

Jurnal Pemberdayaan dan Pendidikan Kesehatan

Jurnal Pemberdayaan dan Pendidikan Kesehatan (JPPK) merupakan jurnal untuk menampung hasil dari pengabdian masyarakat, hasil penelitian di bidang Kesehatan dan Pengabdian Masyarakat Praktik Kerja Lapangan (PMPKL) meliputi pengembangan sumber daya manusia di bidang Kesehatan, pemberdayaan masyarakat dalam bidang Kesehatan, pembangunan kesehatan pedesaan, promosi Kesehatan, penerapan teknologi dalam Kesehatan, aplikasi bisnis di bidang Kesehatan. Jurnal JPPK terbit setiap 2 kali dalam satu tahun, yaitu pada bulan Juni dan Desember (2 isu per tahun). Setiap artikel yang masuk, akan melewati proses review menggunakan double blind review, artinya penulis tidak mengetahui siapa yang mereview dan reviewer tidak mengetahui siapa penulis artikel.

Ketua Penyunting : Merissa Laora Heryanto, SKM., MKM

(Editor in Chief)

Penyunting Pelaksana : Hamdan, SKM., MKM

(Section Editor) : Dera Sukmanawati, S.Tr.Keb., M.Keb

Fetrina Lestari, SKM., MKM

Penyunting Ahli : Prof. Dr. Hj. Dewi Laelatul Badriah, M.Kes. AIFO.

(Mitra Bebestari) (Universitas Majalengka)

Ica Stela Amalia, SKM., MPH

(Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan Garawangi)

Cecep Heriana, SKM., MPH

(Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan Garawangi)

Bulan Terbit : Juli – Desember

Editorial: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan

Address Jalan Lingkar Kadugede No. 2 Kuningan – Jawa Barat

45561

Telp/Fax : (0232) 875847, 875123 E-mail : lpm@stikku.ac.id

Website : ejournal.stikku.ac.id

Jurnal Pemberdayaan dan Pendidikan Kesehatan Terindeks Oleh:









Jurnal Pemberdayaan dan Pendidikan Kesehatan

VOL. 2 No. 01 (2022)



DAFTAR ISI

PENDIDIKAN KESEHATAN : BAHAYA PERGAULAN BEBAS REMAJA Meti Kusmiati, Fikria Nur Ramadani, Malacca Nadia, Resya Nursyam	1-8					
LITERATUR REVIEW: PENGETAHUAN MASYARAKAT TERHADAP RESISTEN PENGGUNAAN OBAT ANTIBIOTIK Aditia Putra Tama, Indah Laily Hilmi	9-16					
LITERATUR REVIEW: PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN TERHADAP EFEKTIVITAS TABLET TAMBAH DARAH (FE) PADA IBU HAMIL SEHINGGA MENCEGAH TERJADINYA ANEMIA Erlangga Muhamad Prayuda, Salman	17-25					
PENYULUHAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA SANTRIWAN SANTRIWATI SEKOLAH DASAR DI PONDOK PESANTREN TAHFIDZ Yusron Adi Utomo, Awis Hamid Dani, Sutaip, Maulida Fitri Annisa, Amin Susilo, Dewi Laelatul Badriah, Dwi Nastiti Iswarawanti	26-35					
PEMBERDAYAAN KADER TENTANG PEMBERIAN MAKANAN PENDAMPING ASI (MP-ASI) YANG TEPAT & AMAN UNTUK PENCEGAHAN STUNTING PADA BALITA Reni Marlina, Rini Raniati, Risman Aprianto, Dwi Nastiti Iswarawanti, Mamlukah						
SENAM HIPERTENSI UNTUK PENDERITA HIPERTENSI Mutia Agustiani Moonti, Nining Rusmianingsih, Aditiya Puspanegara, Merissa Laora Heryanto, Moch Didik Nugraha	44-50					



PENDIDIKAN KESEHATAN: BAHAYA PERGAULAN BEBAS REMAJA

¹Meti Kusmiati, ²Fikria Nur Ramadani, ³Malacca Nadia, ⁴Resya Nursyam ^{1,3,4} Akademi Kebidanan Prima Husada Bogor, ²Universitas Ibn Khaldun Bogor metikusmiati@gmail.com1

Abstrak

Masa Remaja merupakan masa dimana terjadi batas peralihan kehidupan anak dan dewasa. Tubuhnya tampak sudah "dewasa" tetapi bila diperlakukan seperti orang dewasa remaja gagal menunjukkan kedewasaannya. Masa peralihan ini menyebabkan berbagai permasalahan kesehatan maupun sosial yang terjadi pada remaja. Permasalahan remaja yang sering terjadi diantaranya adalah permasalahan pergaulan bebas. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatan pengetahuan bahaya seks bebas pada remaja sehingga dapat diturunkannya permasalahan kesehatan dan sosial akibat seks bebas. Pengabdian masyarakat ini dilakukan di SMK Taruna Terpadu Kota Bogor, pelaksanaan edukasi dan diskusi dilakukan kepada 30 peserta. Pengukuran keberhasilan kegiatan dilakukan dengan mengukur hasil *pretest* dan postest. Hasil pretest dan postest dilakukan analisa uji T untuk mengukur perubahan pengetahuan. Hasil pengabdian masyarakat diperoleh hasil perhitungan uji statistik, diperoleh nilai t sebesar -3,751 dan p = 0,01 (<0,05). Kesimpulannya yaitu pendidikan Kesehatan reproduksi remaja memiliki dampak yang cukup signifikan dalam meningkatkan pengetahuan reproduksi remaja. Perubahan pengetahuan akan mempengaruhi persepsi dan perilaku remaja terhadap pergaulan bebas yang berbahaya.

Kata Kunci: Edukasi, Remaja, Seks Bebas.

PENDAHULUAN

Masa Remaja merupakan masa dimana terjadi batas peralihan kehidupan anak dan dewasa. Pada remaja terjadi berbagai perubahan pada dirinya, secara fisik remaja tampak sudah "dewasa" tetapi bila diperlakukan seperti orang dewasa mereka akan gagal menunjukkan kedewasaannya karena belum matangnya mental remaja (Wardhani, 2012). Perbedaan ini



menyebabkan berbagai permasalahan Kesehatan maupun sosial yang terjadi pada remaja (Septiani, 2019). Permasalahan remaja yang sering terjadi diantaranya adalah permasalahan pergaulan bebas.

Menurut Cavan dalam (Yanti, 2017) pergaulan bebas adalah salah satu kebutuhan dasar manusia, manusia sebagai makhluk sosial yang dalam kesehariannya membutuhkan orang lain, dan hubungan antar manusia dibina memalui suatu pergaulan (interpersonal relationship) (Yanti, 2017). Pergaulan juga merupakan HAM setiap individu dan harus dibebaskan, tidak boleh dibatasi apalagi diskriminasi. Jadi dalam pergaulan antar manusia seharusnya bebas, namun harus tetap memanuhi norma-norma yang berlaku di masyarakat.

Remaja sebagai investasi genarasi pembangunan negara di masa yang akan dating harus mempunyai pemikiran jauh ke depan dan kegiatannya yang dapat menguntungkan diri sendiri, keluarga, dan lingkungan sekitar, sehingga sudah seharusnya kelompok remaja ini mendapatkan perhatian khusus, baik oleh dirinya sendiri, orang tua, dan masyarakat sekitar (Kiswanti & Azinar, 2017). Banyak kita baca di media massa maupun kita lihat di media elektronik pada zaman sekarang bukan hanya remaja yang bergajulan atau yang tidak tahu aturan yang memasuki dunia pergaulan bebas ada juga remaja yang berprestasi yang melakukan tindakan atau perbuatan yang merugikan dirinya sendiri, keluarga dan masyarakat sekitar. Hal ini sudah menjadi tradisi di era modernisasi, dimana remaja mengikuti gaya barat (Setyawan et al., 2019).

Budaya atau pergaulan bebas juga bisa diartikan sebagai satu bentuk pergeseran budaya dan perilaku menyimpang yang mana sudah melewati batas batas norma ketimuran yang ada (Senja et al., 2020). Masalah pergaulan bebas ini menjadi topik yang saat ini menjadi isu yang menjadi perhatian baik di lingkungan masyarakat maupun dari media masa (Damayanti, 2021).

Pergeseran budaya ini bisa kita lihat dari kasus-kasus akibat seks bebas yang terjadi di masayarkat seperti penyakit menular seksual HIV/AIDS, kehamilan pranikah pada remaja, dan aborsi (Sasmito & Naqiyah, 2013). Berdasarkan data KPAI Tahun 2021, 10,35% masih terjadi kasus perkawinan anak dengan berbagai alasan internal maupun eksternal. Berdasarkan data (United Nations Children's Fund (UNICEF), 2020) ditahun 2017, 14.000 anak berusia 15 tahun merupakan pengidap HIV, dan kasus baru HIV pada kelompo 15 - 19 tahun mengalami kenaikan dari periose 2011 – 2015. Menurut laporan bank dunia, 47,3 persen dari setiap 1.000



Ciptaan disebarluaskan di bawah

<u>Lisensi Creative Commons Atribusi-</u>

<u>NonKomersial-BerbagiSerupa 4.0</u>

Internasional.

remaja pernah melahirkan, dan angka ini sedikit lebih tinggi dari rata-rata dunia yaitu sebesar 44 persen (United Nations Children's Fund (UNICEF), 2020).

Terbatasnya pengetahuan masyarakat mengenai dampak dari pergaulan bebas salah satunya penyakit menular seksual menjadi penyebab utama tingginya kasus penyakit menular pada remaja. Pengetahuan sangat penting dalam upaya pencegahan penyakit menular seksual (Setiarto et al., 2021). Pengetahuan remaja mengenai pencegahan penyakit menular seksual berpengaruh signifikan dan positif terhadap keyakinannya mengenai Kesehatan (Sulaiman, 2020), diharapkan dengan pengetahuan yang baik maka para remaja bukan hanya mampu memotivasi diri mereka sendiri untuk berperilaku positif tapi juga mampu mengubah perilaku Kesehatan reproduksi yang ada di masyarakat (Hidayat & Ernawati, 2014).

Kurangnya kepekaan, rasa ingin tahu remaja dalam mengakses informasi tentang pencegahan penyakit menular seksual serta kurangnya fasilitas Kesehatan reproduksi yang tersedia khusus untuk remaja juga menjadi andil terbesar dalam permasalahan Kesehatan reproduksi pada remaja (Hisyam, 2018). Banyak remaja yang berfikir bahwasannya belum saatnya bagi mereka untuk memikirkan atau mempelajari mengenai pencegahan penyakit menular seksual (Fatmawaty, 2017). Mereka memiliki anggapan bahwa penyakit menular seksual hanya akan menyerang atau menjangkit perempuan atau laki laki yang telah menikah atau juga perempuan yang memiliki umur 25 tahun ke atas (Rizkyta & N, 2017). Permasalahan stigma negatif mengenai Kesehatan reproduksi juga menjadi salah satu penyebab kurangnya pengetahuan kesehatan reproduksi pada remaja.

Berdasarkan kegiatan pengabdian di lapangan yang dilakukan, memperlihatkan bahwa sebagian besar responden tergolong memiliki tingkat pengetahuan tentang bahaya seks bebas, hal ini menjadi dasar perlunya peningkatan pengetahuan remaja tentang bahaya akibat dari perilaku seks bebas, sehingga bisa diambil Langkah preventif permasalahan sosial dan kesehatan akibat seks bebas.

MASALAH

Di era millennial ini, permasalahan pergaulan bebas menjadi topik yang dikhawatirkan orang tua terutama yang memiliki anak usia remaja karena pergaulan bebas yang menyimpang berhubungan erat dengan oleh budaya barat yang tidak tersaring dan tidak diibangi dengan pengetahuan yang baik serta tatanan norma-norma yang ada.





Berdasarkan hasil identifikasi masalah, didapatkan 12 dari 30 sampel siswa di SMK Taruna Andiga Bogor memiliki pengetahuan yang rendah terhadap bahaya seks bebas, sehingga harus edukasi terhadap remaja dengan tujuan meningkatkan pengetahuan dan merubah pola perilaku remaja dalam usaha preventif menurunkan angka kejadian akibat seks bebas.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan metode presentasi dan diskusi kepada seluruh siswa kelas XII Jurusan Perkantoran 5. Keseluruhan jumlah siswa 30 orang. Setelah pemberian materi melalui presentasi dan diskusi yang dilakukan kegiatan dilanjutkan dengan praktik atau demostrasi cara cuci tangan yang baik. Penyuluhan dilakukan pada hari Selasa, 11 Januari 2002 pada pukul 09.00 WIB sampai 10.30 WIB. Proses penyuluhan dilakukan dengan mendatangi sekolah SMK Taruna Terpadu Bogor. Para mahasiswa yang didampingi dosen melakukan sosialisasi dan pembagian paket makanan sehat serta pembagian aksesoris berupa gantungan kunci. Sistem penyuluhan dilakukan dengan sistem diskusi dan bincang-bincang. Hal ini ditujukan untuk mengefektifkan proses sosialisasi.

1. Presentasi

Metode ceramah digunakan untuk menyampaikan materi dengan rinci. Topik yang disampaikan antara pergaulan bebas pada remaja

2. Diskusi

Metode diskusi digunakan untuk mengakomodir pertanyaan dan masukan dari materi yang disampaikan

3. Praktik

Metode praktik digunakan untuk memberikan demonstrasi cara cuci tangan yang benar dengan 6 langkah

4. Evaluasi

Kegiatan ini dilakukan untuk mengukur tingkat perubahan pemahaman responden terhadap materi melalui post test dengan dasar hasil pre test yang dilakukan sebelum diberikan sosialisasi. Instrumen yang digunakan adalah kuisioner dengan 10 pertanyaan pengetahuan kesehatan reproduksi remaja dengan spesifikasi pertanyaan sekitar pengetahuan tentang seks bebas.



HASIL DAN PEMBAHASAN

Distribusi frekuensi responden Berdasarkan Pengetahuan Hasil Pretest dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 1.Distribusi Frekuensi Hasil Pretest dan Posttest Responden

Pengetahuan —	Pre	etest	Pos	sttest
	N	%	N	%
Kurang	21	70	7	23,3
Kurang Baik	9	30	23	67,7
Total	30	100	30	100

Berdasarkan tabel 1 dari 30 responden mengikuti postest dan pretest. Hasil pretest menunjukkan sebagian besar responden mempunyai pengetahuan kurang sebanyak 21 orang (70%). Sedangkan setalah dilakukan edukasi dilakukan pengukuran posttest, mayoritas responden mempunyai pengetahuan baik 23 orang (67,7%).

Tabel 2. Hasil Analisa Uji T Paired Test

Pengetahuan	Rata-rata selisih	Std deviation	Nilai T	P Value
Pengetahuan <i>preetest</i> Pengetahuan <i>posttest</i>	-4,67	0,681	-3,751	0.001

Berdasarkan table 2 diperoleh hasil perhitungan uji statistik dengan menggunakan aplikasi pengolah data, diperoleh rata – rata selisih pengukuran pertama dan kedua adalah -4,67 dengan nilai t -3,751 dan p=0,001 (<0,05), artinya ada pengaruh pengetahuan reproduksi pada remaja terhadap terhadap pergaulan bebas yang berdampak seks bebas.

Perubahan pengetahuan pada responden setelah dilakukan edukasi mengalami kenaikan yang signifikan (<0,05). Menurut (Doloksaribu et al., 2020) kurangnya pemahaman dan salah mempersepsikan tentang seks bebas meningkatkan resiko perilaku seks bebas di kalangan remaja (Doloksaribu et al., 2020). Menurut Pertiwi (Pertiwi et al., 2020) edukasi pengetahuan remaja tentang seks bebas menggunakan media ceramah memiliki peningkatan pengetahuan yang cukup baik terhadap peningkatan pengetahuan remaja terhadap bahaya seks bebas (Pertiwi





et al., 2020). Hal ini juga sesuai dengan penelitian dari Fauziyah dan Azizah (Fauziyah & Azizah, 2020) bahwa remaja yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai dampak seks bebas akan memiliki perilaku reproduksi yang lebih baik (Fauziyah & Azizah, 2020).

Menurut (Vongxay et al., 2019) remaja yang memiliki pengetahuan reproduksi yang baik akan memiliki perilaku reproduksi yang lebih baik. Hal ini juga sesuai dengan penelitian dari (Dabiri et al., 2019), bahwa tingginya permasalahan Kesehatan reproduksi yang terjadi pada remaja dikarenakan rendahnya pengetahuan remaja mengenai pendidikan Kesehatan reproduksi (Dabiri et al., 2019). Perilaku reproduksi yang baik akan mencegah terjadinya permasalahan Kesehatan karena perilaku seks bebas seperti penyakit menular, HIV/AIDs dan aborsi pada remaja. Pendidikan Kesehatan yang baik juga akan mempengaruhi persepsi dan sikap remaja terhadap Kesehatan reproduksinya (Arifah et al., n.d.). Pendidikan Kesehatan reproduksi yang baik bukan hanya memberikan edukasi Kesehatan reproduksi yang baik, tapi juga perlu adanya dukungan secara sistematis mengenai Pendidikan Kesehatan reproduksi pada remaja.

KESIMPULAN DAN SARAN

Edukasi bahaya seks bebas pada remaja di SMK Taruna Terpadu Bogor cukup efektif meningkatkan pengetahuan responden mengenai Kesehatan reproduksi dan bahaya seks bebas, hal ini dapat terlihat dari perubahan pengetahuan yang signifikan setalah dilakukannya edukasi kepada responden.

