitrap (terutama wilayah yang tingkatan kepadatan nyamuknya) (Fatmawati, 2014). Pemasangan ovitrap di dalam rumah menunjukkan nyamuk *Aedes aegypti* sp lebih banyak dibandingkan Aedes Albopictus, hal ini disebabkan nyamuk Aedes Albopictus lebih banyak ditemukan diluar rumah dibandingkan di dalam rumah terutama di kebun dan tanah kosong yang memiliki vegetasi rapat (Wahidah, 2016). Jika menggunakan ovitrap maka telur nyamuk akan didapatkan di dinding kontainer dekat dengan permukaan air. Larva *Aedes aegypti* sp dapat hidup di air jernih dan tanah serta terdapat bahan organik (Hidayati, 2017). Ovitrap didesain untuk mengundang nyamuk dewasa untuk bertelur di atas permukaan ovitrap selanjutnya telur akan masuk di dalam penampung air. Ovitrap dapat memakai ember atau botol bekas dan kain kasa. Penggunaan ovitrap sebenarnya dapat dilakukan dengan mudah dan dapat diterapkan di mana saja tanpa menimbulkan efek negatif terhadap lingkungan (Rati, 2016). Menurut Alfiantya (2018) bahwa biaya pembuatan ovitrap yang murah dan kemampuan ovitrap untuk digunakan dalam jangka waktu lama tanpa perawatan khusus dapat dimanfaatkan dalam penggunaan jangka panjang dan juga pada skala yang lebih luas.

Ovitrap pertama kali dikembangkan oleh Fay dan Eliason pada tahun 1996, kemudian digunakan oleh Central for Diseases Control and Prevention (CDC) dalam surveilan Ae. aegypti. Alat ini telah berhasil diterapkan di Singapura dengan memasang 2.000 ovitrap. Ovitrap mudah dilakukan dan dapat diterapkan dimana saja dan tidak menimbulkan dampak negatif pada lingkungan seperti halnya pengasapan. Oleh karena itu, kegiatan yang kami berikan yaitu dengan memberikan penyuluhan tentang 3M plus dan ovitrap kepada perwakilan warga Dusun 3 Tegalsari, Kecamatan Weru dikarenakan Kecamatan Weru memiliki angka tertinggi kejadian DBD di Sukoharjo serta kurangnya kesadaran masyarakat. Dengan adanya kegiatan ini, bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan mengenai pencegahan DBD dan praktik pembuatan ovitrap serta diharapkan dapat meningkatkan

kesadaran terhadap kebersihan lingkungan sekitar. Adapun manfaat yang diperoleh dari kegiatan penyuluhan dan praktik pembuatan ovitrap ini yaitu para warga lebih mengetahui pentingnya kebersihan lingkungan sebagai upaya yang lebih efektif dalam pencegahan DBD.

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan pengabdian dalam kegiatan Praktik Belajar Lingkungan (PBL) 1 di Dusun 3, Desa Tegalsari, Kecamatan Weru, Kabupaten Sukoharjo, adalah analisis kejadian dari fakta yang telah kami dapatkan di lapangan yang melibatkan dua pendekatan utama, edukasi berupa penyuluhan dan pelatihan.

Berikut prosedur kegiatan yang dilakukan yaitu:

1. Identifikasi dilaksanakan melalui kegiatan Survei Mawas Diri (SMD) dan pengamatan lingkungan untuk mendapatkan informasi yang akurat terkait permasalahan yang terjadi di Dusun 3, Desa Tegalsari. Survei ini menemukan bahwa kurangnya kesadaran Masyarakat untuk sering menguras atau mengganti air karena ditemukan jentik sebanyak 33 di dalam wadah dan bangunan positif jentik sebanyak 31.
2. Perencanaan program kerja melalui Musyawarah Masyarakat Desa pada Jum'at 1 November 2024. Pada kegiatan ini dihadiri Kepala Desa, Bidan Desa, Ketua RT, Ketua RW dan Ketua Karang Taruna. Dengan hasil yang didapatkan adalah penyuluhan Penyakit DBD. belajar Bersama mengenai pencegahan DBD dan pemberian poster 3M Plus.
3. Persiapan materi dan bahan pelatihan, materi yang diberikan berupa dalam bentuk ppt dan penyampaian dari 2 orang anggota sebagai pemateri, dilanjutkan dengan persiapan bahan pelatihan berupa karet, kain kasa dan isolasi untuk pembuatan ovitrap, dan pembuatan poster 3M Plus.
4. Pelaksanaan program kerja utama dilaksanakan pada hari Selasa, 12 November 2024 pada jam 19.30-21.00 WIB, berlokasi di rumah Ketua RT 01 RW 06 Desa Tegalsari. Acara ini dihadiri oleh 35 orang warga Dusun 3 Desa Tegalsari. Program mencakup sesi edukasi dengan metode ceramah bertemakan SEHATI (Sehat Higienis Tiap Hari) dengan 3M dan pelatihan pembuatan Ovitrap.
5. Pre-test mengenai pengetahuan warga Dusun 3 Desa Tegalsari mengenai DBD. Pre-test dilakukan selama 10 menit dengan menggunakan pertanyaan tertutup (benar/salah) sebanyak 10 pertanyaan.

6. Edukasi melalui penyuluhan yang mencakup informasi mengenai penyakit DBD dan cara pencegahannya.
7. Post-test dilaksanakan setelah pemateri selesai menyampaikan materi mengenai informasi penyakit DBD dan cara pencegahannya. Post-test dilakukan selama 5 menit dengan menggunakan pertanyaan tertutup (benar/salah) sebanyak 10 pertanyaan. Selanjutnya hasil pre-test dan post-test akan di analisis menggunakan spss untuk mengetahui apakah terdapat peningkatan pengetahuan bagi warga atau tidak.
8. Pelatihan pembuatan ovitrap. Ovitrap merupakan suatu perangkap untuk tempat bertelur nyamuk Aedes yang pada bagian atasnya diberi kasa sehingga setelah telur menjadi nyamuk dewasa makaia terperangkap sehingga tidak bisa terbang. Selain dapat mengurangi jumlah nyamuk dan jentik ovitrap dapat mengurangi keberadaan sampah botol pada rumah warga.
9. Pelaksanaan program kerja tambahan dilaksanakan pada hari Kamis, 14 November 2024 pada jam 08.00-10.00 WIB, berlokasi di BA Aisyiyah Tegalsari. Acara ini dihadiri 47 siswa BA Aisyiyah. Program mencakup sesi penyampaian materi, video edukasi dan mewarnai dengan tema lingkungan.
10. Pre-test mengenai pengetahuan siswa BA Aisyiyah mengenai contoh gambar lingkungan bersih dan kotor, dilaksanakan dengan cara mengacungkan jari pada jawaban yang dirasa benar sebanyak 3 pertanyaan.
11. Penyampaian video tentang DBD dari youtube, penyampaian materi dari poster dan menyanyikan lagu tentang PSN.
12. Post-test dilaksanakan setelah penyampaian video dan penyampaian materi dari poster.
13. Siswa BA Aisyiyah mewarnai dengan tema membersihkan lingkungan. Dilanjutkan dengan pemberian hadiah

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. SEHATI 3M Plus (Sehat dan Higienis Setiap Hari dengan 3M Plus)

Kegiatan SEHATI 3M Plus merupakan kegiatan sosialisasi mengenai upaya pencegahan Demam Berdarah Dengue (DBD) guna memberikan solusi terhadap permasalahan tersebut. Sosialisasi ini dimaksudkan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai gerakan 3M Plus, yaitu Menguras, Menutup, dan Mendaur ulang, ditambah langkah-langkah tambahan seperti menggunakan obat nyamuk atau memelihara ikan pemakan jentik. Dengan adanya sosialisasi ini, masyarakat diharapkan lebih memahami langkah yang tepat dalam memberantas sarang nyamuk, terutama jika sudah

terdapat jentik nyamuk di tangki air kamar mandi, tempat penampungan air lainnya, atau lingkungan sekitar rumah.

Melalui kegiatan ini, masyarakat juga diberikan edukasi tentang pentingnya keterlibatan aktif dalam menjaga kebersihan lingkungan untuk memutus siklus hidup nyamuk *Aedes aegypti*. Selain itu, penekanan pada penggunaan inovasi tambahan, seperti memanfaatkan larvasida, menjadi bagian penting dalam upaya preventif yang efektif. Dengan pengetahuan yang lebih baik, diharapkan angka kasus DBD dapat diminimalisir secara signifikan.

Pada hari Selasa, 12 November 2024, kegiatan SEHATI 3M Plus berlangsung di rumah Kepala Dusun (Kadus) 3 Desa Tegalsari. Peserta dalam kegiatan ini diperuntukkan bagi warga Dusun 3 Desa Tegalsari, dengan jumlah yang hadir sebanyak 35 orang. Tujuan dari kegiatan sosialisasi SEHATI ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran warga Dusun 3 dalam pencegahan DBD dengan menggunakan 3M Plus.

Sebelum sosialisasi SEHATI 3M Plus dilaksanakan, peserta yang hadir diberikan lembar pre-test untuk menilai tingkat pengetahuan masyarakat sebelum menyampaikan materi. Selanjutnya, kegiatan sosialisasi disampaikan dengan metode ceramah yang diselingi beberapa pertanyaan sehingga terjadi interaksi antara pemateri dan peserta. Media yang digunakan dalam sosialisasi ini adalah presentasi dengan menggunakan PowerPoint, yang dilengkapi dengan gambar dan video untuk mempermudah pemahaman peserta.

Materi yang disampaikan dalam pemaparan meliputi pengertian penyakit DBD, ciri-ciri nyamuk *Aedes aegypti*, tempat perkembangbiakan nyamuk *Aedes aegypti*, tanaman anti nyamuk yang mudah ditanam di rumah, ikan pemakan jentik nyamuk seperti ikan cupang dan guppy, serta sebagian besar membahas tentang langkah-langkah 3M Plus. Untuk membuat peserta lebih terlibat, pemateri juga memberikan contoh nyata dari kasus DBD yang pernah terjadi di lingkungan sekitar dan menghubungkannya dengan pentingnya penerapan 3M Plus.

Setelah pemaparan materi selesai, peserta kemudian dibagikan lembar post-test untuk mengukur peningkatan pemahaman mereka. Hasil pre-test dan post-test ini digunakan sebagai evaluasi untuk menilai efektivitas kegiatan sosialisasi serta sebagai dasar untuk perencanaan kegiatan lanjutan jika diperlukan.

Hasil pre-test pada sosialisasi DBD menunjukkan bahwa pemahaman responden tentang pengertian DBD menunjukkan angka benar sebesar 85,29%, sedangkan yang salah sebesar 14,7%. Untuk mengenali ciri-ciri nyamuk *Aedes aegypti*, 76,47% responden

menjawab benar, dan 23,52% menjawab salah. Sebanyak 94,11% responden memahami gejala DBD dengan benar, dan hanya 5,88% yang salah. Pemahaman tentang perkembangan nyamuk memiliki jawaban benar sebanyak 52,94% dan salah 47,05%. Semua responden (100%) memahami konsep PSN (Pemberantasan Sarang Nyamuk) dengan benar. Dalam hal partisipasi masyarakat terhadap 3M Plus, sebanyak 97,05% menjawab benar, dan hanya 2,94% yang salah. Pemahaman tentang kegiatan 3M Plus menunjukkan jawaban benar sebesar 79,41%, sedangkan yang salah sebanyak 20,58%. Pemanfaatan TOGA (Tanaman Obat Keluarga) anti nyamuk memiliki angka benar sebesar 47,05%, dan salah sebanyak 52,94%. Mengenai ikan pemangsa jentik, 97,05% responden menjawab benar, sedangkan 2,94% menjawab salah.

Hasil post-test pada sosialisasi DBD menunjukkan bahwa pemahaman responden tentang pengertian DBD meningkat, dengan 88,23% menjawab benar dan 11,76% menjawab salah. Hanya 20,58% responden yang mengenali ciri-ciri nyamuk *Aedes aegypti* dengan benar, sementara 79,41% masih salah. Sebanyak 91,17% responden memahami gejala DBD dengan benar, dan hanya 8,82% yang salah. Pemahaman tentang perkembangan nyamuk menunjukkan 91,17% jawaban benar dan 8,82% jawaban salah. Semua responden (100%) memahami konsep PSN (Pemberantasan Sarang Nyamuk) dengan benar. Sebanyak 94,11% responden memahami detail tambahan tentang PSN, dan hanya 5,88% yang salah. Pemahaman partisipasi 3M Plus mencapai 88,23% jawaban benar, dengan 11,76% jawaban salah. Sebanyak 97,05% responden memahami kegiatan 3M Plus dengan benar, dan hanya 2,94% yang salah. Pemanfaatan TOGA (Tanaman Obat Keluarga) anti nyamuk dipahami dengan benar oleh 94,11% responden, dan hanya 5,88% yang salah. Semua responden (100%) memahami fungsi ikan pemangsa jentik dengan benar. Secara keseluruhan, hasil post-test menunjukkan peningkatan pemahaman pada sebagian besar aspek sosialisasi, meskipun masih ada beberapa poin yang memerlukan perhatian lebih, terutama dalam mengenali ciri nyamuk *Aedes aegypti*.

Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, dapat diketahui bahwa sebelum diberikan sosialisasi rata-rata skor pengetahuannya sebesar 7,88 poin, sedangkan setelah diberikan sosialisasi skornya meningkat sebesar 0,94 poin yaitu sebesar 8,82 pada 13 orang. Dari hasil pengolahan data, peningkatan rata-rata nilai ini menunjukkan bahwa materi yang disampaikan dalam sosialisasi berhasil meningkatkan pemahaman peserta tentang pencegahan DBD. Selain itu, peserta juga menyatakan bahwa metode ceramah interaktif dan media presentasi yang digunakan membantu mereka lebih mudah memahami informasi yang diberikan.



Gambar 1. Mengerjakan Pre-test



Mengerjakan Post-test

b. Praktik Pembuatan Ovitrap

Praktik pembuatan ovitrap ini merupakan kelanjutan dari kegiatan sosialisasi SEHATI 3M Plus. Setelah dilakukan sosialisasi, diharapkan masyarakat dapat memanfaatkan barang bekas berupa botol plastik menjadi ovitrap sehingga dapat digunakan sebagai sarana pencegahan berkembangnya jentik nyamuk.

Ovitrap merupakan salah satu metode pengendalian demam berdarah dengan cara mengurangi populasi nyamuk *Aedes aegypti*. Salah satu alat yang dapat digunakan untuk surveilans, mengendalikan dan menurunkan densitas vektor Aedes Sp. yang disarankan oleh WHO (World Health Organization) adalah ovitrap (oviposition trap), yang terbukti efektif mendeteksi keberadaan dan menurunkan populasi nyamuk Aedes Sp. (Prameswarie et al., 2024). Penggunaan ovitrap merupakan salah satu alternatif pengendalian yang sangat efektif, terutama dalam mendeteksi keberadaan nyamuk Aedes sp. pada suatu daerah dengan tingkat kepadatan populasi nyamuk yang rendah. Ovitrap memiliki banyak kelebihan, antara lain data yang dihasilkan lebih valid, ekonomis, dan sensitif dibandingkan dengan metode survei manual. Selain itu, ovitrap mudah digunakan oleh masyarakat dan tidak memerlukan teknologi canggih, sehingga cocok untuk diterapkan di berbagai lingkungan. Penggunaannya juga dapat membantu memutus siklus hidup nyamuk Aedes sp., karena perangkap ini dirancang untuk menarik nyamuk bertelur

dan kemudian memusnahkan telur-telur tersebut. Ovitrap sangat efektif dalam mendukung program pengendalian vektor demam berdarah yang terintegrasi, sekaligus menjadi alat bantu dalam memantau keberhasilan program pencegahan DBD di masyarakat (Tomia, 2020).

Kegiatan praktik pembuatan ovitrap ini dilaksanakan pada hari yang sama dengan sosialisasi SEHATI 3M Plus, yaitu pada hari Selasa, 12 November 2024. Sasaran kegiatan ini adalah warga Dusun 3 Desa Tegalsari, dengan jumlah peserta yang hadir sebanyak 35 orang, sama dengan jumlah peserta kegiatan sosialisasi sebelumnya. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan masyarakat Dusun Tegalsari 3 dalam mendaur ulang barang-barang bekas, khususnya botol plastik, menjadi alat yang bermanfaat untuk pencegahan berkembangnya nyamuk.

Selain itu, peserta juga diberikan penjelasan tentang pentingnya menjaga keberlanjutan penggunaan ovitrap di lingkungan rumah masing-masing sebagai bagian dari upaya mandiri dalam pengendalian populasi nyamuk. Dengan menggabungkan pengetahuan dari sosialisasi SEHATI 3M Plus dan keterampilan praktik pembuatan ovitrap, kegiatan ini diharapkan dapat memotivasi masyarakat untuk lebih aktif dalam mengelola lingkungan dan memanfaatkan limbah plastik menjadi alat yang bermanfaat.

Pembuatan ovitrap dari botol plastik melibatkan beberapa langkah sederhana. Pertama, buka tutup botol lalu potong botol menjadi dua bagian. Bagian tutup botol yang sudah dilepas kemudian diberi kain kasa, yang diikatkan pada mulut botol menggunakan karet gelang. Setelah itu, bagian tutup botol dipasang terbalik ke dalam bagian bawah botol yang sudah dipotong. Kemudian, potong plastik hitam agar lebih lebar dan bungkus botol bekas tersebut hingga tertutup sempurna. Rekatkan plastik hitam pada botol dengan menggunakan selotip atau insulasi untuk memastikan tidak ada celah. Isi botol dengan air hingga jaring di mulut botol terendam. Untuk menjaga efektivitas, air dalam botol ovitrap harus diganti satu minggu sekali. Konsistensi ini sangat penting untuk menekan berkembangnya jentik nyamuk.

Selama praktik pembuatan ovitrap, suasana kegiatan berlangsung dengan penuh antusiasme. Peserta saling membantu dan berbagi tips dalam menyelesaikan ovitrap mereka. Beberapa peserta yang lupa membawa bahan latihan bergabung dengan peserta lain untuk belajar bersama dan mendapatkan informasi secara langsung. Antusiasme ini menunjukkan semangat warga untuk ikut serta dalam upaya pencegahan demam berdarah melalui langkah-langkah sederhana yang dapat diterapkan di lingkungan rumah masing-masing.

Setelah praktik, peserta diminta untuk membawa hasil ovitrap buatan mereka ke rumah masing-masing dan mempraktikkan penggunaannya. Harapannya, kebiasaan ini dapat menjadi langkah kolektif warga dalam mencegah penyebaran DBD secara berkelanjutan, sekaligus memanfaatkan limbah plastik untuk tujuan yang lebih bermanfaat.



Gambar 3. Praktik Pembuatan Ovitrap



Gambar 4. Hasil Praktik Pembuatan

c. Menyingkap Manfaat 3M Plus

Pada program ini, kami melaksanakan kegiatan yang diberi nama "Menyingkap Manfaat 3M Plus" kepada anak-anak Bustanul Athfal Aisyiyah pada hari Kamis, 14 November 2024. Dalam kegiatan ini, anak-anak diajak untuk lebih peka terhadap kebersihan lingkungan dengan cara membedakan gambar lingkungan bersih dan lingkungan kotor melalui pertanyaan-pertanyaan interaktif. Setelah itu, anak-anak diberikan materi tentang cara mencegah penyakit demam berdarah dengan melakukan Gerakan 3M Plus, yaitu Menguras, Menutup, dan Mendaur ulang, ditambah tindakan tambahan seperti menjaga kebersihan dan penggunaan obat nyamuk.

Kegiatan ini dilanjutkan dengan menyanyikan lagu-lagu tentang Pemberantasan Sarang Nyamuk (PSN) yang bertujuan untuk menanamkan pesan kesehatan dengan cara yang menyenangkan dan mudah diingat oleh anak-anak. Setelah serangkaian pemaparan, anak-anak dibagikan kertas mewarnai dengan tema lingkungan. Untuk kelas A, diberikan gambar orang yang membuang sampah ke sungai sebagai contoh lingkungan yang kotor,

sedangkan kelas B diberikan gambar orang yang sedang membersihkan halaman sebagai contoh lingkungan yang bersih.

Aktivitas mewarnai ini tidak hanya mengasah kreativitas anak-anak tetapi juga memperkuat pemahaman mereka tentang pentingnya menjaga kebersihan lingkungan. Anak-anak terlihat antusias dalam mengikuti kegiatan, dan pendidik memberikan bimbingan serta penjelasan tambahan saat mereka mewarnai. Dengan metode yang menyenangkan ini, diharapkan anak-anak dapat lebih memahami konsep menjaga kebersihan lingkungan dan berperan sebagai agen perubahan kecil di keluarga masing-masing.

Setelah serangkaian pertanyaan, anak-anak diminta untuk mengidentifikasi foto lingkungan bersih dan lingkungan kotor. Hasilnya, 100% anak-anak mampu membedakan kedua jenis lingkungan tersebut dengan tepat. Hal ini menunjukkan bahwa mereka memiliki pemahaman dasar yang baik tentang kebersihan dan kesehatan lingkungan. Pertanyaan berikutnya menyoroti foto seseorang yang membuang air yang mengandung jentik nyamuk. Seorang anak dengan antusias menjawab bahwa membuang genangan air tersebut bertujuan untuk mencegah penyebaran nyamuk pembawa penyakit demam berdarah.

Ketika pemateri bertanya mengenai jenis nyamuk penyebab penyakit demam berdarah, salah satu anak dengan percaya diri menyebutkan nama nyamuk tersebut adalah *Aedes aegypti*, sebuah jawaban yang menunjukkan pemahaman dari materi yang disampaikan. Untuk pertanyaan terakhir, anak-anak ditanya mengenai kebiasaan mereka dalam membuang sampah. Semua anak dengan kompak menjawab bahwa mereka selalu membuang sampah ke tempat sampah.

Melalui sesi tanya jawab ini, anak-anak tidak hanya belajar untuk mengenali tanda-tanda lingkungan yang sehat dan cara menjaga kebersihan, tetapi juga diajak untuk berpikir kritis dan memahami langkah-langkah pencegahan demam berdarah. Kegiatan ini berhasil menanamkan nilai-nilai penting dalam menjaga kebersihan dan kesehatan sejak usia dini dengan cara yang menyenangkan dan edukatif.

Selama kegiatan berlangsung, anak-anak berpartisipasi aktif dalam menjawab pertanyaan. Guru TK juga antusias dengan adanya kegiatan belajar bersama ini. Selain itu, guru-guru juga berperan penting dalam memastikan perhatian anak-anak terfokus selama kegiatan. Mereka memberikan dukungan dengan mengajarkan cara komunikasi yang sesuai untuk anak-anak usia dini, seperti menggunakan bahasa sederhana, intonasi yang ramah, dan memberi pujian atas partisipasi anak-anak. Pendekatan ini membantu

menciptakan suasana yang nyaman dan menyenangkan, sehingga anak-anak merasa lebih percaya diri untuk berpartisipasi hingga kegiatan selesai. Kolaborasi yang erat antara kami dan para guru juga menjadi kunci keberhasilan dalam mencapai tujuan pembelajaran pada kegiatan ini.



Gambar 5. Dokumentasi Setelah



Gambar 6. Dokumentasi Pembagian Hadiah Mewarnai

d. Pemberian Poster 3M Plus

Pemberian poster 3M Plus kepada anak-anak TK Aisyiyah Bustanul Athfal merupakan bagian dari kelanjutan program "Mengungkap Manfaat 3M Plus". Setelah kegiatan pembagian hadiah lomba mewarnai dan pembagian jajanan sehat seperti roti bakar dan sari kacang hijau, poster-poster 3M Plus mulai dibagikan. Sebanyak tiga poster digunakan untuk kegiatan ini, dan masing-masing ditempelkan di lokasi strategis, seperti majalah dinding serta ruang kelas TK A dan B.

Poster tersebut dirancang dengan tujuan meningkatkan pemahaman anak-anak TK mengenai langkah-langkah pencegahan penyakit demam berdarah melalui pendekatan 3M Plus. Konten poster mencakup ilustrasi yang menarik tentang kegiatan daur ulang, pengurasan, dan penutupan tempat penampungan air. Karena sebagian besar anak-anak TK masih belajar membaca, desain poster lebih mengutamakan visualisasi yang berwarna-warni dan menarik perhatian dibandingkan teks, sehingga anak-anak dapat dengan mudah memahami pesan yang disampaikan.

