



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

Membangun Gerakan Masyarakat Hidup Sehat
Melalui Kelompok Jamiyyah Di Dusun Balekambang
Desa Ngepung Kecamatan Kedamean Kabupaten
Gresik

Skripsi

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan
Ampel Surabaya, Guna Memenuhi Salah Satu
Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Ilmu Sosial
(S.Sos)

Oleh:

Nur Eka Fatmawati
B92216114

Program Studi Pengembangan Masyarakat Islam
Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Universitas Islam negeri Sunan Ampel
Surabaya 2020

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nur Eka Fatmawati

NIM : B92216114

Program Studi : Pengembangan Masyarakat Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul **“Membangun Gerakan Masyarakat Hidup Sehat Melalui Kelompok Jamiyyah Di Dusun Balekmbang Desa Ngepung Kecamatan Kedamean Kabupaten Gresik”**, adalah benar merupakan karya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya dalam skripsi tersebut diberi tanda sitasi dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila di kemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar dan ditemukan pelanggaran atas karya skripsi ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar yang saya peroleh dari skripsi tersebut.

Surabaya. 3 Juni 2020

Yang membuat pernyataan,



Nur Eka Fatmawati

B92216114

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dr. Pudji Rahmawati, M.Kes
NIP 196703251994032002

Menyatakan bahwa judul skripsi **“Membangun Gerakan Masyarakat Hidup Sehat Melalui Kelompok Jamiyyah di Dusun Balekambang Desa Ngepung Kecamatan Kedamean Kabupaten Gresik”** Oleh:

Nama : Nur Eka Fatmawati

NIM : B92216114

Prodi : Pengembangan Masyarakat Islam

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Semester : VIII (Delapan)

Konsentrasi : Lingkungan

Telah disetujui dan siap untuk diujikan.

Surabaya, 3 Juni 2020

Menyetujui
Pembimbing,



Dr. Pudji Rahmawati, M. Kes

NIP. 196703251994032002

PENGESAHAN TIM PENGUJI

MEMBANGUN GERAKAN MASYARAKAT HIDUP SEHAT
MELALUI KELOMPOK JAMIYYAH DI DUSUN
BALEKAMBANG DESA NGEPUK KECAMATAN
KEDAMEAN KABUPATEN GRESIK

SKRIPSI

Disusun Oleh
Nur Eka Fatmawati
B92216114

Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata Satu
Pada Tanggal 09 Juni 2020
Tim Penguji

Penguji I

Dr. Pudji Rahmawati, M.Kes

NIP: 196703251994032002

Penguji III

Dr. Chabib Musthofa, M.Si

NIP: 197906302006041001

Penguji II

Drs.H. Abd. Mujib Adnan, M.Ag

NIP: 195902071989031001

Penguji IV

Yusria Ningsih, S.Ag, M.Kes

NIP: 7605182007012022

Surabaya, 09 Juni 2020

Dekan,



Dr. Abdul Halim, M.Ag

NIP: 0630725199103100



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300

E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Nur Eka Fatmawati
NIM : B92216114
Fakultas/Jurusan : FDK/ Pengembangan Masyarakat Islam
E-mail address : nurekafatmawati7@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Skripsi Tesis Desertasi Lain-lain
yang berjudul :

MEMBANGUN GERAKAN MASYARAKAT HIDUP SEHAT MELALUI
KELOMPOK JAMIYYAH DI DUSUN BALEKAMBANG DESA
NGEPUNG KECAMATAN KEDAMEAN KABUPATEN GRESIK

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 21 Juni 2020
Penulis


Nur Eka Fatmawati

ABSTRAK

Nur Eka Fatmawati, B92216114, (2020), Membangun Gerakan Masyarakat Hidup Sehat Melalui Kelompok Jamiyyah Di Dusun Balekambang Desa Ngepung Kecamatan Kedamean Kabupaten Gresik.

Penelitian skripsi ini membahas tentang masalah kesehatan masyarakat yang dialami oleh masyarakat Dusun balekambang. Masalah tersebut disebabkan karena kurangnya kesadaran tentang kesehatan. Pengorganisasian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pola hidup masyarakat dalam mengatasi masalah kesehatan di Dusun Balekambang, agar mengetahui bagaimana strategi untuk mengurangi masalah tersebut, dan untuk mengetahui bagaimana hasil proses pendampingan yang dilakukan dalam menghadapi permasalahan terkait kesehatan di Dusun Balekambang.

Penelitian ini menggunakan metode PAR (*Participatory Action Research*) dimana melibatkan partisipan yang relevan secara aktif dalam mengkaji sebuah fenomena yang sedang berlangsung untuk memperbaiki dan menuju hal yang lebih baik. Langkah pertama untuk melakukan penelitian ialah membangun kepercayaan pada masyarakat, melakukan pendekatan awal, merumuskan masalah bersama masyarakat, melakukan perencanaan aksi hingga terwujudnya perencanaan aksi.

Strategi pengorganisasian yang dilakukan adalah melakukan peningkatan kesadaran masyarakat melalui pendidikan informal terkait pemahaman pola hidup sehat, kampanye makanan sehat, pembentukan kelompok peduli sehat yang, dan advokasi kepada pihak pemerintah desa. Strategi ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang menjaga kesehatan agar terhindar dari penyakit berat dan bisa mencapai kesejahteraan kesehatan secara optimal.

Hasil dari pengorganisasian bisa dilihat melalui perubahan yang telah terjadi pada masyarakat Dusun Balekambang diantaranya: masyarakat mulai memahami dan menerapkan bagaimana pola hidup sehat agar terhindar dari masalah kesehatan, pembentukan kelompok peduli sehat sebagai strategi untuk mengurangi masalah tersebut, keberhasilan peneliti dalam proses pendampingan pada masyarakat agar mendapatkan kesejahteraan kesehatan secara optimal.

Kata Kunci: *Pengorganisasian, Kesehatan Masyarakat*



ABSTRACT

Nur Eka Fatmawati, B92216114, (2020), Building The Movement Of Citizens' Healthy Life Pattern Through Jamiyyah Group In Balekambang Village Ngepung Kedamean Gresik.

This study talks about the health problem of society that happens around the citizens of Balekambang village. That problem occurred because of the lack of awareness about health. This organization aims to know how the life pattern of the citizens in overcoming the health problem in the village is, knowing how the strategy to decrease the problem is, knowing how the result of the assistance process done to solve the problem of health in Balekambang village is.

This research method is PAR (participatory Action Research) which involves the actively relevant participant in studying an existing phenomenon to fix and toward the better thing. The first step to do this research is begun from building the belief of citizens, doing the initial approach, formulating problem together with the citizens, and doing the action plan and the implementation of the action.

Organization strategy that was implemented is doing the escalation of citizens' awareness through formal education about the understanding of healthy life patterns, the campaign of healthy food, founding a caring health group and advocating the government of the village. This strategy aims to increase the awareness of citizens about staying health in order to be spared from the serious disease and be able to reach the poverty optimally.

The result of this organization can be seen from the alteration that happens to the citizens of Balekambang such as; the citizens begin to understand and implement how to live by the healthy life pattern in order to be avoided of health problem, the organization of a caring health group as the

strategy to diminish that problem, the writer achievement in assistance process toward the society to reach the poverty of health maximally.

Keywords: *Organization, Social Health*



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING	ii
PENGESAHAN TIM PENGUJI	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	v
ABSTRAK.....	vi
KATA PENGANTAR	xii
DAFTAR ISI.....	xv
DAFTAR TABEL.....	xviii
DAFTAR BAGAN	xix
DAFTAR DIAGRAM.....	xx
DAFTAR GAMBAR.....	xxi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian	8
D. Srategi Mencapai Tujuan	8
E. Sistematika Pembahasan.....	16
 BAB II KAJIAN TEORITIK	
A. Konsepsi Pembangunan Masyarakat	19
B. Konsep Pengorganisasian Masyarakat.....	21
C. Konsep Kesehatan Masyarakat	23
D. Kesehatan Masyarakat Dalam Perspektif Islam.	26
E. Penelitian Terdahulu	30
 BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis dan Pendekatan Peneliti	33
B. Prosedur Peneliti	33
C. Subyek Peneliti	36
D. Teknik Pengumpulan Data.....	36
E. Teknik Validasi Data	38

F. Teknik Analisa Data.....	38
G. Jadwal Pendampingan.....	40

BAB IV PROFIL LOKASI PENELITIAN

A. Kondisi Geografis	44
B. Kondisi Demografis	47
C. Kondisi Kesehatan	48
D. Kondisi Pendidikan	51
E. Kondisi Ekonomi	52
F. Kondisi Keagamaan	56
G. Tradisi dan Budaya	57

BAB V TEMUAN MASALAH

A. Banyaknya Masyarakat yang Menderita Penyakit Berat	59
B. Rendahnya Pemahaman Masyarakat Mengenai Kesehatan	61
C. Belum Terbentuknya Kelompok Peduli Sehat (Club Sehat)	65

BAB VI DINAMIKA PROSES PENGORGANISASIAN

A. Inkulturasi	68
B. Pendekatan Awal.....	71
C. Melakukan Riset Bersama	74
D. Merumuskan Masalah Komunitas	76
E. Menyusun Strategi Gerakan.....	79
F. Mengorganisir Stakeholder	81
G. Keberlangsungan Aksi	85

BAB VII AKSI PERUBAHAN

A. Pendidikan PHBS Kepada Masyarakat.....	90
B. Kampanye Makanan Sehat Kepada Masyarakat	95
C. Pembentukan Kelompok Peduli Sehat.....	100
D. Advokasi Kepada Pemerintah Desa.....	105

BAB VIII EVALUASI DAN REFLEKSI

- A. Evaluasi Program 108
- B. Refleksi Keberlanjutan Program 115
- C. Menjaga Kesehatan Dalam Perspektif Islam ... 118

BAB IX PENUTUP

- A. Kesimpulan 126
- B. Saran dan Rekomendasi 127

DAFTAR PUSTAKA 129

Lampiran-Lampiran 131



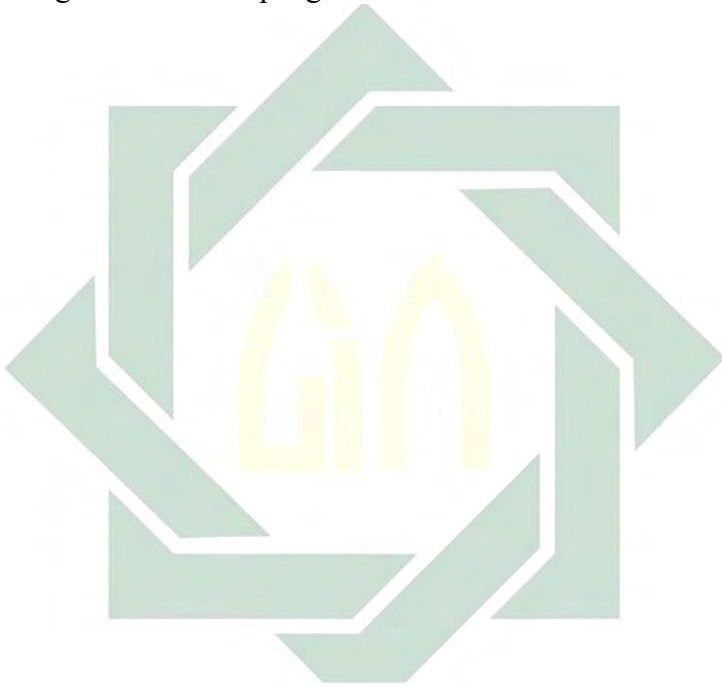
DAFTAR TABEL

1.1. Tabel Jumlah Penderita Berdasarkan usia	3
1.2. Tabel analisa strategi program	13
1.3. Tabel Ringkasan Naratif Program.....	15
2.1. Tabel Penelitian Terdahulu	30
3.1. Tabel Jadwal Pendampingan Masyarakat.....	40
4.1. Tabel Jenis Pekerjaan.....	52
5.1. Tabel Kalender Harian	59
5.2. Tabel Masyarakat Sering Mengonsumsi Mie Instan...	62
5.3. Tabel Timeline Kejadian di Dusun Balekambang	63
5.4 Tabel <i>Trend and Change</i> Penyakit berat dan Konsumsi makanan	64
6.1. Tabel Analisa Stakeholder	82
7.1. Tabel Materi Pendidikan Online.....	92
8.1. Tabel Hasil Evaluasi MSC (<i>Most Significant Change</i>)	108
8.2. Tabel <i>trend and change</i>	113



DAFTAR BAGAN

1.1. Bagan Hirarki Analisis Masalah	9
1.2. Bagan Hirarki Analisis Harapan	11
7.1. Bagan Struktur Kepengurusan	101



DAFTAR DIAGRAM

1.1. Diagram Jenis Penyakit Berat yang di Derita	5
4.1. Diagram Jumlah Penduduk	47
4.2. Diagram Kelompok Usia	48
4.3. Diagram Prosentase Penyakit.....	50
4.4. Diagram Tingkat Pendidikan	51



DAFTAR GAMBAR

4.1. Gambar Peta Desa Ngepung	44
4.2. Gambar Gapura Desa Ngepung	46
5.1. Gambar Seringnya Mengkonsumsi Junk Food	61
6.1. Gambar Berkunjung ke Balai Desa.....	69
6.2. Gambar ke Rumah Kader Kesehatan	70
6.3. Gambar Proses Inkulturasi Bersama Warga	71
6.4. Gambar Pendekatan Awal Dengan Ibu-Ibu Posyandu..	72
6.5. Gambar Pendekatan Bersama Ibu-Ibu Jamiyyah	73
6.6. Gambar Proses Riset Bersama Ibu-Ibu	75
6.7. Gambar Proses Perumusan Masalah Bersama	77
6.8. Gambar Bertemu Dengan Sekertaris Desa.....	86
6.9. Gambar Berdiskusi Dengan Ibu Supiatun.....	87
6.10. Gambar Berdiskusi Bersama Ibu-Ibu.....	88
7.1. Gambar Pembuatan Grub Diskusi Online.....	91
7.2. Gambar Proses Pendidikan online	93
7.3. Gambar Meminta Izin Kepada Kader Kesehatan	96
7.4. Gambar Proses Kampanye Makanan Sehat Online	97
7.5. Gambar Pamflet Kampanye Makanan Sehat	98
7.6. Gambar Kampanye Door to Door	99
7.7. Gambar Diskusi Membentuk Struktur Kepengurusan	100
7.8. Gambar Penyemprotan Disinfektas	103
7.9. Gambar Penerapan Protokol Masuk Masjid	103
7.10. Gambar Protokol Mencuci tangan	104
7.11. Gambar Mengirim Draf kepada Kepala Desa.....	106
8.1. Gambar Masyarakat menerapkan PHBS.....	114
8.2. Gambar Masyarakat menanam Toga	117

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dewasa ini, masyarakat semakin meremehkan arti sebuah kesehatan, padahal kesehatan merupakan unsur terpenting bagi kehidupan manusia. Mengapa demikian? Ketika seseorang dalam keadaan kurang sehat bahkan sakit, maka segala aktivitasnya akan tertunda dan ini sangat merugikan diri sendiri. Oleh karena itu, perlu adanya upaya untuk menjaga kesehatan dengan meningkatkan pola hidup sehat hingga mencapai titik optimal. Dalam konteks ini, terdapat beberapa metode dalam mewujudkan upaya-upaya tersebut diantaranya promotif, preventif, dan kuratif.² Seiring berkembangnya era globalisasi, kesehatan menjadi problem yang cukup serius. Hal ini disebabkan oleh banyaknya masyarakat yang menderita akibat gaya hidup dan pola makan yang tidak sehat, serta kurangnya pemahaman mengenai urgensi kesehatan.

Fenomena ini juga terjadi pada Dusun Balekambang. Tidak sedikit masyarakat yang mengidap penyakit berat pada umur yang terbilang masih dalam kategori dewasa, sehingga usia bukanlah sebuah barometer seseorang terserang penyakit berat. Berdasarkan ketetapan Departemen Kesehatan Republik Indonesia dalam situs resminya, usia diklasifikasikan menjadi lima golongan diantaranya; fase dewasa awal yakni usia 26-35 tahun, fase dewasa akhir yakni usia 36-45 tahun, fase lansia awal

² Yudik prasetyo, “Kesadaran Masyarakat Berolahraga Untuk Peningkatan Kesehatan dan Pembangunan Nasional”, *jurnal Medikora (online)*, VOL XI. No.2 Oktober

yakni 46-55 tahun, fase lansia akhir yakni 56-65 tahun, dan fase manula yakni 66 tahun keatas.³

Berdasarkan pengamatan awal, penyakit berat yang diderita oleh beberapa masyarakat di Dusun Balekambang antara lain; diabetes, jantung, kolesterol dan asam urat. Adapun penyebab utama dari penyakit yang mereka alami ialah gaya hidup dan pola makan tidak sehat. Mayoritas masyarakat Dusun Balekambang mengidap penyakit berat pada fase dewasa awal hingga fase manula. Disisi lain, masa lansia memiliki tiga risiko biologis yang cukup tinggi seperti degradasi fungsi biologis akibat penuaan, risiko sosial dan lingkungan seperti keadaan sosial yang memicu stres, serta penyakit berat yang memicu kematian.⁴ Sedangkan banyak dari penduduk Dusun Balekambang merupakan lansia, sehingga penyakit berat sangat rentan terjadi mereka. Peneliti bahkan menemukan seorang lansia yang mengidap penyakit berat yang cukup parah, namun disayangkan beliau tinggal sebatang kara karena dikucilkan oleh keluarganya.

Melihat fenomena tersebut, perlu adanya pembiasaan latihan fisik yang membantu menjaga kesehatan dan mencegah penyakit berat seperti jantung, diabetes tipe 2, osteoporosis, obesitas, dan cedera.⁵ Dalam konteks ini,

³ Muchammad Al Amin dan Dwi Jumiaty, "Klasifikasi Kelompok Umur Manusia Berdasarkan Analisis Dimensi Fraktal *Box Counting* dari Citra Wajah dengan Deteksi Tepi Canny", *Jurnal Ilmiah Matematika*, (online), volume 2, No.6, diakses pada Desember 2019 dari <https://media.neliti.com>.

⁴ Stefanus Mendes Kiik, Junaiti Sahar dan Henny Permatasari, "Peningkatan Kualitas Hidup Lanjut Usia (Lansia) di Kota Depok dengan Latihan Keseimbangan", *Jurnal Keperawatan Indonesia*, (online), volume 21, No.2, diakses pada Desember 2019, <https://jki.ac.id>.

⁵ Yudik prasetyo, "Kesadaran Masyarakat Berolahraga Untuk Peningkatan Kesehatan dan Pembangunan Nasional", *jurnal Medikora (online)*, VOL XI. No.2 Oktober.

latihan fisik secara rutin merupakan salah satu sarana untuk meningkatkan kualitas hidup hubungan sosial, kesehatan fisik, dan kesehatan mental terutama lansia.⁶

Tabel 1.1
Jumlah Penderita Berdasarkan Usia

No	Jenis Penyakit	Anak2	Remaja	Dewasa	Lansia
1.	Diabetes	-	-	1	5
2.	Jantung	-	-	3	2
3.	Asam Lambung	-	-	8	7
4.	Asam Urat	-	-	-	19
5.	Kolesterol	-	-	6	7

Sumber: diolah melalui FGD bersama masyarakat

Berdasarkan table diatas, rata-rata penyakit berat menyerang penduduk pada fase dewasa dan lansia. Penyakit berat (kronis) dianggap *problem* yang cukup serius dalam kesehatan karena menjadi faktor kematian terbesar di dunia. Pada tahun 2008 tercatat 36% angka kematian di dunia, setara dengan 36 juta orang disebabkan oleh penyakit kronis. Sebagaimana Mattson menjelaskan bahwa penyakit berat (kronis) adalah sebuah penyakit berkepanjangan yang dapat berlangsung lama dan berakibat fatal hingga berujung kematian. Penyakit ini dialiansikan dengan kerusakan atau penurunan fungsi fisik dan mental. Senada dengan ini, WHO menyatakan bahwa

⁶ Stefanus Mendes Kiik, Junaiti Sahar dan Henny Permatasari, "Peningkatan Kualitas Hidup Lanjut Usia (Lansia) di Kota Depok dengan Latihan Keseimbangan", *Jurnal Keperawatan Indonesia*, (online), volume 21, No.2, diakses pada Desember 2019, <https://jki.ac.id>.

salah satu penyakit kronis yang menjadi penyebab kematian nomor satu di dunia, terutama negara berkembang adalah penyakit jantung. Penyakit jantung dapat menyebabkan jantung tidak berfungsi dengan benar. Penyebab utama penyakit jantung adalah kurangnya aliran oksigen yang dipompa ke jantung. Ini disebabkan oleh *atherosklerosis coroner* yaitu penyempitan atau penyumbatan arteri koroner yang terjadi karena timbunan kolesterol atau penyempitan pembuluh darah.⁷

Era globalisasi telah membawa kemajuan dalam berbagai bidang termasuk pangan. Kecanggihan teknologi telah menyokong kemajuan pangan hingga memiliki dampak positif dan negatif. Namun dampak negatif ini dapat memberikan pengaruh yang cukup signifikan seperti penggunaan zat aditif dalam makanan.⁸ Fenomena ini dibuktikan dengan produksi berbagai macam makanan instan (*junk food*) yang banyak digemari masyarakat karena sangat praktis dan siap saji. Disinilah muncul budaya mengonsumsi makanan siap saji yang kini menjamur di kalangan masyarakat. Layaknya masyarakat lainnya, mayoritas penduduk Dusun Balekambang mengonsumsi *junk food* seperti mie instan, nugget, pizza, dan sebagainya. Menurut mereka padatnya aktivitas menjadi alasan utama memilih *junk food*, meski mengandung banyak bahan pengawet dan zat berbahaya lainnya.

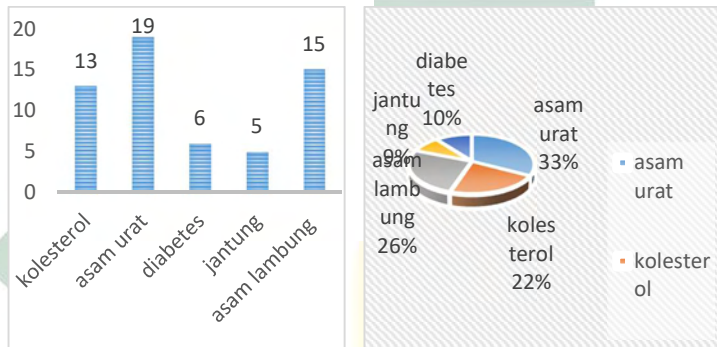
Berdasarkan sensus penduduk, jumlah penduduk di Dusun Balekambang sebanyak 343 jiwa yang terdiri dari

⁷ Gumi Langeria Rizal, "Upaya Menurunkan Kecemasan Pasien", *jurnal Ilmu Kesehatan*, (online) Universitas Gajah Mada, 2014, diakses pada Desember 2019 dari <http://etd.repository.ugm.ac.id/>

⁸ TM, Emirfan, 2011 *Healty Habits You Must Know* (Jogjakarta: Javalitera, 2011), 22.

perempuan sebanyak 176 jiwa dan laki-laki sebanyak 167 jiwa. Dengan jumlah penduduk tidak terlalu banyak dengan kondisi kesehatan yang ada, Dusun Balekambang bisa dikatakan memiliki tingkat penyakit berat yang terbilang tinggi, seperti yang dijelaskan diagram berikut:

Diagram 1.1
Jenis Penyakit Berat yang di Derita



Sumber: diolah dari hasil survei penduduk

Berdasarkan data yang diperoleh, terdapat 58 penduduk Dusun Balekambang yang menderita penyakit berat. Sebagaimana diagram diatas, terdapat 6 jiwa yang menderita penyakit diabetes basah dan kering, 5 jiwa yang menderita penyakit jantung, 15 jiwa yang menderita penyakit asam lambung, 19 jiwa yang menderita penyakit asam urat, dan 13 jiwa yang menderita penyakit kolesterol.

Rendahnya kesadaran mengenai kesehatan menjadi faktor utama munculnya masalah kesehatan. Berbagai dampak penyakit berat yang diderita masyarakat Dusun Balekambang seperti penyakit diabetes yang menjalar pada bagian kaki dan tangan sehingga membuat penderita tidak bisa melakukan aktifitas dengan semestinya. Masyarakat yang menderita diabetes disebabkan pola makan yang

salah seperti terlalu banyak mengonsumsi makanan yang mengandung gula dan perokok aktif. Tidak hanya itu, kurang berolahraga, meningkatnya berat badan seiring bertambahnya usia juga bisa menyebabkan diabetes dan juga bisa disebabkan karena faktor keturunan.

Penyakit diabetes mellitus adalah salah satu penyakit kronis yang terjadi akibat terganggunya proses metabolisme gula darah di dalam tubuh dan organ pankreas tidak mampu memproduksi hormone insulin sesuai kebutuhan tubuh. Diabetes mellitus terdiri dari kata *diabebet* berarti “mengalir terus” berupa air seni, dan *mellitus* berarti “manis” karena air seninya mengandung gula. Oleh karena itu, penyakit diabetes biasa disebut dengan penyakit kencing manis.⁹

Selain diabetes, penyakit kolesterol dan asam urat juga menyebabkan beberapa bagian tubuh seperti kaki dan tangan menjadi sering sakit atau terasa nyeri saat kambuh, bahkan ada yang tidak bisa menggerakkan bagian tubuh yang terasa nyeri saat kambuh. Masyarakat yang menderita kolesterol dan asam urat juga disebabkan oleh pola makan yang tidak sehat seperti terlalu banyak mengonsumsi makanan yang mengandung lemak, terlalu banyak mengonsumsi kacang-kacangan. Penyakit ini bisa dikategorikan ke dalam penyakit yang serius, karena mengakibatkan penderita sulit untuk beraktifitas. Namun masyarakat Balekambang meremehkan penyakit ini dengan hanya mengonsumsi obat-obatan warung tanpa adanya resep dari dokter. Mereka beranggapan obat dari puskesmas itu kurang manjur dan lebih mahal dibandingkan obat di warung. Minimnya kesadaran masyarakat terhadap konsumsi makanan yang

⁹ Mutaroh Akmal, Zely Indahan, Widhawati dan Sekar Sari. *Ensiklopedi Kesehatan untuk Umum*. (Jogjakarta: Ar-Ruzz), 104.

menimbulkan kolesterol dan asam urat seperti *seafood*, jeroan, daging dan kacang-kacangan.

Berdasarkan fenomena diatas, masyarakat kurang memahami apa dan bagaimana gaya hidup sehat itu sendiri. Masyarakat tidak menyadari bahaya sering mengkonsumsi makanan siap saji (*junk food*). Tidak ada pertimbangan sebelum mengkonsumsi makanan yang mengandung banyak kadar gula, mengandung lemak jenuh, mengandung kolesterol tinggi dan lain sebagainya. Selain itu tidak ada kontrol dalam mengkonsumsi *junk food*, sehingga cenderung mengkonsumsi secara terus menerus.¹⁰

Berdasarkan pemaparan diatas, perlu adanya pendampingan kesehatan masyarakat secara intensif melalui pendekatan terhadap masyarakat secara berkala seperti pendidikan terkait pemahaman pola hidup sehat agar masyarakat memiliki pengetahuan terkait kesehatan serta tumbuhnya kesadaran tentang urgensi kesehatan. Melalui pendekatan ini, diharapkan masyarakat nantinya lebih peduli terhadap kesehatan.

Selain itu, adanya kampanye mengenai makanan-makanan sehat. Kegiatan ini diharapkan masyarakat bisa lebih berhati-hati dalam memilih makanan yang baik untuk dikonsumsi. Melalui kegiatan kampanye makanan sehat ini, peneliti akan membagikan pamflet kepada masyarakat dan memasang banner disekitar wilayah Dusun Balekambang. Dari sinilah masyarakat akan membuat kelompok peduli sehat, dimana akan disusun program-program kegiatan berkelanjutan didalamnya yang dinaungi oleh kader kesehatan bersama bidan Dusun Balekambang.

B. Rumusan Masalah

¹⁰ Hasil wawancara dengan masyarakat Dusun Balekambang.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana pola hidup masyarakat Dusun Balekambang untuk mengatasi masalah kesehatan?
2. Bagaimana strategi untuk mengurangi masalah kesehatan?
3. Bagaimana hasil proses pendampingan yang telah dilakukan untuk menghadapi permasalahan terkait kesehatan di Dusun Balekambang?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang diusung, maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui bagaimana pola hidup masyarakat dalam mengatasi masalah kesehatan di Dusun Balekambang.
2. Agar mengetahui bagaimana strategi untuk mengurangi masalah tersebut.
3. Untuk mengetahui bagaimana hasil proses pendampingan yang dilakukan dalam menghadapi permasalahan terkait kesehatan di Dusun Balekambang.

D. Strategi Mencapai Tujuan

Dari latar belakang yang telah dibuat diatas maka disusunlah pohon masalah yang didasarkan pada situasi dan kondisi yang ada di masyarakat sebagai berikut:

Bagan 1.1
Hirarki Analisis Masalah



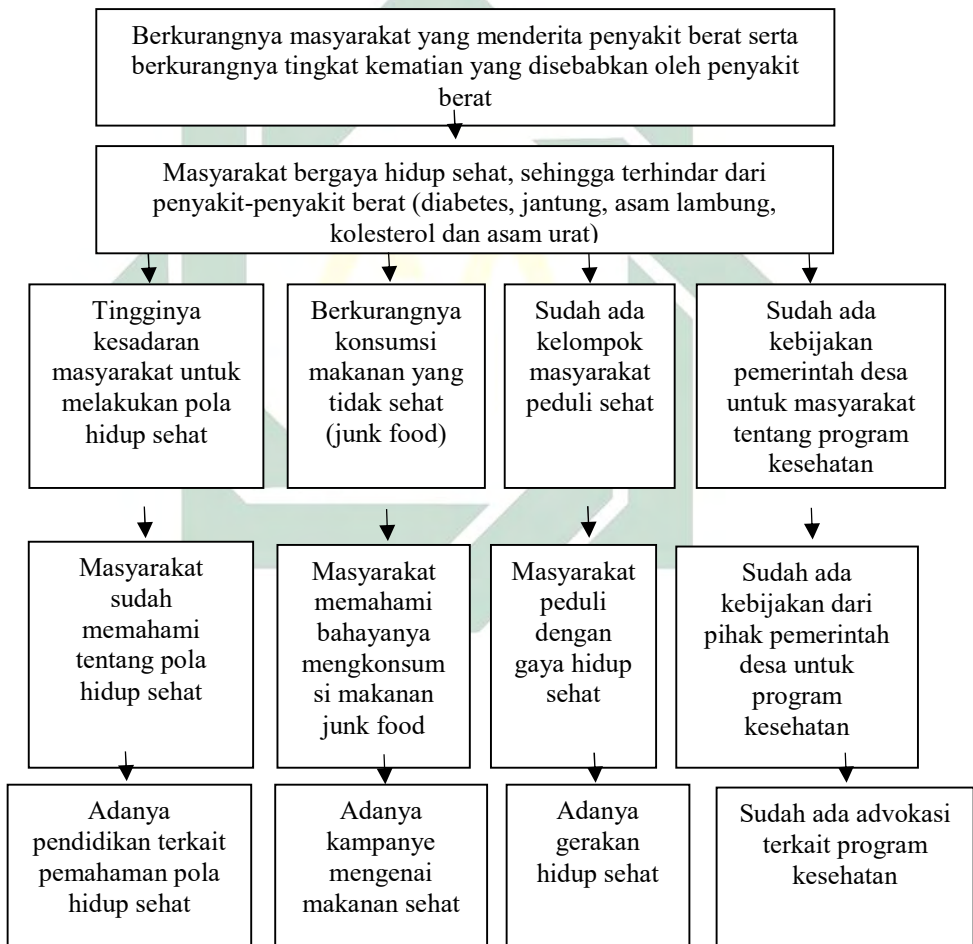
Dari pemaparan pohon masalah diatas dapat diketahui bahwa masalah yang dihadapi sebagian besar masyarakat di Dusun Balekambang adalah rentan terserang penyakit. Rentannya masyarakat terkena penyakit dikarenakan pola hidup yang kurang sehat seperti padatnya kegiatan dan tidak diimbangi dengan olahraga yang cukup, kurangnya mengkonsumsi makanan bergizi secara teratur, serta kurangnya pemahaman masyarakat tentang kesehatan.

Disisi lain kurang adanya partisipasi masyarakat yang disebabkan oleh pola pikir mereka. Pihak bidan dan puskesmas sendiri sudah bekerja sama dengan kader dan pihak balai desa untuk memfasilitasi setiap program, namun program atau kegiatan menjadi pasif karena tidak adanya partisipasi dan kesadaran dari pihak masyarakat sendiri untuk mengikuti program yang telah diadakan sehingga pihak pemerintah membiarkan program-program tidak terlaksana.

Beberapa masyarakat beranggapan jika penyakit yang di derita adalah sebuah aib sehingga masyarakat tidak mau mengikuti program dan kegiatan yang diadakan dari pihak kesehatan dan kader. Disisi lain kebijakan pemrograman yang diadakan oleh pihak pemerintah desa tidak mewajibkan masyarakat untuk mengikuti dan melakukan program dan kegiatan yang telah diadakan. Hal ini menjadikan pihak-pihak yang terkait dalam pembentukan program tersebut menjadi tidak terkoordinir dengan baik dan program tidak berjalan dengan baik bahkan sudah pasif.

Dari pemaparan analisis masalah diatas maka analisis tujuan yang akan dicapai sebagai berikut:

Bagan 1.2
Hirarki Analisis Tujuan



Antusias masyarakat untuk melakukan pola hidup yang sehat menjadi sebuah tujuan yang perlu dicapai bersama, karena tingginya kualitas individu menjadi suatu aset keberhasilan untuk menjadikan masyarakat yang ideal. Tidak hanya dalam bidang pendidikan namun dalam berbagai bidang terutama bidang kesehatan. Akan tetapi pola pikir tetap menjadi patokan paling utama pada proses pemberdayaan, karena kita akan mejadi suatu kesatuan yang memiliki visi, misi dan tujuan yang sama.

Jika pola pikir telah diatur bersama dengan maksud masyarakat dan fasilitator mempunyai visi, misi dan tujuan yang sama maka masyarakat akan melakukan apa yang telah diarahkan oleh pihak kelembagaan terkait, yang mana arahan tersebut dilandasi oleh pengetahuan yang tertuju untuk masyarakat dan fasilitator mengenai urgensi hidup sehat yang sangat berpengaruh pada masyarakat.

Kelompok masyarakat peduli kesehatan ini nantinya juga bisa memonitoring dan evaluasi bagaimana masyarakat dalam melangsungkan program tersebut. Tidak hanya itu, kelompok ini nantinya bisa menjadi sebagai wadah untuk saling berbagi dalam berbagai permasalahan yang belum bisa teratasi, sehingga masalah akan terselesaikan dalam forum diskusi. Dalam konteks ini, pihak pemerintah desa akan menjadi pihak yang sangat penting dalam setiap proses pemberdayaan masyarakat. Pengembangan kebijakan-kebijakan baru ataupun penegasan kebijakan lama menjadi penunjang kesuksesan program pemberdayaan. Pemerintah desa juga memiliki peran penting dalam mengambil sikap maupun keputusan untuk melindungi hak-hak dan kewajiban masyarakatnya. Setiap program yang akan dilaksanakan harus disosialisasikan terlebih dahulu, untuk meminimalisir kesalahpahaman antara pemerintah desa, stakeholder dan masyarakat. Kebijakan yang di adakan oleh pemerintah

desa ini bukanlah hanya sekedar program biasa, kebijakan tersebut bertujuan untuk mengembangkan masyarakat agar menjadi masyarakat yang sehat dan sejahtera.

Berdasarkan pemaparan analisis masalah dan analisis tujuan maka strategi rencana untuk mencapai tujuan adalah:

Tabel 1.2
Analisa Strategi Program

No	Analisis Masalah	Analisis Tujuan	Strategi
1.	Rendahnya kesadaran masyarakat untuk melakukan pola hidup sehat	Tingginya kesadaran masyarakat untuk melakukan pola hidup sehat	<ul style="list-style-type: none"> • Pendidikan terkait pemahaman pola hidup sehat
2.	Banyaknya konsumsi makanan yang tidak sehat (junk food)	Berkurangnya konsumsi makanan yang tidak sehat (junk food)	<ul style="list-style-type: none"> • Kampanye makanan sehat
3.	Belum ada kelompok masyarakat yang peduli akan kesehatan masyarakat	Terbentuknya kelompok masyarakat peduli kesehatan	<ul style="list-style-type: none"> • Pembuatan club sehat • Gerakan hidup sehat

	itu sendiri		
4.	Belum ada kebijakan untuk masyarakat yang menderita penyakit berat	Adanya kebijakan pemerintah desa untuk masyarakat tentang program kesehatan	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan advokasi untuk mewujudkan program kesehatan

Sumber: diolah dari data peneliti

Tabel strategi program yang ada diatas memunculkan beberapa program dari beberapa masalah yang menjadi penyebab tingginya tingkat penderita penyakit berat. Pengamatan yang dilakukan bersama masyarakat secara partisipasi sangatlah diperlukan karena sejatinya masyarakat sendirilah yang memahami secara intensif tentang keluhan-keluhan yang mereka alami. Melalui strategi program yang telah dibuat ini akan membuat masyarakat terbuka dan tersadar bahwa mereka memang memerlukan perubahan yang mensejahterakan terutama dalam bidang kesehatan. Perlu adanya pendampingan partisipatif bersama masyarakat yang dikoordinir melalui bantuan stakeholder serta dukungan dari aparat desa. Penerapan ini akan menunjang keberhasilan program untuk membuka wawasan masyarakat mengenai urgensi hidup sehat. Mengapa demikian? Karena pola hidup sehat dapat menjadi aset yang sangat berharga. Tidak semua orang memiliki kesehatan yang sempurna bahkan bisa dibilang sehat itu langka. Program-program kesehatan ini harus berlangsung

secara rutin sesuai jadwal yang telah ditetapkan, serta melibatkan partisipasi masyarakat secara langsung tanpa perantara, guna memberikan pemahaman secara langsung terhadap masyarakat dusun balekambang. Program yang telah dibentuk tidak hanya menjadi isu sesaat dan menghilang, namun menjadikan program itu seperti suatu budaya baru (new normal) yang positif dikalangan masyarakat balekambang.

Setelah analisis masalah yang ada di masyarakat maka peneliti membuat strategi program yang ada pada tabel selanjutnya secara rinci melalui ringkasan naratif program. Adapun penjelasannya sebagai berikut:

Tabel 1.3
Ringkasan Naratif Program

Tujuan Akhir (Goal)	Masyarakat bergaya hidup sehat, sehingga terhindar dari penyakit-penyakit berat (diabetes, jantung, asam lambung, kolesterol dan asam urat)
Tujuan (Purpose)	Berkurangnya masyarakat yang menderita penyakit berat dan berkurangnya tingkat kematian yang disebabkan oleh penyakit berat
Hasil	<ol style="list-style-type: none"> 1. Meningkatkan pemahaman tentang pentingnya pola hidup sehat 2. Terbentuknya kelompok peduli sehat 3. Adanya kebijakan pemerintah desa untuk program kesehatan
Kegiatan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pendidikan pemahaman pola hidup sehat <ol style="list-style-type: none"> 1.1 Perencanaan bersama untuk pendidikan 1.2 Menyusun tema, materi yang akan dijelaskan 1.3 Penentuan narasumber, alat, bahan, dan fasilitas 1.4 Pelaksanaan pendidikan pola hidup sehat 1.5 Monitoring dan evaluasi

	<ul style="list-style-type: none"> 2. Kampanye makanan sehat 2.1 FGD persiapan kampanye makanan sehat 2.2 Menyusun tema yang akan diterapkan 2.3 Persiapan alat dan bahan kegiatan 2.4 Pelaksanaan kampanye makanan sehat 2.5 Monitoring dan evaluasi
	<ul style="list-style-type: none"> 3. Membentuk kelompok peduli sehat 3.1 Perencanaan pembentukan kelompok bersama masyarakat 3.2 Membentuk tim 3.3 Menyusun program kegiatan yang akan diadakan 3.4 Monitoring dan evaluasi
	<ul style="list-style-type: none"> 4. Melakukan kegiatan gerakan hidup sehat 4.1 FGD persiapan kegiatan gerakan hidup sehat 4.2 Persiapan alat dan bahan untuk kegiatan 4.3 Pelaksanaan kegiatan gerakan hidup sehat 4.4 Monitoring dan evaluasi
	<ul style="list-style-type: none"> 5. Advokasi kepada pihak pemerintah desa 5.1 Melakukan koordinasi dan membangun kesepakatan bersama masyarakat 5.2 Menghubungi pihak pemerintah desa 5.3 Mendiskusikan rencana program 5.4 Monitoring dan evaluasi

E. Sistematika Pembahasan

BAB I. Pendahuluan

Bab ini memaparkan latar belakang permasalahan penelitian, kemudian rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, serta strategi pengorganisasian.

BAB II. Kajian Teoritik

Bab ini menjelaskan tentang kajian teori terkait tentang pengorganisasian masyarakat, konsep kesehatan masyarakat serta kesehatan masyarakat perspektif islam atau dakwah islam. Selain itu, membahas tentang penelitian terdahulu kajian pustaka dalam penelitian.

BAB III. Metodologi Penelitian

Bab ini membahas tentang metodologi penelitian yang digunakan dalam penelitian yang terdiri dari pendekatan penelitian yang digunakan, prosedur penelitian untuk pengorganisasian, subyek pengorganisasian, teknik pengumpulan data, teknik validasi data, serta teknik analisis data.

BAB IV. Profil Desa

Bab ini menguraikan tentang gambaran umum yang terjadi di Dusun Balekambang serta data mengenai demografi, ekonomi, pendidikan, geografi dan kesehatan masyarakat. Data tersebut berfungsi untuk menemukan permasalahan yang diangkat menjadi tema utama dalam penelitian.

BAB V. Temuan Masalah

Bab ini membahas tentang fakta dan fenomena yang terjadi di Dusun Balekambang sebagai fokus masalah. Pembahasan dimulai dari pola hidup masyarakat dan status kesehatan secara mendalam menggunakan analisis pohon masalah.

BAB VI. Dinamika Proses Pengorganisasian

Bab ini menjelaskan setiap proses pengorganisasian masyarakat. Mulai dari inkulturasi, aktivitas FGD hingga evaluasi program. Didalamnya membahas tentang permasalahan yang terjadi dan menemukan solusi dari permasalahan tersebut.

BAB VII. Aksi Perubahan

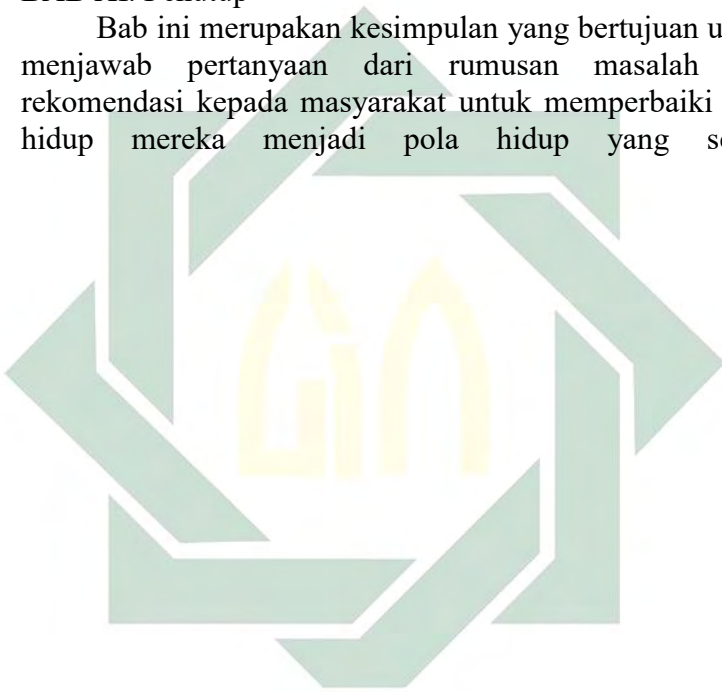
Bab ini menjelaskan persiapan proses pelaksanaan program terkait permasalahan yang ditemukan untuk melakukan gerakan aksi perubahan. Selain itu, bab ini membahas tentang proses evaluasi, serta perubahan apa yang terjadi pada masyarakat setelah pelaksanaan program dan keberhasilan yang telah tercapai.

BAB VIII. Evaluasi dan Refleksi

Bab ini memaparkan evaluasi program yang telah dilakukan, serta menarasikan hasil catatan peneliti saat melakukan penelitian pengorganisasian masyarakat.

BAB XI. Penutup

Bab ini merupakan kesimpulan yang bertujuan untuk menjawab pertanyaan dari rumusan masalah dan rekomendasi kepada masyarakat untuk memperbaiki pola hidup mereka menjadi pola hidup yang sehat.



BAB II KAJIAN TEORI

A. Konsepsi Pembangunan Masyarakat

Pengorganisasian masyarakat atau sering disebut dengan istilah *community organizing* (CO) mengacu pada teori pembangunan masyarakat (*community development*). Sebagaimana penjelasan Artur Dunham di salah satu karyanya yang berjudul *Community Welfare Organization* dalam skripsi Ishlahul Ummah, mengatakan bahwa:

“Community Development adalah organized efforts to improve the conditions of community life, and the capacity for community integration and self-direction. Community Development seeks to work primarily through the enlistment and organization of self-help and cooperative efforts on the part of the residents of the community, but usually with technical assistance from government or voluntary organization”.

Pembangunan masyarakat atau *Community Development* merupakan usaha-usaha yang terorganisasi dan bertujuan untuk memperbaiki kondisi kehidupan masyarakat, serta memberdayakan masyarakat agar mampu bersatu dan mengarahkan diri sendiri. Pembangunan masyarakat bekerja terutama melalui peningkatan dari organisasi-organisasi swadaya dan usaha-usaha bersama dari individu-individu didalam masyarakat. Biasanya melalui bantuan teknis baik dari pemerintah maupun organisasi-organisasi sukarela.¹¹

Berdasarkan penjelasan diatas, teori pembangunan masyarakat yang dikemukakan oleh Arthur Dunham jelas mengandung konsep pengorganisasian masyarakat.

¹¹ Ishlahul Ummah, *pengorganisasian masyarakat dalam upaya pengelolaan sumber daya air di Dusun Pucung Desa Ngrencak Kec. Panggul Kab. Trenggalek*, 26.

Pegorganisasian masyarakat dapat dilakukan dari pihak pemerintah ataupun stakeholder yang bersuka rela untuk memfasilitasi masyarakat dalam pembangunan masyarakat menuju yang lebih baik.¹²

Pengorganisasian masyarakat diartikan membangun suatu organisasi sebagai wadah dalam mewujudkan setiap proses pelaksanaannya. Pemaknaan pengorganisasian biasanya mengalami pendangkalan makna baik disadari ataupun tidak. Misalnya pengorganisasian telah membentuk susunan struktur kepengurusan, program kerja hingga aturan-aturan organisas, sedangkan pada hakikatnya dalam pengorganisasian masyarakat harus memberlakukan dan membangun kesadaran kritis pada masyarakat agar mencapai perubahan yang diinginkan.

Terdapat beberapa macam tujuan dalam sebuah pengorganisasian masyarakat diantaranya adalah:

1. Pemberdayaan masyarakat melalui proses pengorganisasian masyarakat dimana, masyarakat dapat belajar bagaimana mengatasi ketidakberdayaan dengan cara menganalisa struktur maupun lembaga yang menindas sekaligus mengembangkan kapasitas dirinya dengan menemukan sebuah strategi untuk pemecahan masalah secara mandiri.
2. Membangun struktur dan organisasi masyarakat yang kuat sehingga dapat memberikan pelayanan kebutuhan, aspirasi masyarakat serta membantu masyarakat untuk mendapatkan hak-haknya.
3. Meningkatkan kualitas hidup masyarakat baik dalam jangka pendek seperti terpenuhinya kebutuhan dasar yakni sandang, pangan, papan ataupun jangka panjang

¹² ibid

seperti menciptakan iklim yang kondusif dalam pengembangan SDM.¹³

Konsep pembangunan biasanya melekat dalam konteks kajian suatu perubahan. Disini sebuah pembangunan dapat diartikan sebagai perubahan yang sifatnya terencana oleh setiap individu maupun kelompok. Sebuah harapan untuk perubahan yang mempunyai bentuk lebih baik dari pada sebelumnya. Demi terwujudnya harapan tersebut, perlu adanya suatu perencanaan. Pembangunan secara berencana ini cukup efektif sebagai suatu usaha yang lebih rasional dan terstruktur bagi pembangunan masyarakat atau organisasi masyarakat yang belum atau baru berkembang.

B. Konsep Pengorganisasian Masyarakat

Afandi menjelaskan dalam bukunya (Metodologi Penelitian Sosial Kritis) bahwa Istilah 'Pengorganisasian Rakyat' atau dikenal dengan istilah 'Pengorganisasian Masyarakat' mengandung pengertian yang cukup luas jika dilihat secara etimologis. Istilah pengorganisasian cenderung dimaknai sebagai suatu kerangka menyeluruh untuk memecahkan masalah ketidakadilan sekaligus membangun tatanan yang lebih adil. Adapaun beberapa tujuan dalam pengorganisasian masyarakat, diantaranya:

1. Pemberdayaan masyarakat.
2. Membangun struktur organisasi masyarakat yang kuat.
3. Meningkatkan kualitas hidup.¹⁴

¹³ Binti Munawaroh, *Membangun Masyarakat Sehat Melalui Pembentukan Keluarga Sehat di Dusun Tawangrejo Kecamatan Gemarang Kabupaten Madiun*, 40.

¹⁴ Agus Afandi, *Metodologi Penelitian Sosial Kritis*, (Surabaya: Uin Sunan Ampel Press, 2014). 129-130.

Dalam pelaksanaannya, sebuah organisasi masyarakat harus memiliki beberapa prinsip keorganisasian seperti:

1. Adanya etos kerja dan komitmen organizer,
2. Keterlibatan dalam kehidupan sosial masyarakat,
3. Pembelaan terhadap kaum minoritas,
4. Mandiri,
5. Keterbukaan antar psrtisipasi terhadap segala informasi hingga mengambil keputusan,
6. Kegiatan berlangsung secara dinamis, dan
7. Perencanaan secara bersama sesuai dengan sumber daya yang tersedia.¹⁵

Selama proses pengorganisasian masyarakat berlangsung, organisasi tersebut harus memiliki satu tujuan yang sama untuk mendapatkan hasil yang sesuai dengan kepentingan bersama. Proses pengorganisasian masyarakat terdiri dari serangkaian tahapan yang saling berkaitan sebagai suatu kesatuan terpadu. Suatu proses atau tahapan dalam pengorganisasian masyarakat tidak selalu harus ketat dan berurutan. Selain itu, pengorganisir yang baik tidak sebatas melakukan salah satunya dan mengabaikan yang lainnya.¹⁶

Adapun tahapan proses sekaligus menjadi langkah-langkah pengorganisasian masyarakat Secara general dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Memulai pendekatan,
2. Investigasi sosial (*riset partisipatoris*),
3. Memfasilitasi Proses,
4. Merancang strategi,
5. Mengerahkan aksi (*tindakan*),
6. Menata organisasi dan keberlangsungannya, dan

¹⁵ Ibid, 131-132.

¹⁶ Agus Afandi, *Metodologi Penelitian Sosial Kritis*, (Surabaya: Uin Sunan Ampel Press, 2014). 133-134.

7. Membangun sistem pendukung.¹⁷

C. Konsep Kesehatan Masyarakat

Sebagaimana ketentuan yang telah diatur oleh Undang-Undang Republik Indonesia nomor 36 tahun 2009 pasal 3 tentang kesehatan menyatakan bahwa, “suatu pembangunan kesehatan yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya, sebagai investasi bagi pembangunan sumber daya manusia yang produktif secara social dan ekonomis”.¹⁸ Maka dengan ini perlu adanya kajian mendalam mengenai kesehatan masyarakat guna meningkatkan kualitas sumber daya manusia.

Senada dengan ketentuan diatas, Winslow juga menegaskan bahwa ilmu *public health* merupakan sebuah disiplin ilmu yang berfungsi untuk mencegah munculnya penyakit, meningkatkan efektifitas kehidupan masyarakat melalui upaya beberapa kelompok yang terkoordinir. Selain itu ilmu pengetahuan ini dapat memperpanjang umur serta memperbaiki kesehatan lingkungan, membasmi penyakit menular, serta sebagai sebuah upaya dalam menerapkan pendidikan kesehatan bagi masyarakat atau perorangan, bahkan dapat menjadi sarana dalam mengorganisasi pelayanan dan perawatan medis untuk diagnosa dini pengobatan. Winslow juga menjelaskan bahwa kesehatan bukanlah suatu kondisi yang dapat diperoleh secara menyeluruh dalam waktu singkat, akan tetapi kesehatan harus dipelihara dan diperbaharui secara berkala.¹⁹

¹⁷ Ibid, 134-136.

¹⁸ P2ptm.kemkes.go.id, hal 5.

¹⁹ *Ilmu kesehatan masyarakat*, eprints.dinus.ac.id<KULIAH_IKM_III.

Berdasarkan tinjauan terminologis, Kesehatan dapat dimaknai sebagai suatu kondisi yang sempurna baik secara fisik, mental dan sosial serta tidak hanya bebas dari penyakit atau kelemahan. Sebagaimana definisi sehat menurut Undang-Undang 23 tahun 1992 tentang kesehatan menjelaskan bahwa kesehatan adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa dan sosial yang mungkin hidup produktif secara sosial dan ekonomi.²⁰

Selaras dengan pernyataan diatas, sehat secara mental adalah suatu kondisi yang seimbang dan senada dengan orang lain pada umumnya seperti perkembangan fisik, intelektual dan emosional yang optimal. Sedangkan sehat secara sosial dapat dimaknai ketika masyarakat dapat memelihara dan memajukan kehidupannya sendiri ataupun kehidupan keluarga, hingga dapat melakukan aktivitas dengan baik seperti bekerja, beristirahat dan menikmati liburan.²¹

Berdasarkan penjelasan terkait pengertian kesehatan tersebut, maka dapat disarikan bahwa kesehatan memiliki empat dimensi yakni fisik (badan), mental (jiwa), sosial dan ekonomi. Keseluruhan dimensi ini saling mempengaruhi dalam mewujudkan kesehatan pada seseorang, kelompok, hingga seluruh masyarakat.²²

Ruang lingkup kesehatan masyarakat mencakup dua disiplin pokok keilmuan, yakni ilmu bio medis (*medical biology*) dan ilmu-ilmu sosial (*social sciences*). Selaras dengan perkembangan ilmu kesehatan masyarakat yang mencakup; ilmu biologi, kedokteran, kimia, fisika, lingkungan, sosial, antropologi, pendidikan dan sejenisnya.

²⁰ Eliana, Sri Sumiati, *Modul Kesehatan Masyarakat*, (Jakarta: P2M2 Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2007), hal 2.

²¹ Ibid, hal 2.

²² Eliana, Sri Sumiati, *Modul Kesehatan Masyarakat*, hal 2.

Secara garis besar dalam ruang lingkup keilmuan, ilmu yang menopang ilmu kesehatan masyarakat ialah sebagai berikut:

1. Epidemiologi,
2. Biostatistik/ statistic kesehatan,
3. Kesehatan lingkungan,
4. Pendidikan kesehatan/ ilmu perilaku,
5. Administrasi kesehatan masyarakat,
6. Gizi masyarakat,
7. Kesehatan kerja.

Melihat urgensi kesehatan, maka masalah kesehatan masyarakat merupakan multi kausal dalam menangani secara multidisipliner. Lain halnya dengan penanganan kesehatan dimana masyarakat memiliki berbagai seni untuk pencegahan penyakit (preventif), meningkatkan kesehatan (promotif), terapi (fisik, mental, sosial) sebagai upaya masyarakat, misalnya pembersihan lingkungan, penyediaan air bersih, pengawasan makanan dan lain sebagainya. Adapun implementasinya dalam ruang lingkup kesehatan masyarakat adalah:

1. Pemberantasan penyakit menular dan tidak menular,
2. Perbaikan sanitasi lingkungan terutama ditempat-tempat umum,
3. Perbaikan lingkungan wilayah permukiman,
4. Pemberantasan vector,
5. Pendidikan lapangan mengenai kesehatan masyarakat,
6. Pelayanan ibu dan anak,
7. Pembinaan gizi masyarakat,
8. Pengawasan sanitasi diberbagai tempat umum,
9. Pengawasan konsumsi obat-obatan dan minuman,
10. Pembinaan mengenai peran masyarakat.²³

²³ Eliana, Sri Sumiati, *Modul Kesehatan Masyarakat*, hal 11-12.

D. Konsep Kesehatan Masyarakat Perspektif Islam

Kehidupan manusia dibumi tidak akan bisa berjalan dengan semestinya jika dalam keadaan sakit. Kesehatan jasmani merupakan bentuk dari keseimbangan manusia dengan alam. Kesehatan rohani saat terdapat keseimbangan dan relasi yang baik secara spiritual dengan *Khalik* yang direpresentasikan melalui aktivitas makhluk hidup dalam memenuhi semua perintah sang *Khalik*. Salah satu perintah sang *khalik* adalah mengajak/menyeru masyarakat dalam melakukan hal yang baik dan tidak melakukan hal yang dilarang oleh-Nya dan kata lain dari hal tersebut adalah dakwah.

Dakwah memiliki tujuan tertentu dalam mengajak ataupun menyeru kepada masyarakat untuk melakukan hal yang baik melalui cara bijaksana dan tanpa ada paksaan dari kedua belah pihak. Dalam kitab *Hidayatul Mursyidin* menjelaskan bahwasanya, berdakwah adalah sebuah ajakan untuk mendorong masyarakat agar berbuat kebaikan dan menjauhi dari hal-hal yang membuat manusia mungkar agar mendapat kebahagiaan dunia dan akhirat. Dalam kitab *Hidayatul mursyidin* menurut Syekh *Ali Mahfudz* menjelaskan arti dari dakwah yakni:

حَثُّ النَّاسِ عَلَى الْخَيْرِ وَالْهُدَى وَالْأَمْرُ بِالْمَعْرُوفِ وَالنَّهْيُ عَنِ
الْمُنْكَرِ لِيَفُوزُوا بِسَعَادَةِ الْعَاجِلِ وَالْآجِلِ²⁴

Yang artinya: “Mendorong manusia agar berbuat kebaikan dan mengikuti petunjuk, menyeru mereka untuk berbuat kebajikan dan mencegah mereka dari perbuatan mungkar agar mereka mendapat kebahagiaan dunia dan akhirat”.

²⁴ Syeikh Ali Mahfudz, *Hidayatul Mursyidin*. Darul Irtisom. 1979. Hal 17

Selaras dengan firman Allah dalam Al-Quran yang menjelaskan terkait menyeru/mengajak manusia dalam kebajikan yang berada pada surat Ali ‘Imran ayat 110:

كُنْتُمْ خَيْرَ أُمَّةٍ أُخْرِجَتْ لِلنَّاسِ تَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَتَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَتُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ ۗ

Artinya: “Kalian adalah umat terbaik yang dilahirkan untuk manusia, menyuruh kepada yang ma’ruf dan mencegah dari munkar dan beriman kepada Allah”. (Ali ‘Imran 110).²⁵

kemudian firman Allah pada surat An-Nahl ayat 125:

ادْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ ۗ وَجِدِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ ۗ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ ۗ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ

Yang artinya: “Serulah (manusia) kepada jalan Tuhanmu dengan hikmah dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya, Tuhanmu Dialah yang lebih mengetahui tentang siapa yang tersesat dijalanannya dan Dialah yang lebih mengetahui orang-orang yang mendapat petunjuk”. (Al-Nahl: 125).²⁶

Menurut ilmu kesehatan jiwa dan raga, seseorang akan dikatakan sakit ketika seseorang tersebut tidak bisa menjalankan kegiatan kesehariannya secara wajar. Terdapat perasaan takut, sedih, kelaparan, kurang harta, kehilangan jiwa sebagai cobaan sebagaimana yang telah dijelaskan dalam Al-Quran. Betapa sedih dan tegang jiwa seorang ayah dan ibu yang mengetahui anaknya terserang penyakit yang menakutkan atau terserang zat adiktif yang

²⁵ Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahnya*, (Jakarta: Sygma, 2009),64

²⁶ Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahnya*, (Jakarta: Sygma, 2009),281

kini semakin marak di tengah masyarakat. Ketika seseorang bahkan keluarga kita sendiri terserang penyakit, kita akan merasakan kesedihannya juga. Bahkan harta yang berlimpah ruah akan habis untuk melakukan pengobatan. Seperti yang telah dijelaskan pada hadits dibawah ini:

لَا بَأْسَ بِالْغِنَى لِمَنْ اتَّقَى وَالصِّحَّةُ لِمَنْ اتَّقَى خَيْرٌ مِنَ الْغِنَى
وَطَيِّبُ النَّفْسِ مِنَ النَّعِيمِ²⁷

Yang artinya: *“Tidak mengapa seseorang itu kaya asalkan bertaqwa, sehat bagi orang bertaqwa itu lebih baik dari kaya. Dan hati yang bahagia adalah bagian dari nikmat”*. (HR. Ibnu Majah no.2141).

Kita perlu mengetahui bahwa pada hakikatnya sehat lebih baik dari nikmat kaya (memiliki harta berlimpah). Selain itu kondisi akal juga mempengaruhi kondisi badan manusia, apabila akal tidak sehat maka dapat menyebabkan segala aktifitas menjadi terganggu dan tidak berjalan sesuai rencana. Maka dari itu nikmat kondisi akal sehat yang telah diberikan Allah SWT harus diiringi dengan membangun hidup bersih dan sehat melalui kebiasaan memakan makanan yang halal dan baik

Di ayat lain, Allah menegaskan:

Sebagaimana firman Allah SWT:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلْالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ
إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ*

Yang artinya... *“Hai sekalian manusia, makanlah yang halal lagi baik dari apa yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah syaitan;*

²⁷ Ibnu Majah Muhammad bin Yazid bin Rub’i al Quzwainy Abu abdillah Ibnu Majah, *Sunan Ibnu Majah*, nomer 2141, Wizaroh as syuun al Islamiyah Wadda’wah wal Irsyad as Su’udiyah,307

karena sesungguhnya syaitan itu adalah musuh yang nyata bagimu” (QS Al-Baqarah ayat 168).²⁸

Selain akal dan pola pikir sebagai faktor utama yang mempengaruhi kesehatan dalam tubuh, pola makan juga memiliki peranan penting yang dampaknya sangat berpengaruh terhadap kesehatan manusia. Dalam menjaga kesehatan sangat diperlukan pola hidup bersih dan sehat. mengkonsumsi makanan yang sehat saja tidak cukup, karena ketika kita mengkonsumsi makanan sehat namun secara berlebihan maka akan berpengaruh pada kesehatan kita. Dalam islam manusia sangat dianjurkan dalam memilih makanan yang baik dan sesuai porsi tubuh kita. Tidak dianjurkan untuk manusia mengkonsumsi makanan secara berlebihan. Seperti firman Allah yang ada dibawah ini:

يٰۤاٰدَمُ خُذْ وَاٰدَمَ خُذُوْا زِيْنَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوْا وَاشْرَبُوْا وَلَا تُسْرِفُوْا ۗ اِنَّهٗ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِيْنَ *

Artinya: *hai anak Adam, pakailah pakaianmu yang indah disetiap (memasuki) masjid. Makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang yang berlebih lebihan (QS. Al-A'raf:31).*²⁹

Dari beberapa surat yang telah disebutkan diatas, maka masyarakat sangat dianjurkan melakukan upaya secara preventif dan sangat diperlukan perhatian intens terkait pola hidup dan pola makan yang baik seperti:

1. Membiasakan untuk selalu sarapan di pagi hari,
2. Makan teratur serta mengurangi makanan yang berlemak,

²⁸ Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahnya*, (Jakarta: Sygma, 2009),25

²⁹ Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahnya*, (Jakarta: Sygma, 2009),154

3. Istirahat cukup,
4. Olahraga teratur,
5. Mengonsumsi buah dan sayuran sebagai camilan,
6. Cukup minum, dan
7. Cukup jalan kaki.

Tidak sebatas itu, kita juga harus membangun kebiasaan baik yang dimulai dari membiasakan diri untuk mengonsumsi makanan-makanan yang sehat serta halal guna menyeimbangkan kesehatan serta energi dalam setiap aspek pada diri sendiri. Tubuh kita sangat membutuhkan nutrisi dan gizi yang baik, berat badan yang cukup, olahraga yang bermanfaat, serta istirahat cukup. Selain itu dalam hal kesehatan emosional, otak kita membutuhkan pikiran yang positif untuk mencegah terjadinya stress dalam tubuh serta *support* yang tumbuh diri kita sendiri. Selain itu, secara spiritual, tubuh kita membutuhkan ketenangan tersendiri. Oleh sebab itu, selain menjaga kesehatan dengan pola hidup yang sehat kita juga harus mendekatkan diri serta bersyukur kepada Allah SWT yang telah memberikan nikmat kepada kita secara lahir dan batin.³⁰

E. Penelitian Terdahulu

Tabel 2.1
Penelitian Terdahulu

Aspek	Peneliti I	Peneliti II	Peneliti III	Peneliti yang sedang dikaji
Judul	Membangun	Karakteristik	Pendampingan	Membangu

³⁰ TM, Emirfan, 2011 *Healty Habits You Must Know* (Jogjakarta: Javalitera, 2011), 12.

	masyarakat sehat melalui pembentukan keluarga sehat di Dusun Tawangrejo, Kecamatan Gemarang, Kabupaten Madiun	dan prevalensi resiko penyakit kardiovaskular pada tukang masak warung makan di wilayah kerja puskesmas Tamalanrea	masyarakat untuk hidup sehat di Desa Depok, Kecamatan Bendungan, Kabupaten Trenggalek	n gerakan masyarakat hidup sehat melalui kelompok jamiyyah
Peneliti	Binti Munawaroh	Medyati N, Ridwan A, Russeng S, Stang	Nurul Mufidah Nida'ul Millah	Nur Eka Fatmawati
Pendekatan	Kualitatif	Kuantitatif	Kualitatif	Kualitatif
Program	Pembentukan kelompok sadar sehat, pendidikan tentang pentingnya gaya hidup sehat, pengoptimalan posyandu lansia, serta adanya upaya pendampingan dan pemantauan oleh	Penentuan resiko penyakit kardiovaskular menggunakan Jakarta Score Cardiovascular, skoring penentuan ini merupakan modifikasi penentuan resiko penyakit kardiovaskular yang mengacu pada studi framinghan	Pengorganisasian masyarakat dengan pola hidup sehat di Desa Depok	Meningkatkan pemahaman akan pentingnya pola hidup sehat, terbentuknya kelompok masyarakat peduli kesehatan, serta adanya kebijakan pemerintah desa untuk

	pukesmas dan perangkat desa	berdasarkan jenis kelamin, umur, tekanan darah, merokok, diabetes mellitus, indeks massa tubuh, dan aktivitas fisik mingguan		tentang program kesehatan
Hasil	Perubahan sosial dimana tingginya kesadaran masyarakat akan pentingnya hidup sehat	Gambaran demografi pada sekelompok masyarakat merupakan faktor yang memiliki peranan penting	Adanya kampanye berperilaku sehat masyarakat mempunyai rasa peduli terhadap lingkungannya .	Perubahan sosial dimana masyarakat bisa lebih memahami bagaimana pola hidup sehat dan bisa lebih memilah-milah makanan yang sehat

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode Participatory Action Research (PAR) dimana melibatkan partisipan yang relevan secara aktif dalam mengkaji sebuah fenomena yang sedang berlangsung. Jenis penelitian ini bertujuan untuk memperbaiki dan menuju hal yang lebih baik. Dalam konteks ini, peneliti harus merefleksi secara kritis baik dalam konteks budaya, politik, ekonomi, geografis dan konteks lainnya. Penelitian ini berlandaskan pada suatu kondisi yang memerlukan sebuah perubahan menjadi lebih baik.³¹ Ketertarikan peneliti dalam menggunakan metode PAR karena peneliti ingin mengajak masyarakat ikut berpartisipasi secara langsung dalam pemberdayaan masyarakat serta mengorganisir komunitas mereka sendiri. Selain itu masyarakat merupakan subjek tersendiri yang mengetahui kondisi serta seluk beluk yang mereka alami, sehingga dalam setiap perencanaan program yang direncanakan harus melibatkan masyarakat demi keberhasilan program yang telah disusun.

B. Prosedur Penelitian

Adapun objek kajian dalam PAR adalah gagasan-gagasan yang datang dari rakyat itu sendiri. Dalam rangka mempermudah peneliti selama proses penelitian, maka peneliti harus melakukan gerakan sebagai berikut:

1. Pemetaan awal (*Preleminary mapping*)

³¹ Agus Afandi, *Metodologi Penelitian Sosial Kritis*, (Surabaya: Uin Sunan Ampel Press, 2014), 40.

Pemetaan awal ini akan jadi pegangan peneliti untuk memahami masyarakat ataupun komunitas disana, yang nantinya peneliti akan lebih mudah untuk memahami problem yang di hadapi oleh mereka.

2. Membangun hubungan kemanusiaan
Peneliti melakukan inkulturasi bersama masyarakat ataupun komunitas yang ada, serta membangun kepercayaan (*trust building*) agar terjalin hubungan setara dan saling mendukung dalam riset yang dilakukan peneliti, saling memahami masalah yang dihadapi masyarakat, dan memecahkan masalah secara bersama dan partisipatif.
3. Penentuan agenda riset untuk perubahan sosial
Bersama masyarakat ataupun komunitas, peneliti mengajak untuk mengagendakan program riset melalui teknik *Participatory Rural Apraisal* (PRA) agar memahami dengan baik persoalan masyarakat yang mana selanjutnya menjadi alat perubahan sosial.
4. Pemetaan partisipatif
Peneliti bersama masyarakat melakukan pemetaan wilayah, sekaligus persoalan yang sedang dialami masyarakat. Dalam tahap ini, peneliti tidak berjalan sendiri, melainkan bersama masyarakat Dusun Balekambang bersama-sama menganalisis persoalan yang telah dihadapi.
5. Merumuskan masalah kemanusiaan
Komunitas dan peneliti melakukan perumusan masalah mendasar yang dihadapi bersama, terutama persoalan kesehatan masyarakat yang ada Dusun Balekambang. Peneliti berdiskusi bersama masyarakat, kader kesehatan dan pihak puskesmas Desa untuk menyelaraskan pendapat bersama guna menemukan *problem solving* dari masalah yang telah terjadi hingga nantinya melakukan aksi

6. Menyusun strategi gerakan
Komunitas bersama peneliti menyusun strategi gerakan guna menangani persoalan yang telah dirumuskan sebelumnya. Peneliti akan menentukan langkah yang akan dilakukan, menentukan pihak yang nantinya akan dilibatkan, serta menentukan strategi untuk mencapai keberhasilan.
7. Pengorganisasian masyarakat
Peneliti bersama masyarakat membangun pranata-pranata social, baik dalam bentuk kelompok-kelompok kerja maupun lembaga masyarakat. Tahap ini peneliti bersama masyarakat akan bergerak secara nyata demi memecahkan problem sosialnya secara simultan. Dmulai dari mengorganisir kelompok masyarakat yang berpengaruh untuk mengikuti kegiatan guna membentuk kelompok peduli sehat.
8. Melancarkan aksi perubahan
Pelaksanaan aksi dalam rangka menemukan *problem solving* ini dilakukan secara simultan dan partisipatif. Program pemecahan permasalahan kemanusiaan ini bukan sekedar untuk menyelesaikan permasalahan itu sendiri, namun program ini merupakan sebuah pembelajaran untuk masyarakat sehingga terbangun pola pikir baru guna menjadikan perubahan yang baik.
9. Membangun pusat-pusat belajar masyarakat
Pusat-pusat belajar yang dibangun atas dasar kebutuhan masyarakat maupun komunitas yang sudah bergerak melakukan aksi perubahan. Pusat belajar ini merupakan media komunikasi, riset, diskusi dan segala aspek untuk merencanakan, mengorganisir dan memecahkan *problem* sosial.

10. Refleksi

Peneliti dan masyarakat bersama-sama melakukan refleksi riset sebagai tolak ukur untuk mengetahui barometer keberhasilan dalam proses pendampingan mulai dari awal hingga akhir pelaksanaan.

11. Meluaskan skala gerakan dan dukungan

Keberhasilan program PRA yang dilakukan peneliti bersama masyarakat tidak hanya diukur dari hasil program yang telah dilakukan, namun juga diukur dari keberlanjutan program tersebut apakah dapat berjalan dengan baik atau tidak, serta terbangunnya kelompok dari warga lokal yang melanjutkan aksi perubahan tersebut sehingga merubah pola pikir masyarakat terkait pentingnya kesehatan.³²

C. Subyek Penelitian

Subyek pengorganisasian dalam penelitian yang dipilih adalah kelompok *jam'iyah* yang ada di Dusun Balekambang, Desa Ngepung, Kec. Kedamean, Kab. Gresik. Pengorganisasian ini bertujuan agar masyarakat memiliki kesadaran penuh akan betapa pentingnya pola hidup sehat yang berdampak pada kesehatan dalam tubuh mereka serta perubahan kebiasaan yang baik kedepannya.

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik PRA (*Participatory Rulal Appraisal*) yang berfungsi sebagai sarana pembelajaran masyarakat dalam upaya meningkatkan kesadaran kritis dan pemecahan *problem*. Dengan demikian, proses

³² Ibid, 41-44.

pembelajaran dapat dilakukan dalam bentuk simulasi dan praktek yang sebaiknya diterapkan langsung pada komunitas.³³

Untuk memperoleh data yang akurat, maka panneliti melakukan observasi bersama masyarakat. Observasi ini bertujuan untuk mengidentifikasi problematika yang sedang terjadi yaitu tingginya tingkat penderita penyakit berat. Adapun langkah-langkah yang dilakukan ialah:

1. Wawancara semi terstruktur

Wawancara semi struktural merupakan wawancara yang dilakukan baik secara individu atau kelompok dalam mencapai suatu tujuan. Teknik ini menggunakan daftar panduan pertanyaan.³⁴ Implementasi teknik ini berupa pengajuan beberapa pertanyaan terhadap masyarakat sebagai responden, sehingga peneliti memperoleh data dan respon yang berbeda-beda dari tiap keluarga.

2. FGD

Foccus Group Discussion atau yang biasa disebut FGD ialah sebuah diskusi yang terdiri dari partisipan tertentu berdasarkan kriteria tertentu. Diskusi ini biasanya beranggotakan empat hingga delapan orang. Diskusi mengarah pada topik dan permasalahan yang sesuai dengan pengetahuan bermasyarakat.³⁵ Teknik ini bertujuan untuk mengetahui prosentase masyarakat yang berpola hidup tidak sehat.

³³ Agus Afandi, dkk, *Modul Participatory Action Reseach (PAR) untuk mengorganisasian Masyarakat (Community Organizing)*, (Surabaya: LPPM Uin Sunan Ampel, 2016), 121.

³⁴ Nurul Mufidah Nida'ul Millah, *pendampingan masyarakat untuk hidup sehat di Desa Depok, Kecamatan Bendungan Kabupaten Trenggalek*, 71.

³⁵ Nurul Mufidah Nida'ul Millah, *pendampingan masyarakat untuk hidup sehat....*, 72.

E. Teknik Validasi Data

Teknik validitas data yang digunakan dalam penelitian ialah metode triangulasi yang bertujuan untuk memperoleh data yang akurat. Teknik PRA yang terdiri dari:

1. Triangulasi tim

Triangulasi tim ini sebuah teknik validasi data dimana peneliti mengajak masyarakat untuk menjamin keakuratan data yang sedang dikaji tanpa memandang subyek siapapun untuk menjadi tim validasi tersebut. Baik dari kalangan kaya, miskin, laki-laki maupun perempuan.

2. Triangulasi alat dan teknik

Dalam pelaksanaannya, teknik ini peneliti tidak hanya melakukan observasi secara langsung di lapangan, melainkan peneliti juga melakukan interview dan diskusi kepada warga setempat untuk memperoleh data yang lengkap dan akurat. Hasil dari triangulasi ini bermacam-macam, baik dalam bentuk tulisan, diagram maupun tabel-tabel.

3. Triangulasi sumber informasi.

Sumber informasi yang didapat peneliti yakni meliputi kejadian-kejadian penting dan bagaimana prosesnya berlangsung. Informasi tersebut didapatkan saat peneliti melakukan observasi di lapangan maupun dari masyarakat setempat.³⁶

F. Teknik Analisa Data

Agar mendapatkan data yang sesuai dengan lapangan maka peneliti melakukan sebuah analisis

³⁶ Nurul Mufidah Nida'ul Millah, *pendampingan masyarakat untuk hidup sehat...*, 72-74.

bersama dengan kelompok ibu-ibu jamiyyah. Teknik analisis data bertujuan untuk mengetahui masalah yang dihadapi yakni tingginya tingkat penyakit berat yang diderita oleh masyarakat Dusun Balekambang. Adapun langkah-langkahnya adalah:

1. Trend and change (bagan perubahan dan kecenderungan).

Teknik *trend and change* ini digunakan peneliti untuk menganalisa kecenderungan maupun perubahan yang dirasakan oleh masyarakat itu sendiri dengan cara memfasilitasi masyarakat untuk mengenali dan memahami perubahan, kecenderungan maupun kejadian yang dialami mereka sendiri.

2. Analisa pohon masalah dan pohon harapan

Teknik analisa pohon masalah dan harapan ini digunakan untuk menjabarkan semua permasalahan serta harapan yang ada pada masyarakat. Analisa ini berbentuk pohon yang memiliki akar penyebab, dimana masyarakat nantinya akan menyadari permasalahan yang dialami dan benar-benar membutuhkan sebuah perubahan untuk kedepannya.

3. Kalender harian

Kalender harian ini digunakan untuk mengetahui berbagai aktivitas masyarakat maupun persoalan yang ada.

4. Teknik MSC (*Most Significant Change*)

Dalam evaluasi sebuah proses pendampingan, teknik ini sering digunakan karena sederhana dan mudah diterapkan, dimana masyarakat akan melakukan penilaian pada program yang telah dilaksanakan, kemudian masyarakat menyimpulkan seberapa besar pengaruh program tersebut pada mereka. Hasil evaluasi ini akan dijadikan pengalaman untuk pelaksanaan program selanjutnya.

G. Jadwal Pendampingan

Program kegiatan yang dilaksanakan selama pengorganisasian ini kurang lebih membutuhkan waktu selama 3 bulan melalui teknik PAR (Participatory Action Riset) yang dipaparkan dibawah ini:

Tabel 3.1
Jadwal Pendampingan Masyarakat

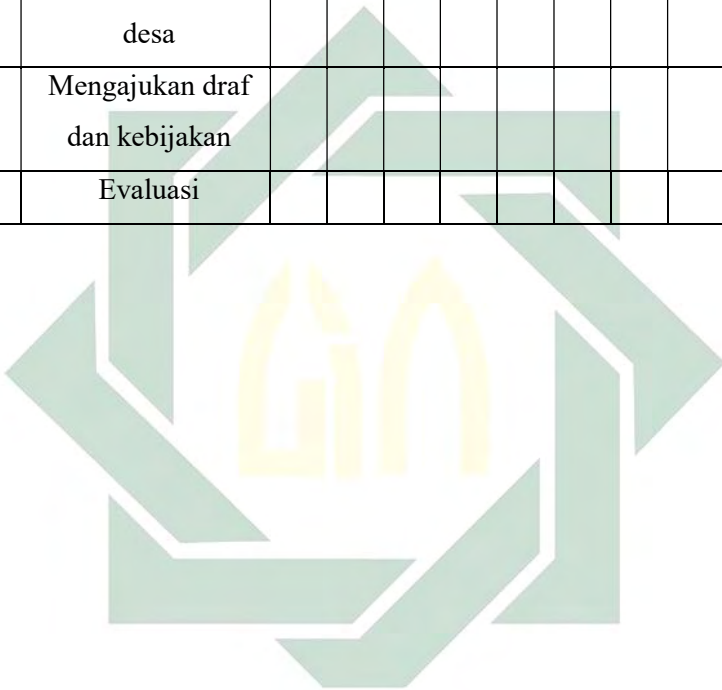
No.	Nama kegiatan	Pelaksanaan (minggu)								
		1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	Pendidikan terkait pemahaman pola hidup sehat	*								
	Perencanaan bersama untuk kegiatan pendidikan	*								
	menyusun tema, materi yang akan dijelaskan	*								
	Penentuan narasumber, alat, bahan dan fasilitas bagi masyarakat	*								

	Pelaksanaan pendidikan		*						
	Monitoring dan evaluasi program		*						
2.	Kampanye mengenai makanan sehat			*					
	FGD persiapan kegiatan kampanye mengenai makanan sehat			*					
	Menyusun tema, materi yang akan diterapkan			*					
	Persiapan alat dan bahan saat kegiatan berlangsung			*					
	Pelaksanaan kampanye				*				
	Monitorung dan evaluasi program				*				

3.	Membentuk Club Sehat yang fokus terhadap pola hidup sehat					*			
	Perencanaan komunitas bersama masyarakat terkait pembentukan Club sehat					*			
	Membentuk tim					*			
	Menyusun program kerja dan kegiatan yang akan dilaksanakan						*		
	Monitoring dan evaluasi program						*		
4.	Gerakan hidup sehat							*	
	FGD kegiatan gerakan hidup sehat							*	
	menyusun tema,							*	

	materi yang akan disampaikan									
	persiapan alat dan bahan saat kegiatan berlangsung							*		
	Pelaksanaan gerakan hidup sehat (event lomba memasak makanan sehat)								*	
	Monitoring dan evaluasi program								*	
5.	Mengadakan advokasi kepada pemerintah desa									*
	untuk membuat program tentang kesehatan									
	FGD persiapan rencana advokasi terkait pembuatan program tentang kesehatan									*

	Menghubungi pihak pemerintah desa											*
	Mengajukan draf dan kebijakan											*
	Evaluasi											*



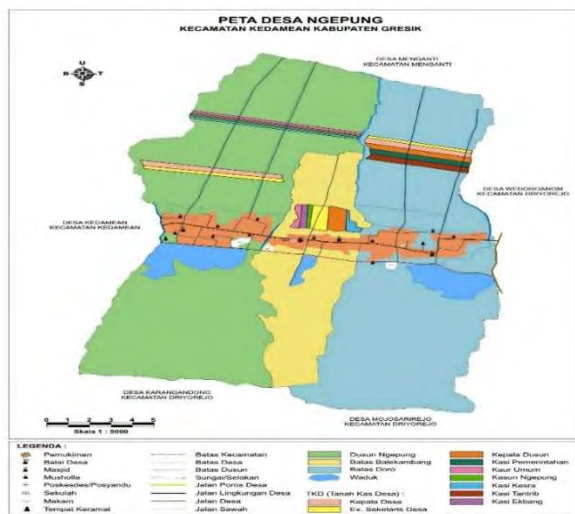
BAB IV PROFIL LOKASI PENELITIAN

A. Kondisi Geografis

Dusun Balekambang merupakan salah satu Dusun yang berada di Desa Ngepung, Kec. Kedamean, Kabupaten Gresik. Terdapat tiga dusun di Desa Ngepung yaitu Dusun Ngepung, Dusun Balekambang dan Dusun Doro. Dengan batas Desa sebagai berikut:

1. Utara: Desa Menganti – Kecamatan Menganti.
2. Timur: Desa Wedoroanom – Kecamatan Driyorejo.
3. Selatan: Desa Mojosarirejo dan Karangandong Kecamatan Driyorejo.
4. Barat: Desa Kedamean – Kecamatan Kedamean.

Gambar 4.1
Peta Desa Ngepung



Sumber: didapat dari dokumentasi peneliti

Luas Desa Ngepung yakni 541,197 Ha dengan rincian sebagai berikut:

- | | |
|------------------------------|-------------|
| 1. Luas permukiman | : 47,11 Ha |
| 2. Luas Persawahan | : 222,72 Ha |
| 3. Luas pekarangan | : 47,11 Ha |
| 4. Luas tegalan | : 214,15 Ha |
| 5. Luas kuburan | : 1,25 Ha |
| 6. Luas perkantoran | : 0,182 Ha |
| 7. Luas prasana umum lainnya | : 3,87 Ha |

Letak Desa Ngepung lebih banyak didominasi oleh wilayah persawahan yang luas serta subur menjadikan daerah tersebut terasa asri dan sejuk. Sayangnya, jalan utama desa ini juga menjadi salah satu akses yang dilewati kendaraan bermuatan besar seperti truk dan mobil *pick up* sehingga wilayah tersebut juga rentan tercampur dengan polusi dari kendaraan besar itu.

Dusun Balekambang terletak ditengah-tengah Dusun Ngepung dan Dusun Doro. Akses menuju Dusun Balekambang terbilang mudah karena jalan yang beraspal, namun dari arah Desa Wedoroanom terdapat jalan yang rusak sehingga warga harus berhati-hati terutama ketika musim hujan. Dari jalan raya utama menuju ke Dusun Balekambang menempuh jarak kurang lebih 1km. Dusun Balekambang terdiri dari 1 Rw dan 2 Rt. Di Dusun Balekambang terdapat 99 bangunan rumah dengan beberapa kriteria yaitu, bangunan layak, cukup layak, kurang layak dan tidak layak.

Bagian utara Dusun Balekambang berbatasan dengan sawah Desa Ngepung, sebelah selatan berbatasan dengan sawa Desa Mojosari, sebelah barat berbatasan dengan Dusun Ngepung dan sebelah timur berbatasan dengan Dusun Doro. Di Dusun ini terdapat 2 akses jalan menuju ke jalan raya utama namun, masyarakat sering melalui

akses yang pertama karena akses jalan yang kedua terbilang susah untuk dilewati karena jalan yang rusak.

Gambar 4.2
Gapura Desa Ngepung



Sumber: didapat dari dokumentasi peneliti

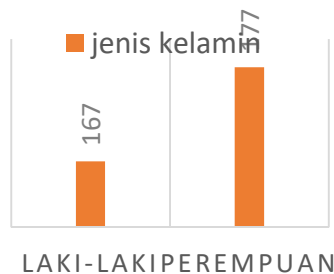
Mayoritas lahan di Dusun Balekambang digunakan sebagai permukiman, persawahan, dan perkebunan. Lahan persawahan digunakan untuk bercocok tanam seperti padi dan jagung. Frekuensi panen untuk persawahan hanya 1 tahun sekali untuk padi, 1 tahun 2 kali untuk jagung. Kondisi area persawahan di Dusun Balekambang terbilang masih asri dan subur namun para masyarakat hanya mengandalkan tadah hujan untuk menanam padi, sehingga ketika musim kemarau panjang masyarakat hanya menanam tanaman tertentu seperti jagung, kunir, kacang-kacangan dan cabai. Sedangkan lahan yang berada di pekarangan permukiman warga biasanya dimanfaatkan untuk menanam beberapa jenis buah-buahan, seperti pohon mangga, pisang, nangka, buah naga, jambu, pohon jati, cabai, kunir, kacang-kacangan dan tebu. Selain itu, terdapat juga beberapa tanaman hias seperti bunga mawar, kamboja, dan melati, bahkan ada memanfaatkan pekarangan untuk ternak.

Selain lahan, fasilitas di Dusun Balekambang juga memadai untuk menunjang kebutuhan masyarakat diantaranya; 1 masjid dan 1 musholla untuk sarana ibadah dan kegiatan keagamaan lainnya seperti tahlilan. Terdapat pula sarana pendidikan seperti 1 SD, 1 PAUD, 1 TK dan 1 TPQ. Selain itu, Dusun Balekambang juga memiliki 1 makam Islam, polindes dan puskesmas milik desa. Adapun balai desa menjadi pusat kegiatan masyarakat seperti, penimbangan dan imunisasi balita, rapat para kader dengan perangkat desa dan lainnya.

B. Kondisi Demografis

Jumlah penduduk yang ada di Dusun Balekambang sebanyak 343 jiwa. Jumlah penduduk berjenis kelamin perempuan lebih banyak dibandingkan dengan penduduk berjenis kelamin laki-laki. Terdapat 177 jiwa penduduk perempuan (51%) dan 167 (49%) berjenis kelamin laki-laki sebagaimana yang tertera dalam diagram dibawah. Tingkat kepadatan penduduk di Dusun Balekambang terbilang cukup padat, karena dalam 99 rumah terdapat 343 jiwa, dimana dalam satu rumah mencapai 6 anggota keluarga.

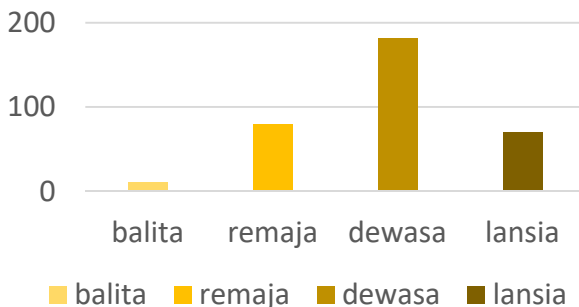
Diagram 4.1
Grafik jumlah penduduk



Sumber: diolah dari data angket survei penduduk

Adapun penjelasan rinci terkait usia masyarakat di Dusun Balekambang antara lain; usia 0-5 tahun sebanyak 11 jiwa (3%), usia 6-17 tahun sebanyak 80 jiwa (23%), usia 18-50 tahun sebanyak 182 jiwa (53%) dan usia 51 tahun keatas sebanyak 71 jiwa (21%).

Diagram 4.2
Grafik kelompok usia



Sumber: diolah dari data angket penduduk

Melihat data pada grafik diatas, tingkat kelahiran masyarakat Dusun Balekambang dapat dikategorikan cukup tinggi. Jumlah anak kecil yang berada di dusun tersebut sebanyak 11 jiwa balita 0-5 tahun dan 80 jiwa remaja 6-17 tahun, selain itu juga dapat dilihat dari jumlah pelajar yang berada di dusun tersebut yaitu sebanyak 78 anak yang masih menempuh pendidikan, dan ada 11 anak yang belum memasuki usia sekolah.

C. Kesehatan

1. Sarana Kesehatan

Sarana kesehatan desa yang tersedia untuk masyarakat Dusun Balekambang yakni satu

puskesmas desa dan polindes. Puskesmas Desa terletak di Dusun Ngepung dimana masyarakat Balekambang hanya membutuhkan waktu kurang lebih 5 menit. Adapun jam pelayanan puskesmas desa mulai dari jam 08.00-16.00 WIB. Masyarakat yang pergi untuk periksa ke puskesmas tidak dikenakan biaya sepeserpun, hanya pembayaran awal sebesar Rp.2000 untuk pembuatan kartu anggota.

Selain melalui puskesmas, masyarakat masih mengkonsumsi obat-obatan dari apotek atau warung-warung terdekat tanpa resep dokter. Kebiasaan tersebut merupakan gaya hidup yang kurang baik. Selain itu, masyarakat sering beranggapan bahwa lebih baik mengkonsumsi obat-obatan di warung daripada periksa ke puskesmas ataupun bidan. Ketika masyarakat mengkonsumsi obat-obatan di warung mereka hanya mendiagnosa penyakit mereka secara sembarangan, sehingga mengakibatkan dosis yang salah dan obat yang tidak sesuai. Pola hidup demikian menjadikan masyarakat kecanduan obat yang ada di warung. Melihat fenomena tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa masyarakat dusun Balekambang meremehkan penyakit mereka yang tidak menutup kemungkinan itu penyakit kronis.

Disisi lain, sarana yang ada di lingkungan Dusun Balekambang terbilang masih kurang memadai. Ini dikarenakan semua warga di dusun tersebut tidak mempunyai tempat sampah permanen. Biasanya masyarakat membakar sampah mereka di sekitar pekarangan mereka masing-masing. Selain itu, tidak sedikit warga yang membuang sampah sembarangan sehingga membuat sampah-sampah yang menumpuk dan menimbulkan bau yang tidak sedap. Tidak hanya itu, terdapat pabrik plastik yang terletak

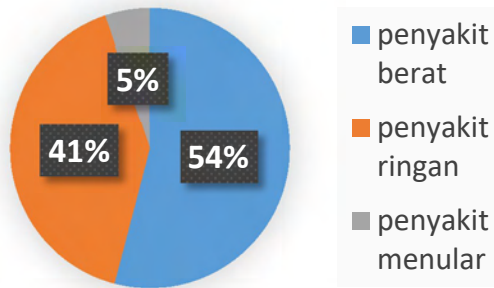
di Dusun Balekambang dan pabrik tersebut membuang limbah padat sembarangan hingga membuat masyarakat terganggu, bahkan limbah cair mereka dialirkan langsung ke parit yang mengarah ke persawahan warga dan mengakibatkan tanaman mati terutama saat musim hujan.

Berbeda dengan sarana kesehatan rumah tangga yang ada di dusun balekambang terbilang cukup memadai karena seluruh masyarakat sudah memiliki kamar mandi dan wc di rumah masing-masing sehingga masyarakat tidak membuang air besar dan kecil secara sembarangan.

2. Jenis Penyakit

Terdapat beberapa jenis penyakit yang ada di Dusun Balekambang yang terbagi menjadi tiga bagian yaitu, penyakit berat, penyakit epidemic dan penyakit ringan. Penyakit berat merupakan penyakit menahun dan sewaktu-waktu bisa kambuh ketika kita tidak memperhatikan pola makan dan pola hidup seperti; jantung, lambung, asamurat, kolesterol, paru-paru, darah tinggi dan diabetes. Penyakit epidemic adalah penyakit yang menular seperti: diare dan gatal-gatal (biduran). Sedangkan penyakit ringan adalah penyakit biasa yang menyerang masyarakat ketika pergantian musim atau yang lain seperti; batuk, pilek, panas, pusing dll. Adapun jumlah warga yang mengidap penyakit berat di Dusun Balekambang sebanyak 73 orang (54%), penyakit epidemic 7 orang (5%) dan penyakit ringan 38 orang (41%).

Diagram 4.3
Prosentase Jenis Penyakit



Sumber: diolah dari data angket penduduk

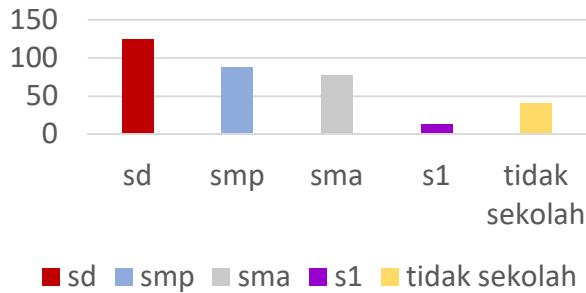
3. Kepemilikan Asuransi Kesehatan

Kepemilikan asuransi kesehatan yang dimiliki masyarakat Dusun Balekambang terbilang cukup karena rata-rata masyarakat memiliki asuransi kesehatan, namun terdapat sebagian pula yang belum mempunyai asuransi tersebut. Masyarakat Dusun Balekambang memiliki asuransi kesehatan baik berupa BPJS maupun KIS. Adapun masyarakat yang belum mempunyai asuransi kesehatan beranggapan bahwa lebih baik tidak membuat asuransi karena persyaratan untuk membuat asuransi kesehatan sekarang cukup rumit dan menyulitkan mereka.

D. Pendidikan

Terdapat dua sarana pendidikan yang ada di Dusun Balekambang yaitu, pendidikan formal dan non formal. Pendidikan formal terdiri dari TK dan SD. Sedangkan pendidikan non formal, dusun Balekambang memiliki satu lembaga pendidikan non formal (TPQ) dimana jadwal mengaji berlangsung setelah ashar hingga jam 5 sore.

Diagram 4.4
Grafik tingkat pendidikan



Sumber: diolah dari data angket penduduk

Sebagaimana yang dipaparkan pada grafik diatas, mayoritas pendidikan masyarakat dusun balekambang ialah tingkat SD. Ada beberapa yang menempuh hingga jenjang SMP dan SMA, namun ada juga yang tidak menginjak bangku sekolah sama sekali. Berdasarkan hasil kuisioner peneliti, mayoritas kepala keluarga dusun balekambang hanya sampai jenjang SD, bahkan ada yang tidak tamat SD. Adapun penyebab utama ialah faktor ekonomi. Berbeda dengan remaja Dusun Balekambang, kini mereka meningkat hingga jenjang strata-1.

E. Ekonomi

Mayoritas masyarakat Dusun Balekambang bekerja sebagai petani, wiraswasta dan pedagang. Beberapa lainnya bekerja sebagai guru, montir, tukang bangunan, buruh sedot wc bahkan ada yang pengangguran. Biasanya masyarakat yang tidak bekerja merupakan lansia, sehingga pekerjaan beralih ke anak dan cucunya.

Berikut adalah tabel jenis pekerjaan masyarakat yang ada di Dusun Balekambang untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari:

Tabel 4.1
Jenis pekerjaan

No	Jenis pekerjaan	Jumlah
1.	Petani	95 orang
2.	Wiraswasta	37 orang
3.	Ibu Rumah Tangga	42 orang
4.	Guru	9 orang
5.	Pedagang	12 orang
6.	Buruh sedot Wc	10 orang
7.	Tukang Bangunan	3 orang
8.	Tambakan	1 orang
9.	Perawat	1 orang
10.	Buruh Sedotan	2 orang
11.	Supir	2 orang
12.	Bengkel	3 orang
13.	Juragan Kunir	1 orang
14.	Juragan Sedot Wc	1 orang
15.	Toko dan Warung	5 orang
16.	Tambal Ban	1 orang
17.	Las Besi	1 orang

Sumber: diolah dari data angket penduduk

1. Petani

Para petani setempat menggunakan sistem tadah hujan untuk mengairi sawah. Para petani biasanya menanam padi dan jagung tidak hanya itu, masyarakat juga menanam kacang-kacangan, kunir, cabai, terong, tebu, dan lain-lain. Biasanya para petani panen padi setiap satu tahun sekali namun berbeda dengan jagung dan lain-lainnya, mereka dipanen setiap satu tahun dua kali hingga tiga kali. Penghasilan petani bermacam-macam tergantung berapa banyak hasil panen yang didapatkan. Biasanya pendapatan petani mulai dari 3,000,000 sampai 10,000,000.

2. Pabrik

Masyarakat di Dusun Balekambang yang bekerja sebagai buruh pabrik terbilang cukup banyak. Rata-rata masyarakat yang bekerja di pabrik berusia 50 kebawah. Masyarakat bekerja di berbagai macam pabrik baik yang berlokasi dekat maupun jauh dari rumah. Mayoritas masyarakat dusun balekambang bekerja sebagai burh di pabrik sekitar Gresik seperti pabrik wings, miwon dan lainnya. Pendapatan pun beragam mulai dari 1.500.000 tiap bulan hingga setara dengan gaji UMR yang senilai 3.500.000/bulan.

3. Pedagang

Banyak masyarakat Dusun Balekambang sebagai pedagang. Mereka menjual kebutuhan sehari-hari seperti sembako, sayur, ikan, penjual pentol keliling, es tebu keliling dan semacamnya. Penghasilan masyarakat yang bekerja sebagai pedagang sayur dan ikan kurang lebih sehari mendapat 1.000.000, sedangkan pedagang keliling sehari bisa mendapatkan hingga 500.000.

4. Guru

Terdapat beberapa warga yang bekerja sebagai guru, namun mayoritas mereka mengajar disekolah luar Desa. Ada pula yang mengaja di lembaga yang ada di Desa mereka sendiri. Penghasilan yang didapatkan warga yang bekerja sebagai guru hanya berpenghasilan 500.000. hingga 1.000.000 perbulan.

5. Buruh sedot WC

Masyarakat yang bekerja sebagai buruh sedot wc bekerja tidak menentu karena mereka harus menunggu orderan terlebih dahulu. Penghasilan yang didapatkan oleh buruh sedot wc perbulan mendapatkan gaji 1.500.000 sedangkan juragan sedot wc sendiri bisa mencapai hingga 5.000.000/bulan.

6. Tukang bangunan

Warga yang bekerja sebagai kuli bangunan mereka juga bekerja tidak setiap hari. Namun ketika mendapatkan job mereka bisa mendapatkan 100.000 sampai 125.000/hari.

7. Buruh sedotan

Warga yang bekerja sebagai buruh sedotan mereka memang bekerja santai, namun mereka harus teliti disetiap bungkus yang mereka isi. Dan hasil yang di dapatkan hanya digaji 400.000/bulan.

8. Perawat

Masyarakat yang ada di Dusun Balekambang hanya ada satu orang yang bekerja sebagai perawat. Penghasilan yang didapatkan setiap bulan 3.000.000.

9. Juragan kunir

Warga yang menjadi juragan kunir hanya ada satu orang, mereka memiliki beberapa buruh untuk memilah kunir ketika setelah panen dan bekerja menggiling kunir. Penghasilan yang didapatkan juragan kunir bisa mencapai 6.000.000 perbulan.

10. Tambal ban dan bengkel

Warga yang bekerja sebagai tambal ban hanya ada satu orang dan setiap harinya bisa mendapatkan 50.000 sampai 150.000.

11. Las besi

Warga yang bekerja sebagai bengkel las besi hanya satu orang dan perbulannya bisa mendapatkan penghasilan sampai 2.000.000 perbulan.

12. Supir

Warga yang bekerja sebagai supir ada dua orang, mereka bekerja sebagai supir truk yang ada di pabrik. Biasanya truk yang dimuat adalah tebu dan batang pohon jati. Mereka setiap bulan mendapatkan gaji 3.000.000.

13. Tambakan

Warga yang bekerja sebagai tambakan hanya ada satu orang, dia bekerja di tambakan sekitar bungah. Jadi dia harus menempuh waktu yang cukup lama setiap harinya untuk sampai ke tempat kerja itu. Setiap bulannya mereka mendapatkan gaji 2.000.000.

14. Toko kelontong dan warung

Beberapa warga juga ada yang membuka toko kelontong, mereka menjual kebutuhan pokok sehari-hari seperti makanan ringan minuman, sabun sampo dan lain-lain. Setiap harinya mereka bisa mendapatkan 500.000 sampai 1.000.000. Tidak hanya itu warga ada yang membuka warung makan dan kopi. Setiap harinya mereka bisa mendapatkan kurang lebih 100.000.

F. Keagamaan

Agama yang berkembang di Dusun Balekambang adalah agama Islam, dan aliran masyarakat yang ada di Dusun tersebut semuanya adalah Nahdatul Ulama. Adapun

beberapa kegiatan keagamaan yang dilakukan masyarakat Dusun Balekambang, yakni:

1. Sholat berjama'ah

Masyarakat Dusun Balekambang melaksanakan sholat berjamaah di masjid dan musolla yang ada di dusun tersebut. Satu masjid yang terletak di RT 08 dan satu musolla yang terletak di RT 07. Setiap dusun yang ada di Desa Ngepung masing-masing memiliki 1 masjid.

2. Tahlilan

Tahlilan di Dusun Balekambang dilaksanakan setiap malam jumat. Tahlilan sendiri beranggotakan bapak-bapak dan dilakukan secara bergilir di rumah setiap anggota. Tahlilan biasanya diisi dengan pembacaan yasin dan tahlil yang di tujuan untuk keluarga warga yang sudah meninggal.

3. Yasinan

Yasinan di Dusun Balekambang dilaksanakan setiap satu minggu sekali. Yasinan tersebut dilakukan oleh ibu-ibu yang secara bergilir di setiap rumah anggota ibu-ibu yasinan tersebut. Selain dilaksanakan setiap minggu, yasinan biasanya dilaksanakan ketika ada undangan dari warga yang mempunyai hajat.

4. Diba'an dan manaqiban

Pembacaan diba dan manaqib di dusun Balekambang terbilang cukup aktif. Jiwa keagamaan warga di Dusun tersebut masih sangat kuat. Pembacaan diba dan manaqib biasanya dilaksanakan pada hari selasa dan malam jumat.

G. Tradisi dan Budaya

1. Mauludan

Peringatan hari lahir Nabi Muhammad SAW juga selalu diadakan di Dusun Balekambang. Kegiatan

tersebut biasanya dilaksanakan setelah sholat isya' di masjid setiap dusun. Acara berlangsung dengan meriah karena setelah acara warga akan berebut barang-barang yang di gantungkan.

2. Ziarah ke makam wali

Terdapat kegiatan rutin masyarakat Dusun Balekambang yang dilakukan setiap 1 tahun 2 kali yaitu ziaroh ke makam wali songo. Masyarakat biasanya mengadakan ziaroh ketika mendekati pada tanggal tahun baru dan sebelum menjelang hari Ramadhan.

3. Tegal Desa

Desa Ngepung masih rutin melangsungkan kegiatan tegal desa. Tegal desa dilaksanakan untuk mendoakan untuk kemakmuran desa dan warganya. Tegal desa biasanya dilakukan setahun sekali dengan sangat meriah. Kegiatan ini biasanya dilangsungkan di lapangan dusun Balekambang.

4. Aqiqah

Aqiqah dilakukan guna memperingati tasyakuran atas kelahiran bayi dan biasanya dilakukan ketika bayi berumur 40 hari.

5. Tingkepan

Tingkepan dilakukan untuk mendoakan bayi yang ada didalam kandungan ibu. Warga di Dusun tersebut meyakini bahwa tingkepan ini bisa mendoakan agar bayi bisa lahir dengan selamat dan sehat. Kegiatan ini biasanya dilakukan ketika kandungan masuk dalam 7 bulan.

BAB V

TEMUAN MASALAH

A. Banyaknya Masyarakat yang Menderita Penyakit Berat

Dewasa ini masalah kesehatan menjadi masalah yang cukup serius di kalangan masyarakat menengah keatas dan kebawah. Hal ini dikarenakan banyaknya masyarakat yang mengidap penyakit karena gaya hidup dan pola makan yang tidak sehat. Banyak masyarakat yang mengidap penyakit berat seperti diabetes, jantung, asam lambung, kolesterol dan asam urat. Rata-rata masyarakat Dusun Balekambang yang menderita penyakit berat berkisar pada usia dewasa awal hingga manula. Padatnya aktifitas yang menjadikan masyarakat kelelahan menjadikan penyebab mereka tidak menghiraukan keseimbangan tubuh mereka yang harusnya diperhatikan untuk memiliki tubuh yang sehat.

Tabel 5.1
Kalender Harian

Pukul	Bapak	Ibu
04.00	Bangun tidur	Bangun tidur
04.30-04.45	Sholat shubuh	Sholat shubuh
04.45-05.30	Minum kopi/teh dan sarapan	Menyiapkan kebutuhan keluarga dan sarapan
05.30-11.00	Berangkat kesawah/bekerja	Masak, bersih-bersih dan berangkat kesawah
11.00-	Pulang/istirahat	Menyiapkan makan

12.00		siang
12.00-13.00	Sholat dhuhur dan makan siang	Sholat dhuhur
13.00-16.00	Kembali berangkat kesawah	Kembali berangkat kesawah
16.00-16.30	Pulang dan sholat ashar	Pulang, sholat ashar dan bersih-bersih rumah
16.30-18.00	Istirahat/nonton tv	Istirahat/menyiapkan makan malam
18.00-18.30	Sholat maghrib	Sholat maghrib
18.30-19.00	Makan malam	Makan malam
19.00-19.15	Syolat isya'	Sholat isya'
19.15-20.00	Kumpul bersama/tahlilan	Kumpul bersama/yasinan
20.00-04.00	Tidur	Tidur

Sumber: diolah dari FGD bersama warga

Berdasarkan kalender harian diatas, nampak aktivitas keseharian masyarakat dusun Balekambang cukup padat dan berat. Bapak-bapak, dan ibu-ibu harus bekerja ke sawah sekaligus melakukan pekerjaan rumah. Disisi lain, kecanggihan teknologi yang mendukung adanya produksi makanan siap saji (*junk food*) telah membuat masyarakat penasaran hingga membuat masyarakat kecanduan untuk mengkonsumsi makanan siap saji.

B. Rendahnya Pemahaman Masyarakat Mengenai Kesehatan

Terdapat berbagai faktor penyebab munculnya penyakit berat di dusun balekambang, salah satunya ialah rendahnya pemahaman masyarakat mengenai kesehatan terutama pentingnya pola hidup sehat. Selaras dengan fenomena saat ini, manusia tidak lagi mengutamakan pola hidup sehat justru mereka hanya mengutamakan bagaimana cara memenuhi kebutuhan sandang, pangan ataupun papan. Fenomena ini tidak hanya terjadi di wilayah perkotaan, namun pedesaan pun juga demikian. Disinilah budaya konsumsi makanan instan menjamur dengan cepat di tengah masyarakat.

Gambar 5.1

Masyarakat Sering Mengonsumsi Makanan Instan



Sumber: diolah dari dokumentasi peneliti

Masyarakat kurang memahami bagaimana pola hidup sehat itu sendiri, sehingga mereka tidak menyadari dampak yang ditimbulkan dari makanan siap saji (*junk food*). Selain itu, masyarakat tidak mempertimbangkan makanan yang mengandung kadar gula tinggi, lemak jenuh, dan kolestrol sebelum mengkonsumsi. Tidak ada

skala pengkonsumsian junk food, sehingga masyarakat cenderung mengonsumsi secara terus menerus.

Tabel 5.2
Masyarakat Sering Mengonsumsi Mie Instan

Toko/waung	Total
Toko 1	2-3 kardus
Toko 2	3 kardus
Toko 3	10 kardus
Toko 4	4 kardus
Toko 5	3-4 kardus
Warung 1	1-2 kardus
Warung 2	1 kardus
Warung 3	1-2 kardus

Sumber: diolah dari hasil wawancara

Dari tabel diatas, tampak jelas tingginya konsumsi masyarakat Dusun Balekambang terhadap mie instan. Setiap bulan masyarakat bisa menghabiskan kurang lebih 24 kardus mie instan, belum terhitung pembelian dari indomaret dan agen. Sedangkan warung bisa menghabiskan kurang lebih 5 kardus mie instan. Tidak hanya itu, konsumsi makanan berminyak juga cukup tinggi. Jika setiap warung bisa menghabiskan kurang lebih 75 gorengan setiap hari, maka masyarakat mengonsumsi kurang lebih 150 gorengan setiap harinya, dan belum terhitung konsumsi mandiri di rumah.

Selain mengonsumsi makanan instan dan berlemak, kebiasaan merokok juga menjadi salah satu penyebab menurunnya kesehatan tubuh manusia. Pola hidup yang

demikian membuat tingkat penderita penyakit berat selalu bertambah secara tidak langsung. Berdasarkan fenomena yang terjadi di dusun balekambang, maka peneliti menemukan beberapa faktor penyebab tingginya penyakit berat di kalangan masyarakat, sebagai berikut:

1. Pola hidup yang tidak sehat

Kebiasaan pola hidup yang tidak sehat menjadi faktor utama munculnya penyakit kronis yang diderita masyarakat dusun balekambang. Adanya kebiasaan mengkonsumsi makanan yang seharusnya dihindari seperti makanan yang mengandung lemak, makanan instan secara berlebihan, dan makan tidak teratur dapat membahayakan masyarakat bahkan berujung kematian.

Tabel 5.3
Timeline kejadian di Dusun Balekambang

No	Tahun	Kejadian
1.	2016	Satu orang meninggal disebabkan menderita penyakit diabetes basah
2.	2018	Dua orang meninggal disebabkan jantung
3.	2019	Satu orang meninggal disebabkan penyakit komplikasi

Sumber: diolah dari data kesehatan kader

Berdasarkan tabel diatas, terlihat jelas dampak dari mengabaikan pola hidup sehat. Tabel diatas memaparkan bahwa terdapat 4 orang meninggal dunia dalam kurun waktu lima tahun terakhir. Hal ini dikarenakan masyarakat mengabaikan penyakit yang mereka derita dengan membiarkan penyakit tersebut berkembang didalam tubuh.

Masyarakat beranggapan jika penyakit yang diderita adalah sebuah takdir yang sudah ditetapkan oleh Allah. Pola pikir masyarakat yang kurang percaya diri harus diubah agar masyarakat menjadi lebih baik.

Tabel 5.4
Trend and Change Penyakit Berat
dan Konsumsi Makanan

Tahun	2000	2005	2010	2015	2020
Penyakit	00	000	00000	00000 00000	00000 00000 00000
Konsumsi	Pohong, telo, nasi jagung (sudah jarang), tahu tempe, ikan asin, ayam (masih jarang)	Nasi jagung, nasi, tahu tempe, ikan asin (sudah jarang) ayam, pindang, telur, mie instan	Nasi jagung (sudah jarang), nasi, tahu tempe (sudah jarang) kutuk, udang, bandeng, mujair, ayam, telur, mie instan	Nasi, tahu tempe (sudah jarang) bandeng, mujair, udang, kutuk, ayam, bebek, daging (masih jarang), mie instan	Nasi, tahu tempe (sudah jarang) ayam, daging sapi, kambing, bebek, bandeng, udang, makanan instan, sarden kalengan dan bumbu

					instan
--	--	--	--	--	--------

Tabel diatas menunjukkan faktor penyebab munculnya penyakit berat di dusun balekambang yakni konsumsi makanan sembarangan. Dalam kurun waktu 20 tahun, penderita penyakit kronis terus bertambah di Dusun Balekambang. Fenomena tersebut disebabkan oleh perubahan pola konsumsi yang mulanya memakan umbi-umbian kemudian beralih kepada hewani lalu beralih kepada makanan kemasan atau siap saji dimana makanan ini mengandung bahan pengawet dan semacamnya yang dapat mengakibatkan penyakit.

2. Ketergantungan obat-obatan warung

Minimnya pengetahuan kesehatan masyarakat, muncul anggapan bahwa periksa ke puskesmas tidak akan membawa perubahan, sehingga mereka memilih untuk mengkonsumsi obat-obatan di warung tanpa resep dokter. Kebiasaan ini terus berlanjut saat

penyakit mereka kambuh meski memiliki resiko cukup tinggi. Alasan lain dikarenakan biaya yang dikeluarkan lebih sedikit daripada berobat ke puskesmas atau polindes. Selain itu, masyarakat menganggap bahwa pelayanan disana kurang ramah dan hanya masyarakat menengah keatas yang masih berusaha untuk berobat ke sarana kesehatan. Dengan demikian, masyarakat dengan ekonomi menengah kebawah hanya akan bergantung pada obat-obatan di warung tanpa memikirkan resiko yang akan terjadi nantinya.

C. Belum Terbentuk Kelompok Peduli Sehat (Club Sehat)

Salah satu alasan mengapa masyarakat memiliki pengetahuan minim terkait kesehatan ialah tidak ada kelompok peduli sehat. Ini disebabkan karena minimnya partisipan di lembaga kemasyarakatan, padahal pihak puskesmas sudah bekerja sama dengan aparat desa untuk memfasilitasi masyarakat berupa program kesehatan. Melalui program tersebut diharapkan masyarakat akan mengetahui urgensi kesehatan, sehingga meminimalisir kemungkinan munculnya penyakit dengan menerapkan pola hidup sehat. Sayangnya program tersebut menjadi pasif karena minimnya minat masyarakat, bahkan mereka menganggap penyakit adalah sebuah aib.

Sebagaimana tugas aparat desa dalam melayani masyarakat, pihak balai desa telah menyediakan tempat pelaksanaan program yang telah dicanangkan oleh lembaga. Akan tetapi, kegiatan tersebut kurang terorganisir, sehingga tidak dapat berjalan sesuai dengan rencana. Selain itu sistem yang dianggap kurang menarik karena hanya sebatas sosialisasi dari pihak puskesmas ke masyarakat.

Berdasarkan fenomena tersebut, perlu adanya pembentukan kelompok peduli sehat guna merubah pola pikir, pola hidup masyarakat serta menambah wawasan kesehatan. Dalam konteks ini, pembentukan kelompok peduli sehat tidaklah mudah, karena harus menyesuaikan dengan masyarakat agar tidak mengganggu aktivitas yang lain. Oleh karena itu, peneliti mengajak kader kesehatan dan melakukan pendekatan kepada kelompok jamiyyah di dusun balekambang untuk membantu keberlangsungan program yang telah direncanakan bersama.

Terbentuknya kesadaran masyarakat akan membantu peneliti dan komunitas mengarahkan penerapan pola hidup sehat, serta menjadikannya sebuah tujuan bersama. Tingginya kualitas individu menjadi suatu aset keberhasilan menuju masyarakat ideal dalam berbagai bidang. Disinilah pola pikir menjadi fokus utama dalam pemberdayaan. karena keselarasan pemikiran akan menjadikan kita sebuah kesatuan yang memiliki visi, misi dan tujuan yang sama demi mewujudkan hasil yang diharapkan.

Dengan demikian kelompok peduli sehat ini nantinya dapat memonitoring serta mengevaluasi bersama saat program berlangsung terutama saat peneliti sudah tidak mendampingi kelompok tersebut. Kelompok tersebut dapat menjadi sebagai wadah untuk saling berbagi maupun berkonsultasi terkait kesehatan.

BAB VI

DINAMIKA PROSES PENGORGANISASIAN

A. Inkulturasi

Dalam penelitian inkulturasi merupakan rangkaian dari proses analisis dimana peneliti melakukan pendekatan terhadap masyarakat guna mempererat tali silaturahmi serta membangun komunikasi yang baik. Selain itu, adanya inkulturasi bertujuan untuk menyalurkan maksud dan tujuan peneliti.³⁷ Dalam konteks ini, peneliti sudah akrab dengan penduduk dusun balekambang karena sebelumnya peneliti telah melakukan pendampingan saat semester 5 tepatnya pada kuliah pemetaan dan berlanjut pasca PPL 2.

Awal Desember 2019, peneliti mendatangi rumah kepala desa Ngepung yaitu bapak Supranata. Beliau sosok yang pendiam namun beliau terkenal baik di kalangan masyarakat. Peneliti telah meminta izin untuk melakukan penelitian melalui pengorganisasian masyarakat dan beliau dengan senang hati menyetujui maksud kedatangan peneliti. Beliau berharap setiap kegiatan yang dilakukan peneliti bermanfaat bagi masyarakat dusun balekambang.

Pasca meminta izin kepala desa, peneliti berkunjung ke balai desa untuk menyerahkan surat izin penelitian sekaligus menjelaskan maksud kedatangan peneliti. Saat di balai desa, peneliti bertemu dengan Bapak Senadi (kasun dusun balekambang), Bu Is (staff), Bapak Yusuf (sekertaris desa). Tidak hanya itu, peneliti juga menanyakan seputar keadaan desa baik dari lingkungan, mata pecaharian, dan kesehatan masyarakat. Aparat desa menjelaskan secara detail, sehingga mempermudah

³⁷ Binti Munawaroh, *Membangun Masyarakat Sehat Melalui Pembentukan Keluarga Sehat di Dusun Tawangrejo Kecamatan Gemarang Kabupaten Madiun*, 129.

peneliti untuk memahami kondisi masyarakat Dusun Balekambang, bahkan sebelum pulang bapak yusuf dan ibu is berpesan bahwa mereka dapat menghubungi pihak kepala desa jika memerlukan sesuatu.

Gambar 6.1
Berkunjung ke Balai Desa



Sumber: Diolah dari dokumentasi peneliti

Setelah berkunjung ke balai desa, peneliti mendatangi rumah Kepala Dusun (Bapak Senadi) dan ketua RW (Bapak Diono) guna menjelaskan maksud dan tujuan peneliti untuk meneruskan pendampingan dan mengetahui kondisi terbaru dusun balekambang. Setelah itu, peneliti berkunjung ke rumah kader kesehatan dusun balekambang (Bu Supiatun) untuk memberitahu maksud dan tujuan yang sama, serta memohon bimbingan selama proses penelitian berlangsung.

Sesuai dengan tema penelitian yakni mengenai kesehatan masyarakat, peneliti mengajak kader kesehatan untuk bekerja sama guna mempermudah kegiatan yang akan berlangsung. Bu Supiatun pun membantu dengan senang hati. Beliau pun mengajak peneliti menuju ke

beberapa rumah masyarakat seperti kader yang lain seperti rumah mama Ceca sebagai kader kesehatan. Mereka pun tampak akrab satu sama lain.

Gambar 6.2
Berkunjung Ke rumah Kader Kesehatan



Sumber: Diolah dari dokumentasi peneliti

Setelah berbincang dengan beberapa masyarakat di rumah mereka, peneliti mendapat respon yang cukup baik dari masyarakat. Menurut peneliti masyarakat dusun balekambang sangat ramah dan terbuka, sehingga peneliti tidak merasa canggung. Hal tersebut akan mempermudah jalannya penelitian. Selain itu, kader kesehatan juga mempersilahkan peneliti untuk ikut berpartisipasi ke dalam beberapa kegiatan di dusun balekambang seperti posyandu, arisan, dan kelompok jamiyyah agar lebih mengenal masyarakat setempat.

Beberapa informasi yang didapatkan, peneliti menyimpulkan bahwa masalah utama yang sedang mereka hadapi saat ini ialah minimnya pemahaman kesehatan. Selain itu, fasilitas kesehatan yang tersedia sangat minim dan ditambah pemikiran masyarakat yang acuh tak acuh

hingga akhirnya kesehatan menjadi hal yang sepele. Sebagaimana penjelasan sebelumnya, salah satu fasilitas kesehatan yang kurang efektif ialah posyandu. Pelayanan posyandu yang aktif di Dusun Balekambang hanya berlaku pada balita, tidak dengan lansia. Ini disebabkan karena para lansia mengabaikan kegiatan yang sudah terjadwal. Oleh karena itu, masalah kesehatan yang dialami masyarakat dusun balekambang dianggap cukup serius karena mereka rentan terserang penyakit kronis.

Gambar 6.3
Proses Inkulturasi Bersama Warga



Sumber: Di olah dari dokumentasi peneliti

B. Pendekatan Awal

Pendekatan awal merupakan tahap yang penting dalam penelitian agar setiap tindakan-tindakan yang dilakukan oleh peneliti tidak di anggap menyalahi aturan maupun budaya yang ada. Tahap ini dimaksudkan agar masyarakat mengetahui maksud dan tujuan peneliti. Dalam konteks ini, peneliti melakukan pendekatan terhadap komunitas yang ada guna mempersiapkan strategi aksi bersama masyarakat secara partisipatif.

Adapun langkah yang dilakukan peneliti dalam pendekatan awal ialah mengikuti kegiatan kemasyarakatan yang ada di Dusun Balekambang seperti jamiyyah, posyandu dan sebagainya. Melalui rangkaian kegiatan tersebut, peneliti berharap dapat membangun interkasi yang baik dengan masyarakat, serta meyakinkan mereka untuk turut berpartisipasi dengan program yang telah direncanakan sebelumnya. Tahap ini pun tidak lepas dari bantuan bu supiatun sehingga dapat berjalan dengan lancar.

Gambar 6.4
Pendekatan Awal Dengan Ibu-Ibu Posyandu



Sumber: Diolah dari dokumentasi peneliti

Sebagaimana gambar diatas, kegiatan posyandu dilakukan setiap satu bulan sekali pada pertengahan bulan yakni tanggal 20-22. Kegiatan ini dimulai dari jam 08.00 sampai selesai. Rangkaian kegiatan terdiri dari menimbang berat badan, tinggi badan serta imunisasi pada balita berusia 0 sampai 5 tahun. Setelah itu, para balita diberi makanan sehat sebagai konsumsi seperti, bubur kacang hijau, susu murni, bubur sagu dan sebagainya. Peneliti mengikuti kegiatan posyandu pertama kali pada tanggal 21 Desember 2019. Selama kegiatan berlangsung, peneliti membantu menimbang balita serta mencatat hasilnya.

Selain itu, peneliti juga mempersiapkan beberapa pertanyaan yang akan di ajukan kepada ibu-ibu posyandu.

Beberapa pertanyaan yang diajukan kepada masyarakat merupakan salah satu langkah untuk mengumpulkan data dalam wawancara semi terstruktur. Pertanyaan seputar kesehatan diajukan kepada ibu-ibu. Mereka pun menceritakan kondisi serta pelayanan fasilitas kesehatan di dusun balekambang. Berdasarkan pengalaman masyarakat, pelayanan di polindes kurang memuaskan dikarenakan bidan yang bertugas dianggap tidak ramah. Hal ini menjadikan masyarakat enggan mendatangi polindes untuk berobat. Disisi lain, sikap masyarakat sendiri yang acuh tak acuh terhadap kondisi kesehatan mereka, hingga menjadi hal yang sepele.

Melihat fenomena demikian, Ibu supiatun dan Mama Ceca sangat berharap dengan adanya penelitian ini, mereka bisa bekerja sama dengan peneliti untuk menciptakan perubahan yang lebih baik terkait kesehatan masyarakat dusun balekambang.

Gambar 6.5



Pendekatan Bersama Ibu-Ibu Jamiyyah

Sumber: Diolah dari dokumentasi peneliti

Kegiatan yasinan ini di hadiri oleh ibu-ibu. Warga yang mengikuti kegiatan rutin ini masuk komunitas jamiyyah, dimana kegiatan ini dilakukan secara rutin setiap hari selasa. Didalam kegiatan ini ibu-ibu membacakan surat yasin, tahlil serta diba' bersama yang dilakukan secara bergilir dari rumah kerumah.

Peneliti mengikuti kegiatan jamiyyah ini agar semakin akrab dengan warga setempat. Seusai acara, Ibu Supiatun memperkenalkan peneliti pada ibu-ibu jamiyyah, selanjutnya peneliti menjelaskan maksud serta tujuannya. Peneliti melakukan wawancara semi terstruktur seperti apa yang sudah dilakukan saat kegiatan posyandu. Peneliti bertanya penyakit apa yang rentan diderita oleh masyarakat Dusun Balekambang. Respon ibu-ibu pun cukup baik dalam menjawab beberapa pertanyaan yang diajukan. Mereka bercerita jika penyakit berat yang sering diderita oleh warga adalah kolesterol, asamurat, jantung, diabetes.

Melihat fenomena penyakit yang sering diderita masyarakat sangat acuh dengan kondisi kesehatan mereka. Jika mereka merasa tidak enak badan, maka langsung membeli obat di toko/warung terdekat. Sangat jarang warga yang rutin memeriksakan kondisi mereka ke puskesmas, sehingga penyakit berat rentan di derita masyarakat. Ada beberapa masyarakat yang terlihat sehat tiba-tiba meninggal dan setelah di tes ternyata warga tersebut menderita penyakit komplikasi.

Usai wawancara semi terstruktur, peneliti mengajak ibu-ibu jamiyyah ini untuk bekerja sama agar menciptakan perubahan yang lebih baik melalui strategi yang disetujui bersama. Hal ini disebabkan pentingnya kerjasama antar peneliti dan masyarakat untuk mewujudkan perubahan yang lebih baik. Selain itu, partisipasi masyarakat juga sangat dibutuhkan dalam keberlangsungan penelitian

untuk mempermudah proses pengorganisasian masyarakat dalam beberapa kegiatan.

C. Melakukan Riset Bersama

Pasca pendekatan awal, peneliti akan melakukan riset bersama. Riset bersama ini biasa disebut dengan kata diskusi bersama masyarakat dusun Balekambang. Riset bersama dilakukan agar peneliti dengan masyarakat mempunyai pemikiran yang sejalan untuk menyelesaikan masalah yang sedang dialami. Teknik PRA (Participatory Rural Appraisal) digunakan oleh peneliti sebagai sarana pembelajaran masyarakat dalam upaya meningkatkan kesadaran kritis dan pemecahan masalah yang ada di dusun Balekambang.

Peneliti melakukan riset bersama masyarakat setelah selesai kegiatan perkumpulan ibu-ibu di aula balai desa, sehingga peneliti tidak mengganggu kegiatan ibu-ibu dan masyarakat bisa fokus pada proses riset bersama. Peneliti melakukan analisis bersama masyarakat. Analisis ini bertujuan untuk mengidentifikasi problematika yang ada yaitu tingginya tingkat penderita penyakit berat serta rendahnya kesadaran masyarakat terkait pentingnya kesehatan.

Gambar 6.6

Proses Riset Bersama Ibu-Ibu



Sumber: Diolah dari dokumentasi peneliti

Selama riset berlangsung, peneliti mengajak masyarakat untuk berdiskusi mengenai urgensi kesehatan bagi mereka dan apa saja upaya yang harus dilakukan untuk mengurangi tingkat penderita penyakit yang semakin lama semakin tinggi. Masyarakat sadar akan upaya-upaya yang seharusnya diterapkan untuk mengurangi tingkat penderita. Sayangnya masyarakat memilih pasrah dengan keadaan yang ada dengan berbagai alasan. Beberapa ada yang berkata:

“loro ta waras e menungso iku wes takdir teko pengeran mbak”

Artinya: sakit atau sehatnya manusia itu sudah menjadi takdir ALLAH SWT mbak.

Ada juga yang berkata: *“perikso nang bidan iku gak jowo mbak bidane, nang puskesmas yo obat e gak mandi, kate nag rumah sakit kok bondo e larang. Yawes tuku obat nang warung ae mbak ngko suwe-suwe lak waras dewe masio mesti kumat mane”*

Artinya: periksa ke bidan orangnya tidak ramah, ke puskesmas obatnya tidak ada perubahan, mau ke rumah sakit biayanya mahal. Yaudah beli obat ke warung saja mbak nanti lama-lama pasti sembuh sendiri meskipun akan sakit lagi.

Beberapa tanggapan masyarakat menunjukkan bahwa perlu adanya perubahan mengenai pola pikir mereka. Peneliti mengajak masyarakat agar mempunyai kekuatan dan kesadaran mengenai betapa pentingnya menjaga kesehatan itu.

D. Merumuskan Masalah Komunitas

Perumusan masalah yang ada di Dusun Balekambang ini melalui hasil pernyataan masyarakat

maupun komunitas jamiyyah. Selain itu, perumusan masalah berdasarkan masalah yang selama ini dialami oleh masyarakat. Dari beberapa pernyataan masyarakat, sudah dapat digambarkan bahwa tingginya tingkat penderita penyakit berat yang ada disebabkan oleh pola hidup masyarakat.

Pada kegiatan ibu-ibu jamiyyah, peneliti ikut serta dalam kegiatan yasinan ba'da maghrib dan berlanjut untuk melakukan perumusan masalah bersama ibu-ibu usai kegiatan jamiyyah selesai. Peneliti menanyakan tentang kondisi kesehatan masyarakat di Dusun Balekambang.

Gambar 6.7

Proses Perumusan Masalah Bersama Komunitas Jamiyyah



Sumber: Diolah dari dokumentasi peneliti

Proses perumusan masalah dilaksanakan pada tanggal 25 febuari 2020 ba'da maghrib. Perumusan masalah ini bersamaan dengan proses pendekatan awal. Masyarakat mengaku jika warga Dusun Balekambang memang banyak yang menderita penyakit berat. Sayangnya, beberapa dari mereka menyembunyikan penyakit yang diderita karena menganggap penyakitnya adalah sebuah aib. Oleh karena itu, mereka tidak berkenan mengikuti kegiatan-kegiatan yang pernah diadakan oleh

pihak kesehatan desa. Selain itu, banyak juga masyarakat yang pasrah dengan penyakit yang di derita tanpa ada penanganan yang benar seperti melakukan pemeriksaan rutin ke puskesmas ataupun sarana kesehatan lainnya.

Pihak kader kesehatan serta pihak pukesmas sudah pernah bekerjasama melakukan upaya seperti sosialisasi guna meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai kesehatan. Sayangnya peserta yang datang hanya sedikit, banyak dari mereka justru mengabaikan dengan alasan membuang waktu. Selain itu, terdapat kegiatan posyandu lansia, namun pasif karena tidak adanya partisipasi warga setempat. Masyarakat mengaku jika bidan desa yang bertugas di polindes tidak ramah sehingga membuat mereka malas untuk periksa ke polindes. Pemikiran kolot seperti ini yang harusnya dirubah. Peneliti bersama kader kesehatan desa mengajak ibu-ibu untuk melakukan perubahan dimulai dari diri sendiri yang nantinya akan diterapkan oleh keluarga mereka masing-masing.

Selain itu, penyebab tingginya penderita penyakit berat dari pola makan masyarakat sendiri. Mereka mengakui sering mengkonsumsi makanan-makanan yang tidak sehat seperti makanan siap saji, jajanan yang mengandung bahan pengawet dan lainnya. Mereka senang mengkonsumsi makanan siap saji dengan alasan lebih praktis, namun mereka tidak sadar dengan bahaya makanan siap saji jika sering dikonsumsi oleh tubuh mereka. Anak-anak mereka juga tidak diberi peringatan ketika mengkonsumsi makanan junk food, sehingga membuat anak-anak ketagihan untuk memakannya. Ada juga beberapa masyarakat mengaku jika tidak sanggup untuk membeli makanan-makanan sehat sehingga setiap harinya mengkonsumsi makanan kurang bernutrisi.

Kebijakan aparat desa yang terbilang belum efektif juga menjadi penyebab mengapa masyarakat

menyepelkan tentang kesehatan. Banyak warga Dusun Balekambang yang terbilang tidak mampu dan tidak memiliki kartu jaminan kesehatan. Masyarakat dihimbau untuk membuat namun dipersulit dalam proses pembuatan kartu jaminan kesehatan sehingga masyarakat memilih tidak membuat. Selain itu, dari pemerintah desa membiarkan program kesehatan menjadi pasif. Dari awal dalam program kesehatan pihak pemerintah desa tidak mewajibkan masyarakat untuk mengikuti dan melakukan program dan kegiatan yang telah diadakan. Sehingga pihak-pihak yang terkait dalam pembentukan program tersebut menjadi tidak terkoordinir dengan baik dan program tidak berjalan dengan baik bahkan sudah pasif.

E. Menyusun Strategi Gerakan

Setelah melakukan beberapa proses bersama masyarakat seperti inkulturasi hingga perumusan masalah yang menghasilkan data-data diperlukan, maka selanjutnya peneliti mengajak masyarakat untuk melakukan proses menyusun strategi guna memecahkan masalah yang ada. Dalam penyusunan strategi gerakan ini, peneliti ingin melakukan pembelajaran lapangan mengenai pemahaman pola hidup sehat dan pentingnya menjaga kesehatan. Proses pembelajaran lapangan ini didasari oleh rendahnya kesadaran masyarakat terkait pola hidup sehat serta pemahaman tentang kesehatan yang masih sangat mendasar.

Inti permasalahan yang ada di Dusun Balekambang adalah tingginya tingkat penderita penyakit berat. Dari sinilah, peneliti bersama masyarakat menyusun strategi perubahan untuk menyelesaikan masalah tersebut. Dalam penyusunan strategi ini peneliti melakukan pertemuan bersamaan dengan proses perumusan masalah. Dalam pertemuan ini yang hadir cukup banyak karena bersamaan

dengan kegiatan yasinan. Namun tidak semua warga memperhatikan saat forum diadakan. Beberapa warga benar-benar fokus dalam forum tersebut, namun beberapa warga juga mengabaikan saat forum dilaksanakan.

Dalam proses penyusunan strategi ini, masyarakat bersama peneliti berencana untuk mengadakan kegiatan pembelajaran lapangan yang ditujukan kepada ibu-ibu. Kegiatan pembelajaran ini diharapkan dapat menyadarkan masyarakat terhadap pola hidup selama ini yang mereka lakukan adalah kurang benar. Mengonsumsi makanan yang tidak sehat serta tidak adanya kegiatan olahraga secara rutin akan berdampak bagi kondisi kesehatan masyarakat sendiri. Rendahnya kesadaran masyarakat mengakibatkan rentannya masyarakat menderita penyakit berat. Dalam kegiatan pembelajaran, masyarakat diberi pengetahuan tentang kesehatan. Mulai dari pentingnya pola hidup sehat, bahayanya penyakit jika terus dibiarkan bersarang ditubuh manusia dan lainnya. Ketika masyarakat sadar dan faham dengan pentingnya menerapkan pola hidup sehat, maka masyarakat akan dengan sendirinya mengubah pola hidup mereka yang dimulai dari hal kecil sehingga akan menjadi kebiasaan baru yang lebih baik.

Selain melakukan kegiatan pendidikan lapangan, peneliti bersama ibu-ibu jamiyyah menyusun strategi dengan mengadakan kegiatan kampanye, membentuk kelompok peduli sehat, serta advokasi kepada pihak pemerintah desa. Kegiatan kampanye ini nantinya peneliti bersama kader kesehatan desa akan membagikan pamflet yang didalamnya berisi apa saja dan bagaimana pola hidup sehat itu. Dalam kegiatan pembentukan kelompok peduli sehat ini, peneliti tidak bisa menggerakkan warga sendirian. Peneliti bekerja sama Ibu Supiatun dan Ibu Ceca selaku kader kesehatan desa. Tidak hanya itu, peneliti juga

bekerjasama dengan Bu bidan Yuni agar mendampingi setiap kegiatan yang akan dilakukan.

Dalam pembentukan kelompok peduli sehat ini nantinya peneliti bersama warga melakukan rekrutmen kader-kader kesehatan serta ibu-ibu jamiyyah yang aktif sebagai jajaran yang nantinya akan tetap melanjutkan pendampingan masyarakat walau peneliti sudah tidak membantu. Dalam kelompok peduli sehat akan ada beberapa kegiatan-kegiatan yang sifatnya berkelanjutan. Maksud dari kegiatan berkelanjutan ini seperti kegiatan senam bersama setiap satu minggu sekali, menanam tanaman toga, bank sampah, kerja bakti, pemeriksaan kesehatan keliling setiap 2 bulan sekali, dan lainnya.

Advokasi kepada pihak aparat desa adalah salah satu strategi untuk perubahan yang harus dilakukan. Pemerintah desa memiliki peran penting dalam mengambil tindakan maupun keputusan untuk melindungi hak-hak dan kewajiban masyarakatnya. Advokasi kepada pihak aparat desa agar pihak aparat desa mendukung setiap program kesehatan yang akan diadakan. Selain itu, diharapkan agar aparat desa lebih tegas kepada masyarakatnya agar lebih memperhatikan kondisi kesehatan dan kebersihan lingkungan guna terealisasi perubahan yang diinginkan.

Advokasi yang dilakukan ini melalui tulisan yang telah disetujui oleh warga. Setelah itu, surat advokasi ini diberikan secara langsung kepada pemerintah desa dan diharapkan sekali adanya perubahan berupa kebijakan baru mengenai program kesehatan.

F. Mengorganisir Stakeholder

Dalam proses kegiatan ataupun strategi gerakan yang akan dilakukan tidak akan bisa berjalan dengan lancar apabila tidak ada bantuan serta dukungan dari pihak-pihak terkait. Partisipasi masyarakat sangat dibutuhkan untuk

keberhasilan setiap kegiatan yang dilakukan. Adapun beberapa stakeholder yang memiliki pengaruh dalam pelaksanaan kegiatan di Dusun Balekambang, yakni:



Tabel 6.1
Analisa Stakeholder

Organisasi/Kelompok	Karakteristik	Kepentingan umum	Sumber daya yang dimiliki	Sumber daya yang dibutuhkan	Tindakan yang harus dilakukan
Pemerintah Desa	Bagian pemerintah yang paling dekat dengan masyarakat	Memberikan kebijakan baru terkait program kesehatan	Pemuat kebijakan di Desa	Memiliki kebijakan baru yang akan diputuskan	Memerintahkan masyarakat untuk tidak menyepikan kesehatan serta mengimbau agar masyarakat ikut andil setiap

					kegiatan yang telah disepakati bersama peneliti
Tenaga kesehatan Desa Ngepung	Memahami tentang penyakit, dan bagaimana cara mencegah serta mengobatinya	Mengajak masyarakat untuk menjaga kesehatan	Ilmu tentang kesehatan	Mampu menjelaskan tentang pentingnya menjaga kesehatan serta menumbuhkan kesadaran masyarakat terkait pola hidup sehat	Mendampingi masyarakat di setiap kegiatan serta memberikan pemahaman terkait kesehatan
Kelompok	Bagian yang	Sebagai pelaku	Rasa solidaritas	Pastisipasi serta	Menerapkan

masyarakat	paling diutamakan dalam melakukan perubahan	utama dalam perubahan mengenai pemahaman tentang kesehatan serta membentuk kelompok peduli sehat	yang tinggi serta keinginan untuk berubah menjadi lebih baik	mengikuti setiap kegiatan yang akan dilaksanakan	pola hidup sehat, membentuk kelompok serta mengikuti setiap kegiatan yang telah disepakati, dan melakukan advokasi kepada pemerintah Desa
------------	---	--	--	--	---

Dari beberapa stakeholder yang telah disebutkan di atas ini nantinya akan membantu setiap proses kegiatan yang telah disusun bersama masyarakat guna menyelesaikan masalah yang ada. Pemerintah desa nantinya akan selalu mendukung setiap program kesehatan

yang ada. Selain itu pemerintah desa juga akan memperketat dalam program kesehatan tersebut guna mengurangi tingginya tingkat penderita penyakit berat dengan menurunkan kebijakan baru yang harus dipatuhi oleh semua masyarakat desa terutama Dusun Balekambang.

Tenaga kesehatan ini tidak hanya dari pihak puskesmas, namun bidan yang ada di Dusun Balekambang juga akan ikut membantu mensukseskan program yang ada. Nantinya pihak kesehatan ini membantu meningkatkan kesadaran masyarakat dengan memberi materi mengenai bagaimana pola hidup sehat itu dan memberi pengertian bahayanya pola hidup yang tidak sehat bisa berdampak buruk pada kondisi kesehatan mereka.

Kelompok masyarakat adalah stakeholder yang memiliki peranan paling penting. Karena tanpa partisipasi mereka kegiatan yang telah direncanakan tidak akan berjalan. Maka dari itu, kelompok masyarakat memiliki harus memiliki antusias dari diri sendiri untuk melakukan perubahan yang lebih baik. kelompok masyarakat nantinya akan mengikuti pendidikan lapangan yang akan diisi oleh pihak kesehatan. Kemudian masyarakat membentuk kelompok peduli sehat dengan beberapa program kegiatan yang ada didalam kelompok itu, serta melakukan advokasi kepada pihak pemerintah desa.

G. Keberlangsungan Aksi

Sebelum melakukan aksi tahapan pertama yang harus dilakukan adalah menemui pihak-pihak yang memiliki peran penting. Sebelum melakukan aksi, peneliti mendatangi balai desa untuk membicarakan mengenai rencana-rencana yang akan dilakukan. Peneliti ingin menemui kepala desa namun beliau tidak ada dikantor

pada saat itu. Sehingga peneliti menemui bapak sekretaris desa dan meminta izin jika akan melakukan kegiatan bersama masyarakat. Dengan senang hati Bapak Yusuf mengizinkan peneliti untuk melakukan kegiatan bersama warga. Beliau juga tidak keberatan jika sewaktu-waktu peneliti membutuhkan bantuan beliau.

Gambar 6.8
Bertemu dengan Sekertaris Desa



Sumber: Diolah dari dokumentasi peneliti

Selain meminta izin, peneliti juga meminta beberapa saran dan masukan mengenai beberapa program yang akan dilakukan. Bapak Yusuf sangat ramah dan memberi beberapa masukan kepada peneliti mengenai program. Bapak Yusuf juga bercerita bagaimana asal usul Desa Ngepung serta bagaimana masyarakat Dusun Balekambang yang ada. Beliau memperkenalkan beberapa staf yang ada di balai desa beserta jajarannya. Beliau mempersilahkan peneliti untuk memakai aula balai desa untuk kegiatan yang diadakan. Setelah dirasa sudah cukup, peneliti berterimakasih dan pamit untuk pulang.

Sebelum melangsungkan program pendidikan lapangan, peneliti bersama Ibu Supiatun menemui bu bidan yang ada di Dusun Balekambang untuk meminta tolong agar bersedia membantu mengisi materi pada saat pendidikan lapangan. Setelah berbincang-bincang dan beliau setuju untuk mengisi materi, peneliti mengingatkan bu bidan untuk menyiapkan materi tentang kesehatan yang akan disampaikan pada kegiatan pendidikan lapangan. Ibu Supiatun menyarankan jika pendidikan lapangan bersamaan dengan kegiatan jamiyyah ba'da maghrib hari senin malam saja karena pada saat itu potensi kehadiran masyarakat lebih banyak disbanding dengan kegiatan yang lainnya.

Gambar 6.9
Berdiskusi dengan Ibu Supiatun



Sumber: Diolah dari dokumentasi peneliti

Setelah dari rumah ibu bidan, peneliti kembali kerumah Ibu Supiatun. Peneliti meminta bantuan Ibu supiatun untuk menghandle ibu-ibu jamiyyah saat berlangsungnya kegiatan pendidikan lapangan agar masyarakat bersedia untuk tetap mengikuti kegiatan tersebut. Ibu Supiatun dengan senang hati mau membantu dan memberi saran untuk materi yang disampaikan harus

berbeda dan unik agar masyarakat memperhatikan dan tidak bosan saat kegiatan berlangsung.

Tidak lama Ibu Ceca juga datang kerumah Ibu Supiatun bersama Ibu Riasih dan Ibu Umayya. Dalam kesempatan ini, peneliti langsung mengajak ibu-ibu untuk berdiskusi mengenai rencana pembentukan kelompok peduli sehat dana pa fungsi dalam pembentukan kelompok tersebut. Mereka setuju dengan rencana pembentukan kelompok sehat ini. Karena pengalaman kegiatan posyandu lansia yang tiba-tiba pasif karena kurangnya masyarakat untuk mengikut kegiatan tersebut, Ibu umayya memberi saran jika program yang ada dalam kelompok sehat ini harus lebih menarik agar masyarakat juga antusias mengikuti setiap program yang akan dilakukan.

Gambar 6.10
Berdiskusi bersama Ibu-ibu



Sumber: Diolah dari dokumentasi peneliti

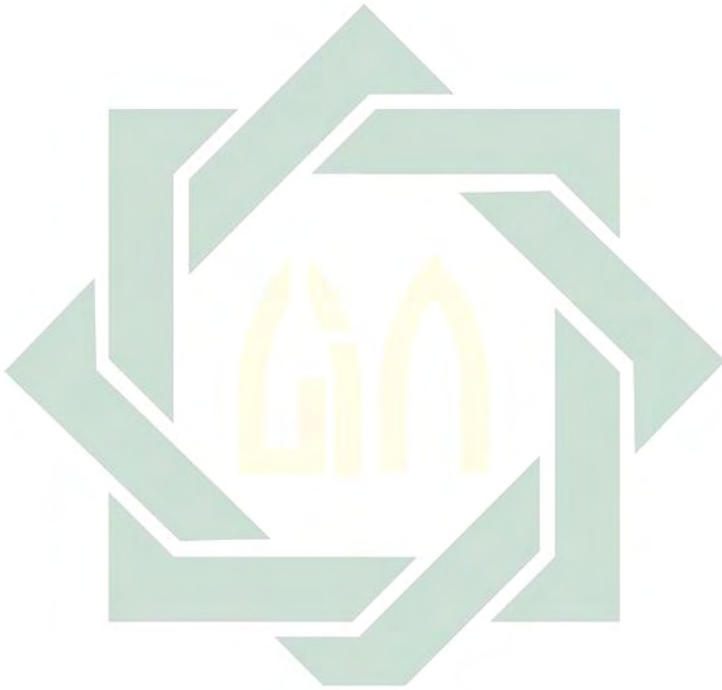
Peneliti memberitahu rencana program yang akan diadakan didalam kelompok peduli sehat ini. Ibu Riasih dan Ibu Ceca sangat setuju dengan rencana pengadaan kegiatan bank sampah karena bisa mengurangi populasi pembuangan sampah secara sembarangan karena tidak adanya tempat sampah permanen. Selama ini masyarakat

membuang sampah dengan sembarangan disekitar persawahan dan jika sudah menumpuk akan dibakar. Pembakaran sampah berdampak pada lingkungan dan gangguan pernafasan masyarakat.

Selain itu, akan ada juga program pemeriksaan kesehatan keliling yang akan dilakukan oleh bu bidan bersama ibu-ibu yang terpilih sebagai pengurus kelompok peduli sehat secara bergilir. Kegiatan pemeriksaan ini sangat diharapkan untuk menstabilkan kondisi kesehatan masyarakat dan bisa segera menangani masyarakat yang sekiranya menderita penyakit parah agar populasi penderita penyakit berat ini bisa berkurang. Ibu Supiatun juga menyarankan agar diadakannya penanaman toga dan akan dilakukan perlombaan setiap 3 bulan sekali agar ibu-ibu semangat menanam toga. Macam-macam tanaman toga yakni seperti sereh, kelor, kangkung, kunir, dan masih banyak lainnya. Masyarakat tidak diberatkan dalam jenis-jenis tanaman toga yang harus ditanam. Selain bermanfaat untuk kebutuhan sehari-hari, menanam toga ini untuk menambah kreatifitas masyarakat dalam menjaga lingkungan.

Setelah berdiskusi mengenai beberapa program yang ada didalam kelompok peduli sehat, peneliti bersama ibu-ibu berdiskusi tentang kapan saja baiknya kegiatan ini dilakukan. Ada yang menyarankan program bank sampah dilakukan setiap dua minggu sekali, ada juga yang menyarankan setiap satu bulan sekali. Setelah banyak pertimbangan, kegiatan bank sampah dilakukan setiap satu bulan sekali dan kegiatan senam setiap satu minggu sekali pada hari minggu pagi yang akan dipimpin oleh Ibu Ceca. Program senam ini guna meningkatkan latihan aktivitas masyarakat untuk menambah stamina dan kebugaran tubuh. Pemeriksaan kesehatan keliling akan dilakukan setiap dua bulan sekali dimana bidan bersama salah satu

pengurus kelompok peduli sehat datang ke setiap rumah warga yang ada di Dusun Balekambang.



BAB VII

AKSI PERUBAHAN

A. Pendidikan PHBS Kepada Masyarakat

Rendahnya kesadaran masyarakat mengenai pola hidup sehat dapat berdampak kepada kesehatan masyarakat sendiri. Sikap masyarakat yang mengabaikan pola hidup sehat berakibat pada tingginya tingkat penderita penyakit baik ringan maupun berat (kronis). Salah satunya ialah pembuangan sampah sembarangan menjadikan lingkungan yang tidak bersih, sehingga berdampak pada kesehatan. Rendahnya tingkat kesadaran masyarakat akan menyulitkan mereka untuk merubah suatu kebiasaan. Oleh karena itu, perlu adanya peningkatan kesadaran individu untuk menerapkan pola hidup sehat melalui pembelajaran *outdoor* yang direncanakan oleh peneliti.

Sebagai strategi peneliti untuk mengatasi permasalahan kesehatan, kelompok masyarakat yang dipelopori oleh ibu-ibu jamiyyah sepakat untuk mengadakan pembelajaran perilaku hidup bersih dan sehat. Kegiatan ini diharapkan dapat membantu masyarakat memahami bagaimana pola hidup sehat semestinya. Selain itu, penelitian ini bertujuan agar masyarakat tidak meremehkan kesehatan mereka, terutama saat maraknya virus covid-19 yang tidak kunjung usai sehingga kegiatan yang awalnya sudah terjadwal harus diganti dengan kegiatan online.

Covid-19 (*Corona Virus Disease*) merupakan virus yang menyerang bagian pernapasan. Covid-19 ini bisa menyerang siapa saja namun yang paling rentan adalah orang tua. Saat ini pemerintah melakukan segala upaya untuk memutus mata rantai virus ini melalui penyemprotan disinfektan hingga PSBB (pembatasan sosial berskala besar). Gejala umum yang menandakan seseorang terinfeksi covid-19 adalah demam, rasa lelah, dan batuk

kering. Beberapa orang yang terinfeksi akan mengalami rasa nyeri, hidung tersumbat, flu, sakit tenggorokan hingga diare. Namun terdapat beberapa orang yang terinfeksi tanpa memiliki gejala apapun.³⁸ Pandemi ini tidak hanya berdampak pada sebagian orang, melainkan seluruh penjuru dunia. Seluruh masyarakat tidak diperbolehkan untuk mengadakan kegiatan yang bersifat kumpul (pertemuan banyak orang), bahkan sekolah-sekolah diliburkan hingga batas yang tidak ditentukan. Disinilah rencana awal kegiatan yang mulanya akan diadakan bersamaan dengan kegiatan yasinan di rumah Ibu Supiyatun harus dibatalkan dan diubah menjadi pembelajaran online.

Gambar 7.1
Pembuatan Grup Diskusi Online



Sumber: Diolah dari dokumentasi peneliti

Peneliti membuat grup whatsapp pada tanggal 22 April 2020 yang terdiri dari ibu-ibu kelompok jamiyyah dan satu bidan desa. Peneliti pun mulai menjelaskan

³⁸ <https://www.alodokter.com/> Virus Corona-Gejala, Penyebab, dan Mengobati- Alodokter, diakses pada tanggal 13 Mei 2020.

maksud pembuatan grup tersebut. Pada pembelajaran online ini, Bu Yuni selaku bidan desa memberikan materi. Meski pembelajaran dilakukan secara daring, Bu Yuni tetap memberikan materi dan penjelasan dengan rinci, sehingga ibu-ibu dapat dengan mudah memahaminya. Selain itu, Bu Yuni menjawab dengan detail setiap pertanyaan yang dilontarkan oleh ibu-ibu.

Tabel 7.1
Materi Pendidikan Lapangan Online

No.	Materi
1.	Seberapa penting untuk menjaga kesehatan serta bahayanya jika menyepelekan
2.	pengertian PHBS (pola hidup bersih dan sehat)
3.	Tujuan utama dan tatanan dari gerakan PHBS (pola hidup bersih dan sehat)
4.	Indikator PHBS (pola hidup bersih dan sehat)

Sumber: diperoleh dari diskusi online bersama

Pada pembelajaran daring, peneliti mulai dengan mengajukan pertanyaan mendasar seputar kesehatan, serta memahami urgensi kesehatan bagi mereka. Selanjutnya, bu Yuni memberikan materi mengenai PHBS (pola hidup bersih dan sehat), tujuan, tatanan, hingga indikatornya. Adanya pembelajaran ini, diharapkan masyarakat memiliki pergeseran pandangan hingga terbangunnya pola pikir baru mengenai kesehatan. Selama pembelajaran daring, para peserta cukup aktif dengan mengajukan beberapa pertanyaan seputar kesehatan terutama mengenai covid-19.

Gambar 7.2
Proses Pendidikan Online



Sumber: Diolah dari dokumentasi peneliti

Penggalan gambar diatas menunjukkan bahwa aksi perubahan tetap berjalan meski secara daring. Pembelajaran online ini dilaksanakan dua kali seminggu, sehingga materi PHBS terbagi menjadi 2 dalam waktu yang berbeda. Selain itu, bu Yuni juga membuka sesi tanya jawab untuk memastikan materi benar benar tersampaikan.

PHBS sendiri merupakan segala perilaku kesehatan yang dilakukan manusia secara sadar sehingga seluruh anggota keluarga mampu menolong diri sendiri terkait kesehatan.³⁹ Adapun tatanan PHBS (pola hidup bersih dan sehat) terbagi menjadi 5 bagian diantaranya:

1. PHBS di Rumah tangga.
2. PHBS di Sekolah.
3. PHBS di Tempat kerja.

³⁹ Promkes.kemkes.go.id, diakses pada tanggal 27 Mei 2020.

4. PHBS di Sarana kesehatan.
5. PHBS di Tempat umum.

Dalam konteks ini, bu Yuni lebih menekankan PHBS dalam Rumah tangga karena mencakup seluruh anggota keluarga yang tinggal dirumah. Adapun 10 indikator PHBS dalam rumah tangga yakni:

1. Persalinan yang ditolong oleh tenaga kesehatan
Persalinan yang ditolong oleh tenaga kesehatan memiliki standar dalam penggunaan peralatan yang harus terjamin kebersihan, steril dan juga aman untuk digunakan. Langkah ini dapat mencegah infeksi dan bahaya yang beresiko pada ibu dan bayinya.
2. Pemberian ASI eksklusif
Kesadaran mengenai pentingnya pemberian ASI bagi anak berumur 0-6 bulan. Ini menjadi bagian paling penting dari indikator keberhasilan praktek PHBS pada tingkat rumah tangga.
3. Menimbang bayi dan balita secara teratur
Langkah ini merupakan sarana untuk memantau pertumbuhan, perkembangan serta imunisasi kesehatan bayi yang dilakukan di posyandu mulai usia 0-5 tahun.
4. Cuci tangan dengan sabun dan air bersih
Praktek ini merupakan langkah yang berkaitan dengan kebersihan diri serta pencegahan penularan berbagai jenis bakteri.
5. Menggunakan air bersih
Merupakan langkah dasar untuk menjalani hidup sehat ketika kita menggunakan air bersih dalam setiap kebutuhan kita.
6. Menggunakan jamban sehat
Sanitasi jamban ini juga sangat penting dan wajib dimiliki oleh setiap rumah. Jika ada masyarakat

yang tidak memiliki jamban sehat maka mereka rentan terkena beberapa penyakit yang bisa menjadi fatal.

7. Memberantas jentik nyamuk

Ini merupakan salah satu langkah penting untuk mencegah beragam penyakit yang disebabkan oleh nyamuk karena nyamuk merupakan vektor berbagai jenis penyakit dan memutus siklus hidup makhluk.

8. Konsumsi buah dan sayur

Mengonsumsi makanan yang mengandung serat dan vitamin seperti buah dan sayur adalah salah satu langkah tepat untuk menjaga kondisi kekebalan tubuh.

9. Melakukan aktivitas fisik setiap hari

Aktivitas fisik dapat berupa olahraga maupun kegiatan-kegiatan lainnya yang bersifat menggerakkan anggota tubuh.

10. Tidak merokok didalam rumah

Stop merokok adalah keputusan yang sangat tepat, karena merokok dapat menjadi salah satu sumber munculnya penyakit kronis dan dapat berimbas kepada perokok pasif juga.⁴⁰

Materi PHBS yang telah disampaikan oleh bu Yuni sangatlah penting dan menjadi langkah awal ibu-ibu untuk merubah pola hidup sehat. Melalui pembelajaran daring ini, sangat diharapkan masyarakat akan menerapkan bagaimana penerapan PHBS dengan baik dan benar sebab ini menjadi kunci untuk meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat.

B. Proses kampanye Makanan Sehat Kepada Masyarakat

⁴⁰ Promkes.kemkes.go.id/ PHBS-Direktorat Promosi Kesehatan-Kementrian Kesehatan, diakses pada tanggal 27 Mei 2020.

Sebelum pandemi covid-19 menyebar di Indonesia ini, peneliti merencanakan kegiatan kampanye makanan sehat pada warga dusun balekambang. Peneliti menemui Ibu Supiyatun dan Mama Ceca saat kegiatan posyandu berlangsung untuk meminta izin mengikuti kegiatan posyandu sebagai kegiatan aksi kampanye. Pihak kader kesehatan pun mengizinkan dan menentukan waktu yang sesuai untuk menyelenggarakan kegiatan tersebut.

Gambar 7.3

Meminta Izin Kepada Kader Kesehatan



Sumber: Diolah dari dokumentasi peneliti

Sayangnya, keadaan tidak sesuai dengan rencana awal peneliti. Hal ini disebabkan kegiatan posyandu dibekukan untuk sementara agar terhindar dari covid-19, sehingga peneliti menggunakan alternatif berupa kampanye secara daring dan *door to door*. Adapun pelaksanaan kampanye via whatsapp ini ialah pengiriman pamflet sekaligus penjelasan materi yang dipresentasikan dalam gambar tersebut. Tidak hanya itu, pamflet tersebut akan dibagikan secara *door to door* ke rumah masyarakat dusun balekambang.

Sebagaimana yang tertera dalam gambar, kampanye daring ini dilakukan pada pukul 20.00 setelah melaksanakan sholat tarawih. Pamflet-pamflet tersebut

berisikan anjuran makanan-makanan sehat yang harus dikonsumsi serta pola hidup yang harus diterapkan. Peneliti juga menyajikan beberapa tips dan saran agar dapat menjalani pola hidup sehat dengan baik dan benar.

Gambar 7.4
Kampanye Makanan Sehat Online



Sumber: Diolah dari dokumentasi peneliti

Selain penjelasan mengenai tips dan trik menjalani pola hidup sehat, peneliti juga menjelaskan ragam makanan yang baik untuk dikonsumsi. Pada hakikatnya, tubuh kita juga memerlukan makanan yang bergizi untuk menjaga keseimbangan tubuh. Disisi lain, mengkonsumsi makanan yang memiliki bahan pengawet seperti junk food sangat berdampak pada kesehatan tubuh. Tidak hanya konsumsi makanan sehat, tubuh juga memerlukan aktivitas fisik dengan teratur, tidak merokok, mengurangi penggunaan garam, gula, minyak, hingga mengontrol berat badan. Terlebih merokok, rokok mengandung zat-zat berbahaya yang mengakibatkan penyakit kronis. Oleh

sebab itu, adanya kampanye sehat ini dapat membantu masyarakat terutama ibu-ibu yang telah berpartisipasi dalam kegiatan ini dapat memberi penjelasan kepada suami, orang tua, hingga anak-anaknya agar tidak merokok. Adapun contoh pamflet yang disajikan peneliti untuk kampanye sehat ialah sebagai berikut:

Gambar 7.5
Pamflet Kampanye Makanan Sehat



Sumber: Diolah dari dokumentasi peneliti

Selain pelaksanaan kampanye secara daring, peneliti juga melakukan kampanye secara *door to door* guna menguatkan hasil dari kampanye daring. Saat pelaksanaan kampanye *door to door*, peneliti mendatangi rumah warga dengan menggunakan masker serta menjaga jarak saat menjelaskan materi sesuai dengan protokol kesehatan yang diberlakukan di dusun balekambang. Peneliti memberikan pamflet kampanye tersebut serta menjelaskan jenis-jenis makanan yang harus dikonsumsi seperti makanan yang mengandung karbohidrat, protein, serat dan vitamin.

Pada umumnya makanan-makanan yang mengandung karbohidrat memiliki manfaat sebagai sumber energi tubuh, sehingga manusia mampu menjalani aktivitas sehari-hari. Selain itu makanan yang mengandung karbohidrat juga bermanfaat untuk mengurangi resiko

penyakit, dan memenuhi kebutuhan kalori secara sehat.⁴¹ Selain itu makanan yang mengandung protein dapat membantu kekebalan tubuh dan sistem perkembangan anak-anak sampai ibu hamil. Manfaat lain dari protein ialah membentuk sel-sel yang ada pada dalam tubuh seperti pembentukan tulang, otot, tulang rawan, dan darah. Adapun makanan yang mengandung protein ialah *seafood*, susu, keju, yoghurt, daging, telur, dan kacang-kacangan.⁴²

Adapun potret pembagian pamflet dan kampanye *door to door* ialah sebagai berikut:

Gambar 7.6

Kegiatan Kampanye Door to Door



Sumber: Diolah dari dokumentasi peneliti

Selain karbohidrat dan protein, manfaat makanan yang mengandung serat dan vitamin tidak kalah penting. Mengonsumsi secara rutin dan teratur akan membantu melancarkan pencernaan pada tubuh, menurunkan kadar

⁴¹ <https://www.alodokter.com/> Mengenal Manfaat karbohidrat, Jenis dan Resikonya-Alodokter, diakses pada tanggal 29 Mei 2020.

⁴² <https://www.alodokter.com/> Petik Manfaat Protein dari Berbagai Makanan ini-Alodokter, diakses pada tanggal 29 mei 2020.

kolesterol, mengontrol kadar gula darah, membantu mencapai berat badan normal.⁴³

Setiap mengkonsumsi jenis makanan apapun, harus dengan porsi yang benar, karena mengkonsumsi makanan yang mengandung karbohidrat, protein, maupun serat dan vitamin ini tidak boleh kurang ataupun kelebihan. Itu akan berdampak pada kesehatan tubuh. Selain itu, pola makan sehat serta pola hidup sehat, hindari stres dan emosional, karena hal-hal tersebut adalah bagian dari penyakit batin. Ketika emosi tidak terkontrol, maka berbagai jenis penyakit bisa menyerang tubuh. Melihat kegiatan kampanye makanan sehat secara daring diharapkan masyarakat bisa lebih pintar memilah makanan sehat, Tidak sembarangan dalam mengkonsumsi makanan dan menghindari makanan mengandung bahan yang berbahaya.

C. Pembentukan Kelompok Peduli Sehat

Proses pembentukan kelompok peduli sehat dilakukan secara daring. Pasca pembentukan peneliti whatsapp dan dilanjut kegiatan pembelajaran online. Peneliti mengajak ibu-ibu yang ada di grup untuk membentuk struktur kepengurusan. Ibu-ibu dengan senang hati berkenan untuk menjadi anggota kelompok peduli sehat di dusun Balekambang dan tidak sulit untuk menunjuk ibu-ibu untuk dijadikan pengurus kelompok tersebut.

Gambar 7.7

Diskusi Online Pembentukan Struktur Kepengurusan



43 [https](https://www.digilib.uinsby.ac.id)
Kesehata

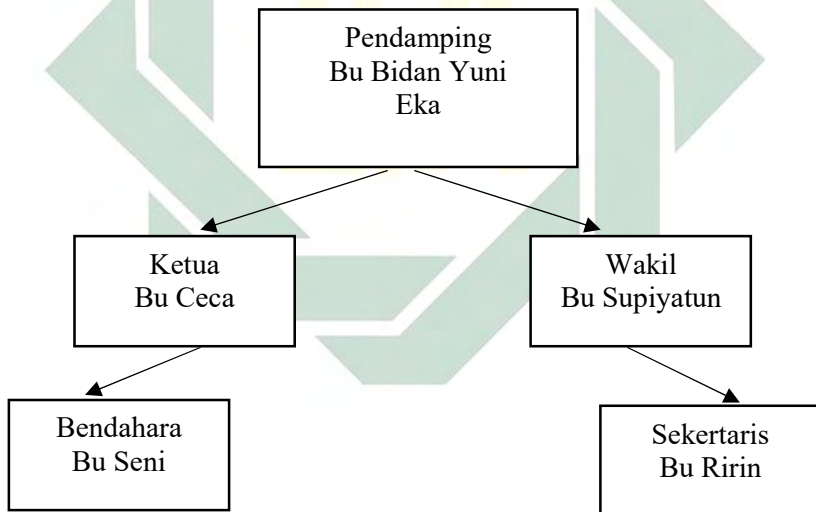
Senap
la tan

t bagi

Sumber: Diolah dari dokumentasi peneliti

Dari gambar diatas, terlihat jika ibu ceca selaku kader kesehatan memulai diskusi dengan menanyakan kesanggupan masyarakat untuk membentuk struktur kepengurusan. Melihat antusias beliau, peneliti langsung menanggapi dan memulai diskusi terkait pembentukan struktur kepengurusan kelompok peduli sehat. Meski diskusi berlangsung pada malam hari secara daring via whatsapp, semangat ibu-ibu untuk ikut berdiskusi terbilang cukup baik. Adapun hasil diskusi terkait pembentukan kelompok peduli sehat sesuai dengan kesepakatan forum ialah sebagai berikut.

Bagan 7.1
Struktur kepengurusan kelompok peduli sehat



Adanya pembentukan kepengurusan kelompok peduli sehat serta partisipasi masyarakat sekitar, peneliti sangat berharap setiap program-program yang ada di dalam kelompok peduli sehat dapat direalisasikan semestinya. Adapun struktur kelompok peduli sehat terdiri

dari 1 bidan desa, 2 kader kesehatan serta 2 ibu-ibu yang aktif di kalangan masyarakat. Meski pembentukan kelompok peduli sehat masih terbilang informal, kelompok ini nantinya akan membebaskan siapa saja yang berkenan untuk bergabung. Setelah pemilihan struktur pengurus, peneliti melanjutkan membahas program apa saja yang akan diadakan dalam kelompok peduli sehat.

Bu Yuni menyarankan untuk mengadakan program pemeriksaan keliling yang dilakukan oleh beliau langsung bersama ibu-ibu kelompok secara bergilir. Pemeriksaan keliling ini diadakan 2 bulan sekali. Pemeriksaan ini bertujuan untuk mengontrol kondisi kesehatan masyarakat Dusun Balekambang. Selain pemeriksaan keliling, ada juga beberapa kegiatan lain seperti senam yang diadakan setiap 1 minggu sekali, bank sampah setiap 2 minggu sekali, dan penanaman toga yang nantinya diadakan setiap 5 bulan sekali serta diadakan lomba agar menambah semangat dan kreatifitas masyarakat.

Adanya virus covid-19 ini megakibatkan program kegiatan kelompok peduli sehat belum bisa terealisasi, namun selama pandemi ini masyarakat tetap melakukan kegiatan agar tidak ada satu pun yang terkena virus corona. Masyarakat bergotong royong mengadakan kegiatan seperti penyemprotan disinfektan, penganjuran mencuci tangan setelah keluar dari rumah, penjagaan bergilir di gapura pusat, penutupan jalan, hingga tata cara ketika akan menunaikan sholat berjamaah.

Selain penerepana cuci tangan, terdapat pula Penyemprotan disinfektan dilakukan disetiap sudut jalan, rumah-rumah hingga masjid. Kegiatan ini dilakukan agar masyarakat terhindar dari virus corona. Penyemprotan dilakukan secara rutin setiap 1 minggu sekali. Selain itu di gapura pusat juga disediakan penyemprotan untuk warga yang dari luar masuk desa. Setiap jam 8 malam hingga jam

3 pagi warga akan melakukan penjagaan di gerbang gapura dan tidak memperbolehkan siapapun masuk ataupun keluar dari wilayah desa tersebut.

Gambar 7.8

Penyemprotan Disinfektan dan Kondisi Gapura Desa



Sumber: Diolah dari dokumentasi peneliti

Selaras dengan protokol kesehatan, pihak pemerintah juga menganjurkan untuk tidak melakukan kegiatan yang bersifat berkumpul atau dikenal dengan istilah *social distancing*, namun hal tersebut tidak mengurangi semangat masyarakat untuk tetap melakukan ibadah berjamaah di masjid. Sehingga pihak takmir masjid bersama pemerintah desa melakukan penerapan protokol masuk masjid.

Gambar 7.9

Penerapan Protokol Masuk Masjid



Sumber: diolah dari hasil dokumentasi peneliti

Penerapan protocol masuk masjid antara lain wajib menggunakan masker, membawa sajadah mandiri, memberi jarak setengah meter antar jamaah, tidak memperbolehkan warga selain Dusun Balekambang mengikuti jamaah disana. Penerapan ini dilakukan agar masyarakat tetap beribadah dengan nyaman namun tetap waspada dengan adanya virus covid-19. Upaya lainnya adalah diwajibkan setiap warga mencuci tangan setelah pergi dari mana saja.

Gambar 7.10

Penerapan Mencuci Tangan Sebelum Masuk rumah



Sumber: Diolah dari dokumentasi peneliti

Sama halnya dengan wilayah kota, pemerintah Desa mewajibkan seluruh masyarakat Dusun Balekambang untuk mencuci tangan setiap sebelum masuk ke rumah atau setiap setelah keluar dari rumah. Dengan patuh masyarakat mengikuti prosedur yang dibuat oleh pemerintah desa. Setiap selesai bekerja, main, berpergian, hingga pulang dari sawah masyarakat mencuci tangan sebelum masuk kerumah. Mencuci tangan merupakan salah satu upaya pencegahan virus corona. Karena kita tidak pernah tau ketika kita keluar dari rumah dan memegang benda apapun yang mungkin saja telah tertempel virus tersebut. Walau program kegiatan yang

direncanakan kelompok peduli sehat belum ada yang terealisasi, namun masyarakat tetap melakukan tindakan untuk menjaga kesehatan serta lingkungan agar terhindar dari virus corona. Namun, ketika telah terbebas dari virus corona sangat diharapkan dengan adanya kelompok peduli sehat ini diharapkan dapat mengoordinir masyarakat untuk selalu menguatamakan pola hidup sehat.

D. Advokasi Kepada Pemerintah Desa

Setelah melakukan beberapa kegiatan aksi perubahan secara online, yang terakhir adalah melakukan advokasi kepada pihak pemerintah desa. Langkah ini dilakukan agar pihak pemerintah desa dapat mengeluarkan kebijakan terkait program kelompok peduli sehat. Dalam langkah advokasi ini peneliti sudah mendiskusikan dengan ibu-ibu melalui grub whatsapp. Mereka setuju dilakukannya advokasi kepada pemerintah agar kedepannya kelompok peduli sehat akan tetap bisa berjalan secara aktif.

Karena tidak bisa melakukan advokasi secara langsung, maka peneliti hanya mengirim draf advokasi namun berbentuk chat kepada Pak Supranata selaku kepala Desa Ngepung. Karena sebelumnya di Dusun balekambang pernah ada posyandu lansia namun pasif dan penyebabnya kurang partisipasi masyarakat serta tidak adanya pengawasan dan perhatian dari pihak pemerintah desa.

Sehingga pada langkah advokasi ini, bertujuan untuk memaksimalkan terkait program kesehatan yang telah dibentuk serta memunculkan kebijakan baru terkait program kesehatan. Dalam pesan yang disampaikan peneliti kepada Bapak Supranata adalah telah terlaksananya kegiatan kampanye online serta kampanye door to door, pendidikan online, dan pembentukan kelompok peduli sehat. Sehingga tersusnya usulan

masyarakat Dusun balekambang untuk advokasi kepada Pemerintah Desa Ngepung mengenai permasalahan kesehatan, yakni:

1. Meningkatkan pendidikan lapangan serta kampanye makanan sehat kepada masyarakat.
2. Adanya pengawasan dan dukungan untuk kelompok peduli sehat.
3. Terlaksananya program pemeriksaan keliling yang dilakukan oleh bidan dan didampingi anggota kelompok peduli sehat secara bergilir dalam 2 bulan sekali.
4. Adanya peraturan dari pemerintah desa tentang kebijakan yang tegas untuk menghancurkan masyarakat ikut berpartisipasi dalam kegiatan yang diadakan oleh kelompok peduli sehat.

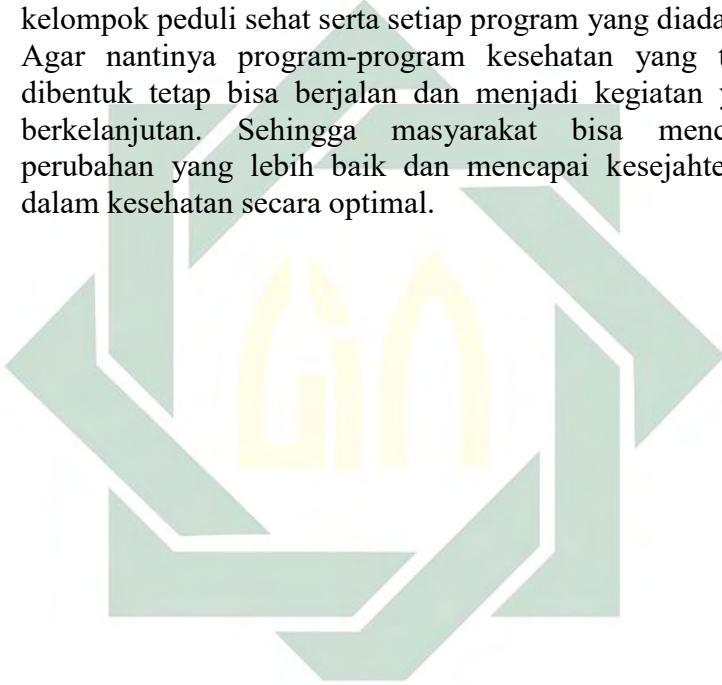
Terbentuknya rancangan usulan-usulan kebijakan diatas setelah peneliti berdiskusi bersama ibu-ibu kelompok peduli sehat. Masyarakat sadar dengan tingginya tingkat penderita penyakit berat yang disebabkan oleh pola hidup yang tidak sehat dan menyepelkan dalam memilah makanan yang dikonsumsi.

Gambar 7.11
Mengirim Draft kepada Kepala Desa



Sumber: Diolah dari dokumentasi peneliti

Namun realita tidak sesuai ekspetasi, pesan yang dikirimkan peneliti kepada Bapak Supranata hanya dibaca tanpa adanya balasan sampai sekarang. Peneliti sudah mencoba menelfon namun tidak ada jawaban, entah karena sedang sibuk atau karena hal lain. Akan tetapi peneliti tetap berharap pihak pemerintah desa mendukung adanya kelompok peduli sehat serta setiap program yang diadakan. Agar nantinya program-program kesehatan yang telah dibentuk tetap bisa berjalan dan menjadi kegiatan yang berkelanjutan. Sehingga masyarakat bisa mencapai perubahan yang lebih baik dan mencapai kesejahteraan dalam kesehatan secara optimal.



BAB VIII EVALUASI DAN REFLEKSI

A. Evaluasi Program

Serangkaian kegiatan seperti pendidikan online, kampanye makanan sehat, pembentukan kelompok, hingga advokasi sebagai bentuk aksi telah dilaksanakan meski belum optimal. Adapun tahap selanjutnya ialah evaluasi bersama. Tahap evaluasi dilakukan guna meninjau dampak dan perubahan dari kegiatan-kegiatan yang terlaksana. Bagaimana perubahan yang telah terjadi pada masyarakat dusun balekambang setelah melaksanakan kegiatan-kegiatan. Dalam tahap ini peneliti menggunakan teknik trend and change dan MSC (most significant change). Adapun hasil evaluasi akan menjadi pedoman masyarakat untuk kegiatan selanjutnya, seperti pada tabel di bawah ini:

Tabel 8.1

Tabel Hasil Evaluasi MSC (*Most Significsnt Chnange*)

No.	Kegiatan	Tanggapan	Manfaat	Perubahan	Harapan
1.	Pendidikan Pemahaman Pola Hidup Sehat	Bermanfaat bagi masyarakat untuk mengetahui bagaimana pola hidup sehat	Menambah pengetahuan mengenai PHBS terutama PHBS dalam	Masyarakat mulai memahami bagaimana PHBS, dan mulai menerapkan	Dari pendidikan pemahaman pola hidup sehat dapat

			rumah tangga beserta indikatornya		meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menjaga pola hidup sehat agar bisa menjadi keluarga sehat
2.	Kampanye Makanan Sehat	Bermanfaat bagi masyarakat agar mengetahui apa saja	Menambah pengetahuan mengenai	Masyarakat mulai mengerti dan mulai mengkonsumsi	Masyarakat bisa lebih berhati-hati dalam

		makanan sehat	makanan- makanan sehat	makanan sehat	memilih makanan untuk dikonsu- msi
3.	Pembentukan Kelompok Peduli Sehat	Mulai fahaman adanya kelompok	Memahami akan fungsi dari adanya kelompok	Masyarakat mulai berpartisipasi untuk mencapai perubahan yang lebih baik	Dari kelompok peduli sehat dapat menggerakkan masyarakat agar berpartisipasi setiap kegiatan yang diadakan guna mencapai perubah

					an yang lebih baik
4.	Advokasi Kepada Pemerinta h Desa	Pelaksanaan advokasi tidak berjalan dengan sesuai rencana dikarenakan pandemi covid-19, sehingga tidak ada tanggapan dari pihak kepala desa karena tidak bisa bertemu secara langsung			

Sumber: Diolah dari diskusi bersama kelompok peduli sehat

Sebagaimana pemaparan tabel diatas, pendidikan informal memberi pengaruh yang cukup baik bagi masyarakat khususnya ibu-ibu yang tergabung dalam grup whatsapp. Pada mulanya mereka sangat meremehkan pola hidup mereka. Hal ini dibuktikan dengan tidak adanya upaya untuk mengobati penyakit mereka. Selain suportivitas dari lingkungan sekitar, keinginan serta tekad untuk merubah pola pikir juga memicu munculnya perubahan.

Pembelajaran dilakukan secara daring, hal ini tidak menyurutkan antusias masyarakat dusun balekambang terutama ibu-ibu jamiyyah. Mereka memperhatikan materi yang dipresentasikan oleh bidan setempat. Walaupun tidak semua masyarakat yang ada di grup whatsapp ini benar-benar memperhatikan apa yang telah dipresentasikan bidan, namun disinilah masyarakat mulai mengalami pergeseran pandangan dengan memahami PHBS serta menerapkannya dalam aktivitas sehari-hari. Manfaat dari pembelajaran ini tidak terhenti pada anggota yang tergabung di grup whatsapp, melainkan mereka juga dapat menyalurkan informasi kepada anggota keluarganya agar dapat diterapkan dan terhindar dari penyakit.

Selain pembelajaran secara daring, kampanye pun dilakukan secara daring dan *door to door*. Dalam konteks ini, peneliti lebih cenderung *door to door* karena cukup efektif. Melalui kegiatan ini, peneliti dapat menjelaskan kepada ibu-ibu di rumah dengan rinci dan intens. Berbeda dengan kampanye langsung secara menyeluruh yang dianggap kurang efektif karena peneliti tidak dapat mengontrol jalannya kampanye secara detail. Sedangkan, pendekatan *door to door* ini bisa dipastikan keseluruhan anggota di rumah dapat memperhatikan dengan baik. Adanya kampanye ini diharapkan masyarakat lebih selektif dalam mengkonsumsi makanan, sehingga tidak rentan terserang penyakit.

Sama halnya dengan kegiatan sebelumnya, pembentukan kelompok peduli sehat juga dilaksanakan secara daring meski kurang optimal. Faktor tersebut tidak menghambat strategi peneliti yang direncanakan. Pasca pembentukan struktur dan perencanaan program, peneliti berharap masyarakat memahami fungsi dan pengaruh dari pembentukan kelompok peduli sehat. Peneliti juga berharap program yang dicanangkan segera terlaksana setelah pandemi covid-19 agar masyarakat dapat merasakan manfaat dari adanya kelompok peduli sehat.

Berbeda dengan kegiatan-kegiatan sebelumnya, advokasi tidak terlaksana sesuai rencana peneliti akibat adanya pandemi covid-19. Pandemi ini menghambat peneliti untuk mendatangi kepala desa beserta jajarannya unruk berinteraksi secara langsung. Peneliti menemukan alternatif dengan melakukan advokasi online. Sayangnya, hasil advokasi online via whatsapp tidak mendapat respon baik dari kepala desa. Peneliti beranggapan bahwa bapak kepala desa memiliki kepentingan lain yang lebih urgent. Meski demikian, peneliti berharap setelah pandemi berlalu, para aparat desa mendukung penuh setiap program

kegiatan yang telah dicanangkan serta memberikan kebijakan baru terhadap beberapa usulan dari peneliti.

Tidak hanya teknik MSC (Most Significant Change) yang digunakan dalam tahap evaluasi, namun peneliti juga menggunakan teknik *trend and change*. Teknik *trend and change* digunakan untuk melihat seberapa besar perubahan masyarakat yang dihasilkan dari kegiatan-kegiatan tersebut. Berikut ini hasil evaluasi dengan teknik *trend and change*:

Tabel 8.2
Tabel *trend and change*

No.	Aspek	Sebelum Program	Setelah Program
1.	Kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pola hidup sehat	00	000
2.	Pemahaman masyarakat mengenai makanan sehat	0	0000
3.	Fungsi dari adanya kelompok peduli sehat	0	000
4.	Pentingnya adanya kebijakan resmi dari pemerintah desa	Advokasi tidak bisa berjalan dengan semestinya karena tidak ada respon dari kepala desa	

Sumber: Diolah dari diskusi bersama kelompok peduli sehat

Mulanya masyarakat tidak sadar bahwa penyebab adanya masalah kesehatan berasal dari diri mereka sendiri. Pola hidup tidak sehat serta konsumsi makanan-makanan

yang mengandung bahan pengawet membuat mereka rentan terserang penyakit, baik ringan ataupun berat. Adanya pembelajaran informal serta kampanye mengenai makanan sehat, masyarakat mulai memahami bagaimana seharusnya mereka berperilaku.

Gambar 8.1

Masyarakat Mulai Menerapkan PHBS



Sumber: Diolah dari dokumentasi peneliti

Fenomena tersebut dapat dibuktikan dengan perilaku masyarakat yang mulai mengonsumsi makanan sehat dengan memperkaya sayur-sayuran. Selain itu, mereka juga berolahraga dan berjemur untuk menjaga imunitas tubuh, terutama di tengah pandemi covid-19. Disinilah masyarakat mulai membangun mindset mereka untuk memperhatikan serta menjaga kesehatan. Peneliti sangat berharap masyarakat dapat menerapkan dan menjadikan kebiasaan baru (new normal) sehingga masyarakat dapat menjalani hidup dengan sehat dan nyaman.

Selama proses pembentukan kelompok peduli sehat, terdapat beberapa masyarakat yang kurang berpartisipasi saat diskusi berlangsung. Namun tidak sedikit masyarakat yang cukup antusias dengan mengikuti setiap pengarahan dari peneliti, bahkan mereka juga aktif bertanya seputar kesehatan. Dengan demikian, masyarakat dianggap sudah

memahami fungsi dari pembentukan kelompok peduli sehat dengan baik.

B. Refleksi Keberlanjutan Program

Pembangunan masyarakat (*community development*) menjelaskan suatu pemahaman jika sebuah pembangunan masyarakat (*community development*) harus bertumpu pada dua kutub elementalnya. Kutub ini terdiri dari kutub “*Community*” dimana kualitas pembangunan masyarakat menempatkan urgensi hubungan sosial pada masyarakat sekitar. Adapun yang kedua ialah kutub “*Development*” merujuk pada pembangunan masyarakat yang bersifat penggerak komunitas dari masyarakat yang telah terencana dan berproses menuju ke arah suatu pembangunan yang lebih baik.⁴⁴ Setiap proses pembangunan dapat bergerak sebab beberapa faktor. Suatu pergerakan dalam pembangunan masyarakat (*community development*) bukanlah suatu spontanitas, melainkan suatu proses yang telah terencana dan terbentuk strategi yang jelas serta dijiwai oleh semangat sosial.⁴⁵

Pemberdayaan untuk mengatasi masalah kesehatan telah terlaksana bersama masyarakat. Serangkaian kegiatan yang telah terlaksana meliputi; pembelajaran mengenai pemahaman pola hidup sehat, kampanye makanan sehat, pembentukan kelompok peduli sehat, dan advokasi kepada pihak aparat desa. Selama proses pemberdayaan, peneliti mendapatkan banyak pengalaman dari masyarakat. Masyarakat dusun balekambang terbilang sangat ramah dan cukup terbuka sehingga peneliti dapat beradaptasi

⁴⁴ Agus Gunawan, Satya Wacana University Press, 2017, Pemberdayaan masyarakat Dalam Pembangunan Desa Tlogoweru, dilihat pada tanggal 23 mei 2020, <https://repository.uksw.edu>

⁴⁵ Ibid hal 34

dengan mudah. Selama proses penelitian berlangsung, peneliti tidak pernah memosisikan diri sebagai guru, justru peneliti banyak belajar dari masyarakat berdasarkan pengalaman mereka.

Pada hakikatnya, masyarakat menyadari akan masalah yang dialami selama ini, namun mereka tidak memiliki keinginan untuk melakukan sebuah perubahan. Pola pikir masyarakat yang tertanam ialah anggapan bahwa semua yang telah terjadi adalah kehendak dari Tuhan. Fenomena ini membuktikan bahwa tingkat kesadaran masyarakat terbilang naif. Tingkatan ini menunjukkan bahwa masyarakat memahami permasalahan yang sedang dialami, namun mereka tidak tahu harus cara untuk mengatasi permasalahan tersebut.

Berdasarkan permasalahan yang terjadi, peneliti mengajak masyarakat mengatasi permasalahan yang ada. Mulanya serangkaian kegiatan tidak berjalan sesuai rencana peneliti. Hal ini dibuktikan dengan enggan masyarakat mengutarakan keluhan kesehatan yang sedang dialami. Bu Supiatun pun membantu peneliti pada tiap proses penelitian, sehingga mempermudah peneliti mendapatkan data.

Peneliti pun mulai membangun kesadaran masyarakat melalui FGD (*focus grup discussion*). Masyarakat pun mulai menyadari pola hidup mereka tidak sehat. Disisi lain, tidak mudah mengajak masyarakat untuk berpartisipasi dalam kelompok peduli sehat karena mereka beranggapan pembentukan tersebut akan sia-sia dan akan pasif layaknya posyandu lansia. Disinilah peneliti meyakinkan masyarakat agar mereka bersedia ikut berpartisipasi.

Ketiga program telah terlaksana meski tidak sesuai dengan strategi yang direncanakan dan satu program tidak terlaksana yakni advokasi online. Hal tersebut disebabkan

oleh pandemi covid-19. Peneliti membuat alternatif dengan membagikan mengirim draft advokasi via whatsapp. Sayangnya aksi ini tidak mendapat respon yang baik dari kepala desa. Peneliti berharap pemerintah desa dapat mendukung setiap program kegiatan yang diadakan serta membuat kebijakan baru sebagai bentuk tanggapan untuk program kesehatan tersebut. Dengan demikian, tercipta hubungan sosial antar masyarakat.

Hasil dari berbagai kegiatan yang telah dilakukan; kesadaran kritis masyarakat mulai tumbuh. Mislanya masyarakat mulai menanam tanaman toga seperti rencana yang sudah disusun.

Gambar 8.2
Gambar Masyarakat Menanam Toga



Sumber: Diolah dari dokumentasi peneliti

Dapat dilihat gambar diatas, salah satu ibu-ibu masyarakat Dusun balekambang sudah ada yang melakukan penanaman toga di pekarangan rumahnya. Setiap kegiatan yang telah diprogramkan akan berlanjut secara mandiri dan dikoordinir oleh pihak bidan desa. Adanya pembentukan kelompok peduli sehat, diharapkan dapat mengorganisir masyarakat lainnya agar memiliki keinginan untuk melakukan perubahan. Setiap perubahan

akan berjalan dengan baik dengan adanya kesadaran individu.

Kegiatan ini sangat bermanfaat bagi masyarakat maupun peneliti, karena dalam proses pendampingan peneliti mendapatkan pengalaman sekaligus tantangan dari desa yang sebelumnya tidak dikenal masyarakatnya. Pengalaman bersama masyarakat mulai dari identifikasi masalah hingga menemukan *problem solving* dilakukan secara mandiri. Hasil yang didapatkan menjadi bekal untuk menjalani kehidupan selanjutnya. Peneliti mendapatkan ilmu kehidupan dari masyarakat disana selama proses pendampingan. Proses tersebut akan berhasil jika kita dapat bekerja sama dengan baik untuk menghasilkan pencapaian yang luar biasa.

C. Menjaga Kesehatan Dalam Perspektif Islam

Kesehatan merupakan aspek yang sangat penting dalam kehidupan. Ketika kita dapat menjaga kesehatan baik secara dhoir dan batin, maka kita dapat melakukan aktivitas sehari-hari sesuai yang diinginkan. Saat kita tidak sehat (terserang penyakit) kita tidak dapat melakukan aktivitas dengan semestinya. Penyakit pun membuat kita tidak dapat bekerja, harta habis digunakan untuk berobat. Sebagaimana pepatah mengatakan "*lebih baik mencegah dari pada mengobati*". Jika kita dapat menjaga kesehatan dengan baik maka kita bisa mencegah datangnya penyakit. Sebagaimana hadist yang diriwayatkan oleh Bukhari:

Dari Usamah bin zaid r.a berkata: "Rasulallah saw. Bersabda": "Tha'un (wabah cacar) itu suatu sisa yang diturunkan Allah kepada sebagian Bani Isra'il atau umat yang sebelumnya. Maka bila kamu mendengar bahwa penyakit itu berjangkit di suatu tempat, janganlah kalian masuk ke tempat itu, dan jika di daerah dimana kamu

telah ada disana maka janganlah kamu keluar dari daerah itu karena melarikan diri dari padanya". (HR. Bukhari).

Hadist diatas menjelaskan pemahaman bahwa Islam meletakkan kaidah kesehatan yang dianggap sangat penting untuk mengantisipasi agar terhindar dari penyakit yang menular. Sebagaiman yang terjadi saat ini, Indonesia mengalami musibah dimana seluruh penjuru kota sedang dilanda penyakit menular (covid-19). Sebuah virus yang menyebar dengan cepat, sebuah penyakit yang menyerang bagian pernafasan dan sudah memakan banyak korban. Semakin hari jumlah yang pasien positif bertambah dengan cepat, bahkan tidak sedikit yang meninggal. Fenomenan ini disebabkan masyarakat tidak patuh dan meremehkan covid-19. Hal ini dibuktikan dengan masyarakat masih banyak yang keluar tanpa adanya keperluan yang urgent, sedangkan pemerintah sudah membuat kebijakan dengan jelas untuk tidak keluar dari rumah.

Adapun salah satu cara agar terhindar dari penyakit adalah pola hidup sehat. Pola hidup sehat merupakan sebuah usaha untuk menerapkan kebiasaan baik dan tidak melakukan hal yang dapat mengganggu kesehatan. Maka dari itu PHBS (perilaku hidup bersih dan sehat) sangatlah penting dan wajib untuk diterapkan oleh semua masyarakat. PHBS merupakan langkah yang harus dilakukan untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal bagi setiap orang. Sebagaimana dalam surah Al-Baqarah ayat 233, Allah berfirman:

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُبَيِّمَ
الرِّضَاعَةَ ۗ وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ ۗ
لَا تُكَلِّفُ نَفْسٌ الْإُسْعَةَ ۗ لِأْتِضَارٍ ۗ وَوَلَدَةٌ بِوَلَدِهِ ۗ وَعَلَى الْوَارِثِ مِثْلُ
ذَلِكَ ۗ قُلْ إِنْ أَرَادَ فَصَالًا عَنِ تَرَاضٍ مِنْهُمَا وَتَشَاوُرٍ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا
قُلْ وَإِنْ أَرَدْتُمْ أَنْ تَسْتَرْضِعُوا أَوْلَادَكُمْ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ إِذَا سَلَّمْتُمْ
مَاءَ أَنْتَيْتُمْ بِالْمَعْرُوفِ ۗ وَالتَّقْوَا لِلَّهِ وَعَلِمُوا أَنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ *

Artinya: “Para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan. Dan kewajiban ayah memberi makan dan pakaian kepada para ibu dengan cara ma’ruf. Seseorang tidak dibebani melainkan menurut kadar kesanggupannya. Janganlah seorang ibu menderita kesengsaraan karena anaknya dan seorang ayah karena anaknya, dan warispun berkewajiban demikian. Apabila keduanya ingin menyapih (sebelum dua tahun) dengan kerelaan keduanya dan permusyawaratan, maka tidak ada dosa atas keduanya. Dan jika kamu ingin anakmu disusukan oleh orang lain, maka tidak ada dosa bagimu apabila kamu memberikan pembayaran menurut yang patut. Bertakwalah kamu kepada Allah dan ketahuilah bahwa Allah maha melihat apa yang kamu kerjakan”.⁴⁶

Ayat diatas menjelaskan perintah untuk memberikan ASI eksklusif yang dapat memberikan banyak manfaat untuk bayi seperti mencegah diare, memberikan imun tubuh, mencegah bayi mengalami gizi buruk, mengandung zat-zat nutrisi yang penting dan lengkap untuk pertumbuhan serta perkembangan pada tubuh bayi, meningkatkan hubungan antara ibu dan anak, membuat ibu menjadi lebih sehat karena ASI dikeluarkan dan tidak tertahan dalam tubuh.

Kesehatan adalah suatu hal yang sangat penting untuk kita jaga. Ketika kita bisa menjaga kesehatan dan dalam kondisi sehat secara dhoir dan batin, maka kita akan bisa melakukan aktivitas apapun yang diinginkan. Karena ketika kita tidak sehat (terserang penyakit) kita tidak bisa melakukan aktivitas dengan semestinya. Karena ketika kita tidak sehat (terserang penyakit) kita tidak bisa

⁴⁶ Departemen Agama RI, *Al-Quran Hafalan Mudah Terjemah&Tajwid Warna*, (Bandung: Cordoba),37

melakukan aktivitas dengan semestinya. Karena penyakit kita tidak bisa bekerja, harta bisa habis digunakan untuk berobat. Dalam mahfudzot mengatakan:

الوقاية خير من العلاج

“Mencegah lebih baik daripada mengobati”

Dari mahfudzot diatas dapat disimpulkan bahwa kesehatan sangatlah mahal harganya. Karena selain tidak bisa bekerja, uang kita akan habis digunakan untuk berobat. Sangatlah penting menjaga kesehatan dalam bentuk peningkatan pola pikir masyarakat tentang pentingnya kesehatan. Disini masyarakat dusun balekambang mulai sadar bahwa selama ini pola hidup mereka tidak sehat dan menjadi salah satu penyebab penyakit berat yang diderita. Kini masyarakat mulai menerapkan sedikit demi sedikit pola hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari. Seperti hadits dibawah ini:

العقل السليم في الجسم السليم

“Akal yang sehat terletak pada badan yang sehat”

Selaras dengan hadits yang diriwayatkan oleh Bukhari:

نِعْمَتَانِ مَعْبُودُونَ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ الصَّحَّةُ وَالْفَرَاغُ

Yang artinya: *“Dua kenikmatan yang banyak manusia menjadi rugi (karena tidak diperhatikan), yaitu kesehatan dan waktu luang”*. (HR.Al-Bukhari).

Aksi perubahan selanjutnya yakni kampanye makanan sehat. setelah adanya kampanye makanan sehat masyarakat pada saat ini mulai lebih berhati-hati dalam memilah makanan yang mereka konsumsi. Masyarakat

mulai mengurangi makanan-makanan junk food dan menggani dengan makanan yang banyak sayur-sayuran. Selain itu karena adanya pandemi ini masyarakat sudah tidak sembarangan membeli makanan yang dijual oleh pedagang keliling. Karena kita tidak tahu apakah makanan yang dijual terjamin kebersihannya dan dari bahan-bahan amankah.

Seperti yang sudah dijelaskan pada bab dua pada bagian menjaga kesehatan dalam perspektif islam, selain menjaga pola hidup sehat dan bersih, konsumsi makanan sehat sesuai dengan takaran juga penting. Hal ini dikarenakan segala hal yang dilakukan secara berlebihan tidak akan baik bagi kita. Sebagaimana yang dijelaskan dalam Al-Quran surah Al-A'raf ayat 31:

يٰۤاٰدَمُ خُذْ وَاٰدَمَ خُذُوْا زِيْنَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوْا وَاشْرَبُوْا وَلَا تُسْرِفُوْا ؕ
اِنَّهٗ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِيْنَ *

Artinya: *hai anak Adam, pakailah pakaianmu yang indah disetiap (memasuki) masjid. Makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang yang berlebih-lebihan (QS. Al-A'raf:31).*⁴⁷

Selaras dengan surah At-Taaha ayat 81 yang menjelaskan sebagai berikut:

كُلُوْا مِنْ طَيِّبٰتِ مَا رَزَقْنٰكُمْ وَلَا تَطْغَوْا فِيْهِ فَيَحِلَّ عَلَيْكُمْ غَضَبِيْ سَلِي
وَمَنْ يَحِلَّلْ عَلَيْهِ غَضَبِيْ فَقَدْ هَوٰى *

Artinya: *“Makanlah di antara rezeki yang baik yang telah kami berikan kepadamu, dan janganlah melampaui batas padanya, yang menyebabkan kemurkaan-Ku menimpamu. Dan barang siapa ditimpa oleh kemurkaan-*

⁴⁷ Departemen Agama RI, *Al-Quran Hafalan Mudah Terjemah&Tajwid Warna*, (Bandung: Cordoba),154

*Ku, maka sesungguhnya binasalah ia” (QS. At-Taha:81).*⁴⁸

Dari ayat diatas dijelaskan bahwasanya kita manusia sangat dianjurkan untuk mengkonsumsi makanan yang baik dan halal dan tidak boleh melampaui dari batas porsi. Karena setiap tubuh manusia memiliki porsi makanan sendiri-sendiri. Seperti pribahasa “*makanlah jika lapar berhentilah sebelum kenyang*”.

Berdasarkan penelitian di Finlandia yang menyatakan bahwa mengkonsumsi makanan yang sehat dan bergizi dapat meningkatkan umur seseorang sebanyak 20%, selama mereka mengkonsumsi makanan bergizi secara baik dalam takaran porsi yang benar dan sesuai dengan kebutuhan nutrisi. Selain menjaga pola makan yang baik, Islam juga menganjurkan untuk mengkonsumsi makanan yang halal. Ajaran islam sangat memperhatikan pengelolaan makanan yang baik dan halal.⁴⁹ Sebagaiman yang telah dijelaskan dalam Al-Quran surah Al-Ma’idah ayat 88:

وَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا ج وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِ مُؤْمِنُونَ*

Artinya: “*dan makanlah dari yang diberikan Allah kepadamu sebagaimana rezeki yang halal dan baik*” (QS. Al-Ma’idah: 88).⁵⁰

Dalam ajaran Islam sangat tidak dianjurkan untuk mengkonsumsi makanan dan minuman yang mengandung zat-zat yang membahayakan tubuh seperti khamr, rokok, maupun narkoba. zat-zat tersebut sangatlah berbahaya jika dikonsumsi dan akan mempengaruhi kinerja tubuh dan

⁴⁸ Departemen Agama RI, *Al-Quran Hafalan Mudah Terjemah&Tajwid Warna*, (Bandung: Cordoba),317

⁴⁹ <https://www.kompasiana.com/adinhar91/yat-al-qur-an-dan-hadits-kesehatan>, diakses pada 29 Mei 2020.

⁵⁰ Departemen Agama RI, *Al-Quran Hafalan Mudah Terjemah&Tajwid Warna*, (Bandung: Cordoba),122

otak. Apalagi saat manusia sudah berada di fase kecanduan maka sistem hormone terutama (pancreatic endocrine system) akan terhambat, bahkan fungsi hati terganggu. Selain itu sistem kerja syaraf juga terganggu dan mengakibatkan hilang kesadaran. Konteks seperti ini dapat menjadikan seseorang dalam keadaan koma dan berujung maut.⁵¹

Sebagaimana hadist yang diriwayatkan oleh HR. Ahmad dalam al Musnad Abi Hurairah ra no: 9251:

Rasulallah SAW bersabda: “Sholatlah karena sesungguhnya di dalam sholat terdapat berbagai obat (penyembuh untuk jiwa dan raga)”. (HR. Ahmad).⁵²

Makan dan minum secara berlebihan bukan hanya buruk untuk kesehatan, melainkan dapat membuat kita malas untuk melakukan aktivitas apapun. Sebagaimana rasul menjelaskan bahwa ibadah Sholat adalah hukumnya wajib. Setiap muslim diwajibkan menjalankan sholat, karena terdapat banyak manfaat didalamnya. Tidak hanya untuk menguatkan iman kita sebagai seorang muslim, namun ketika sholat kita termasuk berolahraga secara ruhani dan jasmani.

Yang harus diketahui oleh semua manusia yang ada di bumi ini. Allah tidak akan menciptakan suatu penyakit kecuali Dia juga menciptakan penawarnya. Sebagaimana Rasulallah SAW bersabda:

“tidaklah Allah menurunkan penyakit kecuali Dia menurunkan penawarnya”. (HR. Bukhari).⁵³

Selanjutnya pembentukan kelompok peduli sehat. salah satu tujuan adanya pembentukan kelompok peduli

⁵¹ <https://www.kompasiana.com/adinhar91/yat-al-qur-an-dan-hadits-kesehatan>, diakses pada 29 mei 2020.

⁵² HR Ahmad dalam al Musnad Abi Hurairah ra no:9251

⁵³ HR. Bukhari

sehat ini agar kelompok tersebut dapat menjadi wadah bagi masyarakat dalam meningkatkan kesadaran serta pemahaman masyarakat yang ada di dusun balekambang. Sebab itu peneliti melakukan pembentukan struktur kepengurusan agar kelompok peduli sehat ini dapat terorganisir dengan baik. selaras dengan firman Allah pada surat Ali ‘Imran ayat 104:

وَلْتَكُنْ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ ۗ وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ

Yang artinya: “*dan hendaklah ada diantara kamu segolongan umat menyeru kepada kebajikan, menyurug kepada yang ma’ruf dan mencegah dari yang mungkar, merekalah orang-orang yang beruntung*”. (Ali ‘Imran:104).⁵⁴

Dapat dilihat dengan jelas bahwa pentingnya menjaga kesehatan cukup relevan dengan apa yang telah diajarkan dalam islam. Banyak sekali firman Allah yang menganjurkan agar kita menjaga kesehatan serta kebersihan lingkungan dan tidak membuat masalah yang disebabkan oleh manusia itu sendiri. Hasil dari setiap kegiatan yang peneliti lakukan sangatlah bermanfaat bagi masyarakat dalam meningkatkan pola pikir dan pola hidup sehat guna memperoleh kesehatan yang optimal. Oleh karena itu besar harapan peneliti, kelompok peduli sehat ini dapat berlanjut secara optimal sehingga masyarakat dapat menjalankan program yang lebih baik dan dapat mengajak masyarakat untuk melakukan perubahan yang lebih baik.

⁵⁴ Departemen Agama RI, *Al-Quran Hafalan Mudah Terjemah&Tajwid Warna*, (Bandung: Cordoba),63

BAB IX

KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Penelitian aksi lapangan yang dilakukan di Desa Ngepung Kecamatan Kedamean Kabupaten Gresik atau lebih tepatnya berada pada Dusun Balekambang ini bertema “*Membangun Gerakan Masyarakat Hidup Sehat Melalui kelompok jamiyyah*” menghasilkan beberapa kesimpulan diantaranya:

Masalah kesehatan yang dialami masyarakat Dusun Balekambang disebabkan oleh beberapa faktor antara lain rendahnya tingkat kesadaran masyarakat akan pentingnya pola hidup sehat, minimnya pengawasan aktivitas mereka, dan tingginya tingkat konsumsi makanan yang tidak sehat (mengandung bahan berbahaya) dimana akan berdampak buruk pada kondisi tubuh jika dikonsumsi secara berlebihan. Adapun penyakit berat mendominasi di masyarakat Dusun balekambang ialah diabetes (basah, kering), jantung, asam urat, asam lambung, dan kolesterol.

Tingkat kematian yang disebabkan oleh penyakit berat terbilang cukup tinggi, bahkan ditemukan pasien dengan diagnosa komplikasi secara mendadak. Selain pola hidup yang tidak sehat, ekonomi masyarakat juga menjadi faktor tingginya penyakit berat. Ini disebabkan masyarakat tidak memiliki biaya yang cukup dan kartu jaminan kesehatan untuk penanganan lebih lanjut.

Strategi pengorganisasian yang dilakukan adalah melakukan pembelajaran *outdoor* secara intensif mengenai pemahaman pola hidup sehat, kampanye makanan sehat, pembentukan kelompok peduli sehat, dan advokasi kepada pihak pemerintah desa. Setiap program yang telah dicanangkan telah dilakukan namun tidak sesuai rencana awal karena terhambat pandemi covid-19. Seluruh

kegiatan dilakukan secara online (pembelajaran *outdoor*, kampanye makanan sehat, pembentukan kelompok), dan satu kegiatan (advokasi pada pemerintah desa) tidak berhasil dilakukan karena tidak ada respon dari bapak kepala desa.

Hasil penelitian pasca kegiatan adalah tumbuhnya kesadaran masyarakat mengenai pentingnya kesehatan serta pentingnya dalam memilah makanan untuk dikonsumsi, pemahaman mengenai PHBS (perilaku hidup bersih dan sehat). Selain itu pembentukan kelompok peduli sehat akan menjadi wadah bagi masyarakat Dusun Balekambang dalam mengatasi masalah mengenai kesehatan.

Meskipun kegiatan aksi lapangan terhalang oleh pandemi covid-19, peneliti tetap berusaha melakukan kegiatan tersebut secara daring.

B. Saran dan Rekomendasi

Adanya permasalahan tentang kesehatan yang disebabkan oleh masyarakat sendiri, maka hal tersebut juga dapat diselesaikan oleh mereka sendiri juga. Program kegiatan yang dilakukan secara daring terbilang kurang optimal, sehingga membuat partisipasi masyarakat tidak maksimal terutama pada ibu-ibu jam'iyah. Beberapa ibu-ibu tidak bisa bergabung dengan grub whatsapp karena tidak bisa menggunakan smartpone, maka sangat diharapkan dari terbentuknya kelompok peduli sehat dapat merangkul seluruh masyarakat yang ada di Dusun Balekambang guna mencapai perubahan yang lebih baik.

Selain dari pihak kelompok peduli sehat, peran keluarga juga sangatlah penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai kesehatan. Alasan utama ialah lingkup keluarga dianggap paling mengerti bagaimana kondisi kita. Dari kelompok tersebut, ibu