Kegiatan edukasi Kesehatan reproduksi ini bukanlah kegiatan tunggal yang hanya dilakukan satu kali. Dalam upaya pencegahan terjadinya permasalahan Kesehatan dan Kesehatan reproduksi pada remaja, perlu adanya dukungan secara sistematis yang dapat meningkatkan pengetahuan Kesehatan reproduksi remaja dan intervensi yang berdasarkan pada sekolah seperti melakukan integrasi Pendidikan Pendidikan Kesehatan reproduksi remaja ke dalam kurikulum Pendidikan agar dapat meningkatkan pengetahuan remaja mengenai Kesehatan reproduksi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih atas dukungan dan bimbingan dari Dosen Akademi Kebidanan Prima Husada Bogor dan semua sivitas akademika SMK Taruna Terpadu Bogor



yang sudah mendukung kegiatan pengabdian masyarakat ini. Ucapan terima kasih penulis campaikan kepada siswa dan siswi yang telah berkenan menjadi peserta kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifah, I., Safari, A. L. D., & Fieryanjodi, D. (n.d.). Health Literacy and Utilization of Reproductive Health Services Among High School Students. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 17(2), 79–85.
- Dabiri, F., Hajian, S., Ebadi, A., Zayeri, F., & Abedini, S. (2019). Sexual and reproductive health literacy of the youth in Bandar Abbas. *AIMS Medical Science*, 6(4), 318–325.
- Damayanti. (2021). Dampak Pergaulan Bebas Terhadap Moralitas Remaja di Desa Karae Kabupaten Buton Selatan. *Jurnal Studi Ilmu-Ilmu Hukum Dan Pendidikan*, 1(2), 131–139. Jurnal Studi Ilmu-Ilmu Hukum Dan Pendidikan
- Doloksaribu, R. M., Sihotang, V. J., Tambunan, D. F., & Nainggolan, D. (2020). Persepsi Anak Remaja SMA Tentang Seks Bebas di sekolah Etislandia Medan Tahun 2019. *Journal of Health Science and Physiotherapy*, 2(1), 51–60.
- Fatmawaty, R. (2017). Memahami Psikologi Remaja. *Reforma: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 6(2).
- Fauziyah, N., & Azizah, E. N. (2020). Hubungan Pengetahuan Remaja Tentang Dampak Seks Bebas Bagi Kesehatan Reproduksi. *Jurnal Ilmiah Pamenang*, 2(2), 37–40.
- Hidayat, H., & Ernawati, D. (2014). Tingkat Pengetahuan Tentang Penyakit Menular Seksual Pada Siswa SMA Negeri 1 Semarang. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, *3*(1), 115061.
- Hisyam, C. J. (2018). *Perilaku Menyimpang : Tinjauan Sosiologis* (B. S. Fatmawati (ed.); 1st ed.). Bumi Aksara.
- Kiswanti, A., & Azinar, M. (2017). SMS Reminder untuk peningkatan perilaku pencegahan HIV/AIDS dan IMS. *JHE (Journal of Health Education)*, 2(1), 1–10.
- Pertiwi, L., Ruspita, R., & Anitasari, C. D. (2020). Pengaruh Pemberian Penyuluhan Kesehatan dengan Metode Ceramah dan Video Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Seks Bebas pada Siswa Kelas X di SMK Negeri 6 Pekanbaru. *Al-Insyirah Midwifery: Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Sciences)*, 9(2), 60–67.
- Rizkyta, D. P., & N, N. A. F. (2017). Hubungan Antara Persepsi Keterlibatan Ayah Dalam Pengasuhan Dan Kematangan Emosi Pada Remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, 6(2), 1–13.
- Sasmito, S. D. A., & Naqiyah, N. (2013). Penerapan Bimbingan Kelompok Topik Tugas untuk



DOI: <u>10.34305/jppk.v2i01.441</u>



- Meningkatkan Pemahaman Siswa Terhadap Dampak Seks Bebas di SMA Negeri 1 Nganjuk. *Jurnal BK UNESA*, 4(1), 188–199.
- Senja, A. O., Widiastuti, Y. P., & Istioningsih, I. (2020). Tingkat Pengetahuan Remaja tentang Kesehatan Reproduksi. *Jurnal Keperawatan*, *12*(1), 85–92. https://doi.org/https://doi.org/10.32583/keperawatan.v12i1.699
- Septiani, R. (2019). Hubungan Pengetahuan Tentang Kesehatan Reproduksi, Sikap Terhadap Masalah Kesehatan Reproduksi dan Akses Media Seksual Remaja Terhadap Perilaku Seksual Remaja. *Jurnal Menara Medika*, 2(1), 13–21. https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362
- Setiarto, R. H. B., Karo, M. B., & Tambaip, T. (2021). *Penanganan Virus HIV/AIDS*. deepublish.
- Setyawan, S. A., Gustaf, M. A. M., Pambudi, E. D., Fatkhurrozi, M., & Anwar, S. (2019). Student Free Sex in the Perspective of Criminology and Law. *Law Research Review Quarterly*, 5(2), 163–186. https://doi.org/10.15294/snh.v5i2.31265
- Sulaiman, U. (2020). Perilaku Menyimpang Remaja dalam Perspektif Sosiologi. Alauddin University Press.
- United Nations Children's Fund (UNICEF). (2020). Situasi Anak di Indonesia.
- Vongxay, V., Albers, F., Thongmixay, S., Thongsombath, M., Broerse, J. E. W., Sychareun, V., & Essink, D. R. (2019). Sexual and reproductive health literacy of school adolescents in Lao PDR. *PLOS ONE*, 14(1), e0209675. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0209675
- Wardhani, D. T. (2012). Perkembangan dan seksualitas remaja. Sosio Informa: Kajian Permasalahan Sosial Dan Usaha Kesejahteraan Sosial, 17(3).
- Yanti, E. (2017). Dampak Pergaulan Bebas terhadap Kalangan Anak Remaja di Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhanbatu Tahun 2017. *Civitas*, *I*(1). https://doi.org/10.36987/civitas.v1i1.1448



LITERATUR REVIEW: PENGETAHUAN MASYARAKAT TERHADAP RESISTEN PENGGUNAAN OBAT ANTIBIOTIK

Aditia Putra Tama, Indah Laily Hilmi

Universitas Singaperbangsa Karawang

1910631210055@student.unsika.ac.id

Abstrak

Antibiotik merupakan obat yang digunakan untuk mengobati atau mengatasi infeksi yang disebabkan oleh bakteri. Penggunaan antibiotik yang tidak rasional dapat meningkatkan angka kejadian resistensi terhadap bakteri. Tujuan review ini saya menganalisis terhadap pengetahuan penggunaan antibiotik terhadap masyarakat untuk mencegah peningkatan resistensi antibiotik. Sampel yang digunakan pada jurnal ini rata-rata menggunakan kuesioner dan turun langsung menanyakan pada masyarakat. Untuk pengambilan responden sendiri dengan cara menanyakan pertanyaan diantara pertanyaan itu tentang pengetahuan penggunaan obat antibiotic. Hasil penelitian yang sudah dilakukan pengetahuan masyarakat dari semua jurnal bisa di simpulkan dari semua jurnal bahwa pengetahuan masyarakat terhadap penggunaan antibiotik rata-rata fluktuatif (naik turun).

Kata kunci: Antibiotik, penggunaan antibiotik, resistensi

PENDAHULUAN

Antibiotik merupakan obat yang digunakan untuk mengobati atau mengatasi infeksi yang disebabkan oleh bakteri. Pemberian antibiotika pada penderita penyakit infeksi bertujuan untuk menghambat pertumbuhan atau membunuh mikroorganisme, terutama bakteri penyebab. Menurut hasil dari penelitian *World Health Organization (WHO)* dinyatakan bahwa asia Tenggara termasuk daerah yang memiliki kasus tertinggi resistensi antibiotik di dunia, Indonesia menempati urutan ke-8 dari 27 negara dengan beban tinggi kekebalan obat terhadap resistensi antibiotic. Apabila kejadian ini tidak ditindaklanjuti dapat diprediksi akan menjadi penyebab kasus terbesar di tahun 2025.



DOI: 10.34305/jppk.v2i01.580

Ciptaan disebarluaskan di bawah Lisensi Creative Commons Atribusi-NonKomersial-BerbagiSerupa 4.0

Literresional

Antibiotik ialah salah satu wujud pengobatan yang sangat baik dalam penyembuhan.

Namun efisiensi antibiotik dikompromikan oleh meningkatnya jumlah patogen yang resisten

antibiotik. Resistensi antibiotik terjalin kala patogen secara bergantian dalam menjawab

interaksi obat-obatan meningkatkan daya kerja guna mengalahkan obat yang dirancang untuk

mengeliminasi patogen tersebut sehingga bakteri tidak terbunuh serta terus berkembang.

Peradangan yang diakibatkan oleh bakteri yang kebal antibiotik sehingga susah ataupun

menjadi permasalahn untuk diatasi. Resistensi antibiotik terjalin secara natural, namun

penyalahgunaan antibiotik bisa memesatkan proses resistensi.

Resistensi antibiotik pada saat ini belum dikenal dengan secara luas dikalangan

masyarakat. Berdasarkan data yang diperoleh World Health Organization (WHO), terdapat

sejumlah 12 negara yang termasuk Indonesia, terhitung 53,62% orang berhenti meminum obat

antibiotik Ketika sudah sembuh. Hal ini mendorong WHO untuk mengadakan kampanye global

untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat pada penggunaan antibiotik (World Health

Organization, 2015).

Pada penelitian menunjukkan pengetahuan masyarakat tentang antibiotik masih

termasuk dalam kategori rendah. Sebagian besar memahami bahwa antibiotik merupakan obat

yang digunakan untuk mengobati infeksi, tetapi tidak memahami bahwa antibiotik merupakan

obat yang harus dibeli dengan resep dokter.

Dampak perilaku penggunaan antibiotik yang tidak rasional harus dikurangi secara tepat

agar efek tercapainya efek terapi dengan cara memperhatikan prinsip-prinsip dalam

penggunaan antibiotika yaitu penggunaan antibiotik tepat indikasi penyakit, cara pemberian

antibiotik sesuai interval pemberian, dosis, lama pemberian, keefektifan, mutu, keamanan serta

harga obat antibiotika yang diberikan kepada pasien.

Masyarakat sangat penting dalam memainkan peranan penting dalam penyebaran

resistensi bakteri terhadap antibiotik. Upaya untuk mengurangi pengurangan adanya

penyebaran resistensi antibiotic Langkah yang dituju adalah dengan mendidik masyarakat

tentang penggunaan antibiotik.

MASALAH

Pada jurnal ini banyaknya responden yang kurang mengetahui tentang penggunaan

antibiotik, dan kurangnya pengetahuan dalam bahaya penyalah gunaan antibiotik.

E-ISSN 2809-4646 | 10

METODE PELAKSANAAN

Untuk metode yang digunakan yaitu metode literature review dengan cara dikumpulkan dari berbagai jurnal menjadi satu baik dari internasional maupun nasional dilakukan dengan cara pengambilan literatur online dari tahun 2013-2022. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian ini adalah "Kepatuhan penggunaan Obat antibiotic". Jurnal jurnal tersebut kemudian di skrining berdasarkan judul dan abstrak, diikuti dengan pengkajian abstrak, diikuti dengan pengkajian abstrak dan terakhir pengkajian jurnal secara utuh. Review Jurnal ini ditulis dengan berdasarkan semua jurnal yang dikaji secara utuh.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Jurnal literatur review ini menggunakan 13 jurnal akan tetapi yang digunakan hanya 10 jurnal yang akan dibahas terkait pengetahuan resistensi penggunaan antibiotik. Penelitian yang dilakukan oleh (Hilmarni, 2020) Jumlah sampel digunakan sebanyak 70 KK atau 70 responden diantaranya Berdasarkan jenis kelamin, responden terbanyak adalah perempuan (71%) dengan pekerjaan ibu rumah tangga (44%). Berdasarkan usia, responden terbanyak pada usia 21 – 30 tahun (31%) dengan pendidikan tertinggi SMA (52%).

Hasil pada Jurnal yang diteliti menunjukan pada hubungan pendidikan dan gambaran pengetahuan masyarakat dalam menggunakan antibiotik pendidikan sd (11,4%), tidak baik (2,9%). Pada pendidikan smp kategori baik (11,4%). Pada pendidikan sma kategori baik dengan jumlah responden sebanyak 35 orang (50%), pada kategori kurang baik sebanyak 1 orang (1,4%). Pada kategori mahasiswa kategori baik dengan jumlah responden sebanyak 16 orang (22,9%). Tingkat pendidikan sangatlah berpengaruh dalam menyerap dan memahami pengetahuan yang diperoleh, pendidikan semakin tinggi pendidikan maka semakin baik juga pengetahuannya. Hubungan penghasilan dan tingkat pengetahuan masyarakat pada antibiotik dengan penghasilan > Rp.1.000.000 - Rp.2.000.000 dengan responden hasil baik 6 orang (8,6%), responden yang kurang baik sebanyak 7 orang (10%), dan tidak baik responden sebanyak 3 orang (4,3%). Pada penghasilan yang ke 2 > Rp.2.000.000 - Rp.3.000.000 dengan dikatakan kategori baik sebanyak 11 orang (15,7%), kurang baik sebanyak 2 orang (2,9%). Bisa dikatakan semakin banyak pendapatan maka semakin sejahtera kehidupan. Tingkat pengetahuan masyarakat terhadap resistensi antibiotik dikategorikan "Baik" persentase nilai 81,1%. Pada



DOI: 10.34305/jppk.v2i01.580

gambaran pengetahuan resistensi antibiotik dikategorikan "Baik" persentase nilai 94,6%. Maka dapat disatukan masyarakat tingkat pengetahuan pada antibiotik dikatakan "Baik" dengan persentase nilai 87,9%.

Penelitian yang dilakukan oleh (Tri et al., 2021) hasil pada jurnal ini dengan responden sebanyak 92 orang. Faktor yang ke 1 pendidikan, persentase baik dari yang berpendidikan SD sebanyak 1 orang (50%), dari 2 orang responden yang pengetahuan rendah. Responden berpendidikan tamat SMP dengan nilai rendah sebanyak 13 orang (65%), dari 20 orang responden pengetahuan rendah. Berpendidikan SMA dengan responden sebanyak 20 orang (50%), dari responden 40 orang berpengetahuan rendah. Dan responden berpendidikan sarjana sebanyak 10 orang (33,3%), dari responden 30 orang yang berpengetahuan rendah. Hal ini tidak berpengaruh dalam pendidikan dalam mengetahui pengetahuan antibiotik. Dalam faktor pekerjaan dan usia hasil dari penelitian tidak adanya pengaruh dalam faktor ini khususnya dalam pengetahuan tentang antibiotik, dikarenakan kurangnya informasi pada masyarakat dan kurangnya sosialisasi pengetahuan tentang antibiotik.

Penelitian yang dilakukan oleh (Lyles et al., 2018) pada jurnal ini hasil penelitian dengan 3 karakteristik usia, jenis kelamin, dan tingkat pendidikan. Pada karakteristik usia dengan responden 40 orang, range usia yang terdiri dari umur 15 tahun hingga > 71 tahun. Pada karakteristik usia ini dapat diketahui tingkat pengetahuan penggunaan antibiotik yang tergolong baik pada range usia 25-50 tahun. Karakteristik jenis kelamin dengan responden 40 orang, berdasarkan jenis kelamin dengan hasil jawaban benar banyaknya perempuan dibanding dengan laki-laki. Hal ini bisa disebabkan karena perempuan lebih banyak berinteraksi dengan sesama warga dan perempuan juga lebih teliti dalam menerima informasi. Dan karakteristik pada tingkat pendidikan dengan jumlah 40 orang, hasil dengan tingkat pendidikan bisa sebut nilai tertinggi pada pendidikan lulusan SMA/SMK dan Mahasiswa/sarjana. Hal ini dikarenakan semakin tinggi berpendidikan semakin tinggi juga wawasan dalam pengetahuan penggunaan antibiotik.

Penelitian yang dilakukan oleh (Puspitasari et al., 2022) hasil dari jurnal ini menunjukan bahwa dari responden sebanyak 28 responden, 8 responden yang terisi dapat dianalisis lebih lanjut karena sisa dari responden tidak terisi. Hasil yang didapatkan sebelum diberikan pengetahuan responden mendapatkan nilai persentase (65%), setelah pemberian edukasi pada responden mengalami peningkatan dengan nilai persentase (16,25%). Pada



DOI: 10.34305/jppk.v2i01.580

metode jurnal ini menggunakan cara belajar instan (CBIA) berjalan dengan efektif untuk meningkatkan pengetahuan antibiotik pada responden. Adanya peningkatan pengetahuan setelah dilakukan responden terhadap antibiotik sebagian besar responden pada berpendidikan SMK/SMA.

Penelitian yang dilakukan oleh (Apolina & Setiawan, 2021) hasil pada jurnal ini didapatkan mayoritas responden mendapatkan informasi Amoxicillin dari dokter dengan nilai persentase 88,5%, dan masih ada responden yang mengetahui amoxicillin dengan mendapatkan informasi dari kerabat/sahabat dengan nilai persentase 11.5%. dan dari tingkat pengetahuan responden tentang amoxicillin bahwa responden termasuk tingkat pengetahuan yang baik 17,9%, yang termasuk dalam kategori cukup dengan persentase 46,2%, dan persentase nilai dalam kategori kurang 35,9%. Tingkat penggunaan amoxicillin yang termasuk di kategori tingkat pengetahuan yang baik 15,4%, kategori cukup 43,6%, dan pada kategori kurang baik dengan persentase 41%. Data tersebut menunjukan bahwa responden masuk dalam kategori cukup. Hal tersebut masih ditemukan adanya terjadi kesalahan terhadap penggunaan amoxicillin, seperti dalam waktu pemberian.

