

**PELATIHAN PENINGKATAN KESEHATAN MASYARAKAT DESA DI KECAMATAN
SIANTAR MARTOBA KELURAHAN PONDOK SAYUR****Pipin Sumantrie^{1*}, Martalina Limbong², Mayer D Panjaitan³, Sharely N
Siringoringo⁴, Jeannie Manafe⁵**¹⁻⁵Akademi Keperawatan Surya Nusantara

Email Korespondensi: pipinsitorus99@gmail.com

Disubmit: 12 Agustus 2021

Diterima: 04 Desember 2021
DOI: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i4.4799>

Diterbitkan: 03 April 2022

ABSTRAK

Pemberdayaan masyarakat sangat diperlukan untuk dapat membantu dalam mensukseskan upaya peningkatan kesehatan masyarakat desa, melalui kegiatan pelatihan kesehatan kepada para masyarakat yang dilakukan, maka akan terbentuknya suatu kebiasaan hidup sehat dikalangan masyarakat. Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk membantu para masyarakat agar dapat lebih meningkatkan status kesehatan mereka, melalui pola hidup sehat. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah pendekatan secara langsung (*direct approach*) melalui ceramah dan penyuluhan kepada masyarakat. Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat ini, masyarakat memperoleh informasi mengenai upaya pencegahan serta mempertahankan kesehatannya. Sehingga mereka dapat menjaga kesehatan dan hal ini menjadi kebiasaan baru bagi masyarakat dalam mempertahankan kesehatan.

Kata Kunci: Pemberdayaan, Pelatihan, Kesehatan**ABSTRACT**

Community empowerment is very necessary to be able to help the success of efforts to improve the health of rural communities, through health training activities for the community will form healthy living habits among the community. The purpose of this community service is to help the community to further improve their health status. , through a healthy lifestyle. The method used in this community service activity is a direct approach through lectures and outreach to the community. From this community service activity, the community gets information about efforts to prevent and maintain their health. So that they can maintain their health and this becomes a new habit for the community in maintaining health.

Keywords: Empowerment, Training, Health

1. PENDAHULUAN

Kegiatan Kesehatan Masyarakat Desa (KKMD) secara umum bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat di desa. Ini merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan kesadaran masyarakat bahwa kesehatan merupakan hal yang sangat penting dalam kehidupan masyarakat. Ada kelompok masyarakat yang sudah tahu tentang kesehatan tetapi tidak dilakukan, untuk kelompok masyarakat ini tujuan kesehatan masyarakat desa (KMD) adalah untuk motivasi dan mengingatkan kembali agar masyarakat melakukan apa yang sudah mereka ketahui mengenai kesehatan.

Ada pula kelompok masyarakat yang tidak melakukan hal-hal penting mengenai kesehatan karena mereka memang belum mengetahui informasi kesehatan sebelumnya. Untuk kelompok masyarakat ini, tujuan PKMD adalah memberi tahu dan menjelaskan mengenai informasi kesehatan yang perlu diketahui masyarakat agar masyarakat dapat hidup sehat dan sejahtera. Penyuluhan kesehatan adalah penambahan pengetahuan dan kemampuan seseorang melalui teknik praktik belajar atau instruksi dengan tujuan mengubah atau mempengaruhi perilakumanusia secara individu, kelompok maupun masyarakat untuk dapat lebih mandiri dalam mencapai tujuan hidup sehat, (Kusumawardani, 2012), selanjutnya Sumantrie (2020) menjelaskan model penguatan partisipasi masyarakat serta sumber daya manusia bidang kesehatan untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan pemerintah, sehingga kemandirian masyarakat merupakan suatu keharusan yang perlu dimiliki untuk mencapai tujuan tersebut. Hal senada juga disampaikan Hasugian dkk (2020) kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi perlu dilakukan untuk peningkatan kesejahteraan keluarga, khususnya dibidang kesehatan.

2. MASALAH

Masyarakat Kelurahan Martoba, memiliki struktur demografi yang beraneka ragam jumlah penduduk dan keluarga yang terdiri dari pria, wanita, bayi, balita, pra sekolah, remaja, dewasa dan lansia. Berdasarkan survey awal serta wawancara dengan para aparat desa yang terdapat di kelurahan, serta kecamatan, didapati beberapa masalah kesehatan yang sering dialami oleh masyarakat yang ada di sekitar kelurahan Pondok Sayur Kecamatan Siantar Martoba, diantaranya adalah, tingginya kasus kurang pengetahuan mengenai penyakit darah tinggi/hypertensi, penyakit diabetes, asam urat, masalah kesehatan ibu dan anak, serta masalah penyakit masalah kesehatan pada lansia,



Gambar 1. Lokasi peta kegiatan PKM dilakukan di Kantor Kecamatan Siantar Martoba, Pematangsiantar

3. METODE

Strategi yang digunakan dalam kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini adalah pendekatan secara langsung (*direct approach*) dengan menggunakan komunikasi yang efektif disertai etika dan sopan santun, yang berlaku di masyarakat. Serta melakukan pendidikan kesehatan di Aula Desa maupun langsung terjun ke desa, ke rumah-rumah penduduk, meninjau kondisi rumah-rumah penduduk dengan berinteraksi dengan penduduk.