Selain membantu anak-anak mengenali langkah-langkah penting dalam 3M Plus, poster ini juga bertujuan untuk memperkuat materi yang telah disampaikan dalam kegiatan sebelumnya. Guru-guru TK juga memanfaatkan poster tersebut sebagai alat bantu pembelajaran sehari-hari, mengajak anak-anak untuk terus mengingat pentingnya

menjaga kebersihan lingkungan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan pendekatan ini, diharapkan pemahaman anak-anak tentang pencegahan demam berdarah dapat semakin tertanam dan terbawa hingga ke lingkungan keluarga mereka.



Gambar 7. Poster Edukasi 3M



Gambar 8. Penempelan Poster di TK Aisyiyah Bustanul Athfal

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang terdiri dari sosialisasi SEHATI 3M Plus, praktik pembuatan ovitrap, edukasi "Menyingkap Manfaat 3M Plus" untuk anak-anak, dan pemberian poster 3M Plus telah berhasil meningkatkan pemahaman dan keterampilan masyarakat Dusun 3 Desa Tegalsari serta anak-anak TK Aisyiyah Bustanul Athfal dalam pencegahan Demam Berdarah Dengue (DBD). Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan masyarakat dari skor rata-rata 7,88 menjadi 8,82 ($p=0,004$). Berdasarkan hasil, dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan signifikan dalam pemahaman peserta mengenai konsep 3M Plus, PSN, gejala DBD, serta pemanfaatan TOGA dan ikan pemangsa jentik, meskipun pemahaman tentang ciri-ciri nyamuk *Aedes aegypti* masih perlu ditingkatkan. Kegiatan praktik pembuatan ovitrap berhasil mendorong partisipasi aktif masyarakat dalam memanfaatkan barang bekas untuk pengendalian nyamuk, sementara pendekatan interaktif dan visual pada anak-anak TK efektif menanamkan kesadaran kebersihan sejak dini. Temuan baru menunjukkan bahwa metode

ceramah interaktif, media visual, dan pendekatan praktis seperti pembuatan ovitrap serta edukasi berbasis permainan untuk anak-anak mampu meningkatkan pemahaman dan keterlibatan masyarakat dalam pencegahan DBD secara berkelanjutan. Kolaborasi dengan tokoh masyarakat dan guru juga menjadi faktor pendukung keberhasilan program ini. Akhirnya, dengan adanya kegiatan tersebut diharapkan terjadi perubahan positif dalam cara masyarakat mengenai pencegahan DBD. Serangkaian kegiatan ini tak lain tujuannya untuk memperkuat pemahaman warga dan dapat melakukan pencegahan DBD. Harapannya agar tidak ada kasus DBD di Dusun 3 Desa Tegalsari di kemudian hari. Saran untuk penelitian selanjutnya, kami harap semoga kegiatan ini bisa berjalan di lingkungan masyarakat Dusun 3 Desa Tegalsari. Semoga ilmu ini bisa diajarkan pada masyarakat yang lain.

UCAPAN TERIMAKASIH

Kami ingin mengucapkan terima kasih yang tulus kepada seluruh warga Dusun 3 Desa Tegalsari yang telah ikut serta aktif dalam kegiatan ini. Partisipasi dan antusiasme anda telah menjadi kunci keberhasilan dari program PBL-1 ini. Terima kasih juga kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dan bantuan, baik dalam bentuk pengetahuan maupun sumber daya, yang telah memungkinkan terlaksananya kegiatan ini dengan lancar.

Dengan kerja sama yang solid, kita telah berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya pencegahan DBD dengan menjaga kebersihan lingkungan rumah. Semoga upaya ini dapat terus memberi manfaat bagi kesehatan dan kesejahteraan masyarakat Dusun 3 Desa Tegalsari.

DAFTAR PUSTAKA

Eriksson, E., Koch, K., Tortoe. C., Akonor. P. T., & Oduro-Yeboah, C. (2014). Evaluation of the physical and sensorycharacteristics of bread produced from three varieties of cassava and wheat composite flours. *Food and Public Health*, 4(5): 214–222. 10.5923/j.fph.20140405.02.

Kementerian Kesehatan RI, 2023. Pemberantasan Sarang Nyamuk dengan 3M Plus. https://ayosehat.kemkes.go.id/pemberantasan-sarang-nyamuk-dengan-3m-plus#:~:text=Cara%20Mencegah%20Demam%20Berdarah%20Dengue,membawa%20virus%20DBD%20pada%20manusia

Mahardika, I. G. W. K., Rismawan, M., & Adiana, I. N. (2023). Hubungan Pengetahuan Ibu Dengan Perilaku Pencegahan DBD Pada Anak Usia Sekolah Di Desa Tegallinggah. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, *7*(1), 51-57. https://doi.org/10.37294/jrkn.v7i1.473.

Prameswarie, T., Ramayanti, I., Hartanti, M. D., Ambarita, L., Umar, M., & Athallah, M. A. (2024). Pelatihan Pembuatan Ovitrap Nyamuk Aedes sp. dan Atraktan Fermentasi sebagai Upaya Pengendalian Demam Berdarah Dengue (DBD). *Madaniya*, *5*(3), 797–803. https://doi.org/10.53696/27214834.828.

Profil Kesehatan Kabupaten Sukoharjo Tahun 2023. https://dkk.sukoharjokab.go.id/pages/profil-tahun-2023.

Rati, G., Hasmiwati, H., & Rustam, E. (2016). Perbandingan efektivitas berbagai media ovitrap terhadap jumlah telur Aedes Spp yang Terperangkap di Kelurahan Jati Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, *5*(2). https://doi.org/10.25077/jka.v5i2.527.

Rauf, R. (2015). *Kimia Pangan*. Penerbit Andi, Yogyakarta.

Rauf, R., Sarbini, D., & Nurdiana. (2017). Physical and Sensory Characteristics of Bread From Composite Wheat and Cassava Flours with Optimum Fermentation and Proportional Water Volume. In *The 3rd International Conference on Science, Technology and Humanity 2017*. Solo, Indonesia, 118–127. https://doi.org/10.23917/iseth.2324.

Respati, T., Raksanagara, A., Djuhaeni, H., Sofyan, A., Faridah, L., Agustian, D., & Sukandar, H. (2017). Berbagai Faktor yang Memengaruhi Kejadian Demam Berdarah Dengue di Kota Bandung. ASPIRATOR - Journal of Vector-Borne Disease Studies, 9(2), 91–96. Swarjana, I. K. (2015). Metodologi Penelitian Kesehatan (Edisi Revisi). Yogyakarta: Andi. https://media.neliti.com/media/publications-test/222682-berbagai-faktor-yang-memengaruhi-kejadia-7da3e626.pdf.

Saragih, F. S., & Siregar, P. A. (2021). Pelatihan Pembuatan Ovitrap sebagai Upaya Menurunkan DBD di Nagori Pamatang Simalungun. *Shihatuna: Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat*, *1*(1), 8-16. https://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/shihatuna/article/view/9189.

Tomia, A. (2020). Gambaran Tingkat Kepadatan Nyamuk *Aedes aegypti* Berdasarkan Indeks Ovitrap di Kota Ternate. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, *16*(2), 143–150. https://jurnal.umj.ac.id/index.php/JKKAbidin, A. Z., Devi, C., & Adeline. (2013). Development of wet noodles based on cassava flour. *Journal of Engineering and Technological Sciences*, 45(1): 97–111. https://doi.org/10.24853/jkk.16.2.143-150.

World Health Organization (WHO). 2024. Dengue And Severe Dengue. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/dengue-and-severe-dengue.

World Health Organization (WHO). 2024. Indonesia takes decisive, pioneering action to strengthen multisource collaborative surveillance for dengue. https://www-who-int.translate.goog/indonesia/news/detail/30-07-2024-indonesia-takes-decisive--pioneering-action-to-strengthen-multisource-collaborative-surveillance-for-dengue?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=sge#:~:text=In%202024%2C%20as%20of%201,Indonesia%2C%20resulting%20in%20884%20deaths.

World Health Organization (WHO). 2024. Dengue-Global Situation. https://www.who.int/emergencies/disease-outbreak-news/item/2024-DON518.

Satu Langkah Untuk Bumi : Strategi Pengolahan Sampah Berbasis 3R

Iclashul Bintang Prakusya[1], Nilna Minati Najibah[2], Fatihatul Qolby[3], Cynthia Agustina[4], Silvy Adella Puspitasari[5], Adita Armelia Sandra[6], Aulya Rahma Santi[7*], Nabita Regina Intan[8], Puput Putri Prastiwi[9], Endang Setyaningsih[10], Sri Indra Kurnia[11]

[12345678911]Prodi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Jl. A. Yani Tromol Pos I, Pabelan Kartasura, Sukoharjo 57169, Indonesia
[10]Desa Jatingarang, Kecamatan Weru, Kabupaten Sukoharjo, Indonesia

E-mail *corresponding author*: j410230134@student.ums.ac.id*

ABSTRAK

Pendahuluan : Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengatasi permasalahan pengelolaan sampah di Dusun 2, dengan melaksanakan sosialisasi dan demonstrasi pemilahan sampah, serta pembuatan kerajinan ecobrick, kompos, dan biopori.
Metode : yang digunakan mencakup analisis situasi melalui Survei Mawas Diri (SMD) dan Musyawarah Masyarakat Desa (MMD) untuk menentukan prioritas masalah.
Hasil : Evaluasi menunjukkan peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai pengelolaan sampah, dengan partisipasi aktif dalam kegiatan yang diadakan. Kegiatan ini diharapkan dapat mengubah pola pikir masyarakat dan meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga lingkungan.
Simpulan : Hasil uji statistik didapatkan bahwa nilai p sebesar 0.001 (< 0.05), maka terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah sosialisasi pemilahan sampah. Peserta menunjukkan pemahaman yang lebih baik tentang cara membedakan antara sampah organik dan anorganik, serta pentingnya pengelolaan sampah yang benar.

Kata kunci : Biopori, ecobrik, kompos, pengabdian masyarakat, pengelolaan sampah.

ABSTRACT

Introduction*: This community service activity aims to overcome waste management problems in Hamlet 2, by carrying out socialization and demonstration of waste sorting, as well as making ecobricks, compost, and biopores.*
Methods*: used include situation analysis through an Introspective Survey (SMD) and Village Community Deliberation (MMD) to determine problem priorities.*

***Results**: the evaluation showed an increase in community knowledge about waste management, with active participation in the activities organized. This activity is expected to change the mindset of the community and increase awareness of the importance of protecting the environment.*
***Conclusion**: The statistical test results showed that the p value was 0.001 (<0.05), so there was a significant difference between before and after the waste sorting socialization. Participants showed a better understanding of how to distinguish between organic and inorganic waste, as well as the importance of proper waste management.*

***Keywords**: Biopore, compost,community servuce, waste management*

PENDAHULUAN

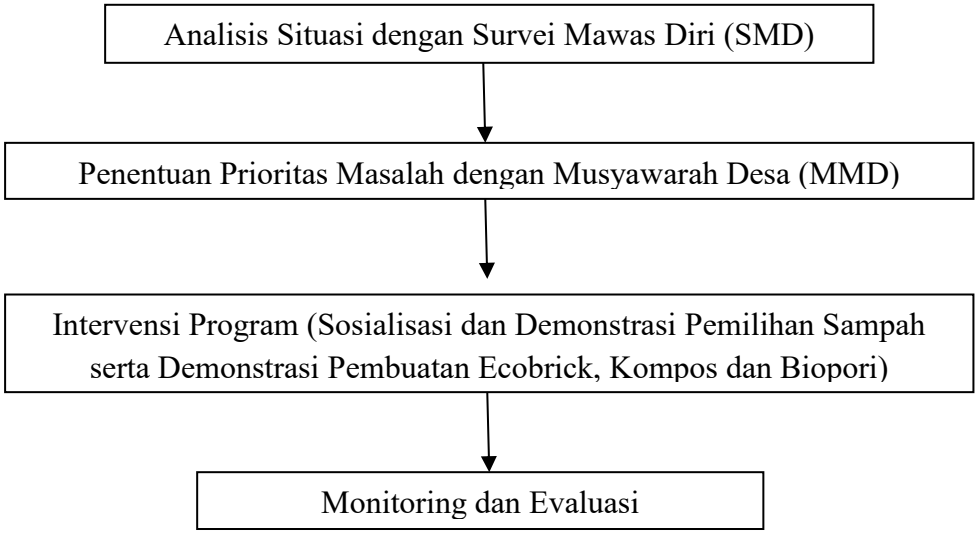
Salah satu masalah utama yang dihadapi oleh masyarakat Desa Jatingarang adalah pengelolaan sampah. Berdasarkan hasil Survei Mawas Diri (SMD), banyak warga yang masih membakar sampah di rumah, yang dapat menyebabkan polusi udara dan dampak kesehatan yang serius. Pengelolaan sampah yang tidak tepat dapat meningkatkan risiko penyakit pernapasan dan infeksi (Widyastuti dan Fajar, 2021). Oleh karena itu, diperlukan upaya yang efektif dalam pengelolaan sampah untuk mengurangi dampak negatif tersebut.

Konsep 3R (Reduce, Reuse, Recycle) menjadi strategi yang penting dalam pengelolaan sampah. Dengan mengurangi jumlah sampah yang dihasilkan, mendaur ulang bahan yang masih bisa digunakan, dan memanfaatkan kembali barang-barang yang ada, masyarakat dapat mengurangi limbah dan menciptakan lingkungan yang lebih bersih. Dalam konteks ini, demonstrasi pembuatan ecobrick, kompos, dan biopori merupakan kegiatan yang sangat relevan. Salah satu upaya pengurangan sampah organik dengan pembuatan kompos dan biopori. Lubang resapan biopori efektif untuk menanggulangi genangan air yang bisa menyebabkan banjir serta membantu dalam pembuatan kompos (Gesriantuti et al., 2017). Lubang tersebut diisi sampah organik yang kemudian akan terurai menjadi kompos. Kompos pada lubang biopori meningkatkan aktivitas organisme dalam tanah yang membentuk rongga untuk meresapkan air dalam tanah (Wibowo et al., 2022). Sedangkan sampah anorganik dimanfaatkan menjadi barang yang memiliki nilai jual tinggi seperti *ecobrick.* Apabila sistem 3R sulit dilakukan, maka solusi alternatif lain adalah metode *ecobrick* karena tidak membutuhkan keterampilan khusus dan biaya yang mahal (Wicaksono et al., 2024). *Ecobrick* menggunakan botol plastik bekas yang diisi dengan sampah plastik dan kemudian dipadatkan hingga berat tertentu (Purwaningtyas et al., 2024).

Tujuan dari adanya program ini yaitu dalam mengelola sampah seperti sosialisasi dan demonstrasi pemilahan sampah, serta pembuatan ecobrick, kompos dan biopori maka diharapkan dapat mengubah pola pikir masyarakat akan pentingnya menjaga lingkungan dan memiliki sikap peduli terhadap sumber daya alam yang dimiliki dan memberikan arahan serta informasi terhadap pengolahan sampah demi meningkatkan kesejahteraan masyarakat di Dusun 2 Desa Jatingarang.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan mengadakan edukasi dan demonstrasi dengan tahapan sebagai berikut:



Tahap awal yang dilakukan adalah analisis situasi untuk memahami kondisi kesehatan masyarakat terkait pengelolaan sampah. Analisis ini menggunakan pendekatan Survei Mawas Diri (SMD), di mana kuesioner dan wawancara dilakukan kepada 153 Kepala Keluarga di desa tersebut, wawancara dilakukan oleh mahasiswa. Melalui SMD, data dikumpulkan mengenai perilaku masyarakat dalam mengelola sampah, termasuk frekuensi praktik pembakaran sampah, akses terhadap tempat pembuangan sampah, serta tingkat pengetahuan masyarakat tentang dampak kesehatan dari pengelolaan sampah yang tidak baik. Selain itu, observasi lapangan dilakukan untuk mendapatkan gambaran langsung mengenai kebiasaan masyarakat dan kondisi lingkungan sekitar.

a) Prioritas Masalah

Setelah menganalisis situasi, langkah berikutnya adalah melakukan Musyawarah Masyarakat Desa (MMD) untuk menentukan prioritas masalah. Dalam forum ini, masyarakat berdiskusi dan menyepakati isu-isu kesehatan yang dianggap mendesak. Hasil SMD menunjukkan bahwa permasalahan pengelolaan sampah, terutama kebiasaan membakar sampah, menjadi isu utama yang perlu segera diatasi. Sekitar 83,7% responden mengindikasikan bahwa mereka tidak memiliki tempat pembuangan yang tertutup dan tidak ada pengangkutan sampah sehingga membakar sampah. Oleh karena itu, terdapat beberapa kegiatan yang dilaksanakan antara lain adalah sosialisasi dan demonstrasi pemilahan sampah serta demonstrasi pembuatan *ecobrick*, kompos, dan biopori.

b) Intervensi Program

Tahap selanjutnya yaitu melakukan intervensi program dari hasil Musyawarah Masyarakat Desa (MMD). Intervensi tersebut dilakukan pada Selasa, 12 November 2024 dengan kegiatan Sosialisasi dan Demonstrasi Pemilihan Sampah serta Demonstrasi Pembuatan *Ecobrick*, Kompos dan Biopori. Kegiatan Sosialisasi dan Demonstrasi Pemilihan Sampah dilaksanakan di Balai RT Beji dari pukul 10.00 - 12.00 WIB. Kegiatan dihadiri oleh 31 peserta yang terdiri dari PKK, KWT, kader kesehatan dan perwakilan warga tiap RT yang bertempat tinggal di Dusun II Desa Jatingarang. Kegiatan diawali dengan *pretest* dilanjutkan sosialisasi yang memuat pengertian, jenis, dampak, langkah dan efektivitas pengelolaan sampah dengan metode ceramah melalui *Power Point.* Kemudian, dilanjutkan dengan demonstrasi pemilihan sampah organik dan an organik menggunakan media *leaflet* serta alat dan bahan berupa sampah organik dan anorganik dan tong sampah. Kemudian dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dan *posttest.*

c) Pembuatan *Ecobrik*

Kegiatan selanjutnya yaitu pembuatan kerajinan *ecobrick*, kompos dan lubang resapan biopori. Kegiatan tersebut dilaksanakan di rumah ketua KWT (Kelompok Wanita Tani) dari pukul 15.00 - 17.00 WIB. Kegiatan dihadiri oleh 20 peserta yang terdiri Kepala Dusun Desa Jatingarang 2, Ketua RT, karang taruna dan KWT. Kegiatan diawali dengan pengerjaan *pretest* kemudian dilanjutkan dengan pemberian materi mengenai bagaimana cara mengubah sampah plastik menjadi barang yang lebih berguna dan bernilai jual yaitu dengan pembuatan kerajinan *ecobrick*. Kemudian dilanjutkan dengan demonstrasi cara pembuatan kompos dan pembuatan biopori.

Setelah pelaksanaan intervensi, tahap selanjutnya adalah monitoring dan evaluasi untuk menilai efektivitas program yang telah dilaksanakan. Monev dilakukan dengan

mengumpulkan data melalui kuesioner pasca-intervensi yang sama dengan yang digunakan pada SMD.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian berbasis masyarakat dilakukan oleh 8 mahasiswa yang berfokus pengelolaan sampah. Adapun langkah-langkah pengabdian dengan beberapa tahapan sebagai berikut:

A. Analisis Situasi

Analisis situasi di Dusun II Desa Jatingarang dilakukan melalui Survei Mawas Diri (SMD) untuk memahami kondisi pengelolaan sampah di masyarakat. Survei ini dilakukan kepada 153 Kepala Keluarga pada 4 RT di RW 003 dan 5 RT di RW 004. SMD ini bertujuan untuk mengidentifikasi perilaku masyarakat dalam mengelola sampah. Hasil SMD menunjukkan bahwa mayoritas masyarakat tidak memiliki tempat pembuangan sampah yang memadai dengan 83,7% responden tidak memenuhi syarat. Temuan ini memperkuat pentingnya dilakukan intervensi edukatif berbasis edukatif. Berikut tabel hasil SMD:

Tabel 1. Hasil SMD Berdasarkan Pengelolaan Sampah

Karakteristik	Jumlah (n)	Persentase (%)
Pengelolaan Sampah		
Ada, Memenuhi Syarat	25	16,3
Ada, Tidak Memenuhi Syarat	128	83,7

Hasil ini menunjukkan adanya kebutuhan mendesak untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat mengenai pengelolaan sampah yang baik (Hafizah et al., 2023) Perilaku ini akan memberikan dampak buruk bagi kesehatan dan lingkungan. Dampak kesehatan, dari asap pembakaran sampah mengandung zat-zat berbahaya seperti polutan udara, partikel halus, dan logam berat (Wulandari & Rofi'ah, 2023) serta dapat menimbulkan penyakit kulit seperti kudis dan kurap (Wulandari & Rofi'ah, 2023).

B. Intervensi

Setelah analisis situasi, dilakukan Musyawarah Masyarakat Desa (MMD) untuk menentukan prioritas masalah. Dalam forum ini, isu pengelolaan sampah dinyatakan sebagai masalah utama. Pendekatan *Urgency, Seriousness, Growth* (USG) digunakan untuk menetapkan prioritas masalah yang dihadapi masyarakat. Tabel berikut menunjukkan hasil USG:

Tabel 2. Penetapan Prioritas Masalah (USG)

No.	Isu	*Urgency* (skor 1-5)	*Seriousness* (skor 1-5)	*Growth* (skor 1-5)	Jumlah	Peringkat
1	Lingkungan		5	5	15	1
2	Hipertensi	3	5	4	12	2
3	Jantung	3	4	4	11	3

Hasil ini menunjukkan bahwa masalah lingkungan, terutama pengelolaan sampah, menjadi prioritas utama untuk segera ditangani. Lingkungan mendapat perhatian dan masalah utama di karenakan dinilai lebih mendesak bedampak langsung pada kesehatan rumah tangga dan anak-anak. Oleh karena itu, diperlukan intervensi berupa sosialisasi dan demonstrasi yang melibatkan masyarakat, dengan pendekatan partisipatif. Setelah musyawarah dengan perangkat desa, program "Satu Langkah untuk Bumi" dilaksanakan untuk mengedukasi masyarakat tentang pemilahan sampah organik dan anorganik serta cara pembuatan *ecobrick*, kompos, dan biopori.

1. Sosialisasi dan Demonstrasi Pemilihan Sampah

Kegiatan intervensi dilaksanakan melalui sosialisasi dan demonstrasi pemilahan sampah yang dihadiri oleh 31 peserta. Setelah sosialisasi, dilakukan evaluasi dengan posttest untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta.

Tabel 3. Hasil *Pretest* dan *Posttest* Sosialisasi Pemilahan Sampah

No.	Pengetahuan	Jumlah Peserta	Nilai rata-rata		Margin kenaikan	Persentase Kenaikan Nilai
			Pre-test	*Post-test*		
1	Baik	31	41.9	80.6	38.7	92.36%
2	Cukup	31	58.1	19.4	-38.7	-66.61%

Hasil ini menunjukan peningkatan signifikan dalam pengetahuan peserta mengenai pemilahan sampah bahwa sosialisasi efektif dapat meningkatkan kesadaran masyarakat (Rangki dan Dalla, 2020). Hasil dalam kategori baik sebanyak 13 orang (41.9%), sedangkan 13 orang (58.1%) dalam kategori cukup. Setelah dilakukan intervensi terdapat kenaikan pengetahuan sebesar 38.7% dengan kategori baik. Hasil uji statistik didapatkan bahwa nilai p

sebesar 0.001 (< 0.05), maka terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah sosialisasi pemilahan sampah. Peserta menunjukkan pemahaman yang lebih baik tentang cara membedakan antara sampah organik dan anorganik, serta pentingnya pengelolaan sampah yang benar.



Gambar 1. Sosialisasi Pemilahan Sampah

2. Pembuatan Kerajinan *Ecobrick*

Pelatihan pembuatan ecobrick dilakukan setelah sosialisasi pemilahan sampah. Sebanyak 20 peserta mengikuti kegiatan ini, dan evaluasi menunjukkan bahwa pemahaman peserta tentang cara membuat ecobrick meningkat dari 30% menjadi 65% setelah pelatihan. Hal ini berarti, kegiatan edukasi efektif dalam meningkatkan pengetahuan warga secara bermakna secara statistik. Tabel berikut merangkum hasil evaluasi.