Penelitian yang dilakukan oleh (Rahmi et al., 2020) dalam jurnal ini responden dengan jumlah 45 orang. Data antibiotik bertujuan untuk mengetahui jenis yang digunakan agar memudahkan tenaga kesehatan apabila terjadi resistensi antibiotik, mayoritas responden menggunakan ampisilin dengan persentase 62,7%, dan amoxicillin 22%, resiko apabila digunakan terus seperti amoxicillin memiliki tingkat resistensi sebesar 67,16% maka resiko resistensi akan semakin tinggi apabila digunakan dan penggunaan tidak rasional. Hasil dari kategori penggunaan obat antibiotik oleh responden yang didapatkan responden antibiotik rasional sebanyak 3 orang nilai persentase (6,7%), dan penggunaan tidak rasional 42 orang nilai persentase (93,3%). Hasil menunjukan banyaknya responden banyak penggunaan antibiotik tidak rasional. Penggunaan tidak rasional ini bisa meningkatkan kejadian resistensi bakteri. Hal ini disebabkan kurangnya informasi terhadap masyarakat yang kurang mengetahui penggunaan antibiotik. Penyampaian informasi yang seharusnya dibuat menarik agar masyarakat dapat lebih memahami.

Penelitian yang dilakukan oleh (Sianturi et al., 2020) hasil dari penelitian ini dengan kategori mahasiswa termasuk golongan baik tentang penggunaan antibiotik. Keseluruhan responden memiliki tingkat pengetahuan penggunaan antibiotik yang baik. Berdasarkan sikap



DOI: 10.34305/jppk.v2i01.580

Ciptaan disebarluaskan di bawah

<u>Lisensi Creative Commons Atribusi-</u>

<u>NonKomersial-BerbagiSerupa 4.0</u>

<u>Internasional.</u>

mahasiswa tentang pengetahuan penggunaan antibiotik termasuk golongan sikap yang baik. Pada mahasiswa didapati mayoritas memiliki Tindakan yang baik dalam penggunaan antibiotik tanpa resep. Pada penelitian ini menunjukan bahwa tingkat pengetahuan antibiotik berhubungan dengan sikap dan tindakan penggunaan antibiotik tanpa resep.

Penelitian yang dilakukan oleh (Nurmala & Gunawan, 2020) hasil dari jurnal ini dengan jumlah responden sebanyak 50 orang. terdapat hubungan adanya hubungan antara jenis kelamin dalam penggunaan antibiotik. Dari hasil penelitian ini adanya responden perempuan persentasenya lebih tinggi dalam menjawab penggunaan antibiotik yang baik. Dan ditemukan juga ada hubungannya dengan pekerjaan dan pengetahuan penggunaan antibiotik dengan hal ini kepatuhan dalam penggunaan antibiotik.

Penelitian yang dilakukan oleh (Pratiwi et al., 2020) penggunaan antibiotik dengan amoxicillin mayoritas responden memakai obat ini. Amoxicillin banyak digunakan oleh responden dikarenakan merupakan antibiotik yang populer digunakan dan mudah didapatkan. Jumlah responden pada penelitian ini yaitu 262 orang. pengetahuan responden pada antibiotik di desa banter didapatkan hasil rendah besar persentase nilai 87,4%, pengetahuan sedang besar persentase nilai 11,3%, dan pengetahuan tinggi besar 1,3%. Responden berada pengetahuan yang kurang, hal ini disebabkan karena kurangnya informasi mengenai antibiotik yang melalui media sosial atau media cetak yang masih kurang, perlunya informasi serta edukasi tentang penggunaan antibiotik, upaya untuk meningkatkan pengetahuan antibiotik pada masyarakat. Penggunaan antibiotik pada masyarakat yaitu tergolong baik 22%, cukup 66% dan kurang 12%. Hasil ini menunjukan bahwa mayoritas responden termasuk termasuk dalam kategori penggunaan cukup dengan persentase 44%.

Penelitian yang dilakukan oleh (Tri et al., 2021) penelitian ini dengan mengambil subjek dalam penelitian ini yaitu konsumen atau pembeli obat di apotek, dengan responden 94 orang, mayoritas responden dengan paling banyak perempuan sebesar 69% dibanding dengan laki-laki sebanyak 32%. Penggunaan antibiotik yang paling banyak digunakan adalah amoxicillin dengan nilai persentase 80%. Tingkat pengetahuan pada responden kurang baik dengan nilai persentase 62% sebanyak 58 responden. Permasalahan tersebut harus di atasi dengan adanya sosialisasi dan konseling yang nantinya dapat meningkatkan pengetahuan bagi responden untuk penggunaan antibiotik. Dari tingkat perilaku responden 61 responden dengan nilai persentase 61% termasuk ke kategori baik. Hasil yang didapatkan menunjukan bahwa



Ciptaan disebarluaskan di bawah

<u>Lisensi Creative Commons Atribusi-</u>

<u>NonKomersial-BerbagiSerupa 4.0</u>

<u>Internasional.</u>

responden atau konsumen termasuk kategori baik. Perilaku dalam penggunaan obat antibiotik yang baik dapat mengurangi resistensi antibiotik.

KESIMPULAN DAN SARAN

Antibiotik merupakan obat yang dapat mengobati atau mengatasi infeksi pada bakteri. Untuk pencegahan resistensi pada antibiotik, dengan kriteria penggunaan rasional dengan cara tepat diagnosis, tepat indikasi penyakit tepat pemilihan obat, tepat dosis, tepat cara pemberian obat, dan waspada terhadap efek samping obat. Pada 10 jurnal yang telah di review tentang pengetahuan penggunaan obat masih tergolong fluktuatif. Maka dari itu harus adanya sosialisasi dengan cara unik seperti pengiklanan di tv atau diadakan setiap puskesmas memiliki tempat konseling terhadap obat, agar masyarakat dapat mengetahui seberapa penting penggunaan obat antibiotik, agar tidak terjadi peningkatan resisten terhadap antibiotik.

Berdasarkan hasil review jurnal yang telah diperoleh, maka terdapat hal-hal yang dapat diajukan sebagai saran untuk review jurnal dan mengkaji lebih banyak lagi jurnal tentang pengetahuan terhadap resistensi penggunaan obat antibiotik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Saya mengucapkan terimakasih sebagai penulis atas bantuan dan dukungan serta bimbingan dari dosen Farmasi Unsika yang telah membantu dalam penulisan artikel ini. Sehingga artikel ini dapat terselesaikan

DAFTAR PUSTAKA

Apolina, N., & Setiawan, Y. (2021). Gambaran Tingkat Pengetahuan Dan Penggunaan Kota Sukabumi. *Jurnal Farmamedika*, 6(2), 48–52.

Hilmarni, H. (2020). Gambaran Pengetahuan Masyarakat Tentang Penggunaan Antibiotik Di Jorong Tanah Nyaring Kecamatan Ampek Angkek. *Scientia: Jurnal Farmasi Dan Kesehatan*, 10(2), 146. Https://Doi.Org/10.36434/Scientia.V10i2.332

Lyles, J. T., Kavanaugh, J. S., Nelson, K., Parlet, C. P., Crosby, H. A., Heilmann, K. P., Horswill, A. R., Widyastuti, R., Ratnawati, G., Saryanto, Balouiri, M., Sadiki, M., Ibnsouda, S. K., Viogenta, P., Triana, D., Rita, W. S., Suirta, I. W., Prisanti, P., Utami, P., ... Kemenkes, R. (2018). 615.1 Ind P. *Journal Of Pharmaceutical Analysis*, 5(2), 130–136.



DOI: 10.34305/jppk.v2i01.580



- Nurmala, S., & Gunawan, D. O. (2020). Pengetahuan Penggunaan Obat Antibiotik Pada Masyarakat Yang Tinggal Di Kelurahan Babakan Madang. *Fitofarmaka Jurnal Ilmiah Farmasi*, 10(1), 22–31. Https://Doi.Org/10.36490/Journal-Jps.Com.V2i2.25
- Pratiwi, A. I., Wiyono, W. I., & Jayanto, I. (2020). Pengetahuan Dan Penggunaan Antibiotik Secara Swamedikasi Pada Masyarakat Kota. *Jurnal Biomedik*, 12(3), 176–185.
- Puspitasari, C. E., Ananto, A. D., & Muliasari, H. (2022). *Indra: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Analisis Tingkat Pengetahuan Penggunaan Antibiotik Di Masyarakat Desa Lebah Sempage Kabupaten Lombok Barat.* 3(1), 1–4.
- Rahmi, S., Kurniawati, D., & Hidayah, N. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Masyarkat Terhadap Penggunaan Antibiotik Di Kelurahan Alalak Utara. *Journal Of Pharmaceutical*, *1*(1), 70–84.
- Sianturi, M. O., Ompusunggu, H. E. S., & D. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Antibiotik Dengan Sikap Dan Tindakan Penggunaan Antibiotik Tanpa Resep Pada Mahasiswa/I Universitas Hkbp Nommensen Medan. *Health And Medical Journal*, 3(1), 38–42. https://Doi.Org/10.33854/Heme.V3i1.580
- Tri, C., P, A. R. H., & Agustina, E. D. (2021). Tingkat Pengetahuan Masyarakat Terhadap Perilaku Penggunaan Antibiotik Pada Konsumen Apotek Kemojing Di Kecamatan Binangun Kabupaten Cilacap. *University Research Colloqium 2021*, 709–713.
- World Health Organization. (2015). *Antibiotic Resistance: Multi-Country Public Awareness Survey*. World Health Organization.



Ciptaan disebarluaskan di bawah

<u>Lisensi Creative Commons Atribusi-</u>

<u>NonKomersial-BerbagiSerupa 4.0</u>

<u>Internasional.</u>

LITERATURE REVIEW: PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN TERHADAP EFEKTIVITAS TABLET TAMBAH DARAH (FE) PADA IBU HAMIL SEHINGGA MENCEGAH TERJADINYA ANEMIA

Erlangga Muhamad Prayuda, Salman

Universitas Singaperbangsa Karawang

1910631210068@student.unsika.ac.id

Abstrak

Anemia merupakan keadaan dimana kondisi tersebut pada kadar hemoglobin yang kurang dari 12 g/dl untuk wanita yang tidak hamil, dan kurang dari 10g/dl selama proses kehamilan atau masa nifas. Pada review ini saya menganalisis terhadap pengetahuan tablet tambah darah (Fe) dalam meningkatkan hemoglobin untuk ibu hamil dalam mencegah anemia. Untuk tujuan review jurnal ini merupakan serangkaian dalam menganalisis kepatuhan dan pengetahuan tentang tablet tambah darah. Sampel yang digunakan rata-rata pada jurnal ini menggunakan kuesioner dan ada juga yang terjun langsung ke ibu hamil. Untuk pengambilan responden dengan cara menanyakan pertanyaan diantara pertanyaan itu tentang kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah. Untuk hasil penelitian yang sudah dilakukan terhadap ibu hamil tentang pengetahuan dan kepatuhan tablet tambah darah bisa disimpulkan dari semua jurnal bahwa pengetahuan ibu hamil rata-rata fluktuatif (naik turun).

Kata kunci: Tablet Tambah Darah, Anemia, Ibu Hamil

PENDAHULUAN

Anemia merupakan keadaan tubuh memiliki sel darah merah (eritrosit) dengan jumlahnya sedikit, di dalam sel darah sendiri mengandung banyak hemoglobin yang mempunyai tugas untuk mengangkut oksigen (O2) ke semua jaringan yang ada di dalam tubuh. Sedangkan untuk prevalensi anemia menurut (WHO) ibu yang sedang hamil akan mengalami defisiensi besi berkisar 35-37%, untuk kawasan Asean Indonesia merupakan negara yang paling banyak mengalami anemia pada ibu hamil sampai mengakibatkan kematian. Hal ini merupakan bahwa negara Indonesia dalam kawasan Asean masih menduduki peringkat no 1 dibandingkan negara Asean lainnya. Sedangkan untuk prevalensi pada anemia yang telah



Ciptaan disebarluaskan di bawah Lisensi Creative Commons Atribusi-NonKomersial-BerbagiSerupa 4.0 Internasional.



dilakukan survei menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 sebesar 48,9%, angka ini menunjukan adanya peningkatan dibandingkan pada tahun 2013 yaitu sebesar 37,1. Anemia pada ibu hamil merupakan masalah yang cukup mengganggu kesehatan yang terjadi hampir di seluruh penjuru dunia, karena anemia ini hampir mempengaruhi setengah wanita dari seluruh dunia. Anemia yang terjadi pada ibu hamil sangat berdampak besar terhadap janin yang dikandung oleh si ibu. Dikarenakan janin bisa mengalami gangguan pertumbuhan intrauterin yang bisa mempengaruhi terhadap berat badan bayi menjadi rendah, lahir kemudian mati, dan juga janin yang pada ibu hamil akan mudah terkena infeksi. Anemia pada ibu hamil sangat mengkhawatirkan dan harus adanya pencegahan supaya janin yang dikandung bisa lahir dengan berat badan yang normal. Salah satu penyebab anemia karena pada zat besi mempunyai kadar yang Hemoglobinnya kurang dari 11 Mg/L. Maka dari itu untuk memenuhi zat besi pada ibu yang sedang hamil yaitu 1.19gr zat besi untuk memberikan pertahanan terhadap waktu kehamilan sampai dengan waktu persalinan. Jika zat besi mengalami kekurangan maka yang akan terjadi yaitu kekurangan kadar hemoglobin, dimana saat itu zat besi merupakan satusatunya yang membentuk hemoglobin. Hemoglobin mempunyai fungsi untuk meningkatkan kadar oksigen. Untuk gejala anemia diantaranya lemas, lesu, letih, lelah dan pucat. Jika tidak dilakukan tindakan akan terjadi anemia pada ibu hamil dan tidak adanya preventif yang baik makan akan berdampak pada penurunan pada sumber daya manusia, dikarenakan resiko kematian yang terjadi pada calon anak yang akan lahir. Maka dari itu khususnya pemerintah harus lebih gencar dalam melakukan sosialisasi tentang pentingnya tablet tambah darah untuk ibu hamil sedangkan untuk masyarakat harus lebih mencari informasi lebih saat keluarganya menginjak kehamilan.

MASALAH

Masalah yang sering terjadi pada ibu hamil yaitu kurangnya kepatuhan terhadap konsumsi Tablet Tambah Darah sehingga bisa menyebabkan anemia. Sehingga penyakit anemia pada ibu hamil mempunyai tingkat yang cukup tinggi.

METODE PELAKSANAAN

Untuk metode yang digunakan yaitu metode menggunakan literature review dengan cara dikumpulkan dari berbagai jurnal menjadi kesatuan baik nasional atau internasional



DOI: 10.34305/jppk.v2i01.579

berdasarkan kata kunci "tablet tambah darah, anemia, ibu hamil" dilakukan dengan cara pengambilan literatur online dari tahun 2012-2020.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini menggunakan 15 jurnal akan tetapi yang difokuskan hanya 10 jurnal yang dilakukan review terkait pengetahuan dan kepatuhan terhadap Tablet tambah darah pada ibu hamil. Sedangkan yang difokuskan pada 10 jurnal dengan subjeknya yaitu ibu hamil. Penelitian yang dilakukan oleh (Dwi Zulqaidah & Iin Rumintang, 2020) dengan jumlah subjek menunjukan pada responden dengan umur rentang diantaranya 20-35 tahun dengan jumlah 25 orang dengan persentase (83,3%), untuk pendidikan SMA 56,7% dan yang tidak bekerja 96,7% dan multipara 70% sehingga jarak kehamilan yaitu > 5 tahun sebesar 61,9%.

Dari hasil penelitian yang dilakukan (Dwi Zulqaidah & Iin Rumintang, 2020) untuk rata-rata ibu hamil yang mendapatkan tablet tambah darah pada awal pemeriksaan 10,8 gr/dl sehingga meningkat menjadi 11,1 gr/dl dengan perbandingan rata-rata kadar hemoglobin sebesar 0,36 gr/dl. Sedangkan untuk ibu hamil yang telah diberikan tablet tambah darah dan suplemen vitamin c di awal pemeriksaan yaitu 10,7 gr/dl mengalami peningkatan menjadi 11,9 gr/dl sehingga bisa disimpulkan rata-rata untuk hemoglobin ibu meningkat sebesar 1,2 gr/dl.

Penelitian yang dilaksanakan oleh (Amanah, 2019), menunjukan bahwa sampel yang tidak meminum (tablet tambah darah) sebanyak 14. Alasan tidak meminum suplemen yang telah diberikan dikarenakan responden merasa sehat dan tidak meminumnya, karena keluhan yang dialaminya ringan sehingga responden merasa tidak memerlukan suplemen (tablet tambah darah) merupakan alasan kuat responden tidak meminum tablet tambah darah yaitu takut terhadap efek samping yang diberikan oleh suplemen tersebut. Jika kita melihat pada hasil sebagian responden yang hamil berusia dalam rentan 20-35 tahun dengan responden sekitar (80). Untuk ibu hamil yang usianya 20-35 tahun adalah usia yang baik dan ideal untuk melakukan program hamil dikarenakan sudah siap dalam hal fisik, hal mental dan sosial ekonomi. Penelitian yang serupa juga pernah dilakukan oleh (IBM, 2013) dikarenakan pengujian dan hasilnya memiliki persamaan. untuk hasil penelitian yang dilakukan oleh (IBM, 2013) bahwa tablet (Fe) yang digunakan ibu hamil untuk alasan yang paling banyak tidak mengkonsumsi yaitu karena tidak suka dengan jumlah persentase yang banyak yaitu 14,986 (21,2%) dan untuk yang mendekati terhadap persentase alasan yang tidak suka yaitu alasan



DOI: 10.34305/jppk.v2i01.579

Ciptaan disebarluaskan di bawah

<u>Lisensi Creative Commons Atribusi-</u>

<u>NonKomersial-BerbagiSerupa 4.0</u>

<u>Internasional.</u>

bosan dengan jumlah 14,208 (20,1%) diikuti dengan alasan lupa dengan jumlah 14,137 (20,0%). Alasan yang paling sedikit yaitu belum waktunya habis sebanyak 2,575 (3,9%). Bisa disimpulkan bahwa alasan yang paling banyak yaitu karena tidak suka, apalagi tablet tambah darah yang mempunyai rasa pahit dan tidak enak. Akan tetapi dibalik rasa yang pahit itu mempunyai fungsi untuk mencegah pendarahan saat melahirkan.

