

Peningkatan pengetahuan “Pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat” pada Posyandu Remaja Mojo Gubeng Surabaya

Rini Purbowati^{1*}, Ayly Soekanto², Febtarini Rahmawati³, Lusiani Tjandra⁴, Masfufatun⁵,
Emilia Devi Dwi Rianti¹ dan Noer Kumala Indahsari⁵

¹Departemen Biomedik dan Penelitian Biomolekuler, Fakultas Kedokteran, Universitas Wijaya Kusuma Surabaya

²Departemen Anatomi, Fakultas Kedokteran, Universitas Wijaya Kusuma Surabaya

³Departemen Patologi Klinik, Fakultas Kedokteran, Universitas Wijaya Kusuma Surabaya

⁴Departemen Farmakologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Wijaya Kusuma Surabaya

⁵Departemen Biokimia, Fakultas Kedokteran, Universitas Wijaya Kusuma Surabaya

E-mail: purbowatirini@gmail.com

Abstrak

Indonesia saat ini sedang menghadapi beban ganda penyakit yaitu Penyakit Menular (PM) dan Penyakit Tidak Menular (PTM) yang sangat dipengaruhi oleh perubahan lingkungan, perilaku masyarakat, transisi demografi, teknologi, ekonomi dan sosial budaya. Untuk mengatasi masalah tersebut Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) semakin digencarkan oleh pemerintah, yang hendaknya melibatkan seluruh elemen masyarakat, pemangku kepentingan, swasta, akademisi, LSM dan sektor-sektor lainnya. Peran anak muda sangat dibutuhkan oleh pemerintah dalam proses pembangunan berkelanjutan atau Sustainable Development Goals (SDGs). Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat khususnya anggota Posyandu Remaja Mojo Gubeng Surabaya tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat. Kegiatan pengabdian ini terlaksana pada hari Sabtu tanggal 11 September 2021, dihadiri oleh 26 peserta. Kegiatan pengabdian masyarakat ini yang dipilih berupa seminar daring (*webinar*) demi mendukung pemerintah dalam penanganan COVID-19 dengan pemberlakuan PPKM Darurat. Pengukuran peningkatan pengetahuan peserta dilakukan melalui *pre-test* dan *post test* dengan menjawab pertanyaan terkait materi *webinar* dengan pengisian Google Form. Hasil pengukuran didapatkan nilai *pre-test* rata-rata ($62,5 \pm 14$) sedangkan nilai *post-test* rata-rata ($82,1 \pm 18$) dengan nilai delta (perubahan *score*) sebesar 18,6. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat melalui *Webinar* dengan judul “Pentingnya Perilaku Hidup Sehat pada Posyandu Remaja Mojo Gubeng Surabaya” dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat di Posyandu Remaja Mojo Surabaya.

Kata kunci: Masyarakat, Pembangunan Berkelanjutan, Remaja, Penyakit Tidak Menular, Mojo Surabaya

Abstract

Increasing Knowledge of the Importance of Clean and Healthy Life Behavior at the Youth Posyandu Mojo Gubeng Surabaya. Indonesia is currently facing a double burden of diseases, namely Communicable Diseases (PM) and Non-Communicable Diseases (NCD) which are strongly influenced by changes in the environment, community behavior, demographic transition, technology, economy, and socio-culture. To overcome this problem, the government has intensified the Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), which should involve all elements of society,

stakeholders, the private sector, academia, and non-governmental organization (NGOs) and other sectors. The role of young people is needed by the government in the process of sustainable development or the Sustainable Development Goals (SDGs). The purpose of this activity is to increase public knowledge and awareness, especially among members of the Youth Posyandu Mojo Gubeng Surabaya about the importance of clean and healthy living behavior. This service activity was carried out on Saturday 11 September 2021, attended by 26 participants. This community service activity was chosen in the form of an online seminar (webinar) to support the government in handling COVID-19 by implementing Emergency PPKM. Measurement of the increase in participants' knowledge was carried out through pre-test and post-test by answering questions related to the webinar material by filling out Google Forms. The measurement results obtained a pre-test average and post-test average value (82.1 ± 18) with a delta value (change in score) of 18.6. Community Service Activities through a Webinar with the title "The Importance of Healthy Lifestyle Behavior at the Youth Posyandu Mojo Gubeng Surabaya" can increase public knowledge at the Mojo Youth Posyandu Surabaya.