Tabel 4. Perbandingan rata-rata nilai *pre-test* dan *post-test*

No	Pengetahuan	Jumlah Peserta	Nilai rata-rata		Margin kenaikan	Persentase Kenaikan Nilai
			Pre-test	*Post-test*		
1	Baik	20	30.0	65.0	35.0	116.67%
2	Cukup	20	70.0	35.0	-35.0	-50%

Pemberian edukasi *ecobrick* menggunakan media *leaflet* kemudian demonstrasi. Pembuatan *ecobrick* dengan menggunakan sampah botol dan plastik yang sudah bersih dan dipotong kecil. Pembuatan *ecobrick* sebagai alternatif pengelolaan sampah plastik juga mendapat respons positif. Peserta antusias dalam mempraktikkan pembuatan *ecobrick* karena dapat digunakan untuk barang yang bermanfaat. Sebelum kegiatan dimulai dilakukan *pretest*, sedangkan setelah kegiatan dimulai dilakukan *posttest*. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa sebelum edukasi, hanya 30% peserta yang memahami cara membuat ecobrick, dan setelahnya,

angka tersebut meningkat menjadi 65%. Peningkatan ini menunjukkan bahwa edukasi praktis dapat mendorong masyarakat untuk berpartisipasi dalam pengurangan limbah plastik (Adam, 2019).



Gambar 2. Pembuatan *Ecobrick*

3. Pembuatan Kompos dan Biopori

Kegiatan pembuatan kompos dan biopori juga dilakukan dengan melibatkan 20 peserta. Sebelum kegiatan, hanya 40% peserta yang memahami proses pembuatan kompos, namun setelah pelatihan, angka ini meningkat menjadi 75%. Tabel berikut menunjukkan hasil evaluasi:

Tabel 5. Perbandingan rata-rata nilai *Pretest* dan *Posttest* Pembuatan Kompos dan Biopori

No.	Pengetahuan	Jumlah Peserta	Nilai rata-rata		Margin kenaikan	Persentase Kenaikan Nilai
			Pre-test	*Post-test*		
1	Baik	20	40.0	75.0	35.0	87.5%
2	Cukup	20	60.0	25.0	-35.0	-58.33%

Hasil dari Tabel 5, menunjukkan bahwa terdapat peningkatan keterampilan masyarakat dalam pengelolaan sampah organik (Candy et al., 2023). Peserta belajar teknik-teknik pembuatan kompos yang efisien dan cara mengimplementasikannya di rumah, sehingga dapat mengurangi limbah organik secara signifikan.

Pupuk organik yang dipanen dapat digunakan sebagai pupuk tanaman, penggunaan pupuk organik dapat meningkatkan daya tahan tanaman, pertumbuhan cabang dan produksi bunga dan buah (Durrotun Shalihah et al., 2024). Teknis dalam mengubah sampah organik menjadi kompos yang nantinya bisa dipanen setelah 2-3 minggu dari proses awal. Berdasarkan pengamatan dan kondisi dilapangan maka diputuskan akan dibuat sebanyak 4 titik. Kegiatan dimulai dengan pembuatan 4 titik lubang resapan biopori dengan kedalaman 80-100 cm yang memakan waktu ±20 menit (Marwanto, 2021). Setelah lubang

resapan biopori selesai maka dilanjutkan dengan memasukkan daun-daun kering dan sampah sayuran ke dalam lubang biopori.



Gambar 3. Pemasangan Biopori

C. Monitoring dan Evaluasi

Monitoring dan evaluasi dilakukan melalui kuesioner pretest dan posttest. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan peserta mengenai pemilahan sampah. Pada sosialisasi pemilahan sampah, menunjukkan rata-rata nilai pretest sebesar 41.%, sedangkan nilai posttest meningkat menjadi 80.6 % hal ini terjadi peningkatan sebesar 92.36%. Pemberian edukasi tentang ecobrick mengalami peningkatan dari 30% menjadi 65ngan add up to persentase sebesar 35%. Kemudian, pembuatan kompos dan biopori menunjukkan hasil peningkatan pengetahuan sebesar 35ri 40% menjadi 75%. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa partisipasi aktif dalam program pendidikan lingkungan dapat meningkatkan kesadaran dan praktik pengelolaan sampah di masyarakat (Wahyuningsih et al., 2023). Hasil ini menunjukkan bahwa masyarakat semakin mampu membedakan antara sampah organik dan anorganik, serta memahami pentingnya pengelolaan sampah yang tepat. Tak hanya itu, umpan balik dari peserta juga sangat positif. Banyak peserta yang merasa kegiatan ini sangat bermanfaat dan memberikan wawasan baru tentang pengelolaan sampah.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di Dusun II Desa Jatingarang berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pengelolaan sampah. Melalui sosialisasi dan demonstrasi tentang pemilahan sampah, pembuatan ecobrick, kompos, dan biopori, peserta menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman mereka. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa pengetahuan masyarakat tentang pengelolaan sampah meningkat, dengan banyak peserta yang merasa lebih termotivasi untuk menerapkan prinsip-prinsip yang telah diajarkan. Namun, untuk memastikan keberlanjutan program ini,

disarankan agar masyarakat terus didorong untuk berpartisipasi dalam kegiatan serupa di masa mendatang. Pembentukan kelompok kerja yang fokus pada pengelolaan sampah dapat menjadi langkah strategis untuk menjaga momentum ini. Selain itu, dukungan dari pemerintah setempat sangat penting dalam menyediakan fasilitas dan sumber daya yang diperlukan untuk pengelolaan sampah yang lebih baik. Dengan kolaborasi yang lebih baik antara masyarakat dan pemangku kepentingan, diharapkan lingkungan di Desa Jatingarang akan semakin bersih dan sehat. Sebaikanya setiap rumah dapat dibentuk bank sampah atau jadwal edukasi bulanan yang di fasilitasi kader setempat.

UCAPAN TERIMAKASIH

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini. Terima kasih kepada Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan dukungan dana dan sumber daya serta kepada SPBU Bolon yang telah memberikan *sponsorship* berupa dana untuk mendukung adanya kegiatan ini. Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada Pemerintah Desa Jatingarang dan perangkat desa yang telah memberikan izin dan dukungan logistik, serta kepada seluruh warga masyarakat yang telah berpartisipasi aktif dalam setiap tahapan kegiatan.

DAFTAR PUSTAKA

Adam, L. (2019). Determinan Hipertensi Pada Lanjut Usia. *Jambura Health and Sport Journal*, *1*(2), 82–89.

Candy, F., Daniesa, N., Zahra, N. A., Putri, A. K., Safitri, D., Safitri, E., Iqlima, S., Larosa, E. H., Tarina, D. D. Y., Nurjanah, & Manalu, R. (2023). Edukasi Pemilahan dan Pengolahan Sampah. *Madani : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *9*(2), 73–83. https://doi.org/10.53834/mdn.v9i2.6857

Durrotun Shalihah, W., Oktavia Subardja, V., & Yayu Agustini, R. (2024). Pertumbuhan Dan Hasil Tanaman Bawang Merah (Allium Ascalonicum L.) Pada Tanah Ultisol Akibat Kombinasi Pupuk Hayati, Pupuk Organik Cair Dan NPK. *Jurnal Agrotech*, *14*(1), 35–42.

Gesriantuti, N., Harahap, I., Herlina, N., & Badrun, Y. (2017). Pemanfaatan Limbah Organik Rumah Tangga Dalam Pembuatan Pupuk Bokashi di Kelurahan Tuah Karya, Kecamatan Tampan, Pekanbaru. *JURNAL Untuk Mu NegeRI*, *1*(1), 72.

Hafizah, A., Kesehatan Masyarakat, I., Kesehatan Masyarakat, F., Ayu Pratiwi Ilmu Kesehatan Masyarakat, D., Nada Rizky Nuzlan Ilmu Kesehatan Masyarakat, D., & Hasibuan, A. (2023). Analisis Dampak Sistem Pengelolaan Sampah TPA Terjun Di Kota Medan. *Zahra: Journal Of Health And Medical Research*, *3*(3), 320–329.

Marwanto, A. (2021). Pemanfaatan lubang biopori sebagai resapan air hujan dan kompos alami di Wilayah Kelurahan Penurunan Kota Bengkulu Tahun 2019. *Jurnal Pengabdian Harapan Ibu (JPHI)*, *3*(1). https://doi.org/10.30644/jphi.v1i1.511

Purwaningtyas, F. Y., Mustikaningrum, M., Irsyafli, M., & Irkham, A. (2024). Sosialisasi Pemanfaatan Limbah Anorganik Berbasis Ecobrick. *DedikasiMU (Journal of Community Service)*, *6*(2), 145–153.

Wahyuningsih, S., Widiati, B., Melinda, T., & Abdullah, T. (2023). Sosialisasi Pemilahan Sampah Organik dan Non-Organik Serta Pengadaan Tempat Sampah Organik dan Non-Organik. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *2*(1), 7–15. https://doi.org/10.58545/djpm.v2i1.103

Wibowo, T., Istiana, A., & Zakiyah, E. (2022). Pembuatan Biopori Untuk Resapan Air Hujan dan Pemanfaatan Sampah Organik. *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *3*(3), 387–392. https://doi.org/10.31949/jb.v3i3.1798

Wicaksono, N., Hasanah, S. M., Rosydah, T., Dara, D., Hati, L., Fahrul, A., & Magfiroh, I. S. (2024). Environmental and Community Quality Improvement through Waste Bank Management and Utilization of Plastic Waste into High Value Ecobricks. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Formosa (JPMF)*, *3*(1), 1–10. https://doi.org/10.55927/jpmf.v3i1.7186

Wulandari, S., & Rofi'ah. (2023). Analisis Penyelesaian Konflik Dampak Pembakaran Sampah Terdapat Kesehatan Lingkungan dan Masyarakat di Desa Cikaret RT 06

RW 08 Kecamatan Bogor Selatan. *MANIFESTO: Jurnal Gagasan Komunikasi, Politik, Dan Budaya*, *1*(1), 23–39.

Penyuluhan DBD sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan dalam Pencegahan DBD di Desa Tegalsari

Nur'aini Widia Santosa[1*], Anaelia Syakilla Maharatna[2], Meylia Puspitasari[3], Avisa Silviana Adi Astuti[4], Muhammad Naufal Mizan Auladi[5], Najla Khalisha Yafi[6], Inasya Safira Ramadiani Putri Adi[7], Viona Diva Indi Astra Fatoni[8], Sri Utami[9], Dwi Astuti[10]

[1,2,3,4,5,6,7,8,10]Prodi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Jl. A. Yani Tromol Pos I, Pabelan Kartasura, Sukoharjo 57169, Indonesia
[9]Puskesmas Weru, Kabupaten Sukoharjo, Indonesia

E-mail *corresponding author*: da168@ums.ac.id*

ABSTRAK

Pendahuluan: Demam Berdarah Dengue (DBD) merupakan masalah kesehatan masyarakat yang jumlah penderita dan penyebarannya sejalan dengan kepadatan penduduk terutama di Indonesia. Menurut data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah tahun 2017 hingga tahun 2024 terkait dengan demam berdarah yaitu terdapat 100 kasus pada tahun 2017, 170 kasus tahun 2018, 433 kasus tahun 2019, 201 kasus 2021, 194 kasus 2022, 83 kasus 2023 dan pada tahun 2024 ini tercatat 45 kasus yang sudah masuk. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu di posyandu balita melalui penyuluhan. **Metode:** 1) Survei Mawas Diri (SMD), 2) Musyawarah Masyarakat Desa, 3) Persiapan materi dan media, 4) Pre-test, 5) Penyuluhan, 6) Post-test. **Hasil:** Nilai pre-test yang memiliki pengetahuan baik sebesar 58,1% dan yang memiliki pengetahuan kurang baik sebesar 41,9%. Setelah diberikan penyuluhan diperoleh nilai post-test yang memiliki pengetahuan baik 88,4% dan yang memiliki pengetahuan kurang baik sebesar 11,6%. **Simpulan:** Penyuluhan mengenai DBD memberikan dampak yang baik kepada masyarakat, terbukti dari adanya peningkatan pengetahuan. Oleh karena itu, masyarakat diharapkan dapat menerapkan pengetahuannya dalam melakukan pencegahan penyakit demam berdarah dalam kehidupan sehari-hari.

Kata kunci : DBD, bahaya fogging, pemberantasan sarang nyamuk (PSN), penyuluhan

ABSTRACT

Introduction: Dengue fever is a public health problem whose number of sufferers and spread is in line with population density, especially in Indonesia. According to data obtained from the Central Java

Provincial Health Office from 2017 to 2024 related to dengue fever, there were 100 cases in 2017, 170 cases in 2018, 433 cases in 2019, 201 cases in 2021, 194 cases in 2022, 83 cases in 2023 and in 2024 45 cases have been recorded. The purpose of this community service is to increase the knowledge of mothers in the toddler posyandu through counseling. **Method:** 1) Introspective Survey (SMD), 2) Village Community Consultation, 3) Preparation of materials and media, 4) Pre-test, 5) Counseling, 6) Post-test. **Results:** The pre-test score for those with good knowledge was 58.1% and those with poor knowledge was 41.9%. After being given counseling, the post-test value obtained was 88.4% who had good knowledge and 11.6% who had poor knowledge. **Conclusion:** The education on dengue fever has had a positive impact on the community, as evidenced by an increase in knowledge. Therefore, it is expected that the community will apply this knowledge in their daily lives to prevent dengue fever.

Keywords: Counseling, dangers of fogging, DBD, mosquito nest eradication (PSN)

PENDAHULUAN

Demam Berdarah Dengue (DBD) merupakan masalah kesehatan masyarakat yang jumlah penderita dan penyebarannya sejalan dengan kepadatan penduduk terutama di Indonesia (Yati et al., 2020). Demam Berdarah Dengue (DBD) merupakan penyakit menular yang disebabkan oleh virus dengue yang ditularkan oleh nyamuk *Aedes aegypti* atau *A. albopictus* (Porusia & Septiyana, 2021). DBD merupakan penyakit infeksi yang masih menjadi masalah kesehatan masyarakat Indonesia dan sudah menjadi perhatian internasional. Menurut data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah tahun 2017 hingga tahun 2024 terkait dengan demam berdarah yaitu terdapat 100 kasus pada tahun 2017, 170 kasus tahun 2018, 433 kasus tahun 2019, 201 kasus 2021, 194 kasus 2022, 83 kasus 2023 dan pada tahun 2024 ini tercatat 45 kasus yang sudah masuk (Dzafira, L., 2024). Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah tahun 2022, kasus DBD di Kabupaten Sukoharjo sebanyak 643 kasus.

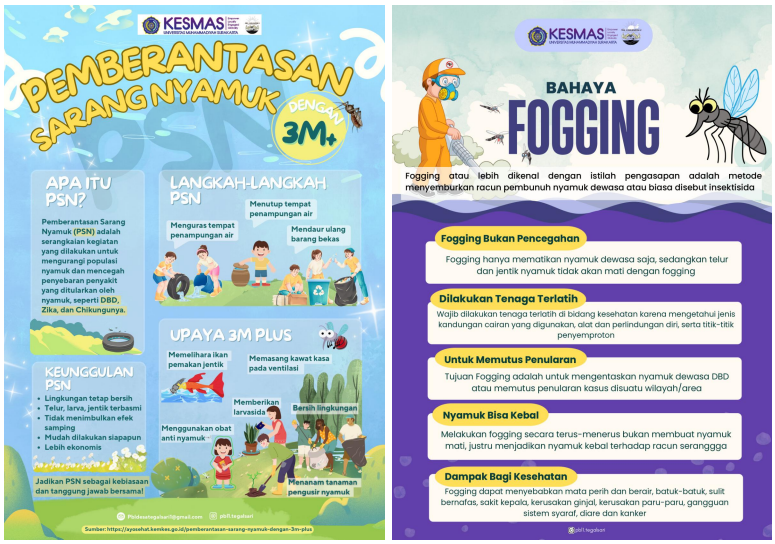
Tingginya kasus DBD sangat dipengaruhi oleh berbagai hal, salah satunya yaitu pengetahuan. Pengetahuan merupakan suatu wawasan yang didapatkan ketika melihat suatu objek tertentu dan mempengaruhi perilaku seseorang. Pengetahuan dapat dipengaruhi oleh pendidikan, dengan demikian semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan semakin tinggi pula pengetahuannya (Menezes et al., 2020). Selain itu, lingkungan yang tidak sehat seperti

adanya genangan air pada kaleng, pot bunga ataupun ban bekas dapat menjadi tempat perkembangan jentik nyamuk yang akan menjadi nyamuk *Aedes aegypti* nantinya (Yulianto, et al., 2023). Pengetahuan memiliki hubungan erat dengan perilaku sehingga pengetahuan adalah faktor penting dalam pencegahan dan penanggulangan kasus DBD (Arsyad, et al., 2020). Tingkat pengetahuan dapat ditingkatkan melalui penyuluhan yang bisa didapatkan melalui sosialisasi pada saat posyandu ataupun kegiatan desa.

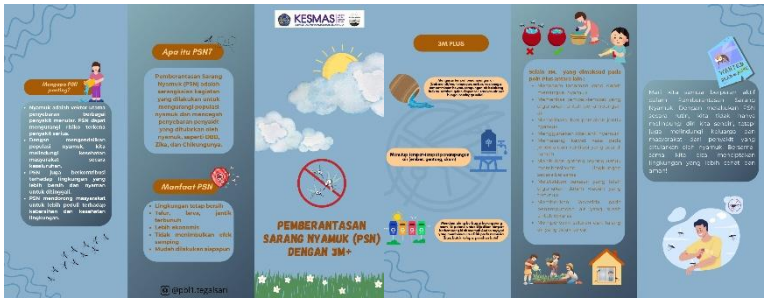
Pemberantas Sarang Nyamuk (PSN) merupakan kegiatan yang dapat dilakukan dalam pencegahan DBD (Sutriyawan, et al., 2022). Kegiatan PSN sangat penting dilakukan secara rutin untuk mengurangi perkembangbiakkan nyamuk DBD (Asyfiradayati, et al., 2023). Selain itu, fogging juga dapat menjadi pilihan jika kasus DBD sudah menyebar secara luas pada daerah tersebut (Zaputri, 2017). Tetapi fogging juga terdapat bahaya yang berdampak pada kesehatan karena bagaimanapun mencegah lebih baik daripada mengobati. Berdasarkan hasil wawancara dengan bidan desa, pada kurun waktu 10 bulan terakhir terhitung dari bulan Januari hingga bulan Oktober 2024 Desa Tegalsari Dusun 1 mengalami kasus DBD yang sangat tinggi. Kasus tersebut tersebar secara merata di setiap dukuh yang ada pada Dusun 1. Urgensi ini disebabkan beberapa faktor antara lain: pengetahuan yang kurang, perilaku masyarakat serta faktor lingkungan. Sebagai bentuk peningkatan pengetahuan masyarakat yang ada di Desa Tegalsari Dusun 1, penulis melakukan penyuluhan mengenai bahaya DBD dan fogging serta manfaat PSN yang dilakukan pada saat posyandu balita.

METODE PELAKSANAAN

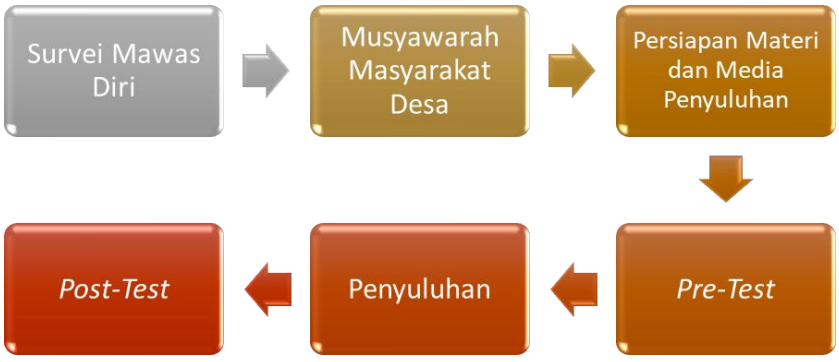
Kegiatan penyuluhan dilakukan kepada masyarakat dengan sasaran ibu balita dengan menggunakan media poster dan leaflet mengenai DBD, Bahaya Fogging, dan Pentingnya PSN (Pemberantasan Sarang Nyamuk). Pengabdian ini terlaksana pada hari Sabtu, 9 November 2024 di Posyandu Balita Margo Waras, Desa Tegalsari Dusun 1. Masyarakat yang hadir sebanyak 43 ibu balita serta didampingi oleh kader kesehatan balita dan bidan desa dari Puskesmas Weru. Instrumen yang digunakan untuk pengambilan data dalam pemberian edukasi yaitu kuesioner pengetahuan DBD, Bahaya Fogging, dan PSN. Pemberian dan pengisian lembar kuesioner dilakukan dua kali, yaitu pre-test dilakukan sebelum kegiatan penyuluhan dan post-test dilakukan setelah penyuluhan.



Gambar 1 Media Poster PSN dan Bahaya Fogging



Gambar 2 Media Leaflet PSN



Gambar 3 Alur Persiapan Kegiatan

Dalam melaksanakan penyuluhan DBD, terdapat beberapa tahapan, yaitu:

1. Tahap SMD (Survei Mawas Diri), pada tahap ini dilakukan survei kepada masyarakat mengenai masalah kesehatan yang ada di Desa Tegalsari Dusun 1.
2. Tahap MMD (Musyawarah Masyarakat Desa), setelah didapatkan masalah kesehatan yang ada di Desa Tegalsari Dusun 1, selanjutnya dilakukan MMD untuk menentukan prioritas masalah kesehatan dan didapatkan penyakit DBD.

Selain itu juga menentukan PoA Program Kerja yang akan dilakukan selama pengabdian, yaitu penyuluhan.

3. Tahap Persiapan, pada tahap ini dilakukan penyusunan materi dan pembuatan media sosialisasi. Media yang digunakan yaitu poster dan leaflet yang mengenai DBD, Bahaya Fogging, dan Pentingnya PSN (Pemberantasan Sarang Nyamuk).
4. Tahap Pre-test, tahap ini dilakukan sebelum penyuluhan dengan cara memberikan kuesioner yang berisikan pertanyaan sebanyak 12 soal pengetahuan. Hal ini bertujuan untuk mengukur tingkat pengetahuan ibu balita sebelum dilakukannya penyuluhan.
5. Tahap Penyuluhan, pada tahap ini dilakukan penyuluhan kepada masyarakat dengan sasaran ibu balita.
6. Tahap Post-test, tahap ini dilakukan setelah penyuluhan dengan cara memberikan kuesioner yang sama dengan soal pre-test yang berisikan pertanyaan sebanyak 12 soal pengetahuan. Hal ini bertujuan untuk mengukur ada atau tidaknya peningkatan pengetahuan setelah diberikan penyuluhan pada ibu balita

HASIL DAN PEMBAHASAN

Demam Berdarah Dengue (DBD) merupakan penyakit yang dapat menimbulkan dampak negatif bagi kesehatan dan memerlukan perhatian serta tindakan pencegahan yang efektif (Sari, et al., 2022). Upaya untuk mengendalikan populasi nyamuk, edukasi masyarakat, dan perawat medis yang cepat dan tepat sangat penting untuk mengurangi penyakit DBD di masyarakat. mengubah kebiasaan masyarakat menjadi hal utama dari permasalahan ini. Metode 3M plus merupakan metode yang digalakkan kembali kepada masyarakat karena memang sebenarnya metode ini merupakan metode wajib dalam setiap sosialisasi pencegahan DBD. 3M plus merupakan 3 langkah pencegahan DBD yang dilakukan dengan Menguras, Menutup dan Mengubur. Upaya 'Plus' yang dapat dilakukan yaitu dengan membubuhkan bubuk larvasida baik kimia dan organik pada penampungan air, memakai obat anti nyamuk, memakai kelambu, memelihara ikan pemakan jentik nyamuk (Ruminem et al., 2018).