Penelitian yang dilakukan oleh (Anak, 2019) tentang pengetahuan ibu hamil terhadap tablet tambah darah menunjukan 16 orang (53,3) termasuk golongan yang baik dan 9 orang lainnya (30%) termasuk golongan cukup dan 5 orang lainnya (16,7%) merupakan kategori kurang. Pengetahuan terhadap tablet tambah darah oleh ibu hamil di desa cintanagara kecamatan jatinagara menunjukan 4 orang (25%) mempunyai pengetahuan termasuk juga tentang anemia sedangkan 12 orang lainnya (75%) kurang mengetahui kategori apa itu anemia, dan untuk sisanya yaitu 3 orang (33,3%) mempunyai pengetahuan yang lumayan cukup tau mengenai apa itu anemia dan 6 orang (66,7%) pada ibu yang sedang hamil mempunyai terhadap pengetahuan yang cukup baik termasuk golongan tidak anemia, dan 4 orang lainnya (80%) kurang mempunyai pengetahuan termasuk apa itu anemia dan 1 orang lainnya yaitu ibu hamil (20%) mempunyai wawasan yang kurang termasuk golongan tidak anemia. Penelitian ini juga selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh (Mundriyastutik et al., 2020) dikarenakan penelitian yang dilakukan adalah penelitian tentang pengetahuan ibu hamil terhadap tablet tambah darah dengan kombinasi asam folat. Untuk hasil penelitian yang didapatkan oleh (Mundriyastutik et al., 2020) menunjukan bahwa pemakaian vitamin yang dikonsumsi oleh ibu hamil digunakan dengan cara kombinasi asam folat, vitamin B12 dan tablet tambah darah dan hasil dari responden sebanyak 69 (53,08%) diantara semua responden tidak ada satupun ibu hamil yang meminum vitamin B12 saja. Tetapi ada beberapa ibu yang sedang hamil yang hanya mengkonsumsi vitamin tambah darah saja sebanyak 28 responden (21,54%) dan penggunaan asam folat saja yaitu 33 responden (21,54%). jika melihat hasil dari penelitian ini untuk ibu hamil rata-rata sudah mengkonsumsi sejak awal kehamilan, apalagi jika melihat responden yang cukup banyak yaitu 94 responden (72,31%). Ada juga ibu hamil yang baru mengkonsumsi vitamin di trimester 2 (pada usia kehamilan 4,5 dan 6 bulan), untuk ibu hamil yang baru mengkonsumsi vitamin di trimester 2 sebanyak 8 responden (6,15%). Dan untuk ibu hamil yang baru mengkonsumsi pada trimester 3 sebanyak 4 responden (3,08%). Mungkin faktor pengetahuan dan edukasi yang cukup sehingga para ibu hamil dapat mengetahui penting



DOI: 10.34305/jppk.v2i01.579

vitamin untuk ibu hamil. Apalagi jika vitamin dilakukan dengan menggunakan kombinasi yang pas akan memberikan terapi yang optimal. Apalagi tablet tambah darah sangatlah penting untuk ibu hamil dalam proses pembentukan dan bisa menjaga sel darah merah supaya menjadi oksigen yang disirkulasikan untuk kebutuhan pada ibu yang sedang hamil.

Penelitian yang dilakukan oleh (Ayuningtiyas & Asmara, 2019) menunjukan bahwa kejadian anemia selama hamil pada subjek penelitian. Untuk subjek penelitian terdapat 25 orang dengan persentase 34,7%. untuk subjek penelitian kali ini diambil dan dilakukan pengambilan pada 6 wilayah puskesmas yang terletak di kota semarang. Untuk jumlah anemia ibu hamil paling banyak pada kehamilan trimester 3 dengan total anemia pada ibu hamil 11 (15,2%) dan kehamilan pada trimester 1 dan 2 dengan total yang sama yaitu 7 (9,7%) mengalami hasil yang sama. Seharusnya untuk kehamilan trimester 3 harus lebih rutin dalam mengkonsumsi tablet tambah darah.

Penelitian yang dilakukan oleh (Ariesta & Naufalia, 2017) merupakan penelitian tentang kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah berdasarkan pekerjaan dan pengetahuan. Dari hasil yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukan pada ibu yang sedang hamil yang tidak mempunyai pekerjaan untuk proposinya lebih kecil (35,0%) terkena resiko dicocokan dengan ibu yang sedang hamil yang sedang mempunyai kerjaan dengan kisaran (68,9%).

Maka bisa disimpulkan dari hasil penelitian (Ariesta & Naufalia, 2017) menunjukan bahwa yang bekerja tidak patuh untuk mengkonsumsi tablet tambah darah dengan ini bisa dikatakan bahawa ibu yang tidak mempunyai pekerjaan dapat terkena resiko yang lebih besar yaitu 4 kalinya untuk tidak patuh dalam mengkonsumsi tablet penambah darah di bandingkan dengan ibu yang sedang melakukan pekerjaan. Menurut penelitian lain terdapat hubungan dengan pekerjaan dan kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet tambah darah, untuk pekerjaan juga mempunyai peran yang baik dalam meningkatkan kepatuhan pada ibu dalam mengkonsumsi tablet tambah darah. Penelitian yang dilakukan selaras dengan penelitian (Hidayah & Anasari, 2012) yang membahas tentang kepatuhan terhadap mengkonsumsi tablet tambah darah. Dengan hasil yang diperoleh menunjukan kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet tambah darah bisa diketahui pada penggunaan tablet tambah darah untuk ibu hamil yang disiplin lebih banyak (50,9) membandingkan dengan yang tidak disiplin mengkonsumsi tablet tambah darah darah (49,1%). Karena cukup banyaknya kepatuhan dalam memakai tablet tambah darah bisa dipengaruhi oleh wawasan ibu terhadap manfaat



DOI: 10.34305/jppk.v2i01.579

Ciptaan disebarluaskan di bawah

<u>Lisensi Creative Commons Atribusi-</u>

<u>NonKomersial-BerbagiSerupa 4.0</u>

<u>Internasional.</u>

mengkonsumsi tablet tambah darah saat waktu hamil. Sehingga pengetahuan yang baik sangat berperan aktif dalam pengaruh ibu hamil dalam menumbuhkan kesadaran mengkonsumsi tablet dengan teratur selama kehamilan.

Penelitian yang dilaksanakan oleh (Noviyana & Kurniati, 2018) merupakan pengetahuan dan ketidak disiplinan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet tambah darah. Untuk hasil dari penelitian yang dilakukan bisa dilihat untuk responden pada wilayah puskesmas purwokerto barat, bahwa yang patuh terhadap konsumsi tablet tambah darah sebanyak (60%), sementara itu sisanya yaitu (40%) tidak disiplin terhadap konsumsi tablet tambah darah. Dengan adanya persentase bisa dilihat kedisiplinan ibu hamil mengenai konsumsi tablet tambah darah tidak terlalu jauh antara yang patuh dan tidak patuh. Berarti ibu hamil yang tidak patuh terhadap konsumsi tablet tambah darah lumayan banyak. Sedangkan responden tentang tingkat pengetahuan terhadap tablet tambah darah ternyata masih kurang dengan persentase sebanyak (53,3%). Dengan pengetahuan yang kurang dan tidak patuh terhadap mengkonsumsi tablet tambah darah, namun (76,8%) lainnya mempunyai wawasan dalam fungsi dari mengkonsumsi tablet tambah darah saat waktu hamil. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh (Setiawati & Rumintang, 2019) merupakan penelitian tentang kebalikan yang diteliti sebelumnya pendidikan kesehatan yang mempunyai hubungan kedisiplinan dalam mengkonsumsi tablet tambah darah. Berdasarkan hasil penelitian yang mempunyai tingkat kedisiplinan dalam mengkonsumsi TTD sebelum dilakukan bimbingan kesehatan dengan kedisiplinan yang lumayan rendah 25 orang (83,3%), kemudian setelah diberikan pendidikan tentang kesehatan hasil yang didapatkan mengalami peningkatan dalam segi kedisiplinan yaitu sebanyak 16 orang (53,4%) dan sisanya yaitu kedisiplinan yang masih rendah sejumlah 4 orang (13,3%). Bisa dibandingkan tabel sebelum pendidikan dan sesudah diberi bimbingan kesehatan. Dengan banyak yaitu 11 orang beserta kedisiplinan yang rendah setelah diberikan pendidikan melambung menjadi kedisiplinan yang tinggi, sedangkan sebelumnya 10 orang dengan kedisiplinan rendah mengalami peningkatan menjadi kedisiplinan yang menengah, untuk kedisiplinan menengah yang awalnya 5 orang mengalami peningkatan menjadi kedisiplinan tinggi, dan yang tidak mengalami perubahan yaitu kepatuhan yang rendah sebanyak 4 orang. Sedangkan informan dengan tingkat kepatuhan yang awalnya rendah dengan jumlah 25 orang (83,3%). Hal ini bisa disebabkan karena ibu hamil mengalami rasa mual, muntah karena rasa dan bau yang disebabkan oleh TTD. Dan juga faktor lainnya TTD dikonsumsi setiap hari dan meningkatkan



efek bosan, akibatnya ibu hamil bisa tidak ingat dan merasa malas untuk mengkonsumsi TTD. Tetapi jika ada dukungan dari external seperti keluarga bisa meningkatkan motivasi terhadap ibu hamil. Karena faktor keluarga sangat berpengaruh juga dalam hal kepatuhan mengkonsumsi TTD.

KESIMPULAN DAN SARAN

Anemia merupakan penyakit dimana kondisi tersebut kadar hemoglobin mengalami kekurangan dari 12 g/dl untuk ibu yang tidak hamil, dan kurang dari 10g/dl selagi proses nifas atau kehamilan. Untuk pencegahan anemia bisa dilakukan dengan mengkonsumsi tablet tambah darah selama proses kehamilan. Akan tetapi menurut 10 jurnal yang di atas bahwa tingkat pengetahuan terhadap tablet tambah darah masih tergolong. fluktuatif, maka dari itu seharusnya digencarkan tentang manfaat tablet tambah darah oleh pihak puskesmas. Ataupun ide yang bisa di adopsi dari salah satu Jurnal yaitu dengan cara membuat kelas ibu yang sedang hamil. Kelas ibu hamil sendiri merupakan gagasan yang bagus dalam meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan ibu hamil. Kelas ibu hamil merupakan kelas yang didirikan untuk meningkatkan kepatuhan terhadap mengkonsumsi tablet tambah darah. Jika melihat hasil dari salah satu jurnal tentang kelas ibu hamil bisa dikatakan sangat berdampak besar terhadap kepatuhan. Sehingga jika pengetahuan yang baik terhadap tablet tambah darah akan mempengaruhi kedisiplinan dalam mengkonsumsi tablet tambah darah. Dikarenakan ibu yang mempunyai pengetahuan yg baik akan lebih peduli terhadap anak yang sedang dikandungnya. Faktor pemilihan makanan juga berpengaruh dalam pengetahuan si ibu hamil, karena ibu hamil yang paham tentang makanan yang dibutuhkan yaitu zat besi. Maka dari itu pemerintah khususnya puskesmas harus lebih bisa melakukan pencegahan anemia dengan cara yang kreatif, sehingga ibu hamil tertarik untuk mengkonsumsi tablet tambah darah. Akan tetapi ibu hamil yang sudah mengkonsumsi tablet tambah darah bisa berubah menjadi tidak patuh, karena di beberapa jurnal rata-rata ketidakpatuhan dalam mengkonsumsi tablet tambah darah yaitu rasa pahit pada tabletnya dan rasa bosan karena hampir tiap hari mengkonsumsi tablet tambah darah. Hal ini merupakan tantangan terhadap pihak tenaga kesehatan dalam menghilangkan rasa bosan dan menghilangkan rasa pahit untuk ibu hamil.



Berdasarkan dari 10 jurnal yang diperoleh, maka terdapat beberapa hal yang bisa diajukan sebagai saran dan kajian untuk lebih banyak lagi tentang review jurnal tentang kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah untuk mencegah terjadinya anemia.

UCAPAN TERIMAKASIH

Saya mengucapkan terimakasih sebagai penulis atas bantuan dan dukungan serta bimbingan dari dosen farmasi Unsika yang telah membantu dalam penulisan artikel ini. Sehingga artikel ini dapat terselesaikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Amanah, I. R. (2019). Studi Farmakoepidemiologi Vitamin Penambah Darah Pada Ibu Hamil Kecamatan Jatinangor. Jurnal Kesehatan Vokasional, 4(3), 153. Di Https://Doi.Org/10.22146/Jkesvo.44420
- Anak, I. B. U. (2019). Asuhan Ibu Anak. 6.
- Ariesta, R., & Naufalia, A. M. (2017). Hubungan Karakteristik Ibu Hamil Dengan Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah. Jurnal Obstretika Scientia, 4(1), 381–400.
- Ayuningtiyas, R., & Asmara, E. C. (2019). Hubungan Penambahan Berat Badan Ibu Selama Hamil Dengan Berat Badan Lahir Bayi. Collaborative Medical Journal, 2(2), 92–97.
- Dwi Zulqaidah, A., & Iin Rumintang, B. (2020). Efektivitas Pemberian Tablet Tambah Darah Dan Vitamin C Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Upt Blud Ilmu 162-170.Puskesmas Meninting. Media Kesehatan, 8(2),Https://Doi.Org/10.30989/Mik.V8i2.312
- Hidayah, W., & Anasari, T. (2012). Relationship Compliance With Pregnant Women Consuming Fe Tablets With The Event Of Anemia In Pageraji Village, Cilongok District, Banyumas Regency. Jurnal Ilmiah Kebidanan, 3(2), 41–53.
- Ibm. (2013). Statistical Product And Service Solutions. Cmc, Version 22.
- Mundriyastutik, O. Y., Fanani, Z., Nisak, A. Z., Al, M., & Nasrullah, A. (2020). Studi Farmakoepidemiologi Vitamin Penambah Darah Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Banyudono I. 4, 7–12.
- Noviyana, A., & Kurniati, C. H. (2018). Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Ibu Hamil Terhadap Ketidakpatuhan Dalam Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah Di Puskesmas Purwokerto Barat Banyumas. Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan, 3, 53-57. Https://Doi.Org/10.37402/Jurbidhip.Vol3.Iss1.28



DOI: <u>10.34305/jppk.v2i01.579</u>

Ciptaan disebarluaskan di bawah

<u>Lisensi Creative Commons Atribusi-</u>

<u>NonKomersial-BerbagiSerupa 4.0</u>

<u>Internasional.</u>

<u>EY NC SA</u>

Setiawati, A., & Rumintang, B. I. (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Tablet Tambah Darah (Ttd) Pada Kelas Ibu Hamil Terhadap Kepatuhan Ibu Dalam Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah Di Upt Blud Puskesmas Meninting Tahun 2018. Jurnal Midwifery Update (Mu), 1(1), 28. Https://Doi.Org/10.32807/Jmu.V1i1.36



Ciptaan disebarluaskan di bawah

<u>Lisensi Creative Commons Atribusi-</u>

<u>NonKomersial-BerbagiSerupa 4.0</u>

<u>Internasional.</u>

PENYULUHAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA SANTRIWAN SANTRIWATI SEKOLAH DASAR DI PONDOK PESANTREN TAHFIDZ

Yusron Adi Utomo, Awis Hamid Dani, Sutaip, Maulida Fitri Annisa, Amin Susilo, Dewi Laelatul Badriah, Dwi Nastiti Iswarawanti

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan

yuronadiutomo@gmail.com

Abstrak

Lingkungan kehidupan pesantren merupakan lingkungan yang cukup nyaman untuk masyarakat tempati karena lingkungannya religious. Masalah yang masih muncul di Pesantren adalah masih ada pesantren yang tumbuh dalam lingkungan kumuh seperti pada kamar yang tidak memenuhi syarat sesuai standar yang ditetapkan dan belum pahamnya mengenai pentingnya Kesehatan. Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk mengetahui pengaruh penyuluhan Kesehatan terhadap pengetahuan Prilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada santri di Pondok Pesantren Tahfidz Al Qolam Yatim dan Dhuafa Cirebon. Metode pengabdian masyarakat dengan penyuluhan dan dilakukan pretest dan posttest. Metode pengambilan sampel dengan *total sampling* sebanyak 42 santriwa/santriwati, untuk memperoleh hasil kuesioner menggunakan analisa uji T. Hasil uji statistik diperoleh nilai T sebesar 12.670 dan p = 0,003. Kesimpulan pada pengabdian masyarakat ini yaitu terdapat pengaruh penyuluhan Prilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) terhadap pengetahuan santri di pondok pesantren Tahfidz Al Qolam Yatim dan Dhuafa.

Kata Kunci: Penyuluhan, PHBS, Pesantren.

