

POLITEKNIK NEGERI NUSA UTARA
PEMBERDAYAAN MASYARAKAT GUNA MENINGKATKAN PERILAKU
HIDUP SEHAT DI KAMPUNG LAOTONGAN WILAYAH KERJA
PUSKESMAS MANALU KECAMATAN TABUKAN SELATAN
EMPOWERING OF COMMUNITIES FOR INCREASING
HEALTHY LIVING BEHAVIOUR IN LAOTONGAN VILLAGE WORK AREA
MANALU HEALTH CENTER DISTRICT OF TABUKAN SELATAN

Mareke Doherty Patras¹⁾, Yeanneke Lisbeth Tinungki¹⁾, Agneta Lalombo¹⁾,

¹⁾Program Studi Keperawatan, Jurusan Kesehatan, Politeknik Negeri Nusa Utara

Email: mareikepatrasmp@gmail.com

Abstrak: Sehat memang bukan segalanya tetapi tanpa kesehatan segalanya menjadi tidak berarti, karena itu kesehatan harus dijaga, dipelihara, dan ditingkatkan oleh setiap anggota rumah tangga serta di perjuangkan oleh semua pihak. (Proverati dan Rahmawati, 2012). Berdasarkan survey rumah tangga di tiap Kecamatan Kabupaten Sangihe Tahun 2017 Pelaksanaan PHBS sejumlah 50,40%, khususnya di wilayah pelayanan Puskesmas Manalu ada 2.084 kepala keluarga belum dilakukan pemantauan pelaksanaan PHBS termasuk Kampung Laotongan. (Dinas Kesehatan Sangihe, 2017). Data laporan mahasiswa KKL Tahun 2018 masyarakat Kampung Laotongan yang menderita penyakit hipertensi sebanyak 75% dan 89% masyarakat Lendongan 1 dan 2 membuang sampah di pesisir pantai. Dari permasalahan kesehatan Kampung Laotongan, tim PKMS ingin melakukan promosi kesehatan, pemeriksaan kesehatan dan kerja bakti masal dengan menggunakan metode berupa tahapan persiapan, pelaksanaan, monitoring dan evaluasi kegiatan. Pengabdian perilaku hidup sehat di Kampung Laotongan terlaksana dengan baik dengan kegiatan berupa: penyuluhan tentang 10 indikator Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS), penanggulangan sampah rumah tangga dan sampah plastik, penyuluhan penatalaksanaan penyakit hipertensi, pengukuran tekanan darah, pemeriksaan kesehatan berupa asam urat dan gula darah dan diakhiri dengan kegiatan kerja bakti masal disepanjang talud Lendongan 2. Kegiatan ini dilakukan melalui mobilisasi masyarakat untuk ikut terlibat mulai dari perencanaan hingga evaluasi kegiatan. Diharapkan pemerintah, petugas kesehatan dan masyarakat terus memotivasi dan melakukan Perilaku hidup sehat agar supaya terhindar dari berbagai macam penyakit dan derajat kesehatan masyarakat menjadi lebih baik.

Kata Kunci : Perilaku Hidup Sehat, Penyuluhan, Pemeriksaan Kesehatan, Sampah Plastik

***Abstract:** Healthy is not everything but without health, everything becomes meaningless, because of that health must be maintained and improved by every household member and championed by all parties. (Proverati and Rahmawati, 2012). Based on household surveys in each District of Sangihe District in 2017, the implementation of PHBS is 50.40%. Especially in the service area of Manalu Community Health Center, 2,084 households have not been monitoring the implementation of PHBS including Laotong Village. (Sangihe Health Service, 2017). Data report by KKL students in 2018 in the village of Laotongan people who suffer from hypertension as much as 75% and 89% of the Lendongan 1 and 2 communities dispose of their garbage at the beach. Based on the health problems of Laotongan Village, the PKMS team focused to carry out health promotion, health checks and mass community service work using methods in the form of stages of preparation, implementation, monitoring, and evaluation of activities. The community service of healthy living behaviors in Laotong was carried using 10 indicators of Healthy Clean Living Behavior (PHBS), prevention of household waste and plastic waste, counseling on management of hypertension, blood pressure measurement, gout and blood sugar values and finally the activities were gathering together people to do environment cleaning along the beach at Lendongan 2 retaining wall.*