Menguras merupakan tindakan menguras seluruh penampungan air yang dimiliki oleh masyarakat di lingkungan rumahnya karena genangan air merupakan peluang untuk berkembangnya nyamuk *Aedes aegypti*. dengan rajin menguras maka telur-telur nyamuk yang ada di permukaan air akan hilang dan tidak jadi tumbuh menjadi nyamuk. tindakan ini

merupakan tindakan awal dari pemberantasan jentik- jentik nyamuk. Kemudian menutup merupakan tahapan lanjutan dari menguras. ketika masyarakat menutup tempat-tempat air seperti bak mandi, tandon air, ataupun ember-ember penampungan air, nyamuk tidak akan memiliki tempat berkembang biak lagi sehingga tidak akan dijadikan sarang nyamuk. Mengubur barang-barang bekas yang dapat menampung air, seperti kaleng, botol, ban bekas, atau wadah plastik, yang sering kali menjadi tempat berkembang biaknya nyamuk. sampah atau barang bekas yang tidak dibuang dengan benar dapat mengumpulkan air hujan, sehingga menciptakan genangan yang cocok bagi nyamuk (Prayoga, et al., 2024).



Gambar 4 Penyuluhan DBD di Posyandu Balita

Pelaksanaan penyuluhan dimulai dengan pengerjaan pre-test, setelah pengerjaan pre-test dilanjutkan dengan pemberian edukasi kesehatan mengenai bahaya DBD, fogging dan pentingnya PSN. Kegiatan ini dilaksanakan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait gejala DBD, bahaya fogging, ketentuan melakukan fogging, manfaat dan pentingnya PSN, langkah-langkah PSN, keunggulan PSN serta upaya 3M Plus yang dapat dilakukan. Indikator keberhasilan dilakukan dengan menggunakan pre-test dan post-test. Pre-test dilakukan dengan membagikan form pertanyaan untuk diisi oleh peserta sebelum dilakukan edukasi, sedangkan post-test dilakukan pada akhir sesi penyampaian materi. Form pertanyaan berisikan 10 pertanyaan pengetahuan.

Tabel 1. Karakteristik Responden

No	Pernyataan	Jumlah	Persentase (%)
1.	Jenis Kelamin		
	Perempuan	43	100
2.	Usia		
	21-30 Tahun	20	46.5
	31-40 Tahun	19	44.2
	41-50 Tahun	4	9.3
3.	Pendidikan		
	SMP Sederajat	14	32.6
	SMA Sederajat	24	55.8
	Sarjana	5	11.6

Jumlah	43	100

Tabel 1 menunjukkan karakteristik responden, dimana 100% jenis kelamin responden adalah perempuan (sebanyak 43 orang) karena kegiatan ini dilakukan di Posyandu Balita, dimana pada umumnya yang mendampingi balita adalah ibu-ibu. Dari segi usia responden, kelompok usia 21-30 tahun memiliki kategori tertinggi sebesar 46.5% atau 20 orang. Sementara itu, tingkat pendidikan tertinggi yang dimiliki responden adalah SMA Sederajat dengan persentase sebesar 55.8% atau 24 orang.

Tabel 2. Perbandingan Rata-rata Nilai Pre-test dan Post-test

No	Pengetahuan	Jumlah Peserta	Nilai Rata-rata		Margin Kenaikan	Persentase Kenaikan
			Pre-test	Post-test		
1.	Baik	43	58.1	88.4	30.3	52.15
2.	Kurang Baik	43	41.9	11.6		

Tabel 2 menunjukkan perbandingan rata-rata nilai pengetahuan tentang bahaya DBD dan fogging serta pentingnya PSN sebelum diberikan penyuluhan dan sesudah diberikan. Sebelum diberikan penyuluhan, diperoleh nilai pre-test yang memiliki pengetahuan baik sebesar 58,1% dan yang memiliki pengetahuan kurang baik sebesar 41,9%. Setelah diberikan penyuluhan diperoleh nilai post-test yang memiliki pengetahuan baik 88,4% dan yang memiliki pengetahuan kurang baik sebesar 11,6%. Data diatas menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan yang dapat terlihat dari penurunan persentase peserta dalam kategori pengetahuan kurang baik 41.9% menjadi 11.6%. Hasil ini mengindikasikan bahwa meningkatnya pengetahuan peserta, khususnya mereka yang sudah memiliki tingkat pengetahuan yang relatif lebih baik sebelum pelaksanaan program. Hal ini terlihat dari kemampuan mereka menjawab dengan baik dan benar sebagai evaluasi dalam keberhasilan peningkatan pengetahuan mengenai cara pencegahan dan pemberantasan penyakit DBD.

Pengetahuan masyarakat mengenai DBD dapat mempengaruhi cara masyarakat dalam menangani penyakit DBD di lingkungan mereka. semakin baik pengetahuan yang dimiliki masyarakat maka akan semakin baik pula cara masyarakat dalam menangani penyakit DBD, sehingga para masyarakat dapat menurunkan angka kejadian DBD di masa yang akan datang (Tahir & Kenre, 2021). Faktor yang mempengaruhi peningkatan angka kasus Demam Berdarah Dengue (DBD) diantaranya yaitu vektor nyamuk, kondisi cuaca dan iklim. selain itu, faktor lain seperti suhu, kelembaban, curah hujan, keberadaan jentik nyamuk/vektor,

keberadaan breeding place serta resting place dan faktor perilaku masyarakat, kepadatan penduduk, dan mobilitas penduduk juga mempengaruhi peningkatan kasus Demam Berdarah Dengue (DBD) (Hamid A. et al 2023).

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa program yang dilakukan efektif yang dapat dilihat dari hasil peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan. Dari penyuluhan yang dilakukan diharapkan juga dapat mengubah perilaku masyarakat yang tadinya kurang baik menjadi lebih baik serta dapat melakukan pencegahan dan penanganan sehingga dapat mengurangi angka kasus DBD. Hasil kegiatan pengabdian ini sejalan dengan kegiatan yang dilakukan oleh Imroah & Fitria (2022) mengenai sosialisasi pencegahan DBD di Desa Candirejo, Blitar dimana hasilnya mayoritas peserta memiliki pemahaman yang baik mengenai materi cara pencegahan DBD.

Edukasi kesehatan mengenai DBD terbukti telah efektif menimbulkan terjadinya peningkatan pengetahuan dan sikap santri mengenai pencegahan DBD. Minimnya pengetahuan mengenai informasi dasar terkait DBD tentu dapat mempengaruhi perilaku seseorang untuk menerapkan upaya pencegahan DBD. Pengetahuan seseorang menjadi domain yang sangat krusial untuk membentuk perilaku seseorang. Masih terdapatnya masyarakat yang memiliki sikap negatif terhadap pencegahan DBD mengindikasikan DBD tidak dipersepsikan sebagai penyakit serius yang dapat berakibat fatal sehingga upaya pencarian penanganan yang segera saat terinfeksi DBD tidak dianggap hal yang perlu dilakukan (Pantouw, 2017).

SIMPULAN

Program kerja yang dirancang untuk meningkatkan pengetahuan dalam rangka pencegahan dan penanggulangan DBD pada masyarakat Desa Tegalsari Dusun I mencakup beberapa langkah strategis yang menyeluruh. Penyuluhan mencakup informasi tentang Bahaya fogging dan Pentingnya PSN. dalam pencegahan DBD. Keberhasilan program dievaluasi melalui pre-test dan post-test untuk mengukur pengetahuan dan perilaku ibu balita terkait bahaya fogging dan pentingnya PSN. Berdasarkan hasil pengisian pre-test dan post-tes oleh 43 ibu balita desa Tegalsari dusun I, diketahui rata-rata pengetahuan ibu balita mengenai bahaya fogging dan pentingnya PSN sebelum diberi penyuluhan yaitu 58,1%, sedangkan setelah diberi penyuluhan meningkat menjadi 88,4%. Sehingga dapat dikatakan program yang dilakukan efektif, dapat dilihat dari adanya peningkatan hasil mayoritas peserta memiliki pemahaman yang baik mengenai materi cara pencegahan DBD. Saran yang dapat kami berikan kepada seluruh masyarakat Indonesia yang berpartisi dalam kegiatan ini yaitu dapat

menerapkan PSN dengan 3M Plus dan meninggalkan fogging sebagai langkah pencegahan DBD.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada masyarakat Desa Tegalsari Dusun 1, Kecamatan Weru, Kabupaten Sukoharjo yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan kegiatan ini dan kami ucapkan terima kasih kepada Kader Kesehatan dan Bidan Desa Tegalsari yang telah mendampingi dan mendukung sehingga acara dapat berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

Arsyad, R. M., Nabuasa, E., & Ndoen, E. M. (2020). Hubungan antara perilaku sanitasi lingkungan dengan kejadian demam berdarah dengue (DBD) di wilayah kerja puskesmas tarus. Media Kesehatan Masyarakat, 2(2), 15-23.

Asyfiradayati, R., Wulandari, W., Astuti, D., Porusia, M., & Pujiyanti, A. (2023). Pendampingan Kader Kesehatan Dalam Upaya Pengendalian Demam Berdarah Dengue Lingkungan Rumah Tangga. JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri), 7(5), 4526-4534.

Dzafira, L. (2024). Pemberdayaan Masyarakat Desa Guli Melalui Program Pemberantasan Sarang Nyamuk (PSN) Sebagai Pencegahan Endemik Demam Berdarah. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Farmasi Kesehatan, 1(02), 55-59.

Imro'ah, S., Fitria, D., & Hasanatuludhhiyah, N. (2022). Building Awareness To Prevent Dhf Through Socialization, Jumantic Training, And Eradication Of Mosquito Nests In Candirejo, Blitar. Jurnal Layanan Masyarakat (Journal of Public Services), 6(1), 119- 128.

Menezes, R. D. G., Utami, N. W., & Yanti, R. (2020). Hubungan Pengetahuan Ibu Terhadap Perilaku Pencegahan DBD Pada Balita Di Posyandu RW 06 Tlogomas Wilayah Kerja Puskesmas Dinoyo Kota Malang.

Notoatmodjo. (2003).Pendidikan kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta

Pantouw, R. G. (2017). Hubungan pengetahuan dan sikap masyarakat dengan tindakan pencegahan penyakit demam berdarah dengue di Kelurahan Tuminting. Jurnal Kedokteran Komunitas Dan Tropik, 5(1), 217–221

Porusia, M., & Septiyana, D. (2021). Larvicidal activity of Melaleuca leucadendra leaves extract against Aedes aegypti. Caspian Journal of Environmental Sciences, 19(2), 277- 285.

Prayoga, R. S., Pramana, I. B. G. A. Y., Pratidina, P. A. O., & Pratiwi, N. M. A. Y. (2024). Sosialisasi Tentang Pentingnya Kebersihan Lingkungan Untuk Mencegah Penyakit DBD Di Kelurahan Panjer. Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara, 6(1), 744-750.

Ruminem, R., Sari, R. P., & Sapariyah, S. (2018). Hubungan pengetahuan dengan sikap siswa dalam pencegahan penyakit demam berdarah dengue (DBD) di SD Negeri No. 015 Kecamatan Samarinda Ulu. Jurnal Kesehatan Pasak Bumi Kalimantan, 1(1), 51– 71.

Sari, R. K., Djamaluddin, I., Djam'an, Q., & Sembodo, T. (2022). Pemberdayaan Masyarakat dalam Upaya Pencegahan Demam Berdarah Dengue DBD di Puskesmas Karangdoro. Jurnal ABDIMAS-KU: Jurnal Pengabdian Masyarakat Kedokteran, 1(1), 25.

Sutriyawan, A., Darmawan, W., Akbar, H., Habibi, J., & Fibrianti, F. (2022). Faktor yang Mempengaruhi Pemberantasan Sarang Nyamuk (PSN) Melalui 3M Plus dalam Upaya Pencegahan Demam Berdarah Dengue (DBD). Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat, 11(01), 23-32.

Yati, L. M. C., Prasetijo, R., & Sumadewi, N. L. U. (2020). Hubungan Sanitasi Lingkungan Dengan Keberadaan Jentik Nyamuk Terhadap Kejadian DBD di Desa Kesiman Kertalangu Kecamatan Denpasar Timur. Jurnal Higiene, 6.

Yulianto, B., Santosa, B. J., & Handoyo, S. (2023). Memberdayakan Masyarakat Mencegah Dan Mengatasi Dbd/Dhf Dengan Psn 3m Plus. Scopindo Media Pustaka.
Zaputri, R. (2017). Evaluasi Program Penanggulangan Penyakit Demam Berdarah Dengue (Dbd) Di Puskesmas Puuwatu Kota Kendari Tahun 2016 (Doctoral dissertation, Haluoleo University).

Upaya Pencegahan Demam Berdarah Melalui Penyuluhan Demam Berdarah Dan Demonstrasi Pembuatan *Spray* Anti Nyamuk Dari Kulit Jeruk

Ilham Nur Ahmadyani[1], Septiana Ratnawati[2], Fanni Rachma Agustin[3], Alya Tsurrayya[4*], Chindy Fatma Zahara Wijanarko[5], Mifta Huljana Bakung[6], Dhea Putri Mardiyanti[7], Afiyah Nur Azizah[8], Junita Putri Salsabila[9], Sri Utami[10], Rezania Asyfiradayanti[11]

[1,2,3,4,5,6,7,8,9,11]Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
[10]Puskesmas Weru, Kabupaten Sukoharjo, Indonesia

E-mail *corresponding author*: ra123@ums.ac.id

Tanggal Submisi: Desember 2021 ; Tanggal Penerimaan: Maret 2022 (Diisi oleh pendeditor jurnal)

ABSTRAK

Pendahuluan: Indonesia merupakan negara beriklim tropis yang mendukung berkembangnya berbagai penyakit yang ditularkan oleh vektor, salah satunya adalah Demam Berdarah Dengue (DBD) yang disebabkan oleh virus dengue melalui nyamuk Aedes aegypti. Peningkatan kasus DBD di Desa Tegalsari, Kecamatan Weru, Kabupaten Sukoharjo, menunjukkan perlunya pendekatan yang lebih komprehensif untuk menekan penyebarannya. Salah satu solusi potensial adalah pemanfaatan bahan alami seperti kulit jeruk, yang mengandung senyawa bioaktif limonoid, saponin, dan tannin. Senyawa-senyawa ini berperan sebagai insektisida alami yang mampu mengganggu perkembangan nyamuk dan efektif sebagai larvasida. Metode: Pengabdian Masyarakat dilakukan melalui pendekatan edukasi dan demonstrasi pembuatan SEMAJER (Semprotan Anti Nyamuk Kulit Jeruk) kepada 50 peserta di Desa Tegalsari. Program ini melibatkan pre-test, penyuluhan, demonstrasi, dan post-test untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan DBD. Hasil: Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan signifikan pada pemahaman peserta, dari 42% memiliki pengetahuan baik sebelum penyuluhan menjadi 100% setelahnya. Simpulan: Program ini tidak hanya meningkatkan kesadaran masyarakat tentang bahaya DBD, tetapi juga memberikan keterampilan dalam memanfaatkan kulit jeruk sebagai larvasida alami yang ramah lingkungan. Dengan demikian, kegiatan ini berpotensi mendukung pengendalian DBD secara berkelanjutan dan memberdayakan masyarakat melalui solusi yang inovatif dan aplikatif.

Kata kunci : DBD, spray kulit jeruk, penyuluhan

ABSTRACT

Introduction: Indonesia has a tropical climate that supports the development of various vector-borne diseases, one of which is Dengue Hemorrhagic Fever (DHF) caused by the dengue virus through the Aedes aegypti mosquito. The increase in dengue cases in Tegalsari Village, Weru Subdistrict, Sukoharjo District, indicates the need for a more comprehensive approach to suppress its spread. One potential solution is the utilization of natural materials such as orange peel, which contains bioactive compounds of limonoids, saponins, and tannins. These compounds act as natural insecticides that can disrupt mosquito development and are effective as larvicides. Method: The community service was conducted through an educational approach and demonstration of making SEMAJER (Orange Peel Anti-Mosquito Spray) to 50 participants in Tegalsari Village. The program involved pre-test, counseling, demonstration, and post-test to evaluate the improvement of community knowledge on dengue prevention. Results: The evaluation results showed a significant increase in participants' understanding, from 42% having good knowledge before the counseling to 100% afterwards. Conclusion: This program not only increased community awareness about the dangers of DHF, but also provided skills in utilizing orange peels as an environmentally friendly natural larvicide. Thus, this activity has the potential to support sustainable dengue control and empower the community through an innovative solution and a sustainable solution.

Keywords: Dengue hemorrhagic fever,Orange peel spray,Counseling

PENDAHULUAN

Indonesia adalah negara dengan iklim tropis yang mendukung pertumbuhan berbagai jenis hewan dan tumbuhan. Namun, iklim ini juga menjadi tempat berkembangnya berbagai penyakit, khususnya penyakit yang ditularkan oleh vektor, yaitu organisme yang menyebarkan agen patogen dari satu inang ke inang lainnya, seperti nyamuk. Salah satu penyakit yang ditularkan oleh nyamuk adalah Demam Berdarah Dengue (DBD). Penyakit ini menular dan disebabkan oleh virus dengue yang ditransmisikan melalui nyamuk *Aedes aegypti, Aedes albopictus*, serta *Aedes polynesiensi*. (Utami et al., 2020)

Virus dengue berdampak pada sekitar 2,5 miliar orang di seluruh dunia, terutama di wilayah tropis dan subtropis. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan, pada 26 Maret 2024, tercatat 53.131 kasus DBD di Indonesia, dengan 404 kematian terkait. Seminggu kemudian,

jumlah kasus DBD meningkat menjadi 60.296, dengan angka kematian mencapai 455 orang (Kemenkes, 2024). Kasus DBD sering kali meningkat pada musim hujan karena banyaknya genangan air di wadah atau tempat yang menampung air hujan, yang menjadi lokasi berkembang biaknya nyamuk.

Pada tahun 2023, jumlah kasus DBD di Kabupaten Sukoharjo dilaporkan sebanyak 490 kasus. Di Desa Tegalsari sendiri jumlah kasus DBD yang tercatat pada tahun 2023 sebanyak 66 kasus. Dusun Tegalsari telah melaksanakan kegiatan Pemberantasan Sarang Nyamuk (PSN), namun kegiatan tersebut tidak dilakukan secara rutin dan tidak tercatat dengan baik. Demam Berdarah Dengue (DBD) merupakan masalah kesehatan yang serius di Desa Tegalsari, Kecamatan Weru, Kabupaten Sukoharjo. Data menunjukkan bahwa Desa Tegalsari mengalami peningkatan kasus DBD dalam beberapa tahun terakhir. Meskipun upaya Pemberantasan Sarang Nyamuk (PSN) telah dilakukan, namun belum cukup efektif dalam menekan angka kasus. Hal ini mengindikasikan perlunya pendekatan yang lebih komprehensif.

Salah satu Upaya pencegahan demam berdarah melalui penyuluhan demam berdarah dan demonstrasi pembuatan spray anti nyamuk dari kulit jeruk yang dimana penyuluhan tersebut sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan Masyarakat dan dapat dilakukan dengan memanfaatkan potensi bahan alami yang ada di sekitar kita. Kulit jeruk memiliki kandungan senyawa aktif yang bersifat insektisida alami. Dengan memanfaatkan kulit jeruk, masyarakat dapat membuat spray anti-nyamuk sendiri secara mandiri dan ramah lingkungan (Untari et al, 2019).

Berdasarkan hasil Survei Mawas Diri (SMD) dan Musyawarah Masyarakat Desa (MMD), ditemukan masalah kesehatan terkait penyakit menular, yaitu demam berdarah dengue (DBD) yang menjadi prioritas utama yang disepakati oleh masyarakat di Dusun II Desa Tegalsari. Masyarakat menyadari pentingnya menjaga kebersihan lingkungan dan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Oleh karena itu, penyuluhan mengenai DBD dan Demonstrasi pembuatan spray anti-nyamuk dari kulit jeruk diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam mencegah penyebaran DBD.

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan pemberdayaan dalam Pengabdian Masyarakat di Desa Tegalsari Kecamatan Weru adalah analisis kejadian dari fakta yang telah kami dapatkan dilapangan yang melibatkan dua pendekatan utama yaitu edukasi berupa penyuluhan dan demonstrasi.

1. Identifikasi dilakukan melalui SMD (survei mawas diri) bersama anggota kelompok untuk mendapatkan informasi yang akurat terkait permasalahan yang terjadi didesa TegalSari. Dari hasil Survei mawas diri dan PE jentik ditemukan bahwa terdapat beberapa masyarakat yang terkena DBD dan Chikungunya. Selain itu banyak juga ditemukan jentik nyamuk di rumah warga**.**
2. Perencanaan program kerja ini bertujuan untuk mengurangi risiko dari penyakit demam berdarah yang disebabkan oleh nyamuk *Aedes Aegypti*.
3. Persiapan materi dan bahan demonstrasi, materi yang diberikan berupa dalam bentuk ppt dan penyampaian dari 1 orang anggota PBL -1 sebagai pemateri kemudian 2 orang mempraktekan cara pembuatan semajer. Dilanjutian dengan persiapan bahan demonstrasi berupa kulit jeruk, air, alkohol 70%, blender, saringan yang dimana kulit jeruk di blender sampai halus. Lalu bahan lainnya berupa semprotan botol 60 ml yan g nanti nya akan menjadi kemasan bahan semajer dari kulit jeruk.
4. Pelaksanaan program kerja dilaksanakan pada hari senin tanggal 18 November 2024 pada jam 09.00 – 10.30 WIB, berlokasi di Rumah Pak Bayan. Acara ini, Sosialisasi GAUL BERSIH (Gerakan Aksi Untuk Lingkungan Bersih) di hadiri oleh 50 orang lansia dan di hadiri oleh 5 orang kader. Fungsi pembuatan semajer sebagai solusi alami dalam mengatasi nyamuk DBD serta demonstrasi yang di praktikan oleh melalui pendekatan komunitas yang akan melibatkan lansia dan kader agar memastikan penerapan praktik tersampaikan dengan baik.
5. Pre – test mengenai pengetahuan lansia mengenai nyamuk DBD dan manfaat SEMAJER untuk DBD. Pre – test ini dilakukan selama 10 menit dengan menggunakan pertanyaan tertutup (iya/tidak) sebanyak 10 pertanyaan.
6. Edukasi melalui penyuluhan yang meliputi persiapan materi penyuluhan yang mencakup informasi mengenai tentang nyamuk DBD dan cara pembuatan Semajer dari bahan kulit jeruk. Pelaksanaan penyuluhan yang dilakukan di Rumah pak bayan dan penyampaian materi edukasi berupa power point kepada lansia dan kader posyandu.
7. Demonstrasi pembuatan Semajer (semprotan anti nyamuk kulit jeruk) seperti kulit jeruk akan kami perkenalkan kepada lansia dan kader sebagai bahan utama pembuatan semajer yang berperan sebagai upaya dalam pengendalian DBD kemudian setelah di lakukan demonstrasi cara pembuatan semajer, ibu – ibu dipersilahkan untuk mencoba mempraktekkan pembuatan produk semajer.

8. Post – Test dilaksanakan setelah program edukasi dan demonstrasi yang bertujuan untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan Lansia mengenai DBD dan peran SEMAJER sebagai penanganan DBD. Post – test dilakukan selama 10 menit dengan menggunakan pertanyaan penutup (iya/tidak) sebanyak 10 pertanyaan. Selanjutnya hasil pre – test dan post – test akan dianalisis menggunakan spss untuk mengetahui apakah terdapat peningkatan pengetahuan bagi para lansia atau tidak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan DBD dan demonstrasi pembuatan semprotan anti nyamuk di posyandu lansia yang dilaksanakan di Desa Tegalsari, Dusun II Senin, 18 November 2024, dengan peserta para lansia sebanyak 50 orang.

Table.1 Karakteristik Responden pada saat Penyuluhan

Jenis Kelamin	N	%
Laki-laki	5	10
Perempuan	45	90
Jumlah	50	100

Dari table di atas, diketahui bahwa peserta yang hadir dalam kegiatan penyuluhan DBD yang diadakan di posyandu lansia Dusun II Desa Tegalsari berjenis kelamin laki-laki sebanyak 5 orang (10%) dan perempuan berjumlah 45 orang (90%).