PENDAHULUAN

Melihat dari Undang-Undang nomor 36 Tahun 2009 pasal 79 tentang Kesehatan mengatakan bahwa "Kesehatan Sekolah" untuk menaikan kemampuan hidup sehat siswa/siswi dalam lingkungan hidup sehat sehingga bisa belajar, tumbuh, dan berkembang secara harmonis sehingga menjadi sumber daya manusia yang berkualitas (Supriyatno, 2021). Perilaku hidup bersih dan Sehat (PHBS) artinya suatu keadaan seseorang dalam rumah tangga (famili)



DOI: 10.34305/jppk.v2i01.536

Ciptaan disebarluaskan di bawah

<u>Lisensi Creative Commons Atribusi-</u>

<u>NonKomersial-BerbagiSerupa 4.0</u>

<u>Internasional.</u>

<u>BY NO SR</u>

masyarakat Indonesia sudah melaksanakan perilaku hidup bersih dan Sehat (PHBS) pada kegiatan yang dapat mencegah timbulnya penyakit, menanggulangi penyakit dan persoalan kesehatan lain, menaikkan derajat kesehatan manusia, memaksimalkan pemanfaatan pelayanan kesehatan, membuatkan, serta mengadakan upaya kesehatan dari sumber masyarakat itu sendiri. PHBS di sekolah adalah cara untuk meningkatkan semangat siswa, guru, dan masyarakat dilingkungan sekolah supaya lebih memahami, mau, dan mampu menerapkan PHBS serta berperan aktif pada menciptakan sekolah sehat (Nurhajati, 2012).

PHBS pula ialah sekumpulan sikap yang diterapkan oleh siswa/siswi, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah atas dasar pencerahan sebagai akibat pembelajaran, sehingga secara mandiri bisa mencegah penyakit, mempertinggi kesehatannya, dan berperan aktif pada menciptakan lingkungan yang sehat (Taryatman, 2016). Anak usia SD (Sekolah Dasar) adalah masa tumbuh kembang yg baik, di masa ini, anak—anak harus menerima pengawasan terhadap kesehatannya sebab pada usia sekolah, anak—anak memiliki pola aktifitas yang seringkali bekerjasama eksklusif dengan lingkungan yang kotor sebagai akibatnya mengakibatkan anak—anak mudah terserang penyakit. Kurangnya pengetahuan serta pencerahan orang tua dalam memperhatikan personal hygiene anak mengakibatkan anak jua tidak memperhatikan kebersihan dirinya sendiri, termasuk perawatan kuku pada anak-anak (Kusuma, 2019).

PHBS yang paling utama adalah kebersihan perindividu sering kali kurang menjadi perhatian dari santri. ada pesantren yg memang berada pada lingkungan yg kumuh seperti di kamar yang tak memenuhi syarat untuk memenuhi standar yg kebersihan layak huni, kamar mandi serta WC yg kotor, lingkungan kamar yang lembab serta tak adanya ventilasi buat pertukaran udara, sanitasi yg tidak bagus, perilaku yang tidak baik, contohnya menggantung pakaian didalam kamar secara berdekatan dan tidak dicuci atau disetrika untuk membunuh kuman yang ada pada pakaian, menggunakan handuk yang tidak dijemur setelah dipakai dan menggunakan sabun batang secara berbarengan dengan santriwan/santriwati yang lainnya (Ridwan, Sahrudin and Ibrahim, 2017).

Pondok Pesantren Tahfidz Al Qolam Yatim dan Dhuafa Cirebon adalah sekolah yang didirikan pertama kali pada tahun 2018. Melihat dari struktur bangunan masih baru akan tetapi kehidupan santriwan/santriwati terlihat belum mumpuni terhadap PHBS dan belum memenuhi syarat untuk dikatakan sehat dan bersih. Kebiasaan para santri juga masih belum sesuai dengan PHBS seperti mencuci baju seminggu sekali, Wc jarand dibersihkan atau disikat, masih



Ciptaan disebarluaskan di bawah Lisensi Creative Commons Atribusi-NonKomersial-BerbagiSerupa 4.0 Internasional.



menggunakan handuk secara bergantian, dll. Jumlah santri sebanyak 42 orang dengan keseluruhan berjenis kelamin perempuan sebanyak 14 dan laki laki sebanyak 28 belum sama sekali mendapatkan edukasi dari pihak pihak terkait. Berdasarkan hal-hal tersebut, penulis ingin mengetahui adakah pengaruh penyuluhan kesehatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) terhadap tingkat pengetahuan santri di Pondok Pesantren Tahfidz Al Qolam Yatim dan Dhuafa Cirebon.

MASALAH

Santri yang ada di Pondok Pesantren Tahfidz Al Qolam Yatim dan Dhuafa Cirebon belum mendapatkan edukasi mengenai PHBS sehingga setelah dilakukan survey kepada 5 anak, terdapat 4 anak yang tidak mengetahui bagaimana cara hidup menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari.

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan dilaksanakan melalui metode pendidikan kesehatan dengan cara memberikan penyuluhan kepada seluruh santri di Pondok Pesantren Tahfidz Al Qolam Yatim dan Dhuafa Cirebon tahun 2021. Populasi dan sampel penelitian yaitu seluruh santri di Pondok Pesantren Tahfidz Al Qolam Yatim dan Dhuafa Cirebon yang berjumlah 42 orang. Sebelum melakukan penyuluhan dilakukan terlebih dahulu pretest untuk peserta. Selanjutnya melakukan penyuluhan sanitasi lingkungan pesantren dan perilaku kebersihan sehari-hari. Setelah itu dilakukan posttest pada responden. Cara mengetahui hasil sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan kesehatan analisis data yang digunakan adalah Uji Beda *Mean* Dependent (Faired Test). Pertama kali adalah menganalisis data menggunakan univariat untuk menghasilkan distribusi frekuensi dan presentase dan analisis bivariat menggunakan uji paired t-test dengan uji prasyarat yang harus dipenuhi yaitu normalitas dengan menggunakan uji wilcoxon diperoleh signifikasi 0,000 (p<0,05).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelaksanaan pengabdian dilaksanakan secara luring dengan menerapkan protokol kesehatan yang ketat. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 17 Desember 2021. Pembukaan dihadiri langsung oleh pimpinan Pondok Pesantren Tahfidz Al Qolam Yatim dan





Dhuafa Cirebon dan seluruh jajaran pengurus pesantren. Tampak di foto sebagai berikut:



Gambar 1. Pembukaan Kegiatan Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat

Sebelum kegiatan dilaksanakan terlebih dahulu di ukur pengetahuan dengan kuesioner yang terdiri dari 10 pernyataan pengetahuan. Pengukur pengetahuan santri dilakukan dengan memberikan kusioner yang dibagikan kepada santri dengan pendampingan dalam mengisi kuesioner. Distribusi frekuensi responden berdasarkan kategori hasil pre-test, dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Hasil Pretest dan Posttest

Pengetahuan	Pretest		Posttest	
	N	(%)	N	(%)
Kurang	31	73.8	5	11.9
cukup	10	23.8	6	14.3
Baik	1	2.4	31	73.8
Total	42	100	42	100

Berdasarkan tabel 1. Dari 40 responden yang mengikuti pre-test, sebagian besar responden mempunyai pengetahuan kurang sebanyak 31 orang (73.8%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sulastri, Purna and Suyasa, 2019) menyatakan bahwa pada biasanya tingkat pengetahuan anak sekolah dasar masih kurang dibandingkan jenjang sekolah yang lebih tinggi, karena anak sekolah dasar masih memerlukan binaan secara berkesinambungan sehingga etika ataupun karankter mereka dibangun sedini mungkin untuk membentuk pribadi yang lebih baik lagi, melalui penyuluhan baik oleh petugas kesehatan setempat atau guru guru yang berada di masing-masing lingkungan sekolah. Responden yang mengikuti post-test, sebagian besar responden mempunyai pengetahuan Baik sebanyak 31





orang (73,8%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sulastri, Purna and Suyasa, 2019) bahwa pada permulaan anak usia 6 tahun anak akan mulai masuk sekolah dan telah memiliki lingkup yang luas sehingga dapat mempengaruhi kebiasaan-kebiasaan orang-orang sekitar. Hal ini akan mempermudah perubahan perilaku dengan semakin banyaknya pengetahuan dari setiap anak sekolah dasar.



Gambar 2. Materi yang diberikan

Peserta antusias dengan kegiatan yang dilakukan dengan harapan mendapatkan pemahaman yang baik mengenai sanitasi lingkungan dan menjaga kebersihan diri sendiri agar terhindar dari segala penyakit menular maupun yang tidak menular. Penyuluhan dilakukan dengan komunikasi dua arah yakni penyuluh dan audiens, agar penyuluhan dapat tersampaikan dengan baik. Foto kegiatan pelaksanaan penyuluhan dapat terlihat sebagai berikut:





Gambar 3. Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat



Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Hasil Post test

Pengetahuan	Mean	Standar Deviasi	
Pengetahuan pretest	1.29	0.508	
Pengetahuan post test	2.62	0.697	

Berdasarkan Tabel 2. Berdasarkan uji analisis sample *paired test* yang diperoleh dapat dilihat rata-rata skor rata-rata hasil *pretest* sebesar 1,29 menjadi 2,64 dengan jumlah kenaikan *point* 1,35. Perubahan sikap dengan *conditioning* atau pembiasaan ini diharapkan agar santri maupun keluarga besar pesantren dapat melakukan perubahan perilaku setelah mengetahui banyak hal akan meningkat sedikit demi sedikit, dengan akhirnya anak di usia 8-12 tahun sudah bisa memahami, menentukan kualitas hidupnya masing-masing.

Tabel 3. Hasil Analisis Uji T

Pengetahuan	Rata-Rata Selisih	Nilai T	p Value
Pengetahuan pretest Pengetahuan posttest	-3.127	12.670	.003

Berdasarkan tabel 3 diperoleh hasil perhitungan uji statistik dengan menggunakan spss, diperoleh nilai t sebesar 12.670 dan p = 0,003 (p < 0,05), artinya ada pengaruh Penyuluhan pentingnya PHBS pada santriwan dan santriwati sekolah dasar pondok pesantren tahfidz al qolam yatim dan dhuafa cirebon. Sesuai perkataan yang disampaikan oleh pendamping asrama santri memang anak santriwan/santriwati belum pernah mendapatkan edukasi yang khusus membahas terkait PHBS bahkan pengurus pesantrenpun masih harus diberikan edukasi untuk bisa menerapkannya kepada anak didiknya. Pengetahuan santri bisa bertambah dengan diberikannya edukasi yang tapat tentang PHBS melalui penyuluhan atau pemaparan materi PHBS, penyampaian video pembelajaran serta diskusi dan tanya jawab terkait materi bahaya pernikahan dini tersebut.

Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa hasil *post test* lebih baik daripada hasil pre-test, hal ini dikarena adanya suatu perlakuan yaitu sebelum post-test para santri diberikan Penyuluhan pentingnya PHBS dengan metode-metode tersebut. Penyuluhan berupa materi-materi yang dapat meningkatkan kemampuan tentang pengetahuan PHBS dan menjadi



DOI: 10.34305/jppk.v2i01.536

sutau manfaat yang besar bagi Kesehatan para santri dipesantren. Hal ini sesuai dengan WHO dalam Pratiwi (2021) yang menyebutkan bahwa promosi kesehatan adalah proses menaikkan kemampuan orang dalam mengendalikan serta menaikkan keadaan sehat, seseorang atau grup dan wajib bisa mengidentifikasi serta menyadari aspirasi, dan bisa memenuhi kebutuhan dan perubahan atau mengendalikan lingkungan (Pratiwi et al., 2021). Peningkatan pengetahuan juga memberikan dampak yang positif untuk para santriwan/santriwati karena dengan meningkatnya pengetahuan mereka akan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari mereka dan akan mencoba untuk merubah perilaku untuk meningkatkan Kesehatan sehingga dapat belajar dengan nyaman dan sehat. Promosi kesehatan berperan krusial dalam edukasi kepada santri terhadap hidup sehat, menjaga dirinya supaya tetap sehat, mempertinggi kualitas kesehatan, peka serta tanggap terhadap datangnya penyakit, bisa mengikuti keadaan dengan baik terhadap lingkungan serta perubahan-perubahan yang terjadi. Selain itu, sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Tetti Solehati, dkk bahwa ada perbedaan yang signifikan di aspek pengetahuan, perilaku, serta motivasi PHBS pada lingkungan rumah tangga dan umum sesudah diberikan promosi kesehatan (Solehati, T., Rahmat, A., Kosasih, C.E., & Hidayati, 2018).

Acara sesi diskusi setelah penyuluhan, banyak santriwan/santriwati yang tertarik untuk bertanya dan mengutarakan pendapatnya mengenai kegiatan dilingkungannya, sehingga kami sebagai penyuluh yang memberikan pengabdian masyarakat ini memberikan masukan serta nasihat yang berguna untuk meningkatkan Kesehatan seperti sering mengganti sprei tempat tidur minimal 1 minggu sekali, menjemur bantal atau guling untuk mengurangi adanya tungau pada bantal, sering mencuci pakaian bekas pakai setiap hari sehingga tidak membuat tingginya resiko untuk terjadinya penyakit kulit, mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, dll. Meskipun kami sudah memberikan penyuluhan ternyata ada banyak factor lain selain hal-hal yang tadi disebutkan yang mendukung peningkatan Kesehatan santriwan/santriwati, seperti makan makanan yang dimasak dengan matang, sering mengkonsumsi sayur dan memakan makanan sesuai dengan gizi yang seimbang. Ahl ini sesuai dengan yang dituliskan oleh Lawrence Green (1993) dalam Notoatmodjo (2012), bahwa kesehatan seseorang atau warga ditentukan oleh faktor-faktor, yakni faktor perilaku serta faktor diluar perilaku, selanjutnya sikap itu sendiri ditentukan atau dibentuk dari 3 faktor, yaitu: (1) Faktor predisposisi (predisposing factors) yang tercipta dalam pengetahuan, perilaku, kepercayaan, keyakinan,



DOI: 10.34305/jppk.v2i01.536

nilai-nilai serta sebagainya; (2) Faktor pendukung (enabling factors) yang terwujud pada lingkungan fisik, tersedianya atau tidak tersedianya fasilitas-fasilitas atau sarana; dan (3) Faktor pendorong (reinforcing factors) yg terwujud dalam sikap serta perilaku petugas yang artinya kelompok referensi dari perilaku masyarakat (Notoatmodjo, 2012). Hasil diatas diperkuat dengan pernyataan penelitian yang dilakukan oleh Malawati, 2013 yaitu perilaku seseorang adalah suatu tanggapan manusia terhadap lingkungannnya baik dalam bentuk pengetahuan juga sikap. Pengetahuan artinya hasil memahami dari manusia serta ini terjadi setelah seorang manusia tadi melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu (Malawati, 2013).

Memberikan penyuluhan mengenai PHBS meripakan tantangan besar bagi kami karena mengubah perilaku seseorang dan cara pandang merupakan hal yang sulit. Tapi kami berusaha menyakinkan santriwan/santriwati untuk merubah cara pandang dan perilakunya agar memiliki kebiasaan yang sehat, karena jika seseorang bertubuh sehat akan meningkatkan daya berpikir dan kerjanya sehingga bisa terciptanya sumber daya manusia yang baik bagi negara. Para santriwan/santriwati juga sudah mempunyai cara pandang yang baik terhadap Kesehatan karena edukasi yang sudah kami berikan, mereka juga mau merapkan ke kehidupan sehari-hari mereka. Hal ini dibuktikan Ketika pada sesi diskusi mereka bersemangat karena mendapatkan pengetahuan yang baru dan melihat kepada hasil prostest juga pengetahuan mereka meningkat. Hal ini sejalan dengan teori dari Chandra, dkk (2017) bahwa Seorang manusia yang memiliki pengetahuan baik mengenai sesuatu yang dibutuhkan akan memiliki perilaku yang baik dalam memelihara lingkungan yang bersih dan sehat yang berkaitan langsung dengan PHBS di sekolah dasar. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Chandra, dkk (2017) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan PHBS pada Sekolah Dasar di Kecamatan Cerbon (Chandra, 2017).

Kegiatan diakhiri dengan sesi foto pengabdi masyarakat sekaligus penutupan kegiatan









Gambar 6. Dokumentasi penutupan kegiatan

Semua kegiatan berjalan lancar dan baik, seluruh santri dapat berkontribusi dengan baik selama jalannya acara sekaligus pengasuh pesantren yang ikut terlibat selama kegiatan berlangsung.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil pelatihan melalui metode penyuluhan kesehatan di dapat kesimpulan bahwa setelah dilaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat terdapat perbedaan yang signifikan pengetahuan dan sikap santri di Pondok Pesnatren Tahfidz Al Qolam Yatim dan Dhuafa Cirebon sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan yang dapat ditunjukkan dengan uji analisis sample paired test yang diperoleh dapat dilihat rata-rata skor rata-rata hasil pretest sebesar 1,29 menjadi 2,64 dengan jumlah kenaikan point 1,35. Kesimpulannya penyuluan efektif untuk meningkatkan kemampuan siswa/siswi. Melalui kegiatan ini disarankan bahwa perlu adanya kegiatan penyuluhan dan pelatihan lanjutan yang dapat memberikan pemahaman lebih serta pendampingan yang terus harus dilaksanakan kepada seluruh santriwan/santriwati.

UCAPAN TERIMAKSIH

Penulis mengucapkan terimakasih atas dukungan dan bimbingan dari para Dosen STIKes Kuningan terutama kepada Prof. Hj. Dewi Laelatul Badriah, M.Kes., AIFO dan Dr. Dwi Nastiti Iswarawanti, M.Sc, tidak lupa kepada semua sivitas akademika Yayasan Pondok Pesantren Tahfidz Al Qolam Yatim dan Dhuafa Cirebon yang telah berkenan dijadikan tempat penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

Chandra, . dkk (2017) 'Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap Dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)', Jurnal Kesehatan Masyarakat Khatulistiwa, 4.





- Kusuma, A. N. (2019) 'Determinan Personal Hygiene Pada Anak Usia 9–12 Tahun', *Faletehan Health Journal*, 6(1), pp. 37–44. doi: 10.33746/fhj.v6i1.47.
- Malawati (2013) 'Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku Hidup bersih dan Sehat (PHBS) pada siswa Kelas V Sekolah dasar Negeri Peunaga Kecamatan Meureubo Kabupaten aceh barat'.
- Notoatmodjo S. (2012) Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Nurhajati, N. (2012) 'Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Masyarakat Desa Samir Dalam Meningkatkan Kesehatan Masyarakat 1', pp. 1–18.
- Pratiwi, D. *et al.* (2021) 'Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Dalam Pencegahan Covid-19', *Jurnal Masyarakat Mandiri*, 2(2), pp. 249–257.
- Ridwan, A. R., Sahrudin, S. and Ibrahim, K. (2017) 'Hubungan Pengetahuan, Personal Hygiene, Dan Kepadatan Hunian Dengan Gejala Penyakit Skabies Pada Santri Di Pondok Pesantren Darul Muklisin Kota Kendari 2017', *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Unsyiah*, 2(6), pp. 1–8.
- Sulastri, K., Purna, I. N. and Suyasa, I. N. G. (2019) 'Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Anak Sekolah Tentang Hidup Bersih Dan Sehat Di Sekolah Dasar Negeri Wilayah Puskesmas Selemadeg Timur Ii', *Journal of Environmental Health*, 4, pp. 99–106.
- Supriyatno, M. A. (2021) Manajemen Kebersihan dan Kesehatan Sekolah dalam Pembelajran Tatap Muka Terbatas.
- Taryatman (2016) 'Membangun Genersi Muda yang Berkarakter', *Taryatman*, 3(1), p. 6. Triana Srisantyorini, E. (2018) 'Hubungan Pengetahuan dan Sikap Siswa terhadap Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SD Negeri Sampora 1 Kecamatan Cisauk Tahun 2018', *Muhammadiyah Public Health Journal*.



PEMBERDAYAAN KADER TENTANG PEMBERIAN MAKANAN PENDAMPING ASI (MP-ASI) YANG TEPAT & AMAN UNTUK PENCEGAHAN STUNTING PADA BALITA

Reni Marlina, Rini Raniati, Risman Aprianto, Dwi Nastiti Iswarawanti, Mamlukah Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan

rennikoe@gmail.com

Abstrak

Pemberian makanan pendamping air susu ibu (MP-ASI) bayi tergantung sepenuhnya pada perawatan dan pemberian makanan oleh ibu. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Puskesmas Padasuka merupakan Puskesmas dengan kasus stunting yang terus mengalami peningkatan dari tahun 2018 (6,3%) sampai dengan 2020 (16,4%) di Kabupaten Sumedang. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah meningkat dan dapat mengedukasi para ibu Baduta dengan baik. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pemberdayaan dengan memberikan penyuluhan terkait materi MP-ASI yang tepat dan aman pada kader posyandu. Penelitia ini menggunakan pra-eksperimen, dimana penelitian ini dengan melakukan pre test dan post test dengan 15 pertanyaan. Penelitian ini dilakukan selama 2 minggu yaitu pada tanggal 18 Juni 2021 s.d. 01 Juli 2021 dimana sampel dalam penelitian ini berjumlah 23 orang yaitu kader posyandu dengan teknik pengambilan sampel adalah random sampling. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner dengan 15 item pertanyaan mengenai pengetahuan kader posyandu tentang MP-ASI yang tepat dan aman. Analisis data menggunakan UJi Beda Mean Dependent (Paired Test). Hasil Analisis data diperoleh nilai t sebesar -16.149 dan p = 0,000 (p < 0,05). Kesimpulan dari pengabdian masyarakat ini adalah ada pengaruh pelatihan MP-ASI yang tepat dan aman terhadap pengetahuan kader posyandu tentang MP-ASI yang tepat dan aman.

Kata Kunci: Stunting, MP-ASI, Kader, Pemberdayaan.

PENDAHULUAN

Gizi adalah faktor penting yang memegang peranan dalam siklus kehidupan manusia terutama bayi dan anak yang nantinya akan menjadi penerus bangsa. Faktor yang menentukan



JURNAL PEMBERDAYAAN DAN PENDIDIKAN KESEHATAN VOL. 2 NO. 1, DESEMBER 2022

DOI: 10.34305/jppk.v2i01.527

tingkat kesehatan dan kesejahteraan manusia adalah gizi. Salah satu langkah yang cukup strategis untuk menimbulkan motivasi ke arah perbaikan status gizi anak salah satunya adalah melakukan pemberdayaan kader posyandu. Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) adalah makanan/minuman yang diberikan kepada anak umur 6-24 bulan sebagai penambah zat gizi dan Air Susu ibu untuk memenuhi kebutuhan ga anak Pemberian MP-ASI yang tepat dan aman pada anak umur dini (6-24 bulan) yang kurang tepat merupakan masalah yang sering terjadi dan merupakan salah satu pencetus gagal tumbuhnya anak balita Praktik penyiapan MP-ASI yang kurang higienis juga penyebab tingginya insiden diare pada umur periode kritis ini

Pemberian makanan pendamping air susu ibu (MP-ASI) bayi tergantung sepenuhnya pada perawatan dan pemberian makanan oleh ibu. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Pengetahuan dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti pengalaman, keyakinan, fasilitas dan sosial budaya (Amperaningsih et al., 2018). Sebagian besar ibu belum memahami makanan pendamping ASI, sehingga makanan tersebut diberikan sejak usia 2 sampai 3 bulan. Menurut hasil penelitian (Arini et al., 2017), menyatakan bahwa MP-ASI tepat dan aman diberikan kepada bayi saat berusia lebih dari 6 bulan karena bayi pada usia ini sudah memiliki sistem imunitas yang cukup kuat untuk melindungi dari macam penyakit dan sistem cerna yang lebih sempurna sehingga dapat mengurangi risiko alergi terhadap makanan. Pemberian MP-ASI yang tepat dan aman pada anak umur dini (6-24 bulan) yang kurang tepat merupakan masalah yang sering terjadi dan merupakan salah satu pencetus gagal tumbuhnya anak balita.

Posyandu merupakan mitra kerja puskesmas dalam meningkatkan pelayanan dasar kesehatan. Kader posyandu sebagai pelaksana kegiatan bulanan di posyandu, sangat diharapkan oleh pemerintah menjadi salah satu sumber informasi tentang kesehatan dan gizi anak bagi masyarakat dan sebagai garda terdepan bagi pemerintah dalam pencegahaan stunting. Kader posyandu diharapkan dapat memberikan penyuluhan berupa saran atau informasi dengan tepat kepada ibu pengasuh tentang gizi dan cara pengasuhan termasuk cara pemberian MP-ASI yang tepat dan aman. Studi yang dilakukan oleh (Iswarawanti et al., 2019) menunjukan bahwa penelitian dapat meningkatkan keterampilan kader dalam pemberian PMBA ibu baduta yang diharapkan dapat mencegah kejadian stunting.

Stunting merupakan kondisi kegagalan untuk mencapai pertumbuhan yang optimal akibat kekurangan gizi kronis, terjadi pada masa seribu (1000) hari pertama kehidupan, sejak



JURNAL PEMBERDAYAAN DAN PENDIDIKAN KESEHATAN VOL. 2 NO. 1, DESEMBER 2022

DOI: 10.34305/jppk.v2i01.527

Ciptaan disebarluaskan di bawah Lisensi Creative Commons Atribusi-NonKomersial-BerbagiSerupa 4.0

Laternasional



bayi dalam kandungan sampai usia 2 tahun. Karena itu, stunting merupakan ancaman dalam pembangunan ekonomi dan kesejahteraan social (Kemenkes RI, 2016). Data Riset Kesehatan Dasar (Riskedas, 2013) menunjukkan bahwa prevalensi stunting di Jawa Barat mencapai 29,2 persen. Terdapat delapan Kabupaten di Jawa Barat memiliki prevalensi stunting tinggi, salah satunya adalah Kabupaten Sumedang dengan prevalensi sebesar 32,3 persen. Pada tahun 2010, Kementerian Kesehatan berserta lintas program dan lintas sektor terkait telah merumuskan Strategi Peningkatan Makanan Bayi dan Anak Indonesia juga bekerjasama dengan WHO/United Nations Children's Fund (UNICEF) dan Millenium Challenge Account Indonesia (MCA-Indonesia) mengadakan Pelatihan Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA). Pelatihan PMBA merupakan salah satu kegiatan dalam Proyek Kesehatan dan Gizi Berbasis Masyarakat (PKGBM) yang bertujuan untuk mengurangi kejadian balita pendek di Indonesia ((MCAI, 2013).

Puskesmas Padasuka merupakan Puskesmas dengan kasus stunting yang terus mengalami peningkatan dari tahun 2018 (6,3 % dari hasil laporan BPB) sampai dengan 2020 (16,4 % dari hasil laporan BPB) di Kabupaten Sumedang. Salah satu penyebab stunting adalah kurangnya asupan yang aman dan bergizi. Oleh karena itu perlu dilakukan upaya pencegahan stunting dengan peningkatan kapasitas kader dalam perbaikan pola makan, pola asuh melalui pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang tepat dan aman. Studi Iswarawanti menunjukan bahwa kader yang diberi pelatihan mempunyai kemampuan menyampaikan PMBA pada ibu baduta 9.1 kali lebih baik daripada kader yang tidak dilatih.. Karena itulah diperlukan suatu pelatihan bagi kader di wilayah Puskesmas Padasuka guna meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam memberikan informasi kepada masyarakat terutama ibu balita.

MASALAH

Berdasarkan dari eberapa masalah yang tampak, masyarakat membutuhkan informasi tentang pengetahuan MP-ASI yang tepat dan aman. Kader Posyandu merupakan tenaga kesehatan yang paling dekat dengan masyarakat yang selama ini berperan aktif dalam penimbangan balita dan pencatatan atau pengisian KMS, namun masih dirasakanlemah dalam memberikan edukasi MP-ASI yang tepat dan aman. Diharapkan dengan memberikan pendampingan kepada kader kesehatan tentang MP-ASI yang tepat dan aman sehingga nantinya



JURNAL PEMBERDAYAAN DAN PENDIDIKAN KESEHATAN VOL. 2 NO. 1, DESEMBER 2022

DOI: 10.34305/jppk.v2i01.527

Ciptaan disebarluaskan di bawah

<u>Lisensi Creative Commons Atribusi-</u>

<u>NonKomersial-BerbagiSerupa 4.0</u>

<u>Internasional.</u>

para kader akan menjadi edukator atau pembawa informasi selanjutnya kepada ibu baduta di wilayah setempat khususnya di wilayah Puskesmas Padasuka.

Tujuan dari kegiatan Pengabdian Masyarakat adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan para kader dalam mengedukasi MP-ASI yang tepat dan aman kepada ibu baduta di wilayah kerja puskesmas padasuka. Target capaian yang diharapkan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah pengetahuan dan keterampilan kader posyandu dalam mengedukasi tentang MP-ASI yang tepat dan aman diharapkan dapat meningkat dan dapat mengedukasi para ibu Baduta dengan baik. Sedangkan untuk membentuk perilaku gizi yang baik pada keluarga diperlukan waktu yang lama sehingga perlu dilakukan kegiatan pendampingan keberlanjutan yang bersifat kontinu, oleh karena itu diharapkan kader posyandu dapat menjalankan perannya secara terus menerus khususnya dalam membina para ibu baduta dalam hal penerapan gizi seimbang dalam mempersiapkan, mengolah hingga tersedianya MP-ASI yang tepat dan aman berdasarkan bahan pangan lokal yang tersedia untuk pencegahan stunting.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakaan dalam kegiatan ini adalah metode pemberdayaan yaitu dengan memberikan penyuluhan terkait materi MP-ASI yang tepat dan aman pada kader posyandu. Tujuan dilaksanakan pemberdayaan ini agar pengetahuan dan keterampilan kader posyandu dalam mengedukasi tentang MP-ASI yang tepat dan aman diharapkan dapat meningkat dan dapat mengedukasi para ibu Baduta dengan baik. Penelitia ini menggunakan praeksperimen, dimana penelitian ini dengan melakukan pre-test dan post-test dengan 15 pertanyaan yang bertujuan untuk mengetahui pengetahuan kader posyandu di wilayah kerja Puskesmas Padasuka.

Penelitian ini dilakukan selama 2 minggu yaitu pada tanggal 18 Juni 2021 s.d. 01 Juli 2021 dimana sampel dalam penelitian ini berjumlah 23 orang yaitu kader posyandu dengan teknik pengambila sampel adalah *random sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner dengan 15 item pertanyaan mengenai pengetahuan kader posyandu tentang MP-ASI yang tepat dan aman. Responden diberikan pretest dan post-test tentang pengetahuan kader posyandu mengenai MPASI yang tepat dan aman. Untuk mengetahui hasil sebelum dan sesudah dilakukan pelatihan tentang MP-ASI yang tepat dan



aman ini, maka analisis data menggunakan UJi Beda *Mean Dependent (paired Test)*. Tahap awal yang dilakukan adalah menganalisis data dengan menggunakan univariate yang bertujuan untuk menghasilkan distribusi frekuensi dan presentase, dan analisis bivariat menggunakan uji *paired t- test* dengan uji prasyarat yang harus dipenuhi yaitu uji normalitas dengan menggunakan uji *Wilcoxon* dan dipeoleh signifikasi 0,000 (p<0, 05). Analisis ini dilakukan untuk melihat pengetahuan kader posyandu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Distribusi frekuensi responden ini berdasarkan kategori hasil pretest dan dapat dilihat pada table sebagai berikut :

Tabel 1. Skor Pretest dan Posttest

Pengetahuan	Mean	Standar Deviasi
Sebelum Dilakukan Pelatihan	39.0870	7.91381
Sesudah Dilakukan Pelatihan	71.3043	6.69759

Berdasarkan tabel 1, dari uji analisis sampel *paired test* yang diperoleh dapat dilihat rata-rata hasil *pretest* sebesar 39.0870 menjadi 71.3043 dengan jumlah kenaikan poin 32,2173.

Tabel 2. Hasil Analisis Uji T Pengetahuan Kader Posyandu

Rata-Rata Selisih	Standar Deviasi	Nilai T	p Value	
-32.2173	9.56773	-16.149	0.000	

Berdasarkan tabel 2 diperoleh nilai t sebesar -16.149 dan p = 0,000 (p < 0,05), artinya ada pengaruh pelatihan MP-ASI yang tepat dan aman terhadap pengetahuan kader posyandu tentang MP-ASI yang tepat dan aman. Berdasarkan pernyataan yang disampaikan oleh para kader, sampai saat ini belum pernah diberikan materi mengenai MP-ASI yang tepat dan aman. Hal tersebut dikarenakan selama masa pandemi akses tenaga kesehatan untuk melakukan penyuluhan kepada kader frekuensinya kurang. Pemahaman maupun pengetahuan kader tersebut dapat bertambah dengan adanya edukasi melalui penyampaian materi tentang MP-ASI yang tepat dan aman pada posyandu kader, penyampaian video pembelajaran serta diskusi maupun tanya jawab terkait materi MP-ASI yang tepat dan aman. Hasil penelitian ini juga





menunjukkan bahwa hasil *posttest* lebih bagus dibandingkan hasil *pretest*. Hal ini dikarenakan adanya suatu usaha/tindakan yaitu sebelum dilakukan *posttest* para kader posyandu diberikan pendidikan kesehatan dengan metode-metode tersebut.





Gambar 1. Kegiatan Penyampaian Materi oleh Narasumber

Studi Iswarawanti menunjukan bahwa kader yang diberi pelatihan mempunyai kemampuan menyampaikan PMBA pada ibu baduta 9.1 kali lebih baik daripada kader yang tidak dilatih. Hasil dari pengolahan data statistik yaitu mengenai pengetahuan tentang anemia pada para kader posyandu yang menunjukkan bahwa pada pretest dan posttest mengalami kenaikan yang signifikan dengan nilai < 0,05. Dan didapatkan hasil nilai rata-rata pretest yaitu 39.0870 dan nilai rata-rata saat *posttest* yaitu 39.0870, artinya bahwa para kader posyandu mengalami peningkatan pengetahuan terkait MP-ASI yang tepat dan aman saat sesudah dilakukannya pelatihan tentang MP-ASI dibandingkan sebelum mendapatkan Pelatihan MP-ASI yang tepat dan aman. Stunting merupakan kondisi kegagalan untuk mencapai pertumbuhan yang optimal akibat kekurangan gizi kronis, terjadi pada masa seribu (1000) hari pertama kehidupan. Stunting merupakan ancaman dalam pembangunan ekonomi dan kesejahteraan sosial. Kabupaten Sumedang merupakan salah satu prioritas penanggulangan stunting.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian yang diperoleh dengan menggunakan metode pretest dan posttest dapat diperoleh bahwa pentingnya memberikan pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan kader posyandul. Penulis memiliki harapan pada kegiatan berikutnya yaitu adanya keberlanjutan dari Puskesmas setempat untuk memberikan edukasi ataupun pendidikan kesehatan tentang MP-ASI yang tepat dan aman kepada kader posyandu.



Internasional.

Hal tersebut dilakukan agar dapat menambah pengetahuan kader posyandu dan juga mereka dapat mencegah terjadinya MP-ASI yang tidak *hyigenis*. Penulis juga berharap kepada penulis selanjutnya agar dapat menambah jumlah instrument penelitian supaya poin-poin pengetahuan kader posyandu bisa lebih meningkat lagi.

Berdasarkan pelatihan ini untuk tindakan kelanjutannya, diharapkan seluruh kader posyandu yang telah dilatih dapat memberi ilmuya pada kader yang lain di wilayah Puskesmas Padasuka mempunyai keterampilan. Sehingga pengetahuan dan keterampilan mereka terjaga serta menambah kader yang berkompetensi lainnya. Tenaga pelaksana Gizi Puskesmas dapat mendampingi kader posyandu dan memantau praktik PMBA yang terjadi di masyarakat. Kerjasama antara Pemda, Dinas Kesehatan (Puskesmas Padasuka) dan akademia (STIKES Kuningan) perlu dikuatkan dan diperluas ke daerah lainnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapakan terimaksih atas dukungan dan bimbingan dari para dosen STIKKU dan kepada Kepala Puskesmas Padasuka yang telah berkenan menjadi tempat penelitian. Ucapan terima kasih ini penulis sampaikan juga kepada para kader posyandu yang telah berkenan menjadi responden penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

Amperaningsih, Y., Sari, S. A., & Perdana, A. A. (2018). Pola pemberian MP-ASI pada balita usia 6-24 bulan. Jurnal Kesehatan, 9(2), 310-318.

Arini, F. A., Sofianita, N. I., & Ilmi, I. M. B. (2017). Pengaruh pelatihan pemberian MP ASI kepada ibu dengan anak Baduta di Kecamatan Sukmajaya Kota Depok terhadap pengetahuan dan perilaku pemberian MP ASI. Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan, 13(1), 80-89.

Iswarawanti, D. N., Muslimatun, S., Basuki, E., & Hadi, A. (2019). Module development and its effectiveness for improving the competencies of voluntary health workers in communicating safe complementary feeding to caregivers in Indonesia. Malaysian Journal of Nutrition, 25(1).

Kemenkes RI. (2016). INFODATIN Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI Situasi Balita Pendek.

MCAI. (2013). Stunting dan Masa Depan Indonesia.



JURNAL PEMBERDAYAAN DAN PENDIDIKAN KESEHATAN VOL. 2 NO. 1, DESEMBER 2022

DOI: <u>10.34305/jppk.v2i01.527</u>

Ciptaan disebarluaskan di bawah

<u>Lisensi Creative Commons Atribusi-</u>

<u>NonKomersial-BerbagiSerupa 4.0</u>

<u>Internasional.</u>

Riskedas. (2013). Angka Prevalensi Stunting.



SENAM HIPERTENSI UNTUK PENDERITA HIPERTENSI

Mutia Agustiani Moonti, Nining Rusmianingsih, Aditiya Puspanegara, Merissa Laora Heryanto, Moch Didik Nugraha

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan

mutiaamoonti@gmail.com

Abstrak

Penyakit hipertensi yang dialami oleh masyarakat tentu tidak dapat dibiarkan begitu saja sehingga memerlukan banyak upaya yang perlu dilakukan, diantaranya adalah perubahan gaya hidup, pengembangan pendidikan dan pengetahuan tentang penyakit hipertensi serta memaksimalkan berbagai cara untuk mengontrol tekanan darah supaya tidak terjadi komplikasi. Salah satu usaha pencegahan yang dapat dilakukan untuk meminimalkan terjadinya lonjakan penyakit hipertensi yaitu bisa dilakukan dengan cara olahraga seperti senam anti hipertensi. Melakukan kegiatan senam sangat berguna bagi penatalaksanaan hipertensi sehingga permeabilitas membran meningkat pada otot yang berkontraksi, akibatnya saat senam dilakukan secara teratur maka dapat memperbaiki pengaturan tekanan darah. Tujuan dilakukan pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat memberikan dampak positif dan dapat menurunkan kejadian hipertensi serta peningkatan pengetahuan mengenai penyakit hipertensi dan intervensi langsung dalam penanggulangan hipertensi yang berjalan dengan lancar dan kondusif. Metode penelitian yang digunakan yaitu dengan menghitung pre dan post senam hipertensi. Hasil *uji paired sample t-test* didapatkan $b=0.000 < \alpha=0.05$ sehingga H0 ditolak H1 diterima. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata tekanan darah sistolik sebelum senam hipertensi lansia 151.86 mmHg, diastolik 95,04 mmHg dan rata-rata tekanan darah sistolik sesudah senam hipertensi lansia 91,20 mmHg, diastolik 91,18 mmHg. Kesimpulan pengabdian masyarakat ini yaitu senam hipertensi lansia berpengaruh terhadap tekanan darah lansia hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi, Senam Hipertensi



Ciptaan disebarluaskan di bawah

<u>Lisensi Creative Commons Atribusi-</u>

<u>NonKomersial-BerbagiSerupa 4.0</u>

<u>Internasional.</u>

<u>BY NO SR</u>

PENDAHULUAN

Peningkatan penduduk lanjut usia diperlukan kepedulian dari seluruh pihak dalam mengantisipasi bermacam kasus yang ada (Anwari, 2018). Gaya hidup masyarakat lebih menyukai hidangan cepat saji dengan kandungan protein, lemak, tinggi garam serta rendah serat sehingga bisa menimbulkan bermacam permasalahan kesehatan termasuk salah satunya hipertensi atau peningkatan tekanan darah (Ulfa et al., 2022). Peningkatan tekanan darah pada arteri dapat menyebabkan jantung bekerja lebih keras dari biasanya untuk bertugas dalam mengedarkan darah keseluruh organ (Kemenkes, 2020).

Penyakit hipertensi yang dialami oleh masyarakat tentu tidak dapat dibiarkan begitu saja sehingga memerlukan banyak upaya yang perlu dilakukan, diantaranya adalah perubahan gaya hidup, pengembangan pendidikan dan pengetahuan tentang penyakit hipertensi serta memaksimalkan berbagai cara untuk mengontrol tekanan darah supaya tidak terjadi komplikasi. Tekanan darah yang terus meningkat maka dalam jangka waktu yang cukup lama dan tidak segera diatasi maka dapat menimbulkan komplikasi suatu penyakit bawaan dari penyakit hipertensi (Sianipar, 2018).

Di Indonesia angka penyakit hipertensi itu sendiri terbagi kedalam beberapa kategori usia, mayoritas kategori usia penderita hipertensi yaitu dengan rentang usia lebih dari 18 tahun dengan kisaran persentase 34,1 %, sedangkan wilayah tertinggi penderita hipertensi berada di Kalimantan Selatan dengan persentase sebesar 44,1%. Sedangkan prevalensi hipertensi pada umur 18 tahun ke atas di Provinsi NTB yakni mencapai 24,3% (Riset Kesehatan Dasar, 2018) dalam (Sumartini, 2019).

Kasus hipertensi di Desa Cibentang Kecamatan Kramatmulya Kabupaten Kuningan tidak dapat dibilang sedikit, tahun 2021 saja terdapat 57 warga yang sudah terdiagnosa hipertensi dan 6 orang disertai dengan penyakit jantung. Hal tersebut tentu dapat terjadi seiring sejalan dikarenakan erat kaitannya antara hipertensi dengan penyakit jantung atau kardiovaskuler, karena jika hipertensi itu dibiarkan dan tanpa ada penanganan khusus dalam hal ini upaya promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif, maka akan berdampak kepada tingginya angka penyakit jantung.

Salah satu upaya preventif yang dapat dilakukan untuk meminimalkan terjadinya lonjakan penyakit hipertensi yaitu bisa dilakukan dengan cara olahraga seperti senam anti hipertensi. Senam anti hipertensi tentu memiliki tujuan untuk mampu melatih dan mendorong



kerja jantung untuk bekerja secara optimal sehingga berdampak kepada terjadinya penurunan tekanan darah (Sherwood, 2005) dalam (Anwari, 2018). Aktivitas senam ini tentu diharapkan akan berguna untuk penatalaksanaan hipertensi sehingga permeabilitas membran meningkat pada otot yang berkontraksi, sehingga ketika pelaksanaan senam dapat dilakukan secara teratur akan mempengaruhi dan memperbaiki pengaturan tekanan darah (Kusumaningtiar, 2019). Berbanding terbalik dengan pernyataan diatas, jika penderita hipertensi jarang melakukan aktivitas fisik dan berolahraga maka ini akan mempengaruhi efektifitas sirkulasi pada area pembuluh darah, dikarenakan lemak yang menempel pada pembuluh darah akan mengalami penumpukan dan membentuk plak di area dinding pembuluh darah yang akibatnya akan terjadi peningkatan tekanan darah (hipertensi) (Haefa, 2019).

MASALAH

Hasil analisis / pengkajian masih didapatkan beberapa kasus penderita hipertensi di Desa Cibentang Kecamatan Kramatmulya Kabupaten Kuningan dikarenakan minimnya aktivitas fisik dan kegiatan berolahraga serta kurang pergerakan pada tubuh seseorang. Hal ini disebabkan karena masih banyak ketidakpengetahuan terkait olahraga atau senam yang dapat menurunkan hipertensi. Oleh karena itu penting rasanya untuk mengajak seluruh lapisan masyarakat khususnya warga Desa Cibentang untuk mendapatkan edukasi dan tutorial terkait dengan senam hipertensi. Diharapkan kegiatan ini dapat meningkatkan edukasi pemberian tutorial senam hipertensi dan melihat penurunan tekanan darah sebelum-sesudah diberikan tutorial sehingga dapat dilakukan pencegahan sedini mungkin.

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan dilaksanakan melalui metode tindakan tutorial dengan cara pemberian perlakuan senam hipertensi. Kegiatan Pre-test, dilakukan untuk mengetahui tekanan darah sebelum dilakukan senam hipertensi kemudian diberikan senam hipertensi selama 20 menit dengan ketentuan masyarakat wajib melakukan gerakan dari senam tersebut. Setelah itu kegiatan Post-test bertujuan untuk menilai tekanan darah setelah dilakukan senam, apakah menurun tekanan darahnya. Hasil uji paired sample t-test didapatkan $\beta = 0.000 < \alpha = 0.05$ sehingga H0 ditolak H1 diterima.





Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan secara luring dengan menerapkan protokol kesehatan. Gambar 1 terlihat sebelum-sesudah dilakukan senam hipertensi dilakukan pengukuran tekanan darah di Desa Cibentang Kecamatan Kramatmulya Kabupaten Kuningan Tahun 2022.



Gambar 1. Pengukuran Tekanan Darah Sebelum-Sesudah Senam





Gambar 2. Pelaksanaan Senam Hipertensi

Gambar 2 terlihat pelaksanaan pengabdian masyarakat mengenai senam hipertensi, antusias warga yang mengikuti senam. berikut hasil dari kegiatan peningkatan kapasitas di Desa Cibentang Kecamatan Kramatmulya Kabupaten Kuningan.

Tabel 1. Pre-Post Test Senam Hipertensi

Canam Hinautanai	Pre Test			Post Test
Senam Hipertensi	Sistolik	Diastolik	Sistolik	Diastolik
Tekanan Darah	151.86	95,04	91,20	91,20
Std. Deviasi	7.740	3,842	4,396	4,396
Sig.		0,00		0,00



JURNAL PEMBERDAYAAN DAN PENDIDIKAN KESEHATAN VOL. 2 NO. 1, DESEMBER 2022

DOI: 10.34305/jppk.v2i01.529

Ciptaan disebarluaskan di bawah

<u>Lisensi Creative Commons Atribusi-</u>

<u>NonKomersial-BerbagiSerupa 4.0</u>

<u>Internasional.</u>

<u>BY NO SA</u>

Berdasarkan tabel 1, maka hasil perhitungan dengan uji *Paired Sample T-Test* pada sistem komputerisasi SPSS untuk pengaruh senam hipertensi dengan analisis statistik pada α = 0,05 diperoleh p = 0,000 < α = 0,05 yang berarti hipotesis nol (H0) ditolak atau hipotesa kerja (H1) diterima, yang artinya ada pengaruh senam penderita hipertensi si Terhadap Masyarakat Desa Cibentang Kecamatan Kramatmulya Kabupaten Kuningan.

Setelah dilakukan upaya senam hipertensi, tekanan darah pada penderita hipertensi mengalami penurunan dibandingkan sebelum melakukan senam hipertensi. Sejalan dengan hasil teori Sylvia (2003) dalam (Sumartini, 2019) bahwa senam hipertensi artinya olahraga yang dibuat yang selalu mengutamakan kemampuan jantung, gerakan otot besar serta kelenturan sendi serta menghirup oksigen sebesar mungkin kedalam paru-paru. Manfaat lain yang dapat dirasakan setelah dilakukannya senam hipertensi tentu akan meningkatkan perasaan sehat dan meningkatkan kemampuan untuk mengatasi rasa stress serta dapat menurunnya tekanan darah, berkurangnya frekuensi saat istirahat, berkurangnya obesitas dan menurunnya resistensi insulin.

Hasil analisa senam hipertensi ini dapat dikategorikan kedalam latihan fisik atau senam sehingga akan berdampak kepada pengoptimalan kekuatan pompa jantung bertambah, karena otot jantung pada orang yang melakukan rutinitas olahraga sangat kuat akan mempengaruhi otot jantung pada individu tersebut dikarenakan kontraksi akan terjadi lebih sedikit dari pada otot jantung individu yang jarang berolahraga, karena pada prinsipnya manfaat olahraga yaitu salah satunya yaitu dapat menurunkan denyut jantung dan olahraga juga akan menurunkan cardiac output, sehingga dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi (Lidia, 2021). Menurut Hernawan & Rosyid (2018) dalam (Tina, 2021) bahawa senam hipertensi merupakan senam aktifitas fisik yang dapat dilakukan dimana gerakan senam khusus penderita hipertensi yang dilakukan selama 20 menit dengan tahapan 5 menit latihan pemanasan, 10 menit gerakan peralihan, dan 5 menit gerakan pendinginan. Dengan Gerakan dan tahapan waktu tersebut akan membuat jalan pembuluh darah melebar sehingga bisa juga menurunkan lemak ditubuh, jadi selain dapat manfaat menurunkan tensi juga dapat menurunkan lemak di tubuh yang mana jika dilakukan secara rutin dan tidak berlebihan maka tubuh akan semakin ideal dan sehat. Selain itu juga seseorang yang ingin menurunkan tensinya tidak hanya mengandalkan dari senam saja, tetapi harus memperhatikan pola makan dan menghindari rasa stress yang dapat memicu tingginya tensi darah serta memerlukan istirahat yang cukup juga. Setelah beristirahat pembuluh darah akan mengalami proses dilatasi atau peregangan yang berdampak pada



Ciptaan disebarluaskan di bawah Lisensi Creative Commons Atribusi-NonKomersial-BerbagiSerupa 4.0

Literresional

munculnya penurunan tekanan darah, karena jika olahraga dilakukan secara rutin maka hal

tersebut akan membuat pembuluh darah menjadi elastis (Harmilah & Hendarsih, 2019). Dengan

rutin melakukan senam hipertensi maka bermanfaat membangkitkan peningkatan kekuatan

pompa jantung serta dapat menimbulkan vasodilatasi pembuluh darah sehingga aliran darah

lancar dan terjadi penurunan tekanan darah (Anwari, 2018).

Menurut Maryam (2008) dalam (Sumartini, 2019) pada lansia terjadi kekuatan mesin

pompa jantung berkurang karena akan mengalami kekakuan di jantung dan di otak. Dengan

senam atau latihan fisik dapat membantu peningkatan kekuatan pompa jantung bertambah

karena otot jantung pada orang yang rutin berolahraga sangat kuat sehingga otot jantung pada

orang tersebut memompa lebih sedikit daripada otot jantung seseorang yang jarang berolahraga,

karena dengan aktivitas fisik dapat mengakibatkan penurunan denyut jantung dan olahraga juga

akan menurunkan cardiac output.

Peneliti berpendapat bahwa senam hipertensi lansia dapat menurunkan tekanan darah

sistolik adalah 151.86 mmHg dan tekanan darah diastolik adalah 151.86 mmHg. Hasil

wawancara kami dengan beberapa responden didapatkan bahwa responden merasa lebih segar,

bugar dan sehat setelah melakukan aktivitas fisik atau senam hipertensi bagi lansia yang diikuti

dengan memakai obat farmakologi diberikan ketika terjadi peningkatan tekanan darah tinggi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian maka disimpulkan bahwa senam hipertensi lansia

berpengaruh terhadap tekanan darah lansia hipertensi.

Diharapkan pelaksanaan pengabdian masyarakat dapat mempunyai peran tersendiri

untuk memberikan solusi dan menurunkan kejadian hipertensi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih terutama ditujukan kepada seluruh responden dan semua pihak-

pihak yang telah membantu berjalannya pelaksanaan kegiatan.

DAFTAR PUSTAKA

Anwari, D. (2018). Pengaruh Senam Anti Hipertensi Lansia Terhadap Penurunan Tekanan

Darah Lansia Di Desa Kemuningsari Lor Kecamatan Panti Kabupaten Jember. The

E-ISSN 2809-4646 | 49

JURNAL PEMBERDAYAAN DAN PENDIDIKAN KESEHATAN VOL. 2 NO. 1, DESEMBER 2022 DOI: 10.34305/jppk.v2i01.529

Ciptaan disebarluaskan di bawah

<u>Lisensi Creative Commons Atribusi-</u>

<u>NonKomersial-BerbagiSerupa 4.0</u>

<u>Internasional.</u>

- Indonesian Journal Of Health Science, 15(2), 160–164. Https://Doi.Org/Https://Doi.Org/10.32528/Ijhs.V0i0.1541
- Haefa, D. (2019). Senam Hipertensi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Bontonyeleng. *Jurnal Kesehatan Panrita Husada*, 4(2), 57–68. Https://Doi.Org/Https://Doi.Org/10.37362/Jkph.V4i2.141
- Harmilah, & Hendarsih, S. (2019). Pengaruh Video Senam Hipertensi Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sewon Ii Bantul Yogyakarta. *Naskah Publikasi Penelitian Pemula*, 1–15. Https://Doi.Org/Https://Doi.Org/10.33655/Poltek
- Kemenkes, 2020. (2020). Manfaat Dan Jenis-Jenis Senam Untuk Penderita Hipertensi. Kemenkes.
- Kusumaningtiar, D. (2019). Implementasi Senam Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kelurahan Pondok Ranggon I Jakarta Timur. *Jurnal Abdimas*, *5*(2), 114–117. Https://Doi.Org/Https://Doi.Org/10.47007/Abd.V5i2.2579
- Lidia, Dr. I. (2021). *Mengenal Manfaat Dan Jenis-Jenis Senam Untuk Hipertensi*. Jovee.Id. Sianipar, Dkk. (2018). Pengaruh Senam Hipertensi Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kayon Kota Palangka Raya. *Kebidanan Dan Keperawatan*, 9(1), 558–566.
- Sumartini, D. (2019). Pengaruh Senam Hipertensi Lansia Terhadap Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Cakranegara Kelurahan Turida Tahun 2019. *Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal)*, 1(2), 47–55. Https://Doi.Org/Https://Doi.Org/10.32807/Jkt.V1i2.37
- Tina, D. (2021). Pengaruh Senam Hipertensi Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia The Effect Of Exercise For Hypertension On Blood Pressure In Elderly. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*, 12(69), 150–161. Https://Doi.Org/Https://Doi.Org/10.55426/Jksi.V12i2.150
- Ulfa, U. M., Rahman, H. F., & Fauzi, A. K. (2022). Pengaruh Senam Hipertensi Terhadap Tekanan Darah Pada Frekuensi Nadi Dan Kolesterol Pada Klien Hipertensi Di Puskesmas Jabung Sisir Probolinggo. *Jurnal Keperawatan Profesional (Jkl)*, 10(1), 1–13. Https://Doi.Org/Https://Doi.Org/10.33650/Jkp.V10i1.3407



Author Information Pack

Jurnal Pemberdayaan dan Pendidikan Kesehatan



A. PENJELASAN SECARA UMUM

Artikel dalam Jurnal Pemberdayaan dan Pnedidikan Kesehatan (JPPK) mencakup temuan hasil kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat yang belum pernah dipublikasikan pada media lainnya.

Artikel yang dikirimkan ditulis dalam format MS Word (doc/docx), font Times New Roman, spasi antar baris 1.5 (spasi 1 untuk abstrak), ukuran kertas A4 (210 mm x 297 mm) dengan banyak halaman maksimum 10 halaman. Mulai terbitan Volume 1 Nomor 01 menggunakan font Time New Roman (12pt), spasi 1.5.

Semua tulisan yang masuk akan diperiksa plagiasinya dengan ketentuan kemiripan tidak lebih dari 25%. Tim editor memiliki hak hanya untuk memberikan koreksi sederhana terkait dengan susunan kalimat. Artikel ditulis dalam bahasa Indonesia mengikuti Gaya penulisan sitasi Style APA, referensi, tabel, dan gambar yang dapat dilihat dan ikuti sesuai dengan Template artikel. Gunakan aplikasi RMS seperti Mendeley untuk penulisan sitasi dan referensi. Format penulisan artikel ini dapat bervariasi berdasarkan rumpun ilmu namun secara umum tetap mengacu kepada format tersebut.

*perhatikan dan taati aturan format penulisan secara umum, guna kelancaran seleksi dan pertimbangan penerimaan naskah Anda.

Untuk keseragaman penulisan, khusus naskah pengabdian masyarakat asli harus mengikuti sistematika sebagai berikut:

- 1. Judul karangan (*Title*)
- 2. Nama dan Lembaga Pengarang (Authors and Institution)
- 3. Abstrak (*Abstract*)
- 4. Naskah (*Text*), yang terdiri atas:
 - a. Pendahuluan (Introduction)
 - b. Masalah (Problems)
 - c. Metode (Methods)
 - d. Hasil dan Pembahasan (Results and Discussion)
 - e. Kesimpulan dan Saran (Conclusion and Recommendation)
- 5. Ucapan Terimakasih (*acknowledgement*)
- 6. Daftar Pustaka (Reference)

B. PENJELASAN SECARA RINCI

1. Penulisan Judul

Judul ditulis secara singkat, jelas, dan padat yang akan menggambarkan isi naskah. Ditulis tidak terlalu panjang, maksimal 20 kata dalam Bahasa Indonesia. Ditulis di bagian tengah atas dengan *UPPERCASE* (huruf besar semua), tidak digarisbawahi, tidak ditulis di antara tanda kutip, tidak diakhiri tanda titik(.), berikan efek Bold, tanpa singkatan, kecuali singkatan yang lazim. Contoh:

EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DALAM PENCEGAHAN DAN PENGENDALIAN COVID-19 PADA ANAK-ANAK TK

2. Penulisan Nama Pengarang, email, dan Institusi

Dibuat taat azas tanpa penggunaan gelar dan dilengkapi dengan penjelasan asal instansi atau universitas (maksimal 5 penulis). Penulisan nama pengarang dimulai dari pengarang yang memiliki peran terbesar dalam pembuatan artikel. Contoh:

Merissa Laora Heryanto

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan Garawangi

merissalaora@gmail.com

3. Penulisan Abstrak

Abstrak merupakan miniatur dari artikel sebagai gambaran utama pembaca terhadap artikel Anda. Abstrak berisi seluruh komponen artikel secara ringkas (latar belakang, tujuan kegiatan, metode, hasil, dan kesimpulan). Panjang maksimal 200 kata (tidak boleh di luar dari ketentuan ini), tidak menuliskan kutipan pustaka, dan ditulis dalam satu paragraf. Abstrak ditulis dalam Bahasa Indonesia. Ukuran font 11pt Dilengkapi dengan kata kunci sebanyak 3-5 kata.

4. Penulisan Pendahuluan

Pendahuluan harus berisi (secara berurutan) fakta yang melatarbelakangi atau menginspirasi pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dan upaya yang pernah dilakukan pihak lain. Pada bagian ini juga diberikan deskripsi masyarakat/mitra yang menjadi target kegiatan. Di bagian akhir pendahuluan harus dituliskan tujuan kegiatan pengabdian.

5. Penulisan Masalah

Penulisan masalah ini dijelaskan masalah, persoalan, tantangan, atau kebutuhan masyarakat/mitra yang faktual dan aktual. Selanjutnya diuraikan tentang masalah, persoalan, atau kebutuhan pokok dalam masyarakat/mitra dikaitkan dengan target kegiatan.

6. Penulisan Metode Pelaksanaan

Tuliskan cara yang digunakan untuk menyelesaikan masalah, tantangan, atau persoalan. Dalam hal ini dapat digunakan satu jenis metode atau kombinasi beberapa jenis metode. Adapun beberapa contoh metode dapat dilihat sebagai berikut:

- a. Pendidikan Masyarakat: digunakan untuk kegiatan-kegiatan, seperti pelatihan semacam *in-house training*, penyuluhan yang bertujuan meningkatkan pemahaman serta kesadaran, dan sebagainya.
- Konsultasi: digunakan untuk kegiatan-kegiatan yang didalamnya persoalan atau kebutuhan dalam masyarakat diselesaikan melalui sinergisme dengan Perguruan Tinggi.
- c. Difusi Ipteks: digunakan untuk kegiatan yang menghasilkan produk bagi konsumen.
- d. Pelatihan: digunakan untuk kegiatan yang melibatkan penyuluhan tentang substansi kegiatan yang disertai dengan demonstrasi atau percontohan untuk realisasinya, pelatihan dalam pengoperasian sistem atau peralatan, pembentukan kelompok wirausaha baru, atau penyediaan jasa layanan bersertifikat kepada masyarakat.
- e. Mediasi: digunakan untuk kegiatan yang di dalamnya pelaksana PkM memposisikan diri sebagai mediator para pihak yang terkait dan bersamasama menyelesaikan masalah yang ada dalam masyarakat.

- f. Simulasi Ipteks: digunakan untuk kegiatan yang karya utamanya adalah sistem informasi atau sejenisnya. Kegiatan ini ditujukan untuk menjelaskan sesuatu yang tidak dapat dilakukan secara nyata.
- g. Subtitusi Ipteks: Digunakan untuk kegiatan yang menawarkan ipteks baru yang lebih modern dan efisien daripada ipteks lama.
- h. Advokasi: digunakan untuk kegiatan yang berupa pendampingan.
- i. Metode lain yang sesuai.

Selanjutnya dijelaskan mengenai teknik pengumpulan data, teknik analisis data, lokasi, waktu, dan durasi kegiatan.

7. Penulisan Hasil dan Pembahasan

Tuliskan temuan-temuan selama melakukan pengabdian. Bukan merupakan laporan kegiatan pengabdian. Temuan-temuan tersebut silahkan anda bahas dengan menggunakan referensi dari sumber primer dari jurnal. Pada bagian pembahasan dijelaskan dan diuraikan tentang peristilahan atau model (untuk jasa, keterampilan baru, dan rekayasa sosial-budaya), dimensi dan spesifikasi (untuk barang/peralatan) yang menjadi luaran atau fokus utama kegiatan yang digunakan sebagai solusi yang diberikan kepada masyarakat, baik langsung maupun tidak langsung. Dicantumkan juga dokumentasi yang relevan dengan jasa atau barang sebagai luaran atau fokus utama kegiatan PKM (foto, tabel, grafik, bagan, gambar dsb.). Kemudian dijelaskan mengenai keunggulan dan kelemahan luaran atau fokus utama kegiatan apabila dilihat kesesuaiannya dengan kondisi masyarakat di lokasi kegiatan PKM. Diakhiri dengan penjelasan mengenai tingkat kesulitan pelaksanaan kegiatan (pelatihan, mediasi dan konsultasi, pendidikan dan advokasi) maupun produksi barang, dan peluangnya.

8. Penulisan Kesimpulan dan Saran

Pada bagian kesimpulan dikemukakan tingkat ketercapaian target kegiatan di lapangan, ketepatan atau kesesuaian antara masalah/persoalan dan kebutuhan/tantangan yang dihadapi, dengan metode yang diterapkan. Selain itu juga dijelaskan dampak dan manfaat kegiatan yang telah dilaksanakan. Bagian ini diakhiri dengan rekomendasi untuk kegiatan PKM berikutnya. Penulisan kesimpulan dan saran hanya terdiri dari 1 paragrap.

9. Penulisan Tabel

Judul tabel di tulis dengan title case, subjudul ada pada tiap kolom, sederhana, tidak rumit, tunjukkan keberadaan tabel dalam teks (misal lihat tabel 1), dibuat tanpa garis vertical, dan ditulis diatas tabel.

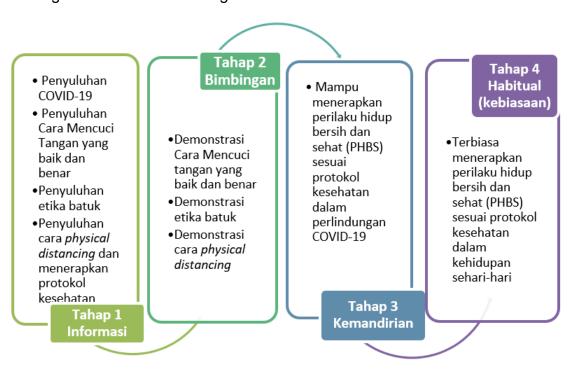
Contoh:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi

	Sebelum Pe	nyuluhan	Sesudah Penyuluhan	
Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
Kurang	47	92.2	0	0
Cukup	4	7.8	10	19.6
Baik	0	0.00	41	80.4
Total	51	100	51	100

10. Penulisan Gambar

Judul gambar ditulis dibawah gambar.



Gambar 2. Pola Kegiatan PHBS untuk Melindungi Diri dari COVID-19 bagi anak-anak TK Fajar Indah

11. Penulisan Daftar Pustaka

Jumlah daftar pustaka/referensi dalam artikel minimal 5 sumber,minimal 5 tahun terakhir, gunakan software Mendeley dengan format APA7th Edition.

C. CONTOH SUSUNAN PENULISAN JURNAL

JUDUL NASKAH (Maksimal 12 Kata)

[Times New Roman 14, UPPERCASE, bold, centered]

¹Penulis A, ²Penulis B, ³Penulis C

[Times New Roman 10, Capitalize Each Word, bold, centered]

¹Afiliasi Penulis A, ²Afiliasi Penulis B, ³Afiliasi Penulis C

¹email penulis A, ²email penulis B, ³email penulis C, [Times New Roman 10, Capitalize Each Word, bold, centered]

Abstract

[Times New Roman 11, Capitalize Each Word, bold, centered]

Abstrak merupakan miniatur dari artikel sebagai gambaran utama pembaca terhadap artikel Anda. Abstrak berisi seluruh komponen artikel secara ringkas (pendahuluan, metode, hasil, diskusi dan kesimpulan). Panjang 150 - 200 kata (tidak boleh di luar dari ketentuan ini), tidak menuliskan kutipan pustaka, dan ditulis dalam satu paragraf. Abstrak ditulis dalam Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris. Dilengkapi dengan kata kunci sebanyak 5-8 kata benda. Abstrak Bahasa Indonesia dan kata kunci ditulis tegak. [Times New Roman 11, justified]

Kata kunci: harus ditulis sebanyak 3-6 kata, dipisahkan dengan koma [Times New Roman 11, justified]

Pendahuluan

Pendahuluan mengantarkan pembaca kepada topik utama. Latar belakang atau pendahuluan menjawab mengapa penelitian atau kajian dilakukan, apa yang dilakukan peneliti terdahulu atau artikel keilmuan yang sekarang berkembang, masalah, dan tujuan. [Times New Roman 12, justified, 1,5 spasi]

Masalah

Pada bagian ini dijelaskan masalah, persoalan, tantangan, atau kebutuhan masyarakat/mitra yang faktual dan aktual. Selanjutnya diuraikan tentang masalah, persoalan, atau kebutuhan pokok dalam masyarakat/mitra dikaitkan dengan target kegiatan. [Times New Roman 12, justified, 1,5 spasi]

Metode Penelitian

Penulisan metodologi penelitian berisikan desain penelitian, tempat dan waktu, populasi dan sampel, teknik pengukuran data, dan analisis data. Sebaiknya

menggunakan kalimat pasif dan kalimat narasi, bukan kalimat perintah. [Times New Roman 12, justified, 1,5 spasi]

Hasil Dan Pembahasan

Pada penulisan hasil hanya dituliskan hasil penelitian yang berisikan data yang didapat pada penelitian atau hasil observasi lapangan. Bagian ini diuraikan tanpa memberikan pembahasan, tuliskan dalam kalimat logis. Hasil bisa dalam bentuk tabel, teks, atau gambar. Pembahasan merupakan bagian terpenting dari keseluruhan isi artikel ilmiah. Tujuan pembahasan adalah menjawab masalah penelitian atau menunjukkan bagaimana tujuan penelitian itu dicapai dan menafsirkan/analisis hasil. Tekankan aspek baru dan penting. Bahas apa yang ditulis dalam hasil tetapi tidak mengulang hasil. Jelaskan arti statistic (misal p<0.001, apa artinya? dan bahas apa arti kemaknaan. Sertakan juga bahasan dampak penelitian dan keterbatasannya. [Times New Roman 12, justified, 1,5 spasi]

Kesimpulan Dan Saran

Kesimpulan berisikan jawaban atas pertanyaan penelitian. Kesimpulan harus menjawab tujuan khusus. Bagian ini dituliskan dalam bentuk esai dan tidak mengandung angka. [Times New Roman 12, justified, 1,5 spasi]

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih terutama ditujukan kepada pemberi dana kegiatan atau donatur. Ucapan terima kasih dapat juga disampaikan kepada pihak-pihak yang membantu pelaksanaan kegiatan. [Times New Roman 12, justified, 1,5 spasi]

Daftar Pustaka

Jumlah daftar pustaka/referensi dalam artikel minimal 5 sumber. Pustaka menggunakan American Psychological Association (APA 7th Edition)

Contoh:

Contoh Sumber Dari Pustaka Primer (Jurnal):

Puspanegara, A. (2018). Pengaruh Tingkat Ketergantungan Pasien Terhadap Beban Kerja Perawat RSPI Prof. Dr. Sulianti Saroso. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 9(1), 46-51. https://doi.org/10.34305/jikbh.v9i1.72

Contoh Sumber Dari Buku Teks:

Maksum, A. (2008). *Metodologi Penelitian*. Surabaya: Univesity Press.

Contoh Sumber Dari Prosiding:

Nurkholis, Moh. (2015). Kontribusi Pendidikan Jasmani dalam Menciptakan SDM yang Berdaya Saing di Era Global. *Prosiding*. Seminar Nasional Olahraga UNY Yogyakarta; 192-201.

Contoh Sumber Dari Skripsi/Tesis/Disertasi:

Hanief, Y.N. (2014). Pengaruh Latihan Pliometrik dan Panjang Tungkai Terhadap Kecepatan Renang Gaya Dada 50 M. *Skripsi*. Program Studi Pendidikan Kepelatihan Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Contoh Sumber Dari Inter Asnaldi, Arie. Pendidikan tanggal 1 Januari 2019.	http://artikel-olahraga.blogspot.co.id/	Diakses



Diterbitkan Oleh:

Lembaga Pengabdian Masyarakat Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan

Alamat: Jl. Lingkar Kadugede

No.2 Kuningan, Jawa Barat 45566

Telp: (0232)875847, Fax:

(0232)87123

Website: https://ejournal.stikku.ac.id

e-mail: lpm@stikku.ac.id