

GERAKAN EDUKASI POLA HIDUP SEHAT MENUJU KELUARGA YANG MANDIRI BAGI MASYARAKAT DESA JOMBOK KEC. NGORO JOMBANG

Ririn Febriyanti¹⁾, Novita Nur Synthiawati²⁾, Slamet Boediono¹⁾

¹⁾STKIP PGRI Jombang, Jombang, Jawa Timur, Indonesia

Corresponding author : Ririn Febriyanti
E-mail : ririnfebriyanti28028201@gmail.com

Diterima 27 Oktober 2022, Direvisi 11 November 2022, Disetujui 15 November 2022

ABSTRAK

Keluarga merupakan pengalaman pertama bagi anak-anak. Kondisi sehat dengan cara merubah perilaku dapat dimulai dari lingkungan tatanan rumah tangga. Lingkungan rumah tangga merupakan lingkungan awal dimana manusia itu belajar. Pembentukan perilaku individu sangat diperlukan terlebih di masa Pandemi seperti saat ini. Tantangan menjadi semakin berat sejalan dengan kebutuhan hidup yang terhambat mobilitasnya dikarenakan wabah virus COVID 19, sehingga keluarga adalah satu-satunya harapan untuk tetap tangguh dan tanggap dalam mengatasi segala kemungkinan yang terjadi hingga terwujudnya keluarga yang sehat, mandiri dan keluarga yang bebas dari *stunting*. Pengabdian sebagai pengemban Tri darma Perguruan Tinggi melakukan kegiatan dengan memberikan edukasi dan pendampingan untuk mewujudkan keluarga sehat dan mandiri. Permasalahan yang dihadapi mitra Desa Jombok Kecamatan Ngoro antara lain adalah (1). Kurangnya pemahaman Kemandirian Keluarga dalam hal ini adalah pengembangan karakter remaja sehingga berdampak pada perilaku remaja dan gizi, (2). Pernikahan Usia Muda dan perceraian relatif tinggi pada tahun 2020 sd 2021; 3) Kurangnya Pengetahuan tentang Pola Asuh baik terhadap Balita, Remaja dan Bumil. Metode yang digunakan dalam program pengabdian ini yaitu 1). dengan pendekatan *asset based community driven development* melalui edukasi dan pendampingan yang mengarah pada konteks pemahaman dan internalisasi aset, potensi, kekuatan dan pendayagunaan secara mandiri dan maksimal ; 2). Diskusi yang berupa tanya jawab tetapi lebih tepatnya sharing pengalaman mengenai bagaimana menanamkan dan mengembangkan karakter pada remaja serta perkembangan gizi keluarga. Hasil dari pengabdian ini yaitu 1). Meningkatnya pemahaman peran keluarga (ayah/bunda) sebagai perwujudan keluarga sehat dan mandiri , (2) Meningkatnya pemahaman tentang pola pikir dan pola asuh serta peroblematika yang dihadapi remaja sebagai perwujudan keluarga sehat , mandiri dan bebas *stunting*.

Kata kunci: edukasi; keluarga mandiri; pola hidup sehat

ABSTRACT

Family is the first experience for children. Healthy conditions by changing behavior can be started from the household environment. The home environment is the initial environment in which humans learn. The formation of individual behavior is very necessary especially in this time of Pandemic. The challenges are getting tougher in line with the needs of life whose mobility is hampered due to the COVID-19 virus outbreak, so the family is the only hope to remain strong and responsive in overcoming all possibilities that occur until the realization of a healthy, independent family and a family free from *stunting*. Servants as carriers of the Tri Dharma of Higher Education carry out activities by providing education and assistance to create healthy and independent families. The problems faced by the partners of Jombok Village, Ngoro District, include (1). Lack of understanding of Family Independence in this case is the development of adolescent character so that it has an impact on adolescent behavior and nutrition, (2). Young Marriage and divorce are relatively high in 2020 to 2021; 3) Lack of Knowledge about Good Parenting for Toddlers, Teenagers and Pregnant Women. The methods used in this service program are 1). with an asset-based community driven development approach through education and assistance that leads to the context of understanding and internalizing assets, potentials, strengths and utilization independently and maximally; 2). Discussions in the form of questions and answers, but rather sharing experiences on how to instill and develop character in adolescents and the development of family nutrition. The results of this service are 1). Increased understanding of the role of the family (father/mother) as the embodiment of a healthy and independent family, (2) Increased understanding of mindset and parenting patterns and problems faced by adolescents as the embodiment of a healthy, independent and *stunting*-free family.

