

GERMAS: Kampanye Serentak di Seluruh Sekolah Tingkat SMP di Kab. Sumbawa

Has'ad Rahman Attamimi¹, Yunita Lestari², Putri Adekayanti³,
N.K.A. Aristyawati⁴, Abdul Azis⁵

^{1,2,,3}STIKES Griya Husada Sumbawa

⁴Dinas Kesehatan Kab. Sumbawa

⁵Dinas Pendidikan dan kebudayaan Kab. Sumbawa

e-mail: has.ad.rahman31121992@gmail.com

Abstract

The current condition of public health requires all related parties to improve their performance so that the community remains healthy. GERMAS since 2017 until now is still the main solution in improving the quality of people's healthy life, therefore the implementation of GERMAS socialization must continue to be carried out, especially in the school environment where the teaching and learning process takes place so it is hoped that efforts to improve health status will be easier to do. Based on these conditions, Lecturer at STIKES Griya Husada Sumbawa under the Research and Community Service Institute (LPPM) carried out Community Service in the form of GERMAS Socialization in all Middle Schools throughout Sumbawa Regency online. The target of this activity was UKS officers and was attended by 68 schools, each of which was represented by 4 participants including the UKS coaches. In the socialization session, the presentation of the material was carried out by N.K.A. Aristyawati, S.KM., M.PH. as an administrator for Young Health Experts in the field of public health at the Sumbawa District Health Office. This activity is also a collaborative activity between STIKES Griya Husada Sumbawa and the Sumbawa Regency Health Office and the Sumbawa Regency Education and Culture Office. This activity is expected to improve community behavior, especially students. Apart from that, it is also hoped that by continuing to hold similar activities with clean and healthy living habits in the community.

Keywords: *Germas, Simultaneous Campaign, Germas Campaign, Sumbawa Regency.*

Abstrak

Kondisi kesehatan masyarakat saat ini mengharuskan seluruh pihak terkait untuk meningkatkan kinerja dalam memastikan masyarakat tetap sehat. GERMAS sejak 2017 hingga saat ini masih menjadi solusi utama dalam peningkatan kualitas hidup sehat masyarakat, olehkarenanya, pelaksanaan sosialisasi GERMAS harus terus dilakukan, terutama pada lingkungan sekolah yang merupakan tempat berlangsungnya proses belajar mengajar sehingga diharapkan upaya meningkatkan derajat kesehatan akan lebih mudah dilakukan. Berdasarkan kondisi tersebut Dosen STIKES Griya Husada Sumbawa di bawah Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) melaksanakan Pengabdian Masyarakat berupa sosialisasi GERMAS di seluruh SMP se-Kabupaten Sumbawa secara online. Sasaran kegiatan tersebut adalah petugas UKS dan telah diikuti oleh 68 Sekolah yang masing-masing sekolah diwakili oleh 4 peserta termasuk Pembina UKS. Pada sesi sosialisasi, penyampaian materi dilakukan oleh N.K.A. Aristyawati, S.KM., M.PH. selaku administrator Kesehatan Ahli Muda pada bidang kesehatan masyarakat Dinas Kesehatan Kab. Sumbawa. Kegiatan ini juga merupakan kegiatan kolaborator antara STIKES Griya Husada Sumbawa dengan Dinas Kesehatan Kab. Sumbawa dan Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kab. Sumbawa. Kegiatan ini diharapkan mampu memperbaiki

perilaku masyarakat khususnya siswa. Selain itu juga diharapkan dengan terus diselenggarakannya kegiatan serupa perilaku hidup bersih dan sehat membudaya di masyarakat.

Kata kunci: Germas, Kampanye Serentak, Kampanye Germas, Kabupaten Sumbawa

LATAR BELAKANG

Seluruh belahan dunia termasuk Indonesia saat ini masih dibayang-bayangi kekhawatiran pasca terjadinya Pandemi Covid-19 yang telah melumpuhkan seluruh aktivitas masyarakat, dimulai dari ekonomi, sosial, budaya, pendidikan terutama kesehatan. Baru-baru ini khususnya di Indonesia, terkonfirmasi bahwa terjadi kasus penularan cacar monyet. Wabah yang pertama kali teridentifikasi di benua Afrika tersebut telah menyerang seorang pria asal Jakarta berusia 27 tahun yang memiliki riwayat perjalanan luar negeri, (Tim Redaksi, CNBC Indonesia, 2022). Sementara itu World Health Organization (WHO, 2022) menyatakan cacar monyet sebagai darurat kesehatan internasional, dalam (UPK Kemenkes, 2022).