Kegiatan PKM ini diawali dengan memberikan ceramah dan penyuluhan kepada para masyarakat desa, dalam hal ini peserta yang menjadi target kegiatan adalah Ibu-ibu Pembinaan Kesejahteraan Keluarga (PKK), dan para kelompok lansia yang ada, dimana setiap kegiatan dilangsungkan jumlah peserta sosialisasi yang hadir dalam kegiatan PKM sebanyak 40-50 peserta. Kegiatan ini bertujuan memberikan pengetahuan secara teoritis kepada para warga desa untuk menjaga kesehatan khususnya pada topic-topik kesehatan Anak, kesehatan Gizi, pencegahan penyakit dan lain-lain. Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan metode Diskusi serta konseling.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan PKM di kelurahan Pondok Sayur, Kec Siantar Martoba, dilakukan oleh beberapa Dosen Akademi Keperawatan, beserta beberapa mahasiswa yang telah di tunjuk dalam berpartisipasi dalam kegiatan tersebut.

Hal yang pertama dilakukan adalah dengan cara melakukan komunikasi dengan aparat desa untuk mencari informasi sehubungan dengan kebutuhan informasi kesehatan yang ada di lingkungan masyarakat setempat. Setelah didapati masalah prioritas di daerah tersebut diantaranya adalah, tingginya kasus kurang pengetahuan mengenai penyakit darah tinggi/hypertensi, penyakit diabetes, asam urat, masalah kesehatan ibu dan

anak, serta masalah kesehatan pada lansia, maka di rencanakanlah kegiatan PKM Pelatihan peningkatan kesehatan masyarakat desa.

Teknik pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan cara melakukan *workshop* baik di Aula Kecamatan, maupun kunjungan langsung ke rumah-rumah penduduk, serta melakukan *Health Expo* di lapangan yang terdapat banyak masyarakat berkumpul. Adapun penyuluhan yang disampaikan diantaranya mengenai kesehatan Ibu dan anak. Usaha kesejahteraan ibu dan anak yang bergerak dalam pendidikan kesehatan, pencegahan penyakit dan peningkatan kesehatan, penting sekali untuk meningkatkan kesehatan umum dari masyarakat. Sumantrie (2020) menjelaskan salah satu upayah untuk menurunkan tekanan darah tinggi khususnya pada lansia, adalah dengan cara melakukan teknik relaksasi autogenik, tindakan ini sangat mudah untuk dilakukan, dan tidak memiliki efek samping yang membahayakan. Begitu juga dengan hasil PKM yang dilakukan, Chrisanto (2020), dengan kegiatan penyuluhan maka terjadinya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan dan pengobatan penyakit Diabetes pada masyarakat yang memperoleh kegiatan PKM tersebut dengan persentasi sebesar 45%.

Sholibah (2015) menyatakan bahwa pentingnya sistem informasi posyandu kesehatan ibu dan anak dapat membantu kader dan bidan dalam melakukan kegiatan di Posyandu meliputi pendataan ibu dan anak, penimbangan balita, pendataan ibu hamil serta pendataan PUS KB. Selanjutnya berdasarkan hasil kegiatan PKM Ladyani dkk (2021), didapati hasil bahwa penyuluhan yang dilakukan sangat bermanfaat dalam meningkatkan pengetahuan ibu-ibu mengenai kesehatan.

Selain masalah kesehatan ibu dan anak informasi mengenai pentingnya olah raga juga disampaikan. Kesehatan dan olahraga saling berkaitan dalam meningkatkan produktifitas manusia. Untuk tetap sehat dan bugar, seseorang harus melakukan aktivitas olahraga yang rutin dilakukan setidaknya 3 kali dalam seminggu. Manfaat dalam berolahraga adalah meningkatkan daya tahan tubuh, meningkatkan fungsi otak, menghilangkan stress, menurunkan kolestrol. Olahraga sederhana yang dapat dijadikan pilihan dalam menjaga kesehatan adalah, jalan cepat (Pane, 2015).

Melalui pelatihan kesehatan, diharapkan nantinya para peserta kegiatan dapat menjadi kader kesehatan di kelurahan masing-masing. Pemberdayaan masyarakat (*empowerment*) sebagai strategi *alternative* dalam pembangunan telah berkembang dalam berbagai literatur dan pemikiran walaupun dalam kenyataannya belum secara maksimal dalam implementasinya. Pembangunan dan pemberdayaan masyarakat merupakan hal banyak dibicarakan masyarakat karena terkait dengan kemajuan dan perubahan bangsa ini kedepan apalagi dikaitkan dengan *skill* masyarakat yang masih kurang akan sangat menghambat pertumbuhan ekonomi itu sendiri. (Noor, 2011). Selanjutnya Sumantrie (2020) Berbagai usaha telah dilakukan, termasuk diantaranya upayah pemberdayaan masyarakat dalam mempromosikan kesehatan ibu dan anak (KIA). Dimana usaha kesejahteraan ibu dan anak bertujuan untuk memberikan pendidikan kesehatan, pencegahan penyakit dan peningkatan kesehatan, penting sekali untuk meningkatkan kesehatan umum dari masyarakat. Pendidikan kesehatan terhadap masyarakat sangat berguna dalam pencegahan suatu penyakit

(Hartati, 2021). Selanjutnya Wance (2021) mengatakan pemberdayaan merupakan suatu upaya memampukan serta memandirikan masyarakat untuk menolong dirinya sendiri.



Gambar 2. Kegiatan penyuluhan kesehatan di Aula Kecamatan Siantar Martoba



Gambar 3. Workshop perilaku hidup sehat di Lapangan umum



Gambar 4. Kegiatan penyuluhan kesehatan kepada Ibu-ibu PKK, dan para Lansia.

5. KESIMPULAN

Dari hasil kegiatan penyuluhan dan Workshop yang telah dilakukan, didapati bahwa banyak masyarakat yang ikut berperan dalam kegiatan tersebut, menyampaikan terimakasih atas kegiatan PKM yang telah dilakukan, dimana mereka memperoleh informasi mengenai upaya pencegahan serta mempertahankan kesehatannya. Dan kegiatan ini akan terus dipertahankan untuk dilakukan, sehingga menjadi agenda rutin yang dilakukan setiap satu bulan satu kali, sehingga masyarakat akan tetap menjaga kesehatan dan menjadi kebiasaan bagi masyarakat.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Chrisanto, E. Y., Yulendasari, R., Hermawan, D., & Andoko, A. (2020). Penyuluhan Pentingnya Pencegahan Dan Pengobatan Penyakit Diabetes Mellitus Gang Mawar Kemiling Bandar Lampung Wilayah Kerja Puskesmas Kemiling Bandar Lampung. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 3(1), 62-66.
- Hartati, D., & Yulendasari, R. (2021). Peningkatan Pengetahuan Dan Keterampilan Terkait Pencegahan Dan Pengelolaan Kasus Hipertensi Di

- Kelurahan Tanjung Harapan Kotabumi. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 4(5), 1278-1282.
- Hasugian, P. S., Vinsensia, D., & Sitohang, A. (2020). PKM: Pemberdayaan Ibu Rumah Tangga Desa Sampurtoba Kecamatan Sitio-tio Kabupaten Samosir Dalam Penanaman Dan Pemanfaatan Tanaman Obat. *Jurnal Ekonomi*, 9(1, Juni), 9-18.
- Kusumawardani, E., Arkhaesi, N., & Hardian, H. (2012). *Pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan, sikap dan praktik ibu dalam pencegahan demam berdarah dengue pada anak* (Doctoral dissertation, Fakultas Kedokteran).
- Ladyani, F., Lestari, S. M. P., Firdani, K., Arania, R., Fitriyani, N., & Izzudin, A. (2021). Penyuluhan Tentang Imunisasi di Puskesmas Rawat Inap Kemiling Bandar Lampung. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 4(5), 1155-1159.
- Noor (2011), Pemberdayaan masyarakat., *Jurnal Ilmiah CIVIS*, Volume I, No 2, Juli 2011, hal 87-99
- Pane, B. S. (2015). Peranan Olahraga Dalam Meningkatkan Kesehatan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 21(79), 1-4.
- Sholihah, N., & Kusumadewi, S. (2015). Sistem informasi posyandu kesehatan ibu dan anak. *Prosiding SNATIF*, 207-214.
- Sumantrie, P. (2020). Pemberdayaan Kader Kesehatan Puskesmas Guna Pengembangan Sumber Daya Kesehatan di Wilayah Kerja Puskesmas Kesatria Kota Pematangsiantar. *Jurnal Kesehatan Surya Nusantara*. Hal. 227-238.
- Sumantrie, P., & Limbong, M. (2020). Peminjaman Inkubator Gratis Bagi Bayi Prematur. *Jurnal Surya Masyarakat*, 3(1), 48-54.
- Sumantrie, P., & Limbong, M. (2020). Effect of Autogenic Relaxation on Blood Pressure Reduction in Elderly Patients with Hypertension. *Science Midwifery*, 9(1, Oktober), 10-14.
- Wance, M., Kaliky, P. I., & Syahidah, U. (2021). PKM Inovasi Pemberdayaan Masyarakat Dalam Perencanaan Pembangunan Desa Pasir Putih Kabupaten Halmahera Selatan. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 3(2), 233-240.