Keywords: education; independent family; healthy lifestyle

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan sebuah investasi untuk meningkatkan kualitas Sumber Daya Manusia sesuai dengan Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang kesehatan. Tujuan pembangunan kesehatan adalah meningkatnya kesadaran masyarakat, kemauan, dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar peningkatan derajat kesehatan masyarakat setinggi-tingginya dapat terwujud. Tujuan tersebut berjalan optimal, dengan diawali pembangunan kesehatan dimulai dari unit terkecil dalam tatanan masyarakat yaitu keluarga.

Upaya yang dilakukan Kementerian Kesehatan untuk mewujudkan masyarakat Indonesia yang berperilaku sehat, hidup dalam lingkungan sehat dan sadar akan pentingnya kesehatan yaitu menyelenggarakan sebuah program yang disebut Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga. Program ini merupakan terobosan dalam upaya menanggulangi masalah-masalah kesehatan dan meningkatkan akses keluarga terhadap pelayanan kesehatan.

Data yang diperoleh dari Radar Jombang melalui Kapolres Jombang AKBP Agung Setyo Nugroho menyampaikan ada peningkatan signifikan dalam kasus narkoba di Jombang. Selama Januari, 41 orang ditangkap. Angka ini naik 100 persen dari bulan Desember 2020. Hal itu juga dialami desa Jombok Kecamatan Ngoro Jombang. Permasalahan di desa Jombok Kecamatan Ngoro Jombang yaitu (1). Kurangnya pemahaman Kemandirian Keluarga dalam hal ini adalah pengembangan karakter remaja sehingga berdampak pada perilaku remaja dan gizi, (2). Pernikahan Usia Muda dan perceraian relatif tinggi pada tahun 2020 sd 2021; 3) Kurangnya Pengetahuan tentang Pola Asuh baik terhadap Balita, Remaja dan Bumil.

Pada awalnya wilayah yang saat ini bernama desa jombok Kecamatan Ngoro Jombang adalah kawasan pemukiman yang masih belum tertata, atau merupakan hamparan belukar. Dan atas kegigihan beberapa orang yang telah berusaha untuk membangun maka wilayah ini berkembang menjadi daerah pertanian dan permukiman yang sudah teratur, ketika itu wilayah pertanian dan pemukiman yang pemukiman yang terbentuk terdiri dari 8 dukuh. Mata pencaharian masyarakat adalah petani dan peternak bebek peking. Potensi yang dimiliki adalah sektor pendidikan, terbukti di desa tersebut tersebar SD, SMP, SMA, dan

Perguruan Tinggi. Selain itu terdapat perpustakaan desa yang bisa dipinjam bukunya oleh masyarakat desa setempat.

Beberapa pelaksanaan penyuluhan sudah dilakukan diantaranya adalah Pada tahun 2021 dilaksanakan penyuluhan program vaksinasi Covid-19 yang dilakukan pada masyarakat di desa Pakistaji Malang. Penyuluhan tersebut menyimpulkan bahwa peningkatan pengetahuan masyarakat terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat tentang vaksin Covid-19 dan peningkatan komitmen masyarakat untuk berpartisipasi dalam kegiatan vaksinasi (Nur & Rahman, 2021). Edukasi serupa juga dilakukan oleh tim pengabdian tahun 2021 di Desa Desa Borisallo Kabupaten Gowa dengan tema Edukasi vaksinasi Covid-19 dan penerapan 5M. Edukasi tersebut dilaksanakan secara daring pada siswa siswi di SMA Insan Cendekia Syech Yusuf Gowa. Keduanya menunjukkan peningkatan pengetahuan yang nyata dari kegiatan ini (Aldilawati & Hidayat, 2021; Mus et al., 2021)

Berangkat dari visi kabupaten Jombang dan dalam rangka meningkatkan Indeks Pembangunan Manusia (IPM), melalui tim pengabdian dari STKIP PGRI Jombang mengadakan kegiatan pengabdian. Tujuan dari kegiatan pengabdian diantaranya yaitu 1). Terjadinya peningkatan pemahaman tentang bagaimana cara mencegah dan menurunkan angka stunting yang terjadi di daerah tersebut; 2). Dalam rangka meningkatkan pengetahuan keluarga baik kader kader PKK maupun orang tua tentang Perilaku Hidup Bersih (PHBS); 3). Terjadinya peningkatan pemahaman dan pengetahuan tentang pola asuh orang tua terhadap anak serta pemberian gizi keluarga sebagai salah satu upaya untuk mencegah stunting.