Tidak hanya penyakit menular, penyakit tidak menular juga masih menjadi “PR” besar di Indonesia. Angka kematian akibat penyakit tidak menular masih cukup tinggi dibanding kematian akibat penyakit menular. Data WHO tahun 2021 menunjukkan 66% kematian di Indonesia diakibatkan oleh penyakit tidak menular, (Mufarida, 2021). Salah satu upaya yang dilakukan oleh pemerintah adalah dengan terus mensosialisasikan program Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS), tahun 2019 Kemenkes pernah mengandalkan GERMAS untuk mengatasi meningkatnya kematian akibat penyakit tidak menular (Tim CNN, 2019), Pemerintah Provinsi Kalimantan Timur juga mengandalkan program GERMAS untuk menekan tingginya angka stunting di KALTIM, (Pemprov Kaltim, 2022). Sementara di Kabupaten Sumbawa sendiri, untuk mendukung dan memastikan program GERMAS terlaksana, Pemerintah daerah menetapkan peraturan bupati (PERBUB) Nomor 44 tahun 2021 tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS).

Kondisi kesehatan masyarakat saat ini mengharuskan seluruh pihak terkait untuk meningkatkan kinerja dalam memastikan masyarakat tetap sehat. GERMAS sejak 2017 hingga saat ini masih menjadi solusi utama dalam peningkatan kualitas hidup sehat masyarakat, olehkarenanya, pelaksanaan sosialisasi GERMAS harus terus dilakukan, terutama pada lingkungan sekolah yang merupakan tempat berlangsungnya proses belajar mengajar sehingga diharapkan upaya meningkatkan derajat kesehatan akan lebih mudah dilakukan. Berdasarkan kondisi tersebut pula Dosen STIKES Griya Husada Sumbawa di bawah Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) akan melaksanakan Pengabdian Masyarakat berupa sosialisasi GERMAS di sekolah tingkat SMP se-Kabupaten Sumbawa dengan judul kegiatan “GERMAS: Kampanye Serentak di Seluruh Sekolah Tingkat SMP se-Kabupaten Sumbawa”.

KAJIAN TEORITIS

Definisi Germas

GERMAS (Gerakan Masyarakat Hidup Sehat) merupakan sebuah program untuk menggerakkan masyarakat agar membudayakan perilaku hidup sehat. Kemenkes RI (2018) menyimpulkan GERMAS sebagai sebuah gerakan yang bertujuan untuk memasyarakatkan **budaya hidup sehat** serta meninggalkan kebiasaan dan perilaku masyarakat yang kurang sehat, selain itu untuk mendukung program tersebut, aksi GERMAS juga diikuti dengan memasyarakatkan perilaku hidup bersih sehat dan dukungan untuk program infrastruktur dengan basis masyarakat.

Perilaku hidup sehat dapat memberikan berbagai manfaat, tidak hanya manfaat bagi kesehatan, namun bagi ekonomi serta lingkunganpun akan mendapatkan manfaatnya. Hal lain yang dapat dirasakan secara nyata adalah kenyamanan serta berkurangnya resiko terkena berbagai penyakit baik menular ataupun tidak, baik yang mematikan atau tidak, sehingga hal tersebut tentu juga akan berpengaruh pada tarap hidup seseorang.

Program ini memiliki beberapa fokus seperti membangun akses untuk memenuhi kebutuhan air minum, instalasi kesehatan masyarakat serta pembangunan pemukiman yang layak huni. Ketiganya merupakan infrastruktur dasar yang menjadi pondasi dari gerakan masyarakat hidup sehat (Kemenkes RI, 2018).

Tujuan GERMAS

Program GERMAS bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan masyarakat untuk berperilaku sehat dalam upaya meningkatkan kualitas hidup, dan memiliki tujuan khusus untuk meningkatkan partisipasi dan peran serta masyarakat untuk hidup sehat, meningkatkan produktivitas masyarakat dan mengurangi beban biaya kesehatan. Gerakan ini juga merupakan gerakan bersama yang memiliki beberapa tujuan mulai dari menurunkan beban penyakit menular dan penyakit tidak menular, baik kesakitan, kematian maupun kecacatan, menghindarkan terjadinya penurunan produktivitas, menurunkan beban pembiayaan pelayanan kesehatan karena meningkatnya penyakit dan pengeluaran kesehatan. Perbaikan lingkungan dan perubahan perilaku ke arah yang lebih sehat perlu dilakukan secara sistematis dan terencana oleh semua komponen bangsa, untuk itu Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) menjadi sebuah pilihan dalam mewujudkan derajat kesehatan masyarakat yang lebih baik.

Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) merupakan gerakan nasional yang diprakarsai oleh Presiden RI dalam mengoptimalkan upaya promotif dan preventif, tanpa mengesampingkan upaya kuratif-rehabilitatif sebagai payung besar tercapainya hidup sehat, dan penurunan prevalensi penyakit. GERMAS mulai dicanangkan pada 15 November 2016 di Desa Tamanan, Kecamatan Banguntapan, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY). Gerakan ini menunjukkan bahwa pemerintah Indonesia memiliki perhatian yang besar pada upaya promotif dan preventif serta masih berusaha mengatasi persoalan gaya hidup atau perilaku kurang sehat. Pada tahap awal di tahun 2016–2017, GERMAS berfokus pada 3 kegiatan, yaitu dengan melakukan aktivitas fisik 30 menit per hari, mengonsumsi buah dan sayur, serta memeriksakan kesehatan secara rutin (Rakom, 2016).

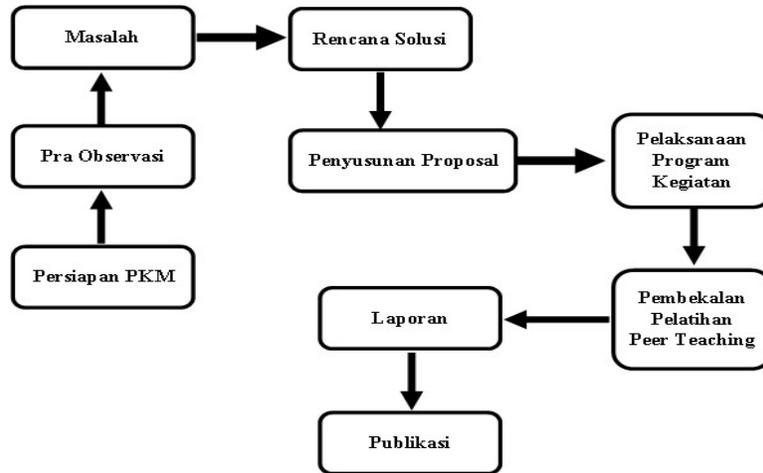
Penerapan GERMAS Dalam Kehidupan Sehari-hari

GERMAS berusaha mendorong masyarakat Indonesia untuk dapat memulainya dari diri sendiri dan keluarga. Gerakan tersebut ke depan membutuhkan inovasi-inovasi dalam kegiatan promotif dan preventif salah satunya dengan memotivasi masyarakat untuk membudayakan gaya hidup sehat dan aktif sebagai upaya mengurangi resiko sakit pada masyarakat, untuk mengatasi hal tersebut pemerintah melalui program GERMAS memberikan 7 langkah penting dalam rangka menjalankan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat. Ketujuh langkah tersebut merupakan bagian penting dari pembiasaan pola hidup sehat dalam masyarakat guna mencegah berbagai masalah kesehatan yang beresiko dialami oleh masyarakat Indonesia. Berikut ini 7 langkah GERMAS yang dapat menjadi panduan menjalani pola hidup yang lebih sehat, (Kemenkes RI, 2017).

1. Melakukan Aktivitas Fisik
2. Budaya Konsumsi Buah dan Sayur
3. Tidak Merokok
4. Tidak Mengonsumsi Minuman Beralkohol
5. Melakukan Pemeriksaan Kesehatan Secara Berkala
6. Menjaga Kebersihan Lingkungan
7. Menggunakan Jamban

METODE PENELITIAN

Pengabdian ini dilakukan dalam bentuk Sosialisasi serentak kepada Siswa SMP di Kabupaten Sumbawa. Pengabdian ini melibatkan mahasiswa dan beberapa instansi pemerintah terkait. Adapun alur dalam pengabdian ini sebagai berikut:



Gambar .1:
Alur Pelaksanaan PKM

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di sekolah Tingkat SMP se Kab. Sumbawa berupa kegiatan kampanye gerakan masyarakat hidup bersih dan sehat yang dikemas dalam “Webinar: Pendidikan GERMAS”. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 20 Januari 2023 dimulai Pukul 08.00 s/d Pukul 11.30 WITA dan diikuti oleh 68 sekolah tingkat SMP di Kab. Sumbawa yang setiap sekolah minimal diwakili oleh 4 peserta (petugas UKS) termasuk Pembina UKS atau Guru wali. Dalam kegiatan penyampaian materi dilakukan oleh Ibu **N.K.A Aristyawati, S.KM., M.PH.** selaku administrator Kesehatan Ahli Muda pada bidang kesehatan masyarakat Dinas Kesehatan Kab. Sumbawa. Pemberian materi dilakukan secara online melalui ZOOM Meeting.