Kegiatan yang dilakukan pada saat penyuluhan adalah Sosialisasi GAUL BERSIH (Gerakan Aksi Untuk Lingkungan Bersih) Pukul 09.00 pagi, suasana penuh semangat tercipta di lokasi sosialisasi GAUL BERSIH. Para lansia, dengan penuh antusias, mengikuti setiap sesi kegiatan. Sebelumnya, mereka telah mengisi pre-test yang menunjukkan beragam tingkat pengetahuan tentang DBD. Melalui materi yang disampaikan secara sederhana namun informatif, mahasiswa berhasil membuka mata peserta akan bahaya laten DBD yang mengintai lingkungan sekitar. Demonstrasi pembuatan semprotan nyamuk alami semakin menggugah minat peserta untuk menerapkan ilmu yang baru saja mereka dapatkan. Kemudian hasil post-test yang membanggakan menjadi bukti nyata keberhasilan sosialisasi ini. Peningkatan pemahaman peserta tidak hanya tercermin dari angka, tetapi juga dari semangat mereka untuk berbagi informasi dengan keluarga dan tetangga. Dengan demikian, sosialisasi GAUL BERSIH

tidak hanya memberikan manfaat bagi peserta, tetapi juga berpotensi menciptakan dampak yang lebih luas bagi masyarakat

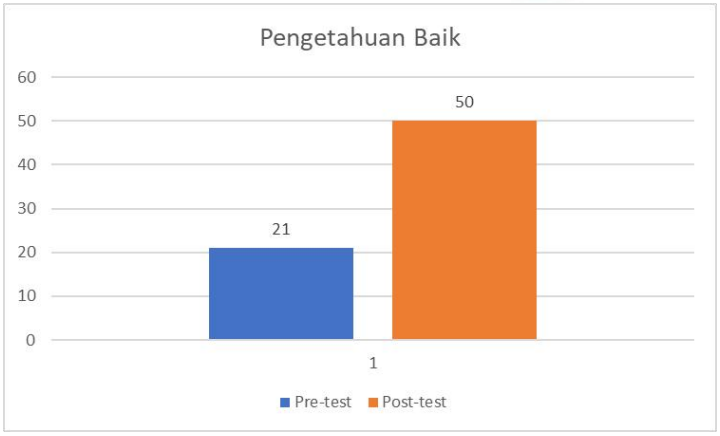


Gambar 1. Pelaksanaan Sosialisasi

Table.3 Hasil *Pre-test* dan *Post-test*

Kategori		Pre-test		Post test	
		N	%	N	%
Pengetahuan	Baik	21	42	50	100
	Kurang	29	58	0	0
Total		50	100	50	100

Hasil evaluasi pre-test dan post-test pada peserta posyandu lansia menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah mengikuti program edukasi. Sebelum penyuluhan, sebanyak 58% peserta memiliki pemahaman yang kurang baik tentang DBD, sedangkan 42% memiliki pemahaman yang baik. Setelah mengikuti penyuluhan, seluruh peserta (100%) menunjukkan pemahaman yang baik. Kategori pengetahuan baik sebelum dilakukannya penyuluhan sebanyak 21 peserta (42%) dan setelah dilakukannya penyuluhan naik sebanyak 50 peserta (100%) Hal ini mengindikasikan bahwa program edukasi yang telah dilaksanakan berhasil meningkatkan pengetahuan para lansia secara efektif.



Gambar 2. Grafik Kenaikan Nilai Pretest dan Posttest



Gambar 3. Produk SEMAJER (Semprotan Anti Nyamuk Kulit Jeruk)

Setelah pemaparan mengenai bahaya Demam Berdarah Dengue (DBD), kegiatan dilanjutkan dengan demonstrasi pembuatan SEMAJER (Semprotan Anti Nyamuk Kulit Jeruk) yang sangat dinantikan. Para mahasiswa dengan cermat menjelaskan setiap tahap pembuatan, mulai dari pemilihan bahan hingga proses pengolahan. Demonstrasi langsung ini memberikan pemahaman yang lebih mendalam bagi para lansia dan kader posyandu. Tidak hanya sekadar membuat semprotan, kegiatan ini juga memberikan keterampilan berharga kepada para lansia. Mereka belajar membuat produk pembersih alami yang efektif mengusir nyamuk sekaligus ramah lingkungan. Dengan demikian, lansia tidak hanya berperan aktif dalam menjaga kesehatan diri dan keluarga, tetapi juga berkontribusi dalam pelestarian lingkungan. Selain itu,

pembuatan SEMAJER ini juga membuka peluang bagi lansia untuk menghasilkan produk yang dapat dipasarkan, sehingga memberikan manfaat ekonomi bagi mereka.

Kulit jeruk diketahui memiliki potensi sebagai bahan alami untuk mengusir nyamuk, khususnya Aedes aegypti, berkat kandungan senyawa kimia di dalamnya seperti limonoid, saponin, dan tannin. Limonoid berperan sebagai antifeedant yang menghambat nafsu makan serangga, sehingga mereka enggan mengonsumsi makanan. Selain itu, senyawa ini juga memengaruhi sistem saraf serangga, yang dapat mengganggu aktivitas biologisnya. Saponin, di sisi lain, mampu mengganggu perkembangan larva, khususnya pada proses pergantian kulit (molting) yang penting untuk pertumbuhan serangga. Bahkan dalam konsentrasi rendah, saponin dapat menyebabkan hemolisis sel darah merah, yang berdampak pada metabolisme larva. Tannin turut berkontribusi dengan menghambat proses pencernaan pada serangga, yang secara langsung mengganggu pertumbuhan mereka, serta memengaruhi proses molting larva sehingga transformasi larva menjadi pupa terhambat (Broto et.al, 2021)

Penelitian telah membuktikan bahwa air perasan kulit jeruk manis efektif digunakan sebagai larvasida alami. Nilai LC50, yaitu konsentrasi yang menyebabkan kematian 50% larva, tercatat sebesar 0,731%, menunjukkan bahwa senyawa dalam kulit jeruk manis cukup efektif dalam membunuh larva nyamuk Aedes aegypti. Dengan kandungan senyawa bioaktif ini, kulit jeruk berpotensi menjadi alternatif ramah lingkungan dalam pengendalian nyamuk penyebab demam berdarah, sekaligus mengurangi ketergantungan pada insektisida sintetis (Nurhaifah et.al, 2014)

Hasil demonstrasi pembuatan SEMAJER kepada peserta posyandu lansia menunjukan hasil berupa terbentuknya keterampilan lansia dalam membuat semprotan anti-nyamuk dari kulit jeruk, hal ini ditandai dari seluruh peserta yang hadir dalam kegiatan sosialisasi dapat membuat semprotan anti-nyamuk dari kulit jeruk tersebut. Melalui demonstrasi dan praktek langsung, peserta diharapkan mampu memproduksi sendiri SEMAJER sebagai solusi alami untuk mengusir nyamuk dan mencegah DBD serta membuka peluang bagi lansia untuk menghasilkan produk yang dapat dipasarkan sembari menjaga kelestarian lingkungan.



Gambar 2. Demonstrasi pembuatan

SIMPULAN

Upaya pencegahan demam berdarah dilakukan melalui program penyuluhan demam berdarah dan demonstrasi pembuatan spray anti nyamuk dari kulit jeruk, dimana kegiatan penyuluhan berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat terkait bahaya DBD secara efektif sementara demosntrasi berhasil memberikan keterampilan kepada masyarakat mengenai cara pembuatan dan pemanfaatan SEMAJER. Proses pembuatan SEMAJER yang sederhana memungkinkan proses pembuatan dilakukan dirumah oleh para lansia, Konsistensi dalam pembuatan dan penggunaan diperlukan agar SEMAJER dapat menjadi salah satu solusi inovatif dan aplikatif serta praktis yang berkelanjutan dalam pencegahan DBD.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih dan apresiasi yang sebesarnya diberikan kepada Universitas Muhammadiyah Surakarta dan kepada masyarakat Desa Tegalsari Kecamatan Weru serta seluruh pihak yang terlibat langsung dalam membantu kelancaran jalannya program sosialisasi dan demonstrasi pembuatan produk SEMAJER.

DAFTAR PUSTAKA

Ariyani, Y., Saputra, A. U., & Dewi, P. (2023). Penyuluhan kesehatan tentang pencegahan demam berdarah puskesmas Sako Palembang tahun 2022. *Jurnal Pengabdian Cendikia*, *2*(5), 2986–7002. https://doi.org/10.5281/zenodo.8232190

Broto, W., Fatimah, S., Arifan, F., & Kiki Damayanti, E. (2021). Pemanfaatan Ekstrak Batang Serai dan Limbah Kulit Jeruk Sebagai Obat Spray Anti Nyamuk. *Pentana*, *2*(1), 6–11.

Jacub Soenjono, S., Victor Imanuel Sambuaga, J., Kalonio, D. E., Kesehatan Lingkungan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Manado, J., & Jurusan Farmasi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Manado, I. (2022). Lotion Minyak Atsiri Daun dan Kulit Buah Lemon Cui (Citrus microcarpa) Sebagai Repelen Terhadap Nyamuk Anopheles sp. Lotion of Essential Oil Leaves and Peel Citrus Lemon Cui (microcarpa) as Repellent Against Anopheles sp. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, *12*(1), 103–109. https://doi.org/10.47718/jkl.v10i2.1178

Larvicides, M. (2005). Guidelines for laboratory and field testing of mosquito larvicides. *World Health Organization*, 1–41. http://whqlibdoc.who.int/hq/2005/WHO_CDS_WHOPES_GCDPP_2005.13.pdf?ua=1

Lolo, W. A., & Wiyono, W. I. (2023). Peningkatan Kapasitas Masyarakat Dalam Upaya Pencegahan Demam Berdarah Dengue (DBD) Melalui Pelatihan Pembuatan Bio Spray Anti Nyamuk Di Kelurahan Mapanget Kecamatan Talawaan Kabupaten Minahasa Utara. *The Studies of Social Sciences*, *5*(2), 41–51. https://doi.org/10.35801/tsss.v5i2.51692

Muhani, N., Mulastsih, A., Mayasari, E., Ambarwati, Y., Kesehatan, F., Universitas, M., & Lampung, M. (2021). Komunikasi, Informasi Dan Edukasi Tentang Pencegahan Penyakit Demam Berdarah Era Pandemi Covid -19 Di Upt Puskesmas Way Urang Kabupaten Lampung Selatan. *Indonesian Journal Of Community Service*, *1*(3), 556–563.

Nurgahayu, Arman, & Saputri, L. H. (2023). *Pemanfaatan Limbah Kulit Jeruk Manis (Citrus Sinensis) Sebagai Obat Nyamuk Liquid Elektrik Yang Aman dan Ramah Lingkungan di Desa Borisallo Kecamatan Parangloe Kabupaten Gowa Regency Amerika yakni Environment Protection Authority (US EPA) dan New Jers*. *2*(4).

Ramadhani[1], F., Yudhastuti[2], R., & Widati[3], S. (2019). Pelaksanaan PSN 3M Plus untuk pencegahan demam berdarah dengue (Studi kasus masyarakat Desa Kamal) implementation of PSN 3 M Plus for prevention dengue Hemorrhagic Fever (Case study of Kamal Village community). *Gorontalo Journal of Public Health*, *2*(2), 139–145. https://jurnal.unigo.ac.id/index.php/gjph/article/view/584/411

Setiyawan, H., Lestari, A. S., Ayuningtyas, E. N., Meradji, A., Diana, E., & Utami, E. B. (2019). Penyuluhan Demam Berdarah Dengue (Dbd) Dan Tanaman Pengusir Nyamuk Di Desa Modalan, Banguntapan. *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, *3*(2), 241–244. https://doi.org/10.12928/jp.v3i2.849

Untari, M. K., Astuti, S. D., Cahyo, L. M., Eka, A., & Widyasti, J. H. (2019). Pemanfaatan Kulit Jeruk Untuk Pembuatan Lotion Anti Bebas Nyamuk Sebagai Upaya Lingkungan Bebas Sampah dan Bebas Nyamuk. *Dimas Budi*, *3*(1), 38–40.

Upaya Peningkatan Kesadaran Masyarakat dalam Penanggulangan Demam Berdarah Dengue di Dusun IV Desa Tegalsari

Najma Azizah Nurrahmah[1*], Faturohit Rois Imron Santoso [2], Qoonitah Az Zahra[3], Nabila Lutfiana Putri[4], Seffiana Febri Nuraisa[5], Salma Khoirunnisa[6], Elvina Safarinda[7], Septina Ummi Latifah[8], Virgitha Pramesti Agustianty[9], Sri Utami[10] , Sheena Ramadhia Asmara Dhani[11]

[1,2,3,4,5,6,7,8,9,11]Prodi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Jl. A. Yani Tromol Pos I, Pabelan Kartasura, Sukoharjo 57169, Indonesia

[10]Puskesmas Weru, Sukoharjo, Indonesia

E-mail: J410230076@student.ums.ac.id*

ABSTRAK

Analisis situasi yang dilakukan melalui Survei Mawas Diri (SMD) menunjukkan bahwa kondisi sosial-ekonomi masyarakat berpengaruh terhadap derajat kesehatan mereka. Di Desa Tegalsari, Kecamatan Weru, Kabupaten Sukoharjo, terdapat beragam tantangan kesehatan yang perlu diatasi, terutama mengingat mayoritas penduduknya adalah lansia yang rentan terhadap berbagai penyakit. Berdasarkan laporan Praktik Belajar Lapangan (PBL) yang dilaksanakan, masalah yang dihadapi di masyarakat mencakup Demam Berdarah Dengue (DBD), Hipertensi, dan Pengelolaan Sampah. Jenis pengabdian menggunakan metode *One Group Pretest-Posttest Design*, dengan partisipasi 26 orang warga Dusun 4. Penilaian dilakukan menggunakan kuesioner *pre-test* dan *post-test* yang menunjukkan rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 10,5 (SD 1,1) menjadi 11,03 (SD 0,9), namun peningkatan ini tidak signifikan secara statistik (*p-value* 0,066). Tidak signifikannya hasil ini diduga karena sebagian besar partisipan telah memiliki pengetahuan dasar yang cukup baik terkait DBD sebelum intervensi, mengingat wilayah ini termasuk daerah endemis dan masyarakatnya sudah sering terpapar informasi serupa melalui program kesehatan sebelumnya, sehingga ruang peningkatan pengetahuan menjadi terbatas (*ceiling effect*).

Kata kunci: Demam Berdarah Dengue, Kesadaran Masyarakat, *Aedes aegypty*

ABSTRACT

Situation analysis conducted through the Self-Awareness Survey (SMD) indicates that the socio-economic conditions of the community significantly influence their health status. In Tegalsari Village, Weru District, Sukoharjo Regency, various health challenges must be addressed, especially considering that the majority of the population consists of elderly individuals who are vulnerable to multiple diseases. Based on the Field Learning Practice (PBL) report, the main health issues identified in the community include Dengue Hemorrhagic Fever (DHF), hypertension, and waste management. This community engagement program employed a One Group Pretest-Posttest Design involving 26 residents of Dusun 4. Knowledge assessment was conducted using pre-test and post-test questionnaires, which showed an increase in the mean knowledge score from 10.5 (SD 1.1) to 11.03 (SD 0.9); however, this increase was not statistically significant (p-value = 0.066). The lack of significant improvement is presumed to be due to the participants' already adequate baseline knowledge regarding DHF prior to the intervention, as the area is endemic and residents have frequently been exposed to similar health education programs, resulting in a limited scope for further knowledge enhancement (ceiling effect).

***Keywords**: Dengue Hemorrhagic Fever, Public Awareness, Aides aegypty*

PENDAHULUAN

Demam Berdarah Dengue (DBD) merupakan salah satu penyakit tropis yang penyebarannya sangat cepat dan menjadi masalah kesehatan di dunia (Witte *et al.*, 2024; Rosyada, H. K, 2024). Berdasarkan laporan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), pada tahun 2023 tercatat lebih dari 5,2 juta kasus DBD secara global, dengan kawasan Asia Tenggara dan Amerika Latin sebagai episentrum penyebaran tertinggi. Faktor-faktor seperti perubahan iklim, urbanisasi yang pesat, dan rendahnya pengendalian vektor nyamuk *Aedes aegypti* menjadi kontributor utama melonjaknya insiden DBD di berbagai negara tropis dan subtropis (World Health Organization, 2023). Demam Berdarah Dengue (DBD), yang disebabkan oleh gigitan nyamuk *Aedes aegypti* (Arivadany, 2024). Gigitan nyamuk *Aedes aegypti* dapat menyebabkan infeksi virus dengue, yang memicu demam tinggi serta gejala lain seperti sakit kepala, nyeri otot, nyeri sendi atau tulang, sakit di belakang mata, dan munculnya ruam pada tubuh (Rahmansyah, I. M., dan Novitasari, D., 2024). Demam Berdarah Dengue di Indonesia masih menjadi masalah kesehatan, prevalensinya berpotensi terjadi kejadian luar biasa (KLB) (Lestari, S. W. B., 2024). Data kumulatif Kementerian Kesehatan RI pada 2023 dilaporkan

terdapat 114.720 kasus dengan 894 kematian. Pada minggu ke-43 tahun 2024, dilaporkan 210.644 kasus dengan 1.239 kematian akibat DBD yang terjadi di 259 kabupaten/kota di 32 provinsi. Suspek dengue yang dilaporkan melalui SKDR secara kumulatif hingga minggu ke-43 mencapai 624.194 suspek (Kemenkes, 2024). Tingginya angka kejadian DBD juga dipengaruhi oleh kepadatan populasi (Latipatul *et al*., 2023). Data terbaru dari Badan Pusat Statistik Kota Surakarta, kasus lonjakan DBD cukup signifikan dari tahun sebelumya, sebesar 220 orang per tahun 2024, data ini dua kali lipat lebih tinggi dari tahun 2023 (BPS, 2024).

Kesehatan masyarakat merupakan salah satu aspek penting dalam pembangunan suatu daerah (Eliana., dkk 2016). Secara lokal, Desa Tegalsari di Kecamatan Weru, Kabupaten Sukoharjo, terdapat beragam tantangan kesehatan yang perlu diatasi, terutama mengingat mayoritas penduduknya adalah lansia yang rentan terhadap berbagai penyakit. Berdasarkan laporan Praktik Belajar Lapangan (PBL), kasus DBD di wilayah ini masih sering terjadi. Analisis situasi yang dilakukan melalui Survei Mawas Diri (SMD) menunjukkan bahwa kondisi sosial-ekonomi, tingkat pendidikan dan minimnya pemahaman masyarakat berpengaruh terhadap derajat kesehatan mereka. Intervensi yang tepat dan berbasis penelitian sangat diperlukan untuk memberikan edukasi dan peningkatan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya kesehatan (Astuti, D., dkk., 2024).

Pelaksanaan program kesehatan di Desa Tegalsari didasarkan pendekatan teoritik melalui Survei Mawas Diri (SMD) untuk identifikasi masalah serta Musyawarah Masyarakat Desa (MMD) sebagai forum partisipatif dalam menentukan prioritas dan solusi. Salah satu intervensi utama yang dilakukan adalah edukasi pencegahan DBD melalui metode 3M Plus (menguras, menutup, memanfaatkan kembali barang bekas, dan tambahan upaya lain seperti penggunaan tanaman pengusir nyamuk) (Achsani, F., 2020). Beberapa penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa pendekatan ini terbukti efektif dalam berbagai penelitian untuk menekan angka kejadian DBD di komunitas (Kularatne and Chamara, 2022).

Tujuan dari program ini adalah untuk mengidentifikasi dan memprioritaskan masalah kesehatan di Desa Tegalsari, serta memberikan edukasi berbasis penelitian untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang pencegahan DBD. Melalui pemecahan masalah yang sistematis dan kolaboratif, diharapkan masyarakat dapat meningkatkan kesadaran dan pengetahuan mereka tentang kesehatan, sehingga kualitas hidup mereka dapat meningkat secara keseluruhan (Fahrurodzi, D. S., 2024). Manfaat dari program ini tidak hanya dirasa kan oleh masyarakat, tetapi juga menjadi pengalaman berharga bagi mahasiswa dalam menerapkan ilmu yang dipelajari dalam konteks nyata (Raniawati, R. A. N., dkk 2024).

METODE PELAKSANAAN

Jenis pengabdian ini menggunakan rancangan *One Group Pretest-Posttest Design*. Populasi dalam pengabdian ini adalah masyarakat umum Desa Tegalsari Dusun 4. Untuk mengetahui hasil, instrumen pengabdian yang digunakan adalah kuesioner *pre-test* dan *post-test* yang dibagikan pada 26 partisipan sebelum dan sesudah materi sosialisasi DBD. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner pengetahuan tentang DBD yang terdiri dari 15 soal dengan jenis pertanyaan benar/salah untuk mengukur aspek pengetahuan mengenai pengertian DBD, penyebab, gejala, upaya pencegahan, dan penerapan 3M Plus. Skor total berkisar antara 0–15, di mana setiap jawaban benar diberi skor 1 dan jawaban salah diberi skor 0.

Kuesioner sudah diuji validitas sebelumnya, dinyatakan valid oleh dosen pembimbing serta tenaga kesehatan Puskesmas Weru, dengan hasil uji validitas menunjukkan nilai r hitung > r tabel untuk seluruh item soal. Kemudian setelah kuesioner diisi, data hasil kuesioner dianalisis menggunakan uji statistik *Paired t-test* untuk mengetahui perbedaan rata-rata skor pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Uji ini dipilih karena berasal dari kelompok yang sama sebelum dan sesudah perlakuan, dengan tingkat signifikansi yang digunakan adalah $p < 0,05$.

Adapun tahapan metode pelaksanaan sosialisasi dimulai dari perencanaan dan persiapan, proses dan pelaksanaan, serta evaluasi.

a. Perencanaan dan Persiapan

Tahap perencanaan dan persiapan dimulai dengan identifikasi masalah dengan pengumpulan data mengenai permasalahan di Desa Tegalsari Dusun 4 dengan Survei Mawas Diri (SMD). Analisis situasi dilakukan melalui data sekunder dari data penyakit yang terdapat di Puskesmas Weru. Berdasarkan pengumpulan informasi didapatkan bahwa permasalahan yang berada di Desa Tegalsari Dusun 4 yaitu DBD, Hipertensi dan Pengelolaan Sampah. Setelah itu melakukan prioritas masalah menggunakan USG (*Urgency, Seriousness, Growth*). Penentuan solusi dilakukan dengan diskusi dan konsultasi bersama dengan Dosen Pembimbing Lapangan. Solusi yang didapat yaitu dengan melakukan sosialisasi mengenai upaya 3M+, pemberian tanaman pengusir nyamuk dan demonstrasi pembuatan spray anti nyamuk.

Materi yang disampaikan pada sosialisasi disusun oleh mahasiswa dengan bersumber dari website Kemenkes. Untuk persiapan surat undangan dilakukan oleh mahasiswa

dengan persetujuan Kepala Desa Tegalsari. Dan juga mahasiswa berdiskusi dengan Kepala Dusun 4 untuk pemilihan tempat sosialisasi.

b. Proses dan Pelaksanaan

Kegiatan sosialisasi DBD dilakukan pada Hari Kamis, 14 November 2024 pada pukul 19.00 – 21.00 WIB di Gedung Pertemuan Muda-Mudi Taruna Bhakti yang dihadiri oleh 26 orang. Kegiatan sosialisasi dimulai dengan pemberian kuesioner *pre-test* sebelum pemaparan materi yang bertujuan untuk mengetahui pengetahuan masyarakat mengenai DBD sebelum dilakukan kegiatan sosialisasi. Setelah pengisian *pre-test*, mahasiswa membagikan leaflet dan dilanjutkan dengan pemaparan materi mengenai DBD baik pengertian, penyebab, upaya pencegahan dan sebagainya. Setelah itu, demonstrasi pembuatan spray anti nyamuk, kemudian sesi diskusi dan pembagian lembar kuesioner *post-test* yang dikerjakan dalam waktu 5 menit.

c. Evaluasi

Evaluasi kegiatan digunakan untuk mengukur keberhasilan dengan menggunakan *pre-test* dan *post-test* dimana nantinya hasil data yang diperoleh menjadi tolak ukur keberhasilan peningkatan pengetahuan DBD dan demonstrasi spray anti nyamuk. Evaluasi juga dapat diukur dengan banyaknya masyarakat yang aktif bertanya. Pada evaluasi internal dari kegiatan ini adalah pemberian media yang lebih bervariatif seperti penggunaan proyektor agar lebih mudah untuk dipahami, yang diharapkan evaluasi ini dapat menjadi pelajaran untuk keberlangsungan sosialisasi selanjutnya.