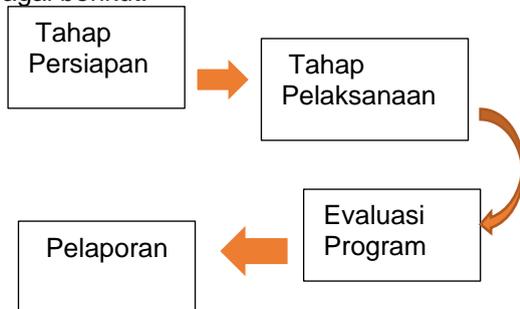
METODE

Ada beberapa metode yang digunakan dalam program pengabdian ini diantaranya:

1. Pendampingan (Diskusi Tanya Jawab), Diadakan diskusi yang berupa tanya jawab tetapi lebih tepatnya sharing pengalaman mengenai bagaimana menanamkan dan mengembangkan karakter pada remaja serta perkembangan gizi keluarga.
2. Pendekatan *Asset Based Community driven Development*, pendekatan ABCD mengarah pada konteks pemahaman dan internalisasi asset, potensi, kekuatan dan pendayagunaan secara mandiri dan maksimal adalah sebagai berikut :

- a. Menganalisis keadaan dan menemukan potensi kekuatan (Discovery). Tahapan Discovery dilakukan berdasarkan pre test dan post test, perolehan perubahan sebagai indikator bahwa mitra telah meningkat pemahamannya.
- b. Merumuskan kebutuhan dan keinginan mitra melalui seleksi potensi (Dream)
- c. Menilai sumber daya, kemampuan mitra, merencanakan kegiatan (Desain)
- d. Menentukan mitra pasangan lain yang saling simbiosis
- e. Merumuskan bentuk tindakan dan upaya yang tepat dan kreatif melalui kegiatan terpadu (Difine)
- f. Melaksanakan tindakan/kegiatan (Destiny).

Alur Tahapan Pengabdian Masyarakat sebagai berikut:



Gambar 1. Tahapan Pengabdian Masyarakat

Tahapan pada pengabdian ini diantaranya:

1. Tahap Persiapan
Observasi permasalahan Mitra.
2. Tahap Pelaksanaan
Pada tahap ini dilakukan serangkaian kegiatan yang sudah direncanakan sebelumnya
3. Evaluasi Program
Pada kegiatan ini melakukan kroscek atau perbandingan dengan sebelum kegiatan program pengabdian dilakukan dan sesudah pelaksanaan program kegiatan. Keberhasilan program pengabdian ditandai dengan perubahan yang positif bagi mitra.
4. Pelaporan
Menulis Laporan sebagai bentuk pertanggungjawaban.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dilaksanakan untuk para ibu kader PKK, dan ibu yang memiliki anak remaja yang berlangsung di desa Jombok Kecamatan Ngoro Kabupaten Jombang dan diselenggarakan oleh kerjasama Tim pengabdian

STKIP PGRI Jombang dengan kader PKK Desa Jombok kecamatan Ngoro Kabupaten Jombang. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dalam bentuk diskusi, curah pendapat interaktif, serta pemaparan materi. Pemaparan materi ini diberikan tentang pola asuh bagaimana menanamkan karakter remaja, serta meningkatkan kreativitas remaja, dan peningkatan gizi keluarga. Hal ini juga membutuhkan peran serta para orang tua dalam mengembangkan karakter remaja ke arah yang positif. Curah pendapat ini diperuntukkan untuk menjembatani problematika yang dihadapi oleh remaja serta memberikan solusi bagaimana mengatasi permasalahan yang sedang dihadapi remaja saat ini.

Adapun alur keseluruhan pelaksanaan pengabdian ini sebagai berikut ini:

1. Tahap Persiapan

Tahap ini merupakan tahapan persiapan keberangkatan menuju lokasi.



Gambar 2. Persiapan Menuju Lokasi

Pada tahap ini, tim pengabdian melakukan survei di Desa Jombok Kecamatan Ngoro Jombang. Hal ini dimaksudkan untuk menganalisis permasalahan yang terjadi di desa tersebut serta merencanakan solusi yang diterapkan.