Keywords: Society, Sustainable Development, Youth, Noncommunicable Diseases, Mojo Surabaya

1. PENDAHULUAN

Indonesia saat ini menghadapi beban ganda penyakit, yaitu penyakit menular dan Penyakit Tidak Menular (PTM). Beberapa penyakit menular seperti tuberkulosis, HIV, pneumonia, hepatitis dan diare masih ditemukan di Indonesia. PTM merupakan penyebab kematian hampir 70% di dunia dan penyakit kronis yang tidak ditularkan dari orang ke orang, diantaranya penyakit jantung, stroke, kanker, diabetes, dan Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK).

PTM menunjukkan adanya kecenderungan semakin meningkat dari waktu ke waktu. Kecenderungan peningkatan prevalensi PTM seperti diabetes, hipertensi, stroke, dan penyakit sendi/rematik/encok. Fenomena ini diprediksi akan terus berlanjut. Perubahan pola penyakit tersebut sangat dipengaruhi antara lain oleh perubahan lingkungan, perilaku masyarakat, transisi demografi, teknologi, ekonomi dan sosial budaya.¹

Pemerintah saat ini melakukan suatu gebrakan inovasi dengan mengeluarkan Program Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) dan Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Salah satu upaya preventif dalam GERMAS yaitu melakukan deteksi dini dan tindak lanjut dini faktor risiko PTM baik di Posbindu maupun di fasilitas pelayanan kesehatan.²

Bentuk partisipasi akademisi dalam mendukung program pemerintah tersebut dapat berupa Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat sebagai bentuk pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat pada Posyandu Remaja Mojo Gubeng Surabaya.

2. TINJAUAN PUSTAKA

A. PHBS

Pola Hidup Bersih dan Sehat adalah kepanjangan dari PHBS. Sedangkan pengertian PHBS itu sendiri adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan karena kesadaran pribadi sehingga keluarga dan seluruh anggotanya mampu menolong diri sendiri pada bidang kesehatan serta memiliki peran aktif dalam aktivitas masyarakat. PHBS pada dasarnya merupakan sebuah upaya untuk menularkan pengalaman mengenai pola hidup sehat melalui individu, kelompok ataupun masyarakat luas dengan jalur – jalur komunikasi sebagai media berbagi informasi. Terdapat bermacam-macam informasi yang dapat dibagikan seperti materi edukasi guna menambah pengetahuan serta meningkatkan sikap dan perilaku terkait cara hidup yang bersih dan sehat.³

B. GERMAS

Gerakan Masyarakat Hidup Sehat atau yang disingkat dengan GERMAS adalah sebuah gerakan yang bertujuan untuk memasyarakatkan budaya hidup sehat serta meninggalkan kebiasaan dan perilaku masyarakat yang kurang sehat. Kegiatan GERMAS ini juga diikuti dengan memasyarakatkan perilaku hidup bersih sehat dan dukungan untuk program infrastruktur dengan basis masyarakat. Kegiatan ini memiliki beberapa fokus seperti membangun akses untuk memenuhi kebutuhan air minum, instalasi kesehatan masyarakat serta pembangunan pemukiman yang layak huni. Kesemuanya merupakan infrastruktur dasar yang menjadi pondasi dari gerakan masyarakat hidup sehat.²