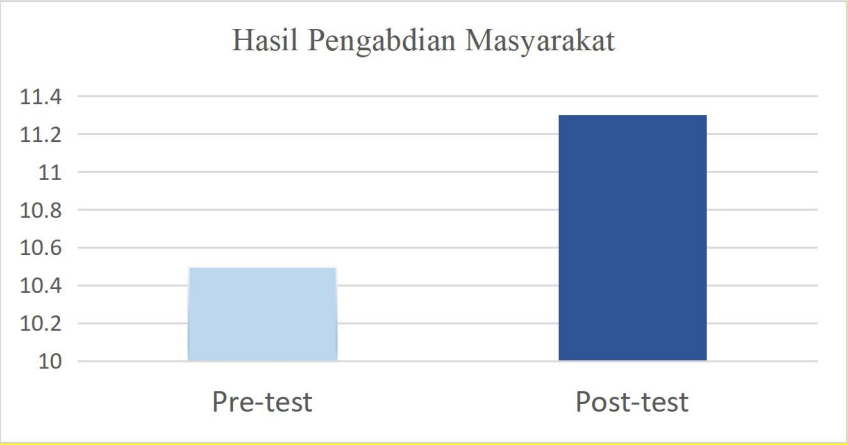
HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi kepada masyarakat telah dilaksanakan pada tanggal 14 November 2024 di Gedung pertemuan muda-mudi taruna bhakti Desa Tegalsari Dusun 4. Evaluasi pengetahuan dilakukan menggunakan kuesioner *pre-test* dan *post-test*. Hasil analisis menunjukkan rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 10,5 (SD 1,1) sebelum edukasi menjadi 11,03 (SD 0,9) setelah edukasi. Namun, peningkatan ini tidak signifikan secara statistik *(p-value* = 0,066). Hasil pengabdian masyarakat sebagai berikut :

Tabel 1. Hasil Pengabdian Masyarakat

Kelompok Sampel	N Total	Mean	SD	Sig/P-Value
Sebelum *(Pre-Test)*	26	10,5	1,1	0,066
Sesudah *(Post-Test)*		11.03	0,9	

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa tidak adanya peningkatan rata-rata nilai antara sebelum dan sesudah pemberian Penyuluhan Demam Berdarah Dengue (DBD) di Desa Tegalsari Dusun 4. Hal ini dikarenakan profil pengetahuan awal responden yang sudah cukup tinggi sehingga dari hasil kuesioner masih belum memberikan peningkatan pengetahuan. Desa Tegalsari merupakan wilayah endemis DBD yang rutin mendapatkan sosialisasi dan intervensi kesehatan dari Puskesmas maupun pemerintah desa. Hal ini menyebabkan terjadinya *ceiling effect*, yaitu kondisi di mana skor pengetahuan masyarakat sudah mendekati maksimum sehingga ruang untuk peningkatan lebih lanjut menjadi sangat terbatas. Selain itu, materi edukasi yang disampaikan cenderung bersifat dasar dan merupakan pengulangan dari informasi yang telah sering diterima masyarakat sebelumnya.



Tabel 2. Grafik Hasil Pengabdian Masyarakat

Temuan ini berbeda dengan hasil penelitian Latipatul *et al*. (2023) yang dilakukan di wilayah dengan kasus DBD tinggi namun akses pendidikan dan lingkungan yang layak masih minim. Dalam penelitian tersebut, penyuluhan pencegahan DBD terbukti mampu meningkatkan pemahaman peserta, terutama terkait tempat perkembangbiakan nyamuk dan kemampuan transovarial nyamuk *Aedes aegypti*. Peningkatan pengetahuan yang signifikan pada penelitian Latipatul *et al*. (2023) menunjukkan bahwa edukasi sangat efektif pada masyarakat dengan pengetahuan awal yang rendah dan akses informasi yang terbatas. Perbedaan menegaskan bahwa efektivitas edukasi sangat dipengaruhi oleh kondisi awal pengetahuan dan keterpaparan informasi yang diterima masyarakat. Pada masyarakat dengan paparan informasi yang tinggi, edukasi perlu dikembangkan dengan materi yang lebih mendalam, inovatif, dan aplikatif agar tetap memberikan dampak yang bermakna. Selain itu, perubahan perilaku masyarakat tidak hanya bergantung pada pengetahuan, tetapi juga memerlukan kesadaran, motivasi internal, serta dukungan promotif dan preventif secara bertahap dari berbagai pihak.

Interaksi antara nyamuk yang membawa virus Dengue dan manusia sering terjadi di lingkungan sekitar tempat tinggal (Mazokopakis, 2020). Faktor -faktor yang terkait dengan penularan demam berdarah termasuk perubahan demografis dan sosial seperti pertumbuhan penduduk yang tidak terkendali, kepadatan penduduk, dan penurunan kualitas air, saluran pembuangan, dan sistem pengelolaan limbah (Shakeela *et al*., 2023). Tempat penampungan air yang tidak tertutup dengan baik juga menjadi tempat berkembang biaknya nyamuk *Aedes aegypti*. Semakin banyak kontainer yang tersedia, semakin tinggi pula kepadatan populasi nyamuk yang berkembang biak, sehingga risiko penularan penyakit DBD meningkat. Dalam penelitian oleh (Prabowo dan Triana, 2019), ditemukan bahwa keberadaan tempat penampungan air yang tidak terkelola dengan baik berperan besar dalam meningkatkan populasi nyamuk *Aedes aegypti*. Oleh karena itu, pengelolaan lingkungan yang bersih dan penutupan tempat-tempat yang dapat menjadi sarang nyamuk, seperti bak mandi dan drum, sangat penting dalam mengurangi risiko DBD (Aran *et al*, 2021). Bersamaan dengan ini, kurangnya kesadaran kesehatan masyarakat menciptakan kondisi yang menyebabkan peningkatan penularan penyakit yang dibawa nyamuk terutama di negara-negara berkembang (Musparlin H, 2022). Oleh karena itu, diperlukan peningkatan kesadaran dan kewaspadaan di kalangan Masyarakat terkait dengan penyakit DBD terutama saat musim kemarau menuju musim hujan dan seterusnya (Khan *et al*., 2023).



Gambar 1. Sosialisasi DBD di Gedung Pertemuan Muda-Mudi Taruna Bhakti



Gambar 2. *Leaflet* DBD



Gambar 3. Poster DBD

Setelah melakukan serangkaian sosialisasi kemudian dilanjutkan dengan pemberian tanaman TOGA kepada masyarakat yang hadir dalam kegiatan penyuluhan. Hal ini bertujuan untuk menumbuhkan motivasi pada masyarakat untuk menanam tanaman TOGA. Pembagian tanaman Toga dilakukan pada saat melakukan penyuluhan DBD berlangsung yang diserahkan kepada perwakilan dari setiap RT, RW Kader dan TOMA. Tanaman TOGA yang digunakan ada 2 macam diantaranya Lavender dan Bunga tapak dara. Lavender dikenal ampuh untuk mengusir nyamuk, tanaman ini berasal dari daerah mediterania utara dan banyak dibudidayakan di daerah Eropa. Kemampuan mengusir nyamuk dari lavender didapatkan dari aromanya yang mengandung linalool dan linalyl asetat. Bunga lavender sendiri memiliki manfaat sebagai pengusir nyamuk karena aroma khas lavender tidak disukai oleh nyamuk, minyak esensial yang dihasilkan bunga lavender mengandung bahan *repellent* atau penolak serangga yang salah satunya adalah nyamuk. Selain tanaman lavender kita juga memberikan bunga tapak dara, Tapak Dara mengandung senyawa geraniol atau rhodinal pada mahkota bunga dan daunnya. Senyawa tersebut dinilai cukup efektif dan ampuh untuk mengusir serangga, termasuk nyamuk. Bunga tapak dara mengandung senyawa alami yang dapat mengganggu populasi dan mengusir nyamuk karena menghasilkan aroma yang khas dan minyak esensial dari bunga tersebut bisa diolah menjadi larutan atau semprotan alami pengusir nyamuk. Selain Lavender dan Tapak Dara, terdapat juga tanaman lain yang memiliki efek untuk mengusir nyamuk, seperti Sereh, *Marigold*, Bawang Putih, Zodia, Lemon, *Rosemary*, dan lainnya.



Gambar 4 . Sosialisasi Tanaman TOGA



Gambar 5 . Penyerahan Tanaman TOGA

Pada acara selanjutnya yaitu demonstrasi pembuatan spray pewangi ruangan sederhana pengusir nyamuk yang berbahan dasar sereh bertujuan untuk mengurangi jumlah nyamuk yang berada di rumah. Spray ruangan sederhana pengusir nyamuk ini hanya terdiri dari tiga bahan, yaitu serai dan alkohol dan juga bisa dengan air saja. Inovasi semprotan anti nyamuk ini aman digunakan karena terbuat dari bahan herbal alami tanpa tambahan bahan kimia berbahaya. Penggunaan anti nyamuk alami diharapkan dapat memberikan perlindungan yang aman, terutama bagi kulit sensitif (Safitri *et al.*, 2022). Cara pembuatannya yaitu dengan cara sebagai berikut; Langkah pertama dengan mengupas kulit tanaman serai dari batangnya, Kemudian bilas dengan air hingga tanah atau kotoran yang ada pada batang serai tercuci bersih. Setelah itu batang serai dipotong kecil-kecil lalu dijemur sampai kering kecoklatan. Hal ini bertujuan agar kandungan air yang ada pada tanaman serai dapat berkurang. Rebus potongan serai dengan air mineral dengan perbandingan 1:3 selama sekitar 30 menit, atau sampai sisa air menjadi sekitar 1/3 dari jumlah awal dengan api kecil. Setelah itu, saring air rebusan dari sisa serai, dan campurkan dengan alkohol 70% dalam perbandingan 3:1. Alkohol digunakan untuk melarutkan air rebusan serai dan supaya tahan lama, sehingga dapat digunakan sebagai semprotan saat dikemas dalam botol. Campurkan alkohol dan air rebusan

serai dengan rasio 3:1 dalam botol spray, dan produk spray serai anti nyamuk siap untuk digunakan (Hakim dkk, 2023). Kemudian di akhir sesi ada penyerahan sampel spray yang bisa dijadikan contoh masyarakat disana. Acara ditutup dengan pengerjaan *post-test* untuk mengecek tingkat keefektifan sosialisasi.

Pada uji *Paired T-test* tidak menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan masyarakat Dusun 4 Desa Tegalsari tentang Demam Berdarah Dengue (DBD). Keberhasilan program penyuluhan DBD dalam konteks ini dapat dilihat dari tingkat kehadiran peserta, yaitu 26 orang dari 45 yang diharapkan hadir (sekitar 57,8%). Walaupun jumlah peserta yang hadir melebihi 50% dari target, tidak terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa keberhasilan sesi penyuluhan tidak hanya ditentukan oleh banyaknya peserta, tetapi juga oleh efektivitas dan kebaruan materi yang disampaikan. Penyuluhan tetap relevan sebagai pengingat dan penguat pengetahuan, meskipun informasi yang diberikan tidak sepenuhnya baru bagi masyarakat.

Adanya diskusi serta interaksi ketika menyampaikan penyuluhan bisa meningkatkan pemahaman masyarakat, meskipun materi yang dibahas tidak benar-benar baru. Dengan demikian, hasil pengabdian ini merefleksikan pentingnya menyesuaikan strategi edukasi dengan profil pengetahuan sasaran dan perlunya inovasi dalam penyampaian materi, terutama pada masyarakat yang sudah sering terpapar informasi kesehatan. Pendekatan yang lebih personal, interaktif, dan berbasis kebutuhan lokal diharapkan dapat meningkatkan efektivitas program edukasi di masa mendatang.

SIMPULAN

Kegiatan edukasi di Dusun 4 Desa Tegalsari bertujuan meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pencegahan DBD melalui 3M Plus, budidaya tanaman TOGA, dan pembuatan semprotan anti nyamuk. Dengan 26 peserta, kegiatan meliputi pre-test, penyuluhan, pembakaran, dan pembagian tanaman TOGA. Hasil uji *pre-test* dan *post-test* menunjukkan peningkatan pengetahuan yang tidak signifikan (*p-value* 0,066), kemungkinan karena masyarakat sudah familiar dengan materi. Penyuluhan DBD yang memuat kebersihan lingkungan dan pencegahan DBD. Meskipun partisipasi belum mencapai target, kegiatan ini tetap efektif untuk mengingatkan pentingnya pencegahan dan kesehatan lingkungan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih diberikan kepada pihak Universitas Muhammadiyah Surakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan atas segala fasilitasinya sehingga pengabdian berjalan lancar. Selain itu juga terima kasih kami sampaikan kepada Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo, Kepala Puskesmas Weru, Pemerintah Desa Tegalsari, Bidan Desa Tegalsari, Kepala Dusun 4 Tegalsari beserta seluruh anggota pengurus dan warganya atas antusias sehingga dapat terlaksana kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

Achsani, F. (2020) 'From the Millennial Generation to the Alpha Generation: Analysis of the Names of the Banaran-Bugel Community', *Mabasan*, 14(1), pp. 89–106.

Aran, M.L.B., Herminsih, A. and Pitang, Y. (2019) 'Faktor lingkungan dan perilaku dengan Kejadian DBD di Dusun Kampung Baru Desa Magepanda Puskesmas Magepanda Kabupaten Sikka', *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*, VI(1), pp. 70–78.

Astuti, D. *et al.* (2024) 'Penyuluhan Tanaman Obat Keluarga Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Penanggulangan Demam Berdarah Dengue', *Jurnal Medika: Medika*, 3(2), pp. 122–128. Available at: https://doi.org/10.31004/qjwvy572.

Astuti, I.P., Buntoro, G.A. and Ariyadi, D. (2019) 'Pelatihan Pemanfaatan Barang Bekas Untuk Pembuatan Buket Bunga Dan Cara Pemasarannya', *Warta LPM*, 21(2), pp. 6–10. Available at: https://doi.org/10.23917/warta.v21i2.7739.

Arivadany, A. M. R. (2024). Dampak Perubahan Iklim Terhadap Penyebaran Demam Berdarah. *Jurnal Kesehatan Tambusai.* 5(3), pp. 7107-7119

Badan Pusat Statistik Kota Surakarta. (2024). Jumlah Kasus Penyakit Menurut Kecamatan dan Jenis Penyakit.

Halid, M. (2022) 'dan Sikap Masyarakat di Kelurahan Tanjung Karang , Provinsi Nusa Tenggara Barat', *Jurnal Masyarakat Madani Indonesia*, 1(2), pp. 46–52.

Hakim, N. I., Pratiwi, F . N., Yanti, S. N., Maulidiah, Y. I., Firdausi, V. C., Zahira, A. S & Kamila, N. S. (2023). Penyuluhan Inovasi Produk SAMURAI (Spray Anti Nyamuk Dari Serai) Untuk Mengantisipasi Nyamuk. *UNEJ e-Proceeding.*

Khan, M.B. *et al.* (2023) 'Dengue overview: An updated systemic review', *Journal of Infection and Public Health*, 16(10), pp. 1625–1642. Available at: https://doi.org/10.1016/j.jiph.2023.08.001.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Situasi Demam Berdarah Dengue di Indonesia Tahun 2024. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI.

Kularatne, S.A. and Dalugama, C. (2022) 'Dengue infection: Global importance, immunopathology and management', *Clinical Medicine, Journal of the Royal College of Physicians of London*, 22(1), pp. 9–13. Available at: https://doi.org/10.7861/clinmed.2021-0791.

Lestari, S.W.B. (2024) (2024) 'Biocaster : Jurnal Kajian Biologi IDENTIFIKASI TUMBUHAN SEBAGAI REPELLENT TERHADAP NYAMUK : REVIEW Sri Wahyuni Budi Lestari Biocaster : Jurnal Kajian Biologi PENDAHULUAN Demam Berdarah Dengue (DBD) merupakan penyakit menular yang disebabkan oleh virus d', 4(1fev), pp. 44–51.

Masruroh, L. *et al.* (2023) 'Upaya Peningkatan Pengetahuan Penyakit Demam Berdarah Dengue Masyarakat Desa Jelobo Kabupaten Klaten', *Warta LPM*, 26(1), pp. 95–102. Available at: https://doi.org/10.23917/warta.v26i1.1583.

Mayer, F. (1981) 'Soucasný výskyt karcinomu a leiomyomu zaludku.', *Rozhledy v chirurgii*, 60(2), pp. 120–122.

Mazokopakis, E.E. (2020) 'Letter to the editor: Dengue fever in the corpus hippocraticum', *African Health Sciences*, 20(3), pp. 1166–1167. Available at: https://doi.org/10.4314/ahs.v20i3.19.

Parveen, S. *et al.* (2023) 'Dengue hemorrhagic fever: a growing global menace', *Journal of Water and Health*, 21(11), pp. 1632–1650. Available at: https://doi.org/10.2166/wh.2023.114.

Puncak Joyontono, 1)Subarno, 1)Reineta Puspitasari, 1)Tiara Handayani, 1)Asal Izmi, 1)Cut Ayu Tiara S, 1)M. Rifki Ghozali, 1)Ika Indah Karlina, 1)Muhammad Fitranata N,

2)Suprapto Dibyosaputro (1967) ‘済無No Title No Title No Title’, pp. 490–499.
Raniawati, R.A.N. *et al.* (2024) ‘Pemanfaatan Pekarangan Rumah Melalui Kegiatan Menanam Tanaman Obat Keluarga di Dusun 4 Tegalsari Weru Sukoharjo’, *Warta LPM*, 27(1), pp. 90–101. Available at: https://doi.org/10.23917/warta.v27i1.2757.
Safitri, Y.D. *et al.* (2022) ‘Pembuatan Lotion Anti Nyamuk dari Batang Serai sebagai Upaya Pencegahan Demam Berdarah oleh Masyarakat Desa Bendiljati Wetan Tulungagung’, *Bubungan Tinggi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), p. 714. Available at: https://doi.org/10.20527/btjpm.v4i2.5406.
Saptono Fahrurodzi, D. *et al.* (2024) ‘Cerita Hipertensi : Pengabdian Masyarakat Aktivitas Fisik Pencegah Hipertensi’, *COMSERVA : Jurnal Penelitian dan Pengabdian Masyarakat*, 4(2), pp. 275–279. Available at: https://doi.org/10.59141/comserva.v4i2.1362.
Shiddiqi, A.M. *et al.* (2021) ‘Penggunaan Internet dan Teknologi IoT untuk Meningkatkan Kualitas Pendidikan’, *Sewagati*, 4(3), p. 235. Available at: https://doi.org/10.12962/j26139960.v4i3.7980.
Warsito, B. (2018) ‘Pengelolaan Limbah Batik Cair Secara Biologis Pada Ukm Batik Mutiara Hasta Dan Katun Ungu Semarang’, *Warta LPM*, 21(2), pp. 136–142. Available at: https://doi.org/10.23917/warta.v21i2.5602.
World Health Organization. (2023). Dengue and Savere Dengue.
Witte, P. *et al.* (2024) ‘Dengue Fever-Diagnosis, Risk Stratification, and Treatment’, *Deutsches Arzteblatt international*, 121(23), pp. 773–778. Available at: https://doi.org/10.3238/arztebl.m2024.0175.

Penyuluhan Kesehatan dan Demonstrasi Memasak Puding Labu Siam sebagai Alternatif Makanan Sehat untuk Mengelola Hipertensi Warga Dusun 3 Desa Karanganyar

Fery Irawan[1*], Ega Tanaya[2], Riyakhul Janah[3], Luthfi Raissa Shahda[4], Annisa Nur Rahmah[5], Faizatul Alfiyah[6], Rizky Amalia Nur'aini[7], Sri Utami[8], Salsabila Purnamasari[9]

[1,2,3,4,5,6,7,9]Prodi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Jl. A. Yani Tromol Pos I, Pabelan Kartasura, Sukoharjo 57169, Indonesia
[8]Puskesmas Weru, Jl. Beringin No.9, Jelimbang, Sawang, Kec. Weru, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah 57562

E-mail *corresponding author*: feryirawan1235@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Hipertensi merupakan masalah kesehatan global yang terus meningkat, terutama di negara berkembang seperti Indonesia. Program pengabdian "Santapan Sehat Hipertensi Minggat" bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi dan pola makan sehat melalui penyuluhan kesehatan dan demonstrasi memasak puding labu siam di Dusun 3 Desa Karanganyar. Kegiatan ini diikuti oleh 15 peserta dan dilaksanakan pada 12 November 2024. **Metode**: pengisian kuesioner *pre-test* dan *post-test*, penyampaian materi melalui presentasi, serta demonstrasi memasak yang interaktif. **Hasil**: Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan rata-rata nilai pengetahuan peserta dari 6,27 pada *pre-test* menjadi 9,27 pada *post-test*, dengan peningkatan signifikan dalam proporsi peserta yang memiliki pengetahuan baik (dari 40% menjadi 86,7%). Selain itu, peserta juga menunjukkan peningkatan motivasi untuk menerapkan pola makan sehat dalam kehidupan sehari-hari. **Pendahuluan:** Hipertensi merupakan masalah kesehatan global yang terus meningkat, terutama di negara berkembang seperti Indonesia. Program pengabdian "Santapan Sehat Hipertensi Minggat" bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi dan pola makan sehat melalui penyuluhan kesehatan dan demonstrasi memasak puding labu siam di Dusun 3 Desa Karanganyar. Kegiatan ini diikuti oleh 15 peserta dan dilaksanakan pada 12 November 2024. **Metode:** pengisian kuesioner *pre-test* dan *post-test*, penyampaian materi melalui presentasi, serta demonstrasi memasak yang interaktif. **Hasil:** Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan rata-rata nilai pengetahuan peserta dari 6,27 pada *pre-test* menjadi 9,27 pada *post-test*, dengan peningkatan signifikan dalam proporsi peserta yang memiliki pengetahuan baik (dari 40% menjadi 86,7%). Selain itu, peserta juga menunjukkan peningkatan motivasi untuk menerapkan pola makan sehat dalam kehidupan sehari-hari. **Simpulan:** Program edukasi berbasis praktik dengan bahan lokal seperti labu siam terbukti efektif meningkatkan pemahaman masyarakat tentang hipertensi, meski terkendala tempat dan suasana yang kurang kondusif. Disarankan untuk memperluas lokasi, durasi, dan menambahkan sesi pendampingan agar materi lebih berkelanjutan.

Kata kunci : Hipertensi, Puding Labu Siam, Penyuluhan Kesehatan, Demo Memasak.

.

ABSTRACT

Introduction: Hypertension is a growing global health issue, particularly in developing countries like Indonesia. The community service program *"Santapan Sehat, Hipertensi Minggat"* aimed to increase public knowledge about hypertension and healthy eating habits through health education and a cooking demonstration of chayote pudding in Dusun 3, Karanganyar Village. The activity was attended by 15 participants and held on November 12, 2024. **Methods:** The methods included administering pre-test and post-test questionnaires, delivering material through presentations, and conducting an interactive cooking demonstration. **Results:** Evaluation results showed an increase in participants' average knowledge scores from 6.27 in the pre-test to 9.27 in the post-test, with a significant rise in the proportion of participants with good knowledge (from 40% to 86.7%). In addition, participants also showed increased motivation to adopt healthy eating habits in their daily lives. **Conclusion:** Practice-based education using local ingredients like chayote proved effective in enhancing public understanding of hypertension, despite challenges such as limited space and a noisy environment. It is recommended to expand the location and duration of the sessions and provide follow-up assistance to ensure sustainable implementation of the material.

Keywords: Hypertension, Chayote Pudding, Health Education, Cooking Demonstration.

PENDAHULUAN

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi di mana tekanan darah sistolik melebihi 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam kondisi cukup istirahat atau tenang (Adriano, 2024). Menurut World Health Organization (WHO), prevalensi hipertensi global pada tahun 2013 mencapai 1 miliar orang dan diperkirakan meningkat menjadi 1,15 miliar atau sekitar 80% pada tahun 2025 (Raka *et al*., 2024).

Dari 972 juta penderita hipertensi, sebanyak 333 juta berada di negara maju, sementara 639 juta lainnya tinggal di negara berkembang, termasuk Indonesia. Setiap tahun, sekitar 10,44 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasi terkait (Ayinni, 2024).
Hipertensi adalah salah satu penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Di Indonesia, saat ini sedang dihadapi triple burden atau beban tiga kali lipat dari berbagai masalah kesehatan, termasuk di dalamnya peningkatan beban Penyakit Tidak Menular (PTM) yang terus meningkat setiap tahun (Kemenkes RI, 2022).

Masyarakat pada umumnya menganggap penggunaan bahan alami sebagai obat tradisional lebih aman dibandingkan dengan obat modern (Dewi, 2019). Obat tradisional dinilai memiliki efek samping yang relatif lebih sedikit dan dianggap lebih terjangkau dibandingkan obat sintetis (Erpiana *et al*., 2023). Penderita hipertensi memerlukan pilihan makanan yang tidak hanya lezat dan mudah dibuat, tetapi juga mendukung pengelolaan tekanan darah yang baik. Labu siam merupakan salah satu tanaman yang diduga memiliki manfaat bagi penderita hipertensi (Hartati, 2022). Labu siam yang memiliki kandungan kalium dan alkaloid dengan sifat diuretik, yang membantu ginjal mengeluarkan kelebihan cairan dan garam dari tubuh (Lade, 2024). Penurunan cairan dalam darah ini dapat membantu menurunkan tekanan darah. Buah dan pucuk daun labu siam juga memiliki khasiat diuretik, yang membantu melancarkan buang air seni (Zamaa *et al*., 2022).

Sifat diuretik labu siam dapat membantu menurunkan tekanan darah, mencegah pengerasan dan pengapuran pada pembuluh arteri (Lestari, 2023). Air perasan labu siam efektif dalam mengurangi hipertensi karena mengandung asam amino dan vitamin C, yang keduanya memiliki banyak manfaat bagi kesehatan (Manullang *et al*., 2024).
Kalium dalam labu siam memiliki berbagai fungsi yang mendukung penurunan tekanan darah (Alfaini *et al*., 2023). Kalium dapat mengurangi sekresi renin, yang pada gilirannya menurunkan kadar angiotensin II dan mengurangi vasokonstriksi pada pembuluh darah (Widiyawati *et al*., 2023). Selain itu, penurunan aldosteron juga mengurangi penyerapan

natrium dan air ke dalam darah (Febriana *et al*., 2023). Kalium juga berperan dalam memompa Na-K, dengan mengalirkan kalium dari cairan ekstraseluler ke dalam sel dan mengeluarkan natrium dari dalam sel, sehingga membantu menurunkan tekanan darah. Daging buah labu siam kaya akan saponin, tanin, dan alkaloid, sedangkan daunnya mengandung saponin, polifenol, dan flavonoid (Anggraini *et al*., 2023). Mengonsumsi labu siam juga tidak boleh berlebihan, ada dosisnya sendiri. Menurut Yanuarty (2023), dosis labu siam yang terbukti efektif dalam menurunkan tekanan darah adalah 100 gram per hari. Labu siam tersebut sebaiknya dikonsumsi minimal 1 jam setelah sarapan.

Untuk meningkatkan kesadaran masyarakat, khususnya penderita hipertensi, mengenai pentingnya pola makan sehat, penyuluhan kesehatan dan demonstrasi memasak dapat menjadi salah satu metode yang efektif. Penyuluhan bertujuan memberikan pemahaman tentang pentingnya menjaga pola makan yang sehat, sementara demonstrasi memasak memberikan wawasan praktis kepada masyarakat tentang cara mengolah alternatif makanan sehat secara langsung.

Oleh karena itu, dilaksanakan kegiatan Penyuluhan Kesehatan dan Demonstrasi Memasak Puding Labu Siam sebagai Alternatif Makanan Sehat untuk Mengelola Hipertensi Warga Dusun 3 Desa Karanganyar untuk memberikan solusi praktis dalam mengelola hipertensi melalui pola makan yang sehat. Kegiatan ini bertujuan untuk memperdalam pemahaman masyarakat tentang pentingnya makanan sehat, terutama bagi penderita hipertensi, serta bertujuan untuk memberikan keterampilan praktis dalam mengolah makanan berbahan dasar labu siam sebagai alternatif sehat yang dapat dengan mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

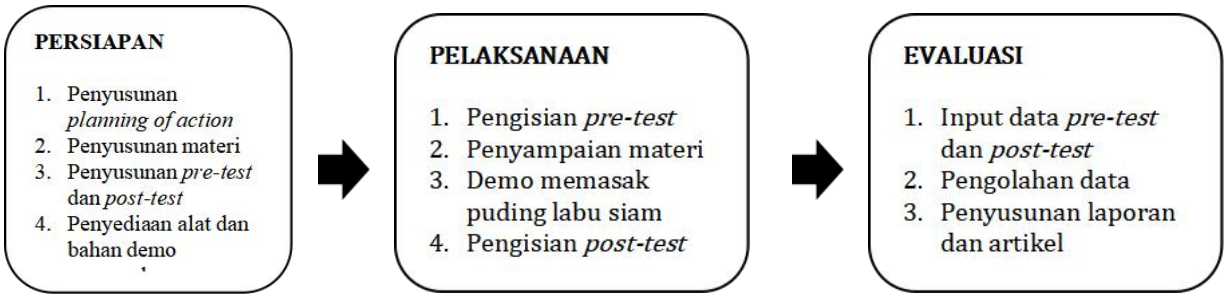
METODE PELAKSANAAN

Kegiatan ini meliputi penyuluhan kesehatan dan demonstrasi memasak dengan bahan dasar labu siam. Kegiatan dilakukan di Kedungaron, Karanganyar, Sukoharjo pada tanggal 12 November 2024 dengan jumlah peserta 15 orang yang dilaksanakan secara offline pada pukul 19.30 WIB.

Kegiatan ini diselenggarakan secara *accidental* atau saat itu juga langsung selesai. Acara dimulai dengan pembukaan dan sambutan dari perwakilan tim yang kemudian dilanjutkan mengisi kuesioner *pre-test* yang telah dibagikan. Setelah peserta mengumpulkan kuesioner yang telah diisi, kemudian masuk ke sesi penyuluhan materi penyakit hipertensi dan diet hipertensi. Sesi berikutnya yaitu *live cooking* yang diawali dengan ditayangkannya pembuatan Puding Labu Siam. Acara berlangsung kondusif, peserta juga mempraktekkan langsung cara pembuatan Puding Labu Siam. Setelah demonstrasi memasak selesai, tim

membagikan kuesioner *post-test* kepada para peserta. Acara pelatihan ini ditutup dengan kegiatan kuis singkat, foto bersama, dan penutup.

yang disampaikan dalam penyuluhan ini mencakup definisi hipertensi, faktor risiko, tanda dan gejala, diet untuk penderita hipertensi, komplikasi yang dapat terjadi, serta cara pencegahan dan pengendalian hipertensi.



Gambar 1. Alur Pelaksanaan

rangkaian kegiatan yang akan dilaksanakan. Setelah itu, materi penyuluhan mengenai hipertensi disusun berdasarkan referensi yang relevan, mencakup berbagai aspek seperti definisi, faktor risiko, tanda dan gejala, cara pencegahan, komplikasi, serta pengelolaan hipertensi. Tim juga menyiapkan kuesioner pre-test dan post-test untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta sebelum dan setelah kegiatan berlangsung. Selain itu, dilakukan penyediaan alat dan bahan yang diperlukan untuk praktik demo memasak puding labu siam sebagai bagian dari kegiatan.

Pada tahap kedua, yaitu pelaksanaan, kegiatan dimulai dengan pembagian dan pengisian pre-test oleh peserta, yang terdiri dari 10 pertanyaan pilihan ganda. Selanjutnya, tim menyampaikan materi penyuluhan melalui media presentasi (PPT) untuk memberikan informasi terkait hipertensi secara menyeluruh. Setelah sesi penyampaian materi selesai, dilanjutkan dengan demo memasak puding labu siam sebagai alternatif makanan sehat bagi penderita hipertensi. Pada sesi ini, peserta diajarkan langkah-langkah praktis dalam mengolah puding labu siam yang bergizi dan mudah dibuat.

Berikut adalah formula untuk membuat puding labu siam menurut Harahap *et al*. (2022):

a. 1 kg labu siam
b. 200 gram gula pasir
c. 2 bungkus agar-agar plain
d. 2 bungkus santan (Kara)
e. 1 helai daun pandan

f. Garam secukupnya
g. 1 bungkus vanili.

a. Kupas labu siam, potong dadu, lalu cuci hingga bersih. Rendam labu siam dalam air garam selama 1 jam untuk menghilangkan getah.
b. Rebus labu siam hingga matang tanpa merubah warnanya, kemudian haluskan menjadi bubur menggunakan blender tanpa tambahan air.
c. Panaskan campuran agar-agar, santan Kara, gula pasir, vanili, daun pandan, dan garam secukupnya di atas api.
d. Aduk adonan hingga teksturnya sedikit kental dan berat. Tuangkan bubur labu siam ke dalam cetakan, lalu diamkan hingga dingin sebelum dikonsumsi.



Gambar 2. Hasil jadi puding labu siam

peningkatan pengetahuan mereka terkait hipertensi dan diet sehat.

dianalisis untuk mengetahui perubahan pengetahuan peserta sebelum dan sesudah kegiatan penyuluhan. Pengolahan data ini memberikan gambaran mengenai efektivitas penyuluhan dan kegiatan yang telah dilakukan. Setelah data selesai diolah, tim menyusun laporan dan artikel sebagai luaran dari Praktik Belajar Lapangan 1 (PBL-1).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berbagai program kesehatan dari Praktik Belajar Lapangan 1 (PBL-1) yang dilaksanakan di Dukuh Kedungaron pada 21 Oktober – 22 November 2024 oleh mahasiswa Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Surakarta telah berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pencegahan dan pengelolaan hipertensi serta bahaya asap rokok. Salah satu program utama, *"Santapan Sehat Hipertensi Minggat"* berfokus pada edukasi pola makan sehat melalui penyuluhan dan demo memasak puding labu siam, yang berhasil meningkatkan pengetahuan ibu-ibu Dusun 3 sebesar 70%. Program ini dirancang untuk memberikan pemahaman yang lebih baik tentang hipertensi sekaligus memperkenalkan makanan sehat sebagai solusi yang mudah diterapkan. Selain itu, program lain seperti *"Hypertension Care Day (SEHATI: Sehat Tanpa Hipertensi)"* yang diadakan di Posbindu Cantikmen melibatkan kegiatan senam, pemeriksaan kesehatan, penyuluhan, dan sesi interaktif, menunjukkan peningkatan pemahaman masyarakat melalui evaluasi *pre-test* dan *post-test*. Program *"Pasukan Cilik Pemberantas Asap Rokok"* memberdayakan anak-anak untuk mengkampanyekan kawasan bebas asap rokok, menghasilkan 10 keluarga yang memasang stiker Kawasan Tanpa Rokok (KTR) di rumah mereka. Di sisi lain, kegiatan *"Senam Anti Hipertensi"*, yang diadakan dua kali seminggu, bertujuan mendorong aktivitas fisik untuk menurunkan risiko hipertensi, meski partisipasi masih terbatas karena jadwal warga yang sibuk bertani.

Fokus utama dari Praktik Belajar Lapangan 1 ini adalah program *"Santapan Sehat Hipertensi Minggat"*, yang merupakan kegiatan penyuluhan kesehatan hipertensi dan demo memasak puding labu siam yang melibatkan tujuh mahasiswa Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Surakarta. Kegiatan ini dilaksanakan pada Selasa, 12 November 2024, di posko Kelompok 14 yang terletak di Kedungaron, Karanganyar, dengan peserta utama ibu-ibu Dusun 3.

Kegiatan dimulai dengan pengisian *pre-test* oleh 15 peserta, yang terdiri dari 10 pertanyaan untuk mengukur tingkat pengetahuan awal mereka tentang hipertensi. Pengisian dilakukan secara mandiri tanpa bantuan perangkat daring. Selanjutnya, materi penyuluhan disampaikan selama 15 menit menggunakan media presentasi (PPT). Materi tersebut mencakup definisi, faktor risiko, tanda dan gejala, komplikasi, serta langkah pencegahan dan pengendalian hipertensi sesuai dengan pedoman Kementerian Kesehatan Indonesia. Beberapa langkah yang disampaikan meliputi pemeriksaan kesehatan rutin, pengobatan yang tepat, pola makan

bergizi seimbang, aktivitas fisik teratur, serta menghindari asap rokok, alkohol, dan zat karsinogenik lainnya.



Gambar 3. Kegiatan penyuluhan dan demo memasak

Setelah sesi penyampaian materi, kegiatan dilanjutkan dengan demo memasak puding labu siam sebagai alternatif makanan sehat yang dapat membantu menurunkan tekanan darah. Dalam sesi ini, peserta diajarkan memilih bahan makanan yang rendah garam dan tinggi serat serta cara memasak puding yang praktis dan bernutrisi. Kandungan kalium dan alkaloid pada labu siam dipaparkan sebagai bahan utama yang bermanfaat menurunkan tekanan darah secara alami. Peserta juga didorong untuk aktif bertanya dan mencoba resep ini di rumah.

Setelah demo memasak selesai, peserta mengisi *post-test* dengan soal yang sama seperti *pre-test* untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan mereka. Proses ini menunjukkan adanya peningkatan pemahaman yang signifikan, di mana peserta lebih percaya diri menjawab soal dibandingkan sebelumnya. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa sebagian besar peserta merasa termotivasi untuk menerapkan pola makan sehat dan pencegahan hipertensi dalam kehidupan sehari-hari. Keberhasilan program ini menjadi bukti bahwa penyuluhan dan demo memasak adalah metode yang efektif untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat, khususnya terkait kesehatan dan pengelolaan hipertensi.

Hasil pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan hipertensi dengan media PPT dan metode kuesioner pada 15 responden ibu-ibu Dusun 3 mengalami peningkatan. Hal ini dapat dilihat melalui perubahan skor yang tercatat dalam *pre-test* dan *post-test*, yang menunjukkan adanya peningkatan pemahaman para responden mengenai hipertensi setelah mengikuti penyuluhan. Hal tersebut ditunjukkan dengan tabel berikut.

Tabel 1. Perbandingan *pre-test* dan *post-test*

Indikator	Variabel	
	Pre-test	***Post-test***
Jumlah (N)	15	15
Min	0	5
Max	9	10
Mean	6.27	9.27
SD	2.81	1.335

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan rata-rata nilai yang signifikan antara *pre-test* dan *post-test*. Sebelum intervensi, rata-rata nilai peserta pada *pre-test* adalah 6,27, sementara setelah intervensi atau *post-test* meningkat menjadi 9,27. Peningkatan ini menggambarkan keberhasilan metode penyuluhan yang digunakan dalam meningkatkan pengetahuan peserta tentang hipertensi. Penyuluhan ini dilakukan menggunakan media presentasi (PPT) dan metode kuesioner yang memungkinkan peserta untuk menerima informasi secara terstruktur dan interaktif.

Faktor Pendukung Peningkatan Pengetahuan

a. **Metode Penyuluhan yang Efektif:**

Materi yang disampaikan mencakup definisi, faktor risiko, gejala, komplikasi, serta pencegahan dan pengelolaan hipertensi sesuai pedoman Kementerian Kesehatan. Penyampaian secara ceramah langsung, dipadukan dengan presentasi visual, membantu peserta memahami materi dengan lebih mudah (Saraswati *et al*., 2022).

b. **Pendekatan Partisipatif**

Demo memasak puding labu siam menjadi media edukasi yang interaktif. Peserta tidak hanya mendengarkan teori tetapi juga terlibat langsung dalam praktik memasak, yang memberikan pengalaman belajar lebih nyata dan menarik (Wibowo, 2020).

c. **Pemanfaatan Kearifan Lokal**

Penggunaan bahan alami seperti labu siam, yang mudah diperoleh dan terjangkau, menambah relevansi materi dengan kehidupan sehari-hari peserta. Kandungan kalium dan alkaloid labu siam yang membantu menurunkan tekanan darah secara alami menambah nilai edukasi bagi peserta.

Dengan kombinasi metode penyuluhan ini, peningkatan rata-rata nilai mencerminkan keberhasilan program dalam membangun pemahaman baru yang aplikatif bagi peserta.

Variabilitas dan Deviasi Standar

Selain rata-rata nilai, deviasi standar menunjukkan perubahan dari 2,81 pada *pre-test* menjadi 1,335 pada *post-test*. Penurunan ini mengindikasikan bahwa pemahaman peserta menjadi lebih seragam setelah mengikuti penyuluhan.

Analisis Perubahan Deviasi Standar

a.Konsistensi Pemahaman

Penurunan deviasi standar menunjukkan bahwa mayoritas peserta mencapai tingkat pemahaman yang lebih serupa, hasil dari metode penyampaian yang jelas dan efektif (Turhusna & Solatun, 2020).

b. Variasi Awal yang Tinggi

Pada *pre-test*, variasi skor lebih besar karena tingkat pengetahuan awal peserta yang beragam. Hal ini wajar mengingat latar belakang dan pengalaman berbeda-beda di antara peserta.

c.Penyampaian Materi yang Terarah

Penyampaian yang dirancang untuk mengakomodasi semua peserta, termasuk yang memiliki pengetahuan awal minim, berkontribusi pada peningkatan hasil *post-test* yang lebih seragam (Sunarti Rahman, 2021).

Penurunan deviasi standar menjadi indikator bahwa program ini berhasil menyampaikan materi secara merata sehingga peserta dapat memahami topik dengan baik.

Implikasi

Peningkatan rata-rata nilai dan penurunan deviasi standar menunjukkan dampak positif dari penyuluhan kesehatan ini. Program "Santapan Sehat Hipertensi Minggat" telah membuktikan efektivitasnya dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap hipertensi dan pola makan sehat.

Kekuatan Program

a. **Metode yang Interaktif**

Menggabungkan ceramah, media visual, dan praktik memasak memberikan pengalaman belajar yang menyeluruh dan berkesan bagi peserta.

b. **Relevansi Materi**

Edukasi berbasis bahan lokal seperti labu siam memberikan solusi yang mudah diterapkan oleh masyarakat.

Tantangan yang Dihadapi

a. **Keterbatasan Waktu dan Tempat**

Penyuluhan dilakukan di ruang terbatas yang mungkin kurang ideal untuk memfasilitasi diskusi atau interaksi maksimal.

b. **Keragaman Peserta**

Beberapa peserta memiliki perhatian terbagi karena suasana yang ramai, yang dapat memengaruhi fokus selama penyuluhan.

Rekomendasi untuk Program Serupa

a. Memperluas durasi dan lokasi penyuluhan agar lebih kondusif.
b. Menambahkan sesi pendampingan pasca-penyuluhan untuk memastikan penerapan materi dalam kehidupan sehari-hari.

Hasil penelitian ini konsisten dengan temuan serupa yang menunjukkan peningkatan tingkat pengetahuan setelah intervensi. Dari 15 responden, hasil *pre-test* menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan baik sebesar 40%, cukup 0%, sedang 6,7%, dan kurang 53,3%. Setelah intervensi, pada *post-test* terjadi peningkatan signifikan, dengan tingkat pengetahuan baik mencapai 86,7%, cukup 6,7%, sedang 0%, dan kurang turun menjadi 6,7%.

Hal ini mengindikasikan bahwa mayoritas responden berhasil memahami materi tentang hipertensi yang disampaikan melalui program penyuluhan. Meskipun demikian, masih ada sebagian kecil responden yang belum sepenuhnya mencapai tingkat pengetahuan optimal. Pengetahuan tentang hipertensi sangat penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pencegahan dan pengelolaan penyakit ini. Intervensi edukasi kesehatan berbasis penyuluhan merupakan salah satu pendekatan efektif untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat, sebagaimana tercermin dalam hasil penelitian ini.

SIMPULAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan dan demonstrasi memasak "*Santapan Sehat Hipertensi Minggat*" terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat, khususnya ibu-ibu Dusun 3 Desa Karanganyar, tentang hipertensi dan pola makan sehat. Hal ini terlihat dari peningkatan rata-rata nilai pengetahuan peserta dari 6,27 pada *pre-test* menjadi 9,27 pada *post-test*, serta peningkatan proporsi peserta dengan pengetahuan baik dari 40% menjadi 86,7%. Materi yang disampaikan mencakup definisi, faktor risiko, gejala, komplikasi, hingga cara pencegahan hipertensi, yang dipadukan dengan praktik langsung memasak puding labu siam sebagai alternatif makanan sehat. Pendekatan edukasi yang interaktif dan memanfaatkan bahan lokal seperti labu siam berhasil memberikan pemahaman baru yang aplikatif bagi peserta dalam mengelola hipertensi. Namun, beberapa tantangan seperti keterbatasan tempat yang memengaruhi kenyamanan kegiatan dan keragaman fokus peserta karena suasana yang ramai perlu diperhatikan. Sebagai saran, pelaksanaan program serupa di masa depan dapat

memilih lokasi yang lebih kondusif, seperti aula atau ruang pertemuan yang memadai untuk mendukung kenyamanan dan interaksi optimal. Selain itu, perlu disediakan sesi pendampingan pasca-penyuluhan, seperti konsultasi atau diskusi lanjutan, untuk memastikan penerapan materi dalam kehidupan sehari-hari. Memanfaatkan media digital sebagai pelengkap, seperti video tutorial, juga dapat membantu peserta yang tidak dapat hadir secara penuh. Dengan perbaikan ini, program penyuluhan diharapkan dapat memberikan manfaat yang lebih luas dan mendalam bagi masyarakat, sekaligus memperkuat kesadaran kesehatan secara berkelanjutan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya disampaikan kepada Pemerintah Desa Karanganyar, Bidan Desa Karanganyar, dosen pembimbing akademik, serta seluruh tim Praktik Belajar Lapangan 1 (PBL 1) atas kerja sama yang baik dan dukungan penuh selama pelaksanaan program di Dusun 3 Desa Karanganyar. Apresiasi juga diberikan kepada masyarakat Dusun 3 atas partisipasi aktif dan kontribusi mereka, yang turut menyukseskan berbagai kegiatan. Dukungan, bimbingan, dan kerja sama ini menjadi kunci keberhasilan program serta memberikan pengalaman berharga dalam penerapan ilmu di lapangan.

DAFTAR PUSTAKA

Alfaini, A. M. A., Sutjiati, E., & Adelina, R. (2023). Kajian Pemberian Labu Siam Dan Air Kelapa Muda Terhadap Penurunan Tekanan Darah (Studi Literatur). NUTRITURE JOURNAL, 2(1), 11-18.

Andriano, D. E. (2024). HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI DI PUSKESMAS PUJOKERTO KABUPATEN LAMPUNG TENGAH TAHUN 2024 (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Pringsewu).

Anggraini, T., Mursiany, A., Riadhi, G. R., Jannah, N. N., & Perdana, A. P. Z. (2023). Pelatihan Pembuatan Puding Labu Siam (Sechium Edule Sw) untuk Menurunkan Tekanan Darah Tinggi di Masyarakat Pengkol, Kab. Sukoharjo. Jurnal Peduli Masyarakat, 5(4), 1141-1148.

Ayinni, Z. (2024). Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Tn. N Dengan Pemeliharaan Kesehatan Tidak Efektif Melalui Terapi Pijat Refleksi Kaki Di Panti Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin (Doctoral dissertation, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang).

Dewi, R. S. (2019). Penggunaan Obat Tradisional Oleh Masyarakat di Kelurahan Tuah Karya Kota Pekanbaru. Jurnal Penelitian Farmasi Indonesia, 8(1), 41-45.

Erpiana, I. N., Melviani, M., & Rohama, R. (2023). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Masyarakat Desa Rantau Atas Kalimantan Timur Dalam Pemanfaatan Daun Sirsak Sebagai Obat Penyakit Kolesterol. Innovative: Journal Of Social Science Research, 3(5), 8873-8885.

Febriana, A., Lestari, D. H., Pefbrianti, D., & Ifansyah, M. N. (2023). Manajemen Diet DASH Melalui Pemanfaatan Labu Siam Sebagai Cemilan Sehat Bagi Lansia Hipertensi. Surya Abdimas, 7(3), 564-569.

Harahap, R. A., Khairani, I., Warasita, D., Herfina, N., & Aidah, S. N. (2022). Pelatihan Puding Sehat Labu Siam (Puhat Lasi) Penurun Hipertensi Pada Lansia Kelurahan Danau Balai. Martabe: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 5(2), 484-489.

Hartati, R. P. (2022). Pengaruh Jus Labu Siam Terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Gereja Katolik Stasi St. Yosef Sei-Sikambing Medan.

Kemenkes RI. (2022). Masalah Dan Tantangan Kesehatan Indonesia Saat Ini. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Lade, A. K. (2024). Efektivitas Pemberian Jus Labu Siam (Sechium edule) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi Berbasis Asuhan Keperawatan di Panti Sosial Budi Agung Kupang, Kota Kupang (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Kupang).

Lestari, S. P. P. (2023). Pengaruh Pemberian Labu Siam Dan Mentimum Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Cimanggu Kabupaten Pandeglang Banten: The Effect of Giving Siamese Pumpkin and Cucumber on Lowering Blood Pressure in Hypertension Patients in Cimanggu Health Center, Pandeglang Regency in Banten. Indonesian Scholar Journal of Nursing and Midwifery Science (ISJNMS), 2(12), 1003-1013.

Manullang, R. S., Amir, N., Karo, M. B., Pranata, A., Rostianingsih, D., Oktima, W., & Annisa, A. (2024). Optimalisasi Sumber Daya Lokal Dalam Penanganan Hipertensi Dengan Puhat Lasibuga (Puding Sehat Labu Siam Buah Naga). Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 5(1), 2353-2356.

Raka, I. M., Momot, S. L., & Abdullah, V. I. (2024). Pelatihan Pembuatan Rebusan Daun Kelor (Moringo Oliefera) untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM), 7(12).

Saraswati, A., Suharmanto, Pramesona, B. A., & Susianti. (2022). Penyuluhan Kesehatan untuk Meningkatkan Pemahaman Kader Tentang Penanganan Stunting pada Balita. Sarwahita, 19(01), 209–219.

Sunarti Rahman. (2021). Pentingnya Motivasi Belajar Dalam Meningkatkan Hasil Belajar. Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Dasar, November, 289–302.

Turhusna, D., & Solatun, S. (2020). Perbedaan Individu dalam Proses Pembelajaran. As-Sabiqun, 2(1), 18–42.

Wibowo, H. (2020). Pengantar Teori-teori belajar dan Model-model pembelajaran. Puri cipta media.

Widiyawati, A., Safira, C. D., & Yuanta, Y. (2023). Pengaruh Media Flipchart terhadap Asupan Natrium dan Kalium pada Pasien Hipertensi The Influence of Flipchart Media on Sodium and Potassium Intake in Hypertension Patients.

Yanuarty, R. (2023). Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Mengenai Penggunaan Labu Siam Terhadap Hipertensi Warga Di Desa Lampo Kecamatan Banawa Tengah Kabupaten Donggala. Jurnal Masyarakat Berdaya dan Bermitra (MATRA), 2(1), 15-22.

Zamaa, M. S., Dewi, C., & Salma. (2022). Pengaruh perasan labu siam terhadap penurunan tekanan darah pada lansia. Jambura Nursing Journal, 4(2), 145.

Penyuluhan Diabetes Melalui Program Langkah Manis (Lawan Gula Kendalikan Diabetes Melitus dengan Manis Alami)

Dewi Amanda Octaviana[1], Sabela Riska Pratiwi[1], Ahmad Nur Faiz[1], Pinkan Puspita Kinanty[1], Wahida Fitria Fatmasari[1], Fadila Aurelya Putri[1], Fitriana Fatika Khaerani[1], Mayang Anggraini[1] Betty Intan Pratiwi[2], Denny Saptono Fahrurodzi[1], Jenita Berlian Nindyasari[1]

[1]Prodi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Jl. A. Yani Tromol Pos I, Pabelan Kartasura, Sukoharjo 57169, Indonesia
[2]Puskesmas Weru Sukoharjo, Jl. Beringin No. 9, Jelimbang, Sawang, Kec. Weru, Kab. Sukoharjo, Jawa Tengah 57562, Indonesia

E-mail *corresponding author*: J410210070@student.ums.ac.id*

Tanggal Submisi: Desember 2021 ; Tanggal Penerimaan: Maret 2022 (Diisi oleh editor jurnal)

ABSTRAK

Pendahuluan: Diabetes Melitus merupakan penyakit tidak menular yang sangat sering dijumpai dan juga suatu penyakit yang terjadi akibat gaya hidup seseorang yang tidak sehat. Diabetes melitus juga terjadi akibat gangguan metabolik kronis yang ditandai dengan kadar gula darah tinggi (hiperglikemia) yang diakibatkan gangguan sekresi insulin dan resistensi insulin. **Metode:** Metode yang digunakan dalam penyelesaian masalah terkait Diabetes Melitus menggunakan tahapan pemberdayaan yang terdiri dari 7 langkah meliputi tahapan Persiapan ke Kantor Balai Desa, Persiapan ke Fasyankes, Edukasi ke posyandu lansia dan Cek Kesehatan Gula, Evaluasi edukasi posyandu, Door To Door Campaign dan Pembagian Tanaman Insulin, Evaluasi door to door campaign dan Pembagian Tanaman Insulin dan Tindak lanjut kegiatan. **Hasil:** Program ini memiliki tingkat keberhasilan yang baik dengan penemuan kasus diabetes sebanyak 19 orang. Melalui kunjungan Door To Door Campaign memiliki hasil dengan kategori baik sebesar 57,9%. Selain itu kegiatan demonstrasi masak dan senam menjadi cara pencegahan diabetes yang dapat dilakukan dalam mengontrol gula darah. **Simpulan:** Program Langkah Manis merupakan program yang diusung kami untuk menangani permasalahan Diabetes Mellitus. Program ini memiliki tingkat keberhasilan yang baik.

Kata kunci : Diabetes Melitus, Penyakit Tidak Menular, Pola Hidup Sehat

ABSTRACT

Introduction: Diabetes Mellitus is a non-communicable disease that is very common and also a disease that occurs due to an unhealthy lifestyle. Diabetes Mellitus also occurs due to chronic metabolic disorders characterized by high blood sugar levels (hyperglycemia)

caused by impaired insulin secretion and insulin resistance. **Method:** The method used in solving problems related to Diabetes Mellitus uses empowerment stages consisting of 7 steps including the stages of Preparation to the Village Office, Preparation to Health Facilities, Education to the elderly health post and Sugar Health Check, Evaluation of health post education, Door To Door Campaign and Distribution of Insulin Plants, Evaluation of door to door campaign and Distribution of Insulin Plants and Follow-up activities. **Results:** This program has a good success rate with the discovery of 19 cases of diabetes. Through the Door To Door Campaign visit, the results were in the good category of 57.9%. In addition, cooking demonstrations and gymnastics are a way to prevent diabetes that can be done to control blood sugar. **Conclusion:** a brief description of the conclusion of the service results. The abstract should describe the results of substantial devotion.

Keywords: Healthy Lifestyle, Diabetes Melitus, Non-Communicable Diseases

PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular merupakan penyakit yang tidak dapat ditularkan pada orang lain, salah satu penyebab dari penyakit tidak menular adalah gaya hidup seseorang yang tidak sehat. Diabetes melitus (DM) merupakan gangguan metabolik kronis yang ditandai dengan kadar gula darah tinggi (hiperglikemia) yang diakibatkan gangguan sekresi insulin dan resistensi insulin. Diabetes melitus juga memiliki gejala klinis seperti banyak minum (polidipsi), banyak kencing (poliuria), banyak makan (polipagio), berat badan menurun dengan cepat, dan penglihatan menjadi kabur. Diabetes diklasifikasikan menjadi beberapa jenis, antara lain DM tipe 1, DM tipe 2, DM gestasional, dan DM spesifik lainnya. Salah satu penyakit tidak menular (PTM), yang menyebabkan ancaman paling serius bagi kesehatan didunia adalah diabetes melitus (Damayanti, 2015).

World Health Organization (WHO) memprediksikan kenaikan jumlah penyandang DM di Indonesia sekitar 21,3 juta pada tahun 2030, tingginya angka tersebut menjadikan Indonesia menempati urutan ke empat (Indonesia, P.E, 2015). Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, pada tahun 2020 terdapat 652.822 orang menderita diabetes melitus, dan sekitar 90- 95% menderita diabetes tipe 2, dan menurut data dari Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo, jumlah penderita Diabetes Melitus pada tahun 2023 cukup tinggi yaitu 17.184

kasus dan di Puskesmas Weru sejumlah 1.067 kasus.

Berdasarkan hasil Survei Mawas Diri (SMD) yang telah dilakukan, dan hasil Musyawarah Masyarakat Desa (MMD) dengan permasalahan yang ada di Dusun IV Desa Tawang diperoleh tiga prioritas permasalahan kesehatan diantaranya: Hipertensi, Kolesterol, dan Diabetes Melitus. Ketiga masalah ini memerlukan perhatian khusus dari masyarakat dan tenaga kesehatan agar bisa dikelola dengan baik. Di Dusun IV Desa Tawang, masalah penyakit diabetes melitus (DM) masih banyak ditemukan di masyarakat, terutama disebabkan oleh pola makan dan pola hidup yang kurang. Banyak masyarakat yang cenderung mengkonsumsi minuman tinggi gula. Selain itu, kesadaran masyarakat tentang pentingnya pencegahan dan pengendalian DM masih rendah. Kurangnya pengetahuan mengenai cara menjaga kadar gula darah tetap stabil, serta kurangnya kebiasaan untuk rutin memeriksakan kesehatan, membuat penyakit ini terus berkembang di masyarakat khususnya di Dusun IV Desa Tawang.

Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyakit yang ditandai dengan tingginya kadar glukosa dalam tubuh (hiperglikemia) akibat ketidakmampuan tubuh untuk memproduksi atau memanfaatkan insulin dengan baik. Berdasarkan data IDF (2019), tingginya kasus DM disebabkan banyak faktor seperti faktor keturunan, berat badan berlebih atau obesitas, gaya hidup serta pola makan yang tidak baik, aktivitas fisik kurang dilakukan, mengkonsumsi obat obatan yang berpengaruh pada kadar glukosa darah, adanya proses penuaan, serta stres. DM biasa disebut dengan the silent killer karena penyakit ini dapat mengenai semua organ tubuh dan menimbulkan berbagai macam keluhan. Diabetes dapat mempengaruhi berbagai organ sistem dalam tubuh dalam jangka waktu tertentu yang disebut komplikasi. Komplikasi dari diabetes dapat diklasifikasikan sebagai mikrovaskuler dan makrovaskuler. Komplikasi mikrovaskuler termasuk kerusakan sistem saraf (neuropati), kerusakan sistem ginjal (nefropati) dan kerusakan mata (retinopati). Sedangkan, komplikasi makrovaskular termasuk penyakit jantung, stroke, dan penyakit pembuluh darah perifer (Rosyada, 2018).

Dalam pemecahan permasalahan terkait penyakit tidak menular, khususnya adalah Diabetes Mellitus perlu adanya faktor pendukung seperti Pendidikan. Menurut Sutrisno (2018) tingkat Pendidikan memiliki pengaruh yang

sangat kuat terhadap perilaku pengendalian Diabetes Mellitus. Melalui pendidikan seseorang akan mempunyai kecakapan, mental, dan emosional yang dapat membantu seseorang untuk terus berkembang mencapai individu yang sehat. Pada Praktik Belajar Lapangan kali ini mengusung program bernama "LANGKAH MANIS (Lawan Gula Kendalikan Diabetes Mellitus dengan Manis Alami)" dimana pada program ini mahasiswa melakukan beberapa kegiatan seperti Edukasi atau Penyuluhan Diabetes Mellitus, Melakukan Door to Door Campaign, Demonstrasi Menu Masakan Selingan, Senam Diabetes Melitus dan juga Cek Kesehatan Gula Darah yang bertujuan untuk membentuk masyarakat yang patuh dan sehat dalam menangani penyakit Diabetes Mellitus.

METODE PELAKSANAAN

Tahapan pemberdayaan yang dilakukan di Desa Tawang Dusun 4 meliputi:

a. Tahap Persiapan ke Kantor Balai Desa

   Tahap persiapan ini dilakukan pada 21 Oktober 2024. Tim mengunjungi kantor balai desa setelah upacara serah terima mahasiswa di kantor Kecamatan Weru. Kunjungan ini sebagai bentuk perkenalan dengan perangkat desa Tawang dan menyampaikan tujuan Praktik Belajar Lapangan di Desa Tawang.

b. Tahap Persiapan ke Fasyankes

   Tahap persiapan ini dilakukan pada 28 Oktober 2024. Tim melakukan perizinan sebagai bentuk koordinasi layanan kesehatan untuk memberikan gambaran terkait skrining dan tujuan kegiatan yang akan dilakukan serta untuk menentukan target yang akan dicapai dalam program.

c. Edukasi ke Posyandu Lansia dan Cek Kesehatan Gula

   Tahap penyuluhan dilaksanakan sebanyak 2 kali yaitu pada tanggal 6 dan 7 November 2024. Penyuluhan dan cek kesehatan Gula dilakukan di 2 tempat yaitu di Posyandu Kenanga dan Posyandu Kantil. Penyuluhan dilakukan dengan melakukan edukasi terkait Diabetes Mellitus pada lansia yang dilaksanakan pada saat posyandu lansia, dan pengecekan tensi yang dilakukan oleh bidan desa.

d. Tahapan Evaluasi Edukasi Posyandu

Evaluasi kegiatan terkait program pemberian edukasi dilakukan dengan memastikan ketepatan sasaran terkait permasalahan Diabetes Mellitus serta melihat hasil dari tingkat pemahaman yang telah diberikan. Evaluasi selama pelaksanaan dilakukan dengan pengamatan dan lancarnya proses pemberian edukasi yang telah berlangsung. Evaluasi juga dilakukan pada hasil skrining dari pelaksanaan analisis mendalam terhadap data skrining yang didapat untuk menentukan program yang sesuai dengan permasalahan.

e. Door To Door Campaign dan Pembagian Tanaman Insulin

Menindaklanjuti kegiatan penyuluhan dan pengecekan gula darah pada lansia saat posyandu lansia, maka dilakukan program Door to Door Campaign. Program Door to Door Campaign adalah kunjungan ke rumah-rumah yang sudah tercatat pada saat pengecekan menunjukkan Gula darah yang tinggi. Program ini tidak hanya menyasar lansia, akan tetapi juga pada keluarga responden dengan memberikan edukasi terkait cara pencegahan dan penanganan Diabetes Mellitus memberikan informasi mengenai penjelasan dan fungsi dari Bubuk Stevia, dan melakukan Pembagian Tanaman Insulin untuk dibudidayakan serta dimanfaatkan dengan baik oleh lansia dan keluarga kepada lansia dan keluarga

f. Tahapan Evaluasi Door To Door Campaign dan Pembagian Tanaman Insulin

Evaluasi terkait program Door To Door Campaign dilakukan setelah pelaksanaan pengecekan gula darah dan juga pemberian edukasi mengenai Diabetes Meliitus dengan melakukan analisis terhadap hasil gula darah yang tinggi.

g. Tindak Lanjut Kegiatan

Pemberian poster, brosur, resep makanan selingan dan video senam kepada desa, yang berguna untuk keberlanjutan program penanganan Diabetes Mellitus

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program Langkah Manis (Lawan Gula, Kendalikan Diabetes dengan Langkah Manis) telah dilaksanakan di Desa Tawang tepatnya di Dusun 4 Desa

Tawang, Kecamatan Weru, Kabupaten Sukoharjo. Rangkaian kegiatan dalam program ini adalah Cek kesehatan, Senam diabetes, Door To Door Campaign dan Pembagian Tanaman Insulin.

Cek kesehatan dilakukan pada 2 posyandu lansia yaitu di Posyandu Kantil (Dukuh Tempuran) dan Posyandu Kenanga (Dukuh Dayu) . Jumlah peserta di posyandu kantil sebanyak 30 orang dan posyandu Kenanga sebanyak 40 orang. masing-masing posyandu memiliki kuota pengecekan gula darah sebanyak 25 orang.



Gambar 1. Pengukuran Gula Darah dan Penyuluhan

Kategori	N	%
Normal (<150)	39	78
Tinggi (> 150)	11	22
Jumlah	50	100

Berdasarkan pengecekan gula darah dari kedua posyandu, didapatkan 39 orang (78%) peserta memiliki gula darah normal dan sebanyak 11 orang (22%) memiliki kategori tekanan darah tinggi sehingga berisiko diabetes. Selain cek kesehatan juga dilakukan penyuluhan tentang risiko diabetes dan pencegahannya. Peserta antusias dalam mendengarkan materi dan aktif dalam sesi tanya jawab.

Door to Door Campaign sebagai bentuk tindak lanjut dari kegiatan penyuluhan diabetes. Kunjungan rumah ke rumah dilakukan ke 19 orang berdasarkan hasil pengecekan posyandu yang memiliki kategori tinggi dan hasil Survei Mawas Diri (SMD). Kegiatan Door to Door Campaign dilakukan untuk mengedukasi keluarga serta memberikan bubuk stevia dan tanaman insulin.

Tabel 2. Karakteristik Kunjungan Door to Door Campaign

Kategori		N	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	4	21,1
	Perempuan	15	78,9
Usia	40 – 49	3	15,8
	50 – 59	1	5,3
	60 – 69	11	57,9
	70 – 79	4	21
Jumlah		19	100

Dari tabel diatas, diketahui bahwa peserta yang kami kunjungi berjenis kelamin laki-laki sebanyak 4 orang (21,1%) dan perempuan berjumlah 15 orang (78,9%). Dalam pelaksanaan Door to Door Campaign, urutan pelaksanaannya meliputi :

1. Pemberian edukasi terhadap penderita diabetes dan keluarga mengenai pengelolaan penyakit diabetes serta pemberian informasi terkait pemanfaatan bubuk stevia dan tanaman insulin sebagai alternatif pengganti gula.
2. Sesi tanya jawab mengenai apa yang disampaikan petugas setelah pemberian edukasi melalui lembar evaluasi untuk mengetahui pemahaman responden setelah edukasi. lembar evaluasi berisi 5 pertanyaan terkait diabetes serta pemanfaatan bubuk stevia dan tanaman insulin.
3. Pemberian bubuk stevia dan tanaman insulin kepada rumah yang dikunjungi yang diharapkan dapat dimanfaatkan dengan baik oleh penderita dan keluarga.



Gambar 2. Kunjungan Door to Door Campaign

Tabel 3. Hasil Lembar Evaluasi Door to Door Campaign

No	Jenis Pertanyaan	Benar	Salah
1.	Pengertian diabetes	19	0
2.	Tanda diabetes	18	1
3.	Manfaat tanaman insulin	19	0
4.	Takaran bubuk stevia	12	7
5.	Manfaat bubuk stevia	19	0
	Total rata-rata	17,4	1,6

Penyuluhan ini tidak hanya memberikan informasi tentang penyakit, tetapi juga mengajarkan pola hidup sehat yang harus diterapkan oleh penderita diabetes. Edukasi mencakup pengaturan pola makan dan aktivitas fisik yang tepat untuk membantu mengontrol kadar gula darah (Simatupang et al., 2020) Berdasarkan pertanyaan lembar evaluasi setelah pemberian edukasi, rata rata yang menjawab benar sebesar 17,4 dan yang menjawab salah sebesar 1,6. pertanyaan yang paling banyak salah adalah tentang takaran bubuk stevia. dari lembar evaluasi tersebut maka dikategorikan sebagai berikut :

Tabel 4. Kategori Kunjungan Door to Door Campaign

Kategori	N	%
Kurang	8	42,1
Baik	11	57,9
Total	19	100

Berdasarkan tabel lembar evaluasi dalam kegiatan door to door campaign, terdapat 11 orang (57,9%) dengan pemahaman baik setelah diberikan edukasi dan terdapat 8 orang (42,1%) dengan pemahaman kurang baik setelah pemberian edukasi. Setelah pemberian edukasi, setiap rumah yang dikunjungi diberikan brosur yang berisi pemanfaatan dan takaran bubuk stevia sebagai alternatif pengganti gula. Selain itu, dibagikan bubuk stevia dan bibit tanaman insulin yang dapat dibudidayakan kepada setiap rumah yang dikunjungi.

Demonstrasi masak makanan selingan rendah gula yaitu Jelly Yakon dilaksanakan pada pertemuan PKK RT 03/RW 09 Dukuh Tempuran pada tanggal 14 November 2024. Peserta dalam kegiatan ini berjumlah 26 orang. peserta aktif dalam memperhatikan demo masak dan mencoba secara langsung Jelly Yakon yang telah dibuat.





Gambar 3. Dokumentasi Demonstrasi Masak

Peserta demonstrasi juga dibagikan bubuk stevia dan brosur berisi resep Jelly Yakon yang dapat dipraktekkan secara mandiri dirumah sebagai makanan selingan dalam pencegahan diabetes. Jelly insulin dapat dikembangkan sebagai makanan fungsional untuk penderita diabetes. Hasil penelitian (Tumiwa et al., 2022) menunjukkan bahwa konsumsi jelly ini dapat menekan peningkatan resistensi insulin dan mempertahankan kadar glukosa darah puasa dalam kondisi normal, serta mengurangi kategori diabetes pada individu dengan kadar glukosa awal yang tinggi.

Senam diabetes dilaksanakan pada tanggal 10, 13, dan 14 November 2024. Kegiatan senam diikuti oleh para lansia Dukuh IV Desa Tawang. Senam yang dirancang khusus untuk membantu mengelola kadar gula darah dan meningkatkan kesehatan secara keseluruhan.



Gambar 4. Dokumentasi Senam

Senam diabetes dapat membantu menurunkan kadar glukosa darah pada penderita diabetes. Penelitian menunjukkan bahwa melakukan senam secara rutin, seperti 3-5 kali seminggu selama 30-60 menit, dapat menghasilkan penurunan kadar gula darah yang signifikan pada lansia (Aryani et al., 2018).

SIMPULAN

Program Langkah Manis merupakan program yang diusung kami untuk menangani permasalahan Diabetes Mellitus. Program ini memiliki tingkat keberhasilan yang baik dengan keterdapatan penemuan kasus Diabetes sebanyak 19 orang dari hasil SMD dan cek kesehatan. Tindak lanjut dari penemuan kasus ini adalah kegiatan kunjungan Door to Door Campaign dengan hasil evaluasi dengan kategori baik sebesar 57,9%. Selain itu dalam kegiatan demonstrasi masak makanan selingan rendah gula dan

senam diabetes dilakukan sebagai cara pencegahan diabetes dalm mengontrol gula darah.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih dan apresiasi yang sebesarnya diberikan kepada Universitas Muhammadiyah Surakarta dan kepada Desa Tawang Kecamatan Weru serta seluruh pihak yang terlibat langsung dalam membantu berjalannya program skrining penyakit tidak menular Diabetes Melitus.

DAFTAR PUSTAKA

Aryani, H. P. and Kusumawati, H. (2018) 'Pengaruh Senam Lansia Terhadap Kadar Gula Darah padaLansia di Posyandu Lansia', Jurnal Keperawatan dan Kebidanan, pp. 11–15.

Damayanti, S. (2015). Diabetes mellitus dan penatalaksanaan keperawatan. Yogyakarta: Nuha Medika.

Federation, I. D. (2019). Idf diabetes atlas. 2013. International Diabetes Federation.

Indonesia, P. E. (2015). Pengelolaan dan pencegahan diabetes melitus tipe 2 di Indonesia. Pb. Jurnal Perkeni, 6.

Kemenkes, R. I. (2014). Pusat data dan informasi kementerian kesehatan RI. Jakarta Kemenkes RI. Kementrian Kesehatan RI. (2018). Riset kesehatan dasar. Jakarta: Kemenkes RI

Rif'at, I. D., Hasneli, Y., & Indriati, G. (2023). Gambaran Komplikasi Diabetes Melitus Pada Penderita Diabetes Melitus. Jurnal Keperawatan Profesional, 11(1), 52-69.

Rosyada, A., & Trihandini, I. (2018). Determinan komplikasi kronik diabetes melitus pada lanjut usia. Jurnal Kesmas, 7(9), 395-402.

Saleh, L. M. ., Azzima.I, A. P. ., Syarifuddin, S. ., Fadhilah, N. ., Ghanus, F. H. ., & Manyullei, S. (2022). Penyuluhan Penyakit Diabetes Mellitus Secara Door to Door Kepada Masyarakat Desa Barangmamase. Locus Penelitian Dan Abdimas, 1(2), 248–255.

Simatupang, R. et al. (2020) 'Edukasi Gizi Bagi Penderita Diabetes Melitus', Jurnal TRIDARMA: Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM), 3(2), pp. 245–253

Tumiwa, N. N. G. and Manawan, F. (2022) 'Aktivitas Antidiabetes Fraksi-Fraksi Ekstrak Daun Yacon (Smallanthus Sonchifolius) dan Ekspresi Protein Glut-4 Jaringan Otot Soleus pada Tikus Resistensi Insulin', Prosiding Seminar Nasional Kefarmasian Program Studi Farmasi FMIPA Universitas Sam Ratulangi, 1(1), pp. 30–38.