2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap ini, tim pengabdian STKIP PGRI Jombang melaksanakan kegiatan sosialisasi berupa Edukasi Pola Hidup Sehat. Adapun sosialisasi sebagai berikut:

a. Pembukaan

Pembukaan ini diawali dengan pembacaan Doa dan Sambutan dari Ketua P3M STKIP PGRI Jombang dan Ketua PKK Desa Jombok Kec. Ngoro Jombang



Gambar 3. Sambutan Ketua P3M STKIP PGRI Jombang dan Ketua PKK

b. Penyampaian Materi

Penyampaian Materi ini dibagi 2 yaitu Materi I yaitu tentang penyampaian tentang kemandirian keluarga yang berkaitan dengan pentingnya peran keluarga bagi pembentukan karakter remaja. Hal ini berkaitan dengan pola asuh orang tua terhadap anak. Keluarga sebagai unit terkecil dalam masyarakat memiliki tanggungjawab pertama untuk menjaga pertumbuhan dan perkembangan anak. Seorang anak akan mencapai pertumbuhan dan perkembangan optimal jika kebutuhan dasarnya terpenuhi, misalnya kebutuhan fisik (sandang, pangan, papan) dan kebutuhan psikologis berupa dukungan, perhatian dan kasih sayang. Namun banyak tersebar bahwa keluarga justru menjadi sumber ancaman dan ketidaktentraman anak, karena pola asuh orang tua dalam mendidik dan membesarkan anaknya dan perlakuan salah yang sering diterima anak dari keluarga (khususnya orang tua). Berikut gambar di bawah penyampaian Materi I



Gambar 4. Penyampaian Materi I



Gambar 5. Penyampaian Materi II

Sedangkan untuk materi II tentang pemberian gizi kepada anak. Pemberian Gizi kepada anak dimulai dari masa kehamilan, Ibu dengan kesadaran penuh memberi ASI saja sejak lahir sampai usia 6 bulan, Menimbang bayi/balita setiap bulan dan mencatat berat badan bayi/balita dalam Kartu Menuju Sehat (KMS), hingga anak usia 10 ke atas dengan mengkonsumsi minimal 3 porsi buah dan 2 porsi sayuran atau sebaliknya setiap hari (dlm 1 minggu terakhir) sebagai sumber serat terbaik bagi tubuh. Di samping itu anggota rumah tangga selalu mencuci tangan dengan air bersih yang mengalir dan memakai sabun untuk menurunkan angka Kematian akibat Diare, Kholera, Disentry dan

penyakit Infeksi Pencernaan lainnya 43-45% (WHO).

c. Tanya jawab

Pada tahap ini dilakukan sesi diskusi dan testimoni (*sharing*) dengan tema :” Penguatan Kemandirian Keluarga”.

d. Pemberian Doorprrie dan Penutup

Pemberian hadiah kenang kenangan dengan menjawab pertanyaan yang sudah disediakan panitia. Dilanjutkan Do'a penutup. Berikut gambar Pemberian Kenang kenangan.



Gambar 6 Pemberian Kenang-Kenangan

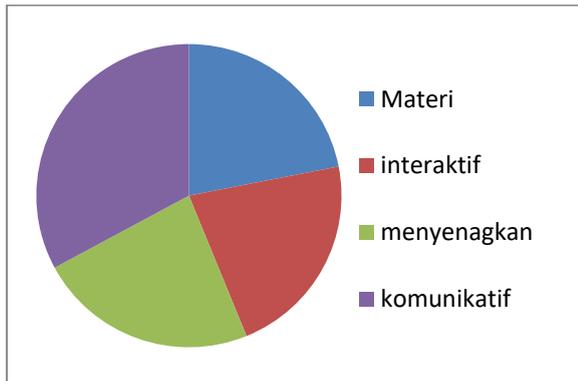
3. Evaluasi Program

Setelah kegiatan tersebut dilanjutkan dengan kegiatan umpan balik/evaluasi. Kegiatan Umpan balik peserta ini dimaksudkan untuk dasar evaluasi dari kegiatan pengabdian ini. Umpan balik ini berisi saran, tanggapan, serta sejauh mana pemahaman yang diperoleh peserta setelah diadakan pelatihan tersebut. Hal ini sangat penting dari pelatihan penguatan kemandirian keluarga bagi kader TPK PKK di Desa Jombok Kecamatan Ngoro Kabupaten.

Tim Pengabdian membagikan selembaar pre test dan Post Test. Pre Test dilaksanakan sebelum diadakan edukasi Pola Hidup Sehat dan post test dilaksanakan setelah edukasi Pola Hidup Sehat. Dari pre test dan Post Test tersebut dianalisis dan dibuat tabel untuk mengetahui Jawaban peserta Edukasi. Dalam sesi umpan balik ini, sebagian besar peserta memberikan respon yang positif, terlihat dari beberapa komentar peserta yang hadir maupun dari Ketua PKK Desa Jombok Kecamatan Ngoro. Secara umum dapat disimpulkan bahwa peserta pelatihan merespons secara positif pelatihan ini. Dari kelima aspek di atas terjadi peningkatan rata-rata sebesar 45%, sehingga dapat disimpulkan pula bahwa peserta pelatihan paham terhadap materi Penguatan Kemandirian Keluarga yang disampaikan Tim pengabdian. Selanjutnya tanggapan peserta terhadap pemateri disajikan pada Gambar 7 dan Tabel 1.