C. Pengetahuan

Pengetahuan adalah kesadaran, identifikasi, dan penerapannya untuk perkembangan umat manusia. Itu dibuat dalam pikiran manusia dan meningkat ketika orang-orang terlibat dalam perolehan dan penyebarannya. Pengetahuan sebelumnya meningkatkan pembentukan pengetahuan yang maju dan maju. Pengetahuan dibangun dari data, informasi dan pengetahuan sebelumnya. Data mengacu pada fakta mentah tanpa pemrosesan, pengorganisasian, atau analisis apa pun, dan karenanya memiliki sedikit makna dan sedikit manfaat bagi manajer dan pembuat keputusan.⁴ Kondisi kebenaran menggambarkan tentang jika seseorang mengetahui suatu proposisi maka proposisi itu harus benar. Jika proposisi itu tidak benar, maka orang itu tidak tahu apa yang dia klaim tahu. Kebenaran membuat perbedaan antara pendapat dan pengetahuan.⁵

3. METODE

Kegiatan pengabdian ini diselenggarakan pada masa pandemi COVID-19 sehingga metode pelaksanaannya dirancang secara khusus dengan me-minimalisasi terjadinya tatap muka dan menghindari kerumunan. Oleh karena itu dipilih metode *Webinar* dengan menggunakan fasilitas zoom meeting berbayar yang berkapasitas 100 peserta. Pelaksanaan kegiatan pengabdian yaitu hari Minggu tanggal 11 September 2021.

Kegiatan pengabdian meliputi 3 tahapan yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan tahap evaluasi:

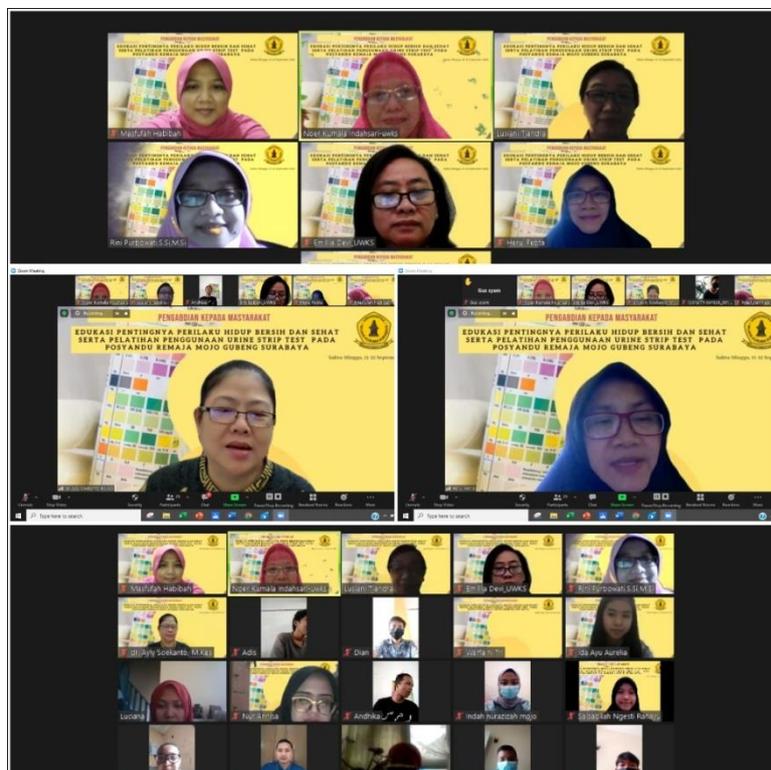
1. Tahap persiapan meliputi kegiatan. : a) Berkoordinasi dengan pihak mitra dan b) Rapat koordinasi secara daring antara perwakilan dari posrem Mojo.
2. Tahap pelaksanaan meliputi kegiatan: a) Dimulai dari pembentukan WA group, b) Susunan acara pada kegiatan ini meliputi: Pembukaan acara, pengisian pre-test oleh peserta, sambutan oleh ketua panitia penyelenggara, acara inti yakni penyampaian materi dengan teknik presentasi yang disampaikan oleh dr. Ayly Soekanto, M.Kes dengan topik terkait "Pentingnya Pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Guna Mencegah Penyakit Menular dan Penyakit Tidak Menular" pada sesi ke 1 dan Febtarini Rahmawati topik "Pelatihan Penggunaan Urin Tes Strip dan Interpretasi Hasil pada Posyandu Remaja

Mojo” pada sesi ke 2 dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab diskusi, dan acara penutup dan doa.