Kegiatan ini juga merupakan kegiatan kolaborasi antara STIKES Griya Husada Sumbawa dengan Dinas Kesehatan Kab. Sumbawa dan Dinas Pendidikan dan kebudayaan Kab. Sumbawa. Aristyawati, disela-sela penyampaian materi menyampaikan, bahwa kampanye GERMAS harus terus digaungkan, terutama di lingkungan sekolah, dimana menurutnya siswa baik dari jenjang SD sampai dengan jenjang SMA atau sederajat lebih banyak menghabiskan waktu di Sekolah. Sehingga diharapkan dengan rutin dilakukan kegiatan serupa perilaku siswa yang mengarah pada perilaku hidup bersih dan sehat biasa menjadi budaya. Diharapkan juga, siswa-siswa sudah terbiasa dan perilakunya terbentuk dengan baik mampu menjadi contoh di masyarakat. Sehingga GERMAS ini akan semakin membudaya di lingkungan masyarakat.

Aziz, Kabid SMP dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kab. Sumbawa juga menyampaikan, bahwa kegiatan seperti ini penting untuk dilakukan, Aziz juga berharap kegiatan serupa terus dilakukan terutama pada siswa tingkat SMP, karena menurutnya, usia anak SMP merupakan usia yang sangat rentan dengan penyimpangan, khususnya berkaitan dengan penyimpangan perilaku hidup bersih dan sehat. Contoh yang paling mengkhawatirkan adalah perilaku siswa yang meroko. Dikhawatirkan juga mulai dari kebiasaan meroko kemudian penasaran dan mencoba hal berbahaya lainnya seperti narkoba.

Berdasarkan pendapat narasumber dan mitra di atas, maka dapat disimpulkan, kegiatan “pendidikan Germas pada Siswa tingkat SMP” ini sangat relevan dengan kondisi masyarakat saat ini. Dan berdasarkan pendapat-pendapat tersebut juga perlu dipertimbangkan untuk kegiatan-kegiatan serupa agar dilaksanakan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan berjalan dengan baik, antusias peserta juga sangat baik. Hal tersebut terbukti dengan banyaknya peserta yang mengikuti kegiatan, disamping itu juga antusias peserta terlihat dari banyaknya pesereta yang mengajukan pertanyaan hingga durasi waktu kegiatan tidak cukup. Kegiatan pengabdian ini diharapkan mampu memperbaiki perilaku masyarakat khususnya siswa sekolah tingkat SMP di Kab. Sumbawa, sehingga kualitas kesehatan masyarakat bisa tercapai. Pelaksanaan kegiatan serupa penting untuk terus dilaksanakan serta sasaran kegiatan juga perlu diperluas. Sehingga dampak yang diharapkan bisa lebih meluas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada Dinas Kesehatan Kab. Sumbawa dan dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kab. Sumbawa karna telah memfasilitasi pelaksanaan pengabdian ini. Begitu juga kepada STIKES Griya Husada Sumbawa atas pendanaan yang diberikan sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR REFERENSI

- Kementerian Kesehatan RI. 2018. Gerakan Masyarakat Hidup Sehat. <http://promkes.kemkes.go.id/germas>, di akses pada 30/08/2022.
- Kemkes RI. 2017. Gerakan Masyarakat Hidup Sehat <https://promkes.kemkes.go.id/germas>, diakses 30/08/2022
- Mufarida, Binti. 2021. WHO Catat 66% Kematian di Indonesia Akibat Penyakit Tidak Menular. <https://nasional.sindonews.com/read/324320/15/who-catat-66-kematian-di-indonesia-akibat-penyakit-tidak-menular-1612418523>, di akses 30 Agustus 2022.
- Pemprov Kaltim. 2022. WAGUB : ATASI STUNTING DENGAN GERMAS. <https://www.kaltimprov.go.id/berita/wagub-atasi-stunting-dengan-germas>, diakses 30 Agustus 2022.
- Rokom. 2016. Pemerintah Canangkan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS). <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20161115/2518869/pemerintah-canangkan-gerakan-masyarakat-hidup-sehat-germas/>, diakses 30/08/2022
- Tim CNN. 2019. Atasi Penyakit Tidak Menular, Menkes Terawan Andalkan 'Germas', <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20191030181210-255-444241/atasi-penyakit-tidak-menularmenkes-terawan-andalkan-germas>, diakses 30 Agustus 2022.
- Tim Redaksi, CNBC Indonesia. 2022. Kasus Pertama Cacar Monyet Di Jakarta! Tertular Dari Mana?. <https://www.cnbcindonesia.com/news/20220822075423-4-365452/kasus-pertama-cacar-monyet-di-jakarta-tertular-dari-mana>, diakses 30 Agustus 2022.
- UPK Kemenkes. 2022. Cacar Monyet Ditetapkan Sebagai Darurat Kesehatan Internasional. <https://upk.kemkes.go.id/new/cacar-monyet-ditetapkan-sebagai-darurat-kesehatan-internasional>, diakses 30 Agustus 2022.