Tabel 1. Persentase Jawaban Tanggapan Peserta Terhadap Pemateri

No.	Alternatif Tanggapan terhadap Pemateri	Prosentase Jawaban
1.	Materi Yang disampaikan mudah dipahami	80%
2.	Interaktif	80%
3.	Menyenangkan	85%
4.	Komunikatif	85%

**Gambar 7.** Persentase Jawaban Tanggapan Peserta Terhadap Pemateri

Berdasarkan Gambar 7, peserta memberikan tanggapan terhadap pemateri penguatan kemandirian keluarga kader TPK PKK desa Jombang Kecamatan Ngoro Kabupaten Jombang yaitu materi yang disampaikan sebesar 80%, penyajian dari materi baik segi interaktif sebesar 80%, menyenangkan sebesar 85%, dan komunikatif sebesar 85% sehingga diperoleh rata-rata sebesar 82,5%. Selanjutnya ungkapan tanggapan peserta terhadap harapan-harapan menjadi kader disajikan pada tabel 2 dibawah ini :

Tabel 2. Persentase Tanggapan Peserta Terhadap Harapan menjadi Kader

No.	Alternatif Tanggapan Peserta	Prosentase Jawaban
1.	Mendapatkan Kesempatan Pembinaan secara rutin	90%
2.	Mendapatkan pendampingan yang sama	90%
3.	Mendapatkan Intensif	85%
4.	Ada pergantian secara berkala	85%

Berdasarkan tabel 2, diperoleh prosentase tanggapan peserta terhadap harapan menjadi kader TPK PKK desa Jombang Kecamatan Ngoro Jombang menunjukkan rata-rata sebesar 87,5% dengan

4 (empat) alternatif tanggapan yaitu mendapatkan kesempatan pembinaan secara rutin sebanyak 90%, mendapatkan pendampingan yang sama sebesar 90%, mendapatkan intensif sebesar 85% dan ada pergantian pengurus secara berkala sebesar 85%.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Pimpinan STKIP PGRI Jombang dan Tim P3M STKIP PGRI Jombang yang telah memberikan kesempatan kepada kami untuk melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, dan terima kasih kepada mitra Tim PKK dan Masyarakat Desa Jombok Kecamatan Ngoro Kab. Jombang yang berkenan untuk bekerjasama dengan tim pengabdian.

DAFTAR RUJUKAN

- Anwar Prabu Mangkunegara. (2015). Sumber Daya Manusia Perusahaan. Cetakan kedua belas. Remaja Rosdakarya: Bandung.
- Astuti, A. K. (2017). Early Children's Healthy Behavior. *Indonesian Journal of Early Childhood Education Studies*, 6(1).
- Effendi, F., Makhfudli, (2009). Keperawatan Kesehatan Komunitas: Teori dan. Praktek Dalam Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Fatmah. (2014). Media Komunikasi, Informasi dan Edukasi Gizi. Jakarta : Erlangga
- Marylyn, M. , Friedman. (1998). Buku Ajar Keperawatan Keluarga. Terbitan: EGC Available online: Get online.
- Mubarak, W. I. (2012). Ilmu Kesehatan Masyarakat: Konsep dan Aplikasi dalam Kebidanan. Jakarta: Salemba Medika.
- Mus, R., Taufiq, N., Bakri, Z., Hartati, H., & Safitri, D. S. N. (2021). Peranan Vaksin: Penyuluhan Seputar COVID-19 dan Pencegahannya. *ABDIPRAJA (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 2(2), 223-227.
- Notoatmodjo, S. (2003). Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: PT RINEKA CIPTA.
- Nur, F. F., & Rahman, V. N. (2021). Penyuluhan Program Vaksinasi Covid-19 Pada Masyarakat Desa Pakistaji. *Budimas: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(3).
- Rahmawati, E., & Proverawati, A. (2016). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Senjari, Ilham. (2017). Tanggungjawab Orangtua Terhadap Pendidikan Anak dalam Perspektif Hadist. *Skripsi. IAIN Surakarta*