3. Tahap yang terakhir adalah tahap evaluasi. Pada tahap ini dilakukan evaluasi atas hasil yang telah dicapai oleh peserta penyuluhan berupa post-test yang dilakukan setelah acara *webinar*. Peserta mengisi Feedback yang berisi masukan dan perbaikan lebih lanjut juga dapat dilakukan melalui Google Form dan peserta langsung menerima e-sertifikat pada email masing-masing.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini terlaksana pada hari Sabtu tanggal 11 September 2021, dihadiri oleh 26 peserta diantaranya merupakan Ketua Karang Taruna desa Mojo, Ketua Posrem Mojo dan beberapa dosen dari pihak FK-UWKS. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dengan metode *Webinar* ditunjukkan pada Gambar 1.



Gambar 1. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dengan metode webinar

Para peserta yang hadir dalam kegiatan pengabdian ini memiliki sebaran usia, pekerjaan dan pendidikan yang ditunjukkan oleh Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik responden

Variabel	Kategori	n	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	5	23,8
	Perempuan	16	76,2
Usia	15-25	12	57
	26-35	7	33
	36-45	1	5
	46-55	1	5
Pendidikan	SMP	2	9
	SMA	12	57
	Perguruan Tinggi	5	24
	Lainnya	2	10
Pekerjaan	Pelajar	9	43
	Swasta	2	9
	Wiraswasta	1	5
	Belum bekerja	4	19
	Ibu Rumah Tangga	2	10
	Lainnya	3	14

Berdasarkan Tabel 1 dapat diketahui bahwa peserta yang mengikuti kegiatan ini terbanyak pada usia 15-25 tahun yang merupakan usia remaja. Responden terbanyak yang mengikuti acara berjenis kelamin perempuan dengan jumlah sebesar 76%. Sedangkan untuk sebaran pendidikan menunjukkan bahwa responden terbanyak sedang menempuh pendidikan ditingkat SMA yakni sebesar 57%. Jenis pekerjaan/aktivitas terbanyak responden adalah pelajar sebesar 43% kemudian diikuti oleh responden yang belum mendapatkan pekerjaan sebesar 19%.

Kegiatan pengabdian ini memilih sasaran utamanya adalah posyandu remaja dengan harapan bahwa para remaja ini dapat menjadi influencer karena memiliki kemampuan dalam hal penggunaan aplikasi teknologi, sosial media dan sebagian besar memiliki *handphone* dengan teknologi canggih.

Generasi ini merupakan generasi yang melibatkan teknologi dalam segala aspek kehidupan. Bukti nyata yang dapat diamati adalah hampir seluruh individu dalam generasi tersebut memiliki dan memilih menggunakan ponsel pintar. Dengan menggunakan perangkat tersebut, individu dapat menjadi lebih produktif dan efisien. Dari perangkat tersebut, mereka mampu melakukan apapun dari sekadar berkirim pesan singkat, mengakses situs pendidikan, bertransaksi bisnis online, hingga memesan jasa transportasi online. Mereka juga mampu menciptakan berbagai peluang baru seiring dengan perkembangan teknologi yang kian mutakhir.⁶

Generasi muda bertanggungjawab dalam keberlangsungan kehidupan suatu bangsa. Selain itu, generasi tersebut kini sedang dalam fase transisi untuk mulai memikirkan masa depan. Penyakit tidak menular saat ini cenderung muncul pada usia-usia yang lebih muda akibat dari pola hidup yang tidak sehat. Pemerintah selama ini terlalu banyak mensubsidi dana untuk penyembuhan serta pengobatan penyakit. Seharusnya mulai sekarang jika memang pemerintah memiliki perhatian yang lebih terhadap stunting, maka subsidi tersebut juga diarahkan kepada pengadaan makanan sehat murah sehingga tiap kalangan bisa mengaksesnya.⁷

Dalam kegiatan pengabdian ini dilakukan pengukuran terhadap tingkat pengetahuan peserta sebelum dilakukan *webinar (pretest)* dan sesudah *webinar (post-test)* melalui kuisisioner sebagai indikator keberhasilan kegiatan penyuluhan. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai *pre-test* rata-rata peserta sebesar $62,5 \pm 14$ dan nilai *post-test* rata-rata peserta sebesar $82,1 \pm 18$ sehingga nilai delta (perubahan *score*) sebesar 18,6.

Peningkatan pengetahuan yang dihasilkan dari kegiatan *webinar* ini, kemungkinan merupakan hasil dari pengaruh faktor usia, jenis kelamin, pekerjaan dan pendidikan responden. Menurut *World Health Organization (WHO)*, yang termasuk kedalam kelompok remaja adalah mereka yang berusia 10-19 tahun, dan secara demografis kelompok remaja dibagi menjadi kelompok usia 10-14 tahun dan kelompok usia 15-19 tahun. Sementara Undang-Undang No.23 tahun 2002 tentang Perlindungan Anak mengelompokkan setiap orang yang berusia sampai dengan 18 tahun sebagai 'anak', sehingga berdasarkan Undang-

Undang ini sebagian besar remaja termasuk dalam kelompok anak.⁸ Peserta terbanyak kegiatan ini adalah Generasi Y dikenal dengan sebutan Generasi Milenial, atau Millenia Generation, yang lahir antara 1977-1998. Generasi Y di tahun 2008 berusia antara 21 hingga 29 tahun. Mereka sudah berinteraksi dengan teknologi sejak lahir. Generasi ini banyak menggunakan teknologi komunikasi instan, seperti: *e-mail*, *short message service* (SMS), *instan messaging*, dan media sosial lainnya seperti Facebook® dan Twitter®. Generasi Y ini mempunyai karakteristik sebagai berikut: rasa percaya diri, optimistis, ekspresif, bebas, dan menyukai tantangan.⁹

Menurut Notoatmodjo, pengetahuan merupakan suatu domain kognitif yang sangat berpengaruh dalam membentuk tindakan seseorang. Penerimaan terhadap perilaku baru akan lebih mudah bila didasarkan oleh pengetahuan, sedangkan perilaku tersebut tidak akan bertahan lama tanpa didasarkan oleh pengetahuan.¹⁰ Menurut Sukanto (2000), faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan, antara lain: a. Tingkat pendidikan: Pendidikan adalah upaya untuk memberikan pengetahuan sehingga terjadi perubahan perilaku positif yang meningkat. b. Informasi: Seseorang yang mempunyai sumber informasi yang lebih banyak akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas. c. Budaya: Tingkah laku manusia atau kelompok manusia dalam memenuhi kebutuhan yang meliputi sikap dan kepercayaan. d. Pengalaman: Sesuatu yang pernah dialami seseorang akan menambah pengetahuan tentang sesuatu yang bersifat informal.¹¹

Beberapa sumber menguraikan terkait faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan diantaranya Sudarminta J, 2002; Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan berupa ingatan, kesaksian, minat, rasa ingin tahu, pikiran dan penalaran, logika, bahasa dan kebutuhan manusia. Sedangkan Notoatmodjo tahun 2002 memaparkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah tingkat pendidikan, informasi, budaya, dan pengalaman.¹²



Gambar 2. Apresiasi tim Pengabdian Masyarakat FK—UWKS terhadap antusiasme Posyandu Remaja Mojo, Gubeng Surabaya

Kegiatan pengabdian masyarakat tim FK-UWKS dalam bentuk *webinar* mendapatkan sambutan yang luar biasa dari posyandu remaja Mojo, Gubeng Surabaya. Seluruh undangan mengikuti acara *webinar* dari awal hingga akhir acara serta aktif dalam sesi diskusi dan tanya jawab terhadap narasumber yang dihadirkan. Bahkan menurut informasi dari ketua posyandu remaja Mojo bahwa ada beberapa anggota masyarakat yang berkeinginan untuk ikut dalam *webinar*. Namun karena beberapa alasan pihak penyelenggara belum dapat memfasilitasi hal tersebut dan akan dijadikan evaluasi untuk penyelenggaraan kegiatan selanjutnya. Kepada para responden kami memberikan apresiasi berbentuk kenang-kenangan dan dana pengganti pulsa seperti yang ditunjukkan pada Gambar 2.

Hal ini dilakukan untuk lebih meningkatkan motivasi bagi posyandu remaja khususnya dan masyarakat di kelurahan Mojo secara umum untuk terus meningkatkan pengetahuan terkait kepedulian terhadap kesehatannya. Saran yang dapat diberikan untuk kegiatan selanjutnya adalah penulis memandang bahwa kegiatan penyuluhan secara luar jaringan akan lebih baik dalam peningkatan pengetahuan karena peserta dapat fokus mengikuti kegiatan, dapat berinteraksi dan diskusi secara langsung serta dapat menghindari kendala yang diakibatkan adanya gangguan sinyal.

SIMPULAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat melalui *webinar* dengan judul “Pentingnya Perilaku Hidup Sehat pada Posyandu Remaja Mojo Gubeng Surabaya” terbukti dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat di Posyandu Remaja Mojo Surabaya.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terimakasih penulis sampaikan kepada Universitas Wijaya Kusuma melalui dukungan berupa Hibah Pendanaan Pengabdian Kepada Masyarakat berdasarkan SK Rektor UWKS no. 18 Tahun 2021 dan seluruh pengurus Posyandu Remaja Mojo Gubeng Surabaya.

Referensi

1. Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit, Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular. Buku Pedoman Manajemen PTM. Direktorat P2PTM. Published 2019. Accessed September 18, 2021. <http://p2ptm.kemkes.go.id/dokumen-ptm/buku-pedoman-manajemen-ptm>
2. GERMAS - Gerakan Masyarakat Hidup Sehat. Accessed March 11, 2022. <https://promkes.kemkes.go.id/germas>
3. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Accessed March 1, 2022. <https://promkes.kemkes.go.id/phbs>
4. Mohajan HK. Knowledge is an essential element at present world. *International Journal of Publication and Social Studies*. 2016;1(1):31-53. doi:10.18488/journal.135/2016.1.1/135.1.31.53
5. The elusive definition of knowledge. Accessed June 9, 2022. https://ideas.repec.org/h/spr/kmochnp/978-3-319-60657-6_1.html

6. Index of /uploads/download. Accessed June 7, 2022. <http://www.padk.kemkes.go.id/uploads/download/>
7. Generasi milenial kunci masa depan bangsa lebih sehat | Universitas Gadjah Mada. Accessed March 1, 2022. <https://www.ugm.ac.id/id/berita/18975-generasi-milenial-kunci-masa-depan-bangsa-lebih-sehat>
8. pedoman standar nasional PKPR. Accessed March 11, 2022. <https://123dok.com/document/qmogn78y-pedoman-standar-nasional-pkpr.html>
9. W RWA, Poluakan MV, Dikayuana D, Wibowo H, Raharjo ST. Potret generasi milenial pada era revolusi industri 4.0. *Focus : Jurnal Pekerjaan Sosial*. 2019;2(2):187-197. doi:10.24198/focus.v2i2.26241
10. Syakurah RA, Moudy J. Pengetahuan terkait usaha pencegahan Coronavirus Disease (COVID-19) di Indonesia. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*. 2020;4(3):333-346. doi:10.15294/higeia.v4i3.37844
11. Febriyanto, MAB. *Hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan perilaku konsumsi jajanan sehat di MI Sulaimanayah Mojoagung Jombang*. skripsi. Universitas Airlangga; 2016. Accessed September 19, 2021. <http://lib.unair.ac.id>
12. Rachmawati, WC. *Promosi kesehatan dan ilmu prilaku*. <http://fik.um.ac.id/wp-content/uploads/2020/10/2.-PROMOSI-KESEHATAN-DAN-ILMU-PERILAKU.pdf>