***Keywords:** Healthy life behavior; counseling; health check; garbage*

PENDAHULUAN

Pemberdayaan masyarakat harus dimulai dari rumah tangga atau keluarga, karena rumah tangga yang sehat merupakan aset atau modal pembangunan di masa depan yang perlu dijaga, ditingkatkan dan

dilindungi kesehatannya. Beberapa anggota rumah tangga mempunyai masa rawan terkena penyakit menular dan penyakit tidak menular, oleh karena itu untuk mencegah penyakit tersebut, anggota rumah tangga perlu diberdayakan untuk melaksanakan

Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) (Kementerian Kesehatan RI, 2011). Berdasarkan profil kesehatan Sangihe dengan melakukan survei rumah tangga di tiap Kecamatan Kabupaten Sangihe Tahun 2017 Pelaksanaan PHBS sejumlah 50,40%., khususnya Di wilayah pelayanan Puskesmas Manalu ada 2.084 Kepala Keluarga belum dilakukan pemantauan pelaksanaan PHBS termasuk Kampung Laotongan. (Dinas Kesehatan Sangihe, 2017). Hasil pengkajian data dari mahasiswa KKL Politeknik Negeri Nusa Utara pada bulan Januari Tahun 2018 ada 89% keluarga membuang sampah dilaut, pada 6 bulan terakhir ada 75% penderita penyakit hipertensi (Mahasiswa KKL Posko Laotongan, 2018). Dari permasalahan kesehatan Kampung Laotongan, tim PKMS ingin melakukan pengabdian guna meningkatkan perilaku hidup sehat keluarga dan masyarakat, melalui pemberian promosi kesehatan berupa penyuluhan tentang Perilaku Hidup sehat, penatalaksanaan penyakit hipertensi, pemeriksaan kesehatan dan kerja bakti massal. Pelaksanaan pengabdian perilaku hidup sehat diharapkan mampu menanggulangi permasalahan kesehatan dan kebersihan lingkungan di Kampung Laotongan Kecamatan Tabukan Selatan.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan PKMS ini akan dilaksanakan pada bulan Mei sampai dengan bulan November tahun 2019 bertempat di Kampung Laotongan Wilayah Kerja Puskesmas Manalu Kecamatan Tabukan Selatan Kabupaten Sangihe, diawali dengan tahapan persiapan menyampaikan program rencana kegiatan kepada Pemerintah dan masyarakat kemudian tahap pelaksanaan dengan melakukan penyuluhan perilaku hidup sehat pemeriksaan kesehatan dan kerja bakti massal. Tahap ke tiga melakukan monitoring dan evaluasi kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kampung Laotongan merupakan bagian dari wilayah Kecamatan Tabukan Selatan Kabupaten

Kepulauan Sangihe Provinsi Sulawesi Utara dengan jumlah penduduk 289 jiwa dan 96 kepala keluarga yang tersebar di 3 lindungan. Adapun batas wilayah kampung Laotongan bagian utara berbatasan dengan laut Sulawesi, bagian timur berbatasan dengan selat Batuwingkung, bagian selatan berbatasan dengan selat Manalu dan bagian barat berbatasan dengan selat Simueng. Tinggi permukaan laut 3 meter suhu rata-rata 35°C dengan luas wilayah 420 Ha. Mata pencaharian penduduk mayoritas sebagai nelayan dan petani, tingkat pendidikan pada umumnya Sekolah Dasar (SD).



Gambar 1. Kampung Laotongan.

Kampung Laotongan merupakan bagian dari wilayah kerja Puskesmas Manalu yang bertempat di kampung bentung berada dekat dengan pusat kecamatan kampung Lesabe.

Tim PKMS membantu pemerintah dan masyarakat dengan melakukan Kegiatan pengabdian peningkatan perilaku hidup sehat yang dihadiri oleh pemerintah kampung, petugas kesehatan (Bidan) serta masyarakat bertempat di Kantor Kapitalaung dan rumah pertemuan. Acara ini diawali dengan sambutan Kapitalaung dan penyampaian program kegiatan oleh ketua tim pengabdian kemudian dilanjutkan dengan penyuluhan tentang 10 indikator PHBS berupa ; Pertolongan persalinan oleh tenaga kesehatan, pemberian ASI eksklusif pada bayi berumur 0 sampai dengan 6 bulan, penimbangan bayi dan balita tiap bulan, penggunaan air bersih, mencuci tangan dengan air dan sabun, penggunaan jamban sehat, pemberantasan jentik nyamuk, makan buah dan sayur tiap hari, aktivitas fisik setiap hari, tidak merokok didalam rumah (Depkes RI, 2012) dan penyuluhan tentang penanggulangan sampah rumah tangga dan sampah plastik.



Gambar 2. Penyuluhan PHBS.

Kemudian dilanjutkan dengan penyuluhan penatalaksanaan penyakit hipertensi. Dari penyuluhan yang telah diberikan oleh tim PKMS, dapat dilihat begitu besar keingintahuan masyarakat tentang perilaku hidup sehat, penatalaksanaan penyakit hipertensi dan penanggulangan sampah rumah tangga. Ditandai dengan respon pertanyaan kepada tim pengabdian dan pada akhirnya masyarakat memahami bagaimana berperilaku hidup sehat di tiap rumah tangga masing-



Gambar 3. Pemeriksaan kesehatan

Masing. Kegiatan dilanjutkan dengan pengukuran tekanan darah dan pemeriksaan kesehatan di rumah pertemuan Lendongan 1 Kampung Laotongan, dari hasil pemeriksaan didapatkan sebagian besar 75% masyarakat yang hadir menderita tekanan darah tinggi (hipertensi) dan ada sebagian yang menderita asam urat dan gula darah (DM). Pada sore hari dilanjutkan dengan kerja bakti massal bertempat di sepanjang talud Lendongan 2.

Kegiatan pengabdian yang sama telah dilakukan oleh Suci Musvita Ayu, dkk, (2012) tentang Peningkatan Kesehatan Melalui Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Sejak Dini Di Desa Hargomulyo Gedangsari Gunung Kidul menghasilkan masyarakat gunung kidul memahami Perilaku Hidup bersih Sehat.

Di akhir kegiatan tim pengabdian memberikan alat dan bahan kesehatan berupa Tensi meter 2 buah, stetoskop 2 buah, alat pemeriksaan gula darah, kolesterol, asam urat stik, 2 strip guladarah, 2 strip asam urat dan 2 strip kolesterol, alkohol dan kapas kepada Kapitalaung Kampung Laotongan disaksikan

KESIMPULAN

Pengabdian Pemberdayaan Masyarakat Guna Meningkatkan Perilaku Hidup Sehat Di Kampung Laotongan Wilayah Kerja Puskesmas Manalu Kecamatan Tabukan Selatan Kabupaten Kepulauan Sangihe terlaksana dengan baik dengan kegiatan penyuluhan Perilaku Hidup Sehat, pengukuran tekanan darah, memeriksa kesehatan dan kerja bakti massal. Walaupun kegiatan pengabdian ini telah selesai, Tim PKMS mengajak pemerintah melalui petugas kesehatan untuk terus memotivasi masyarakat guna melaksanakan perilaku hidup sehat dengan baik dan benar.

DAFTAR RUJUKAN

- Depkes RI. 2012. Broket Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Rumah Tangga, <http://www.malang.ac.id>, diakses 25 Mei 2019
- Depkes Sangihe. 2017. Profil Kesehatan Kabupaten ; Sangihe diakses pada tanggal 4 September 2019 pada pukul 17.30 wita.
- Kementerian Kesehatan. 2011. Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih Sehat di rumah tangga , diakses pada tanggal 1 April 2019 pukul : 15.40
- Mahasiswa KKL Posko Laotongan Polnustar. 2018. Laporan KKL Polieknik Negeri Nusa Utara : Tahuna
- Proverawati dan Rahmawati. 2012. Perilaku Hidup Bersih dan sehat. Nuha medika; Jakarta
- Suci M Ayu, dkk. 2012, Peningkatan Kesehatan Melalui Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Sejak Dini Di Desa Hargomulyo Gedangsari Gunung Kidul diakses 7 November 2019 pukul 2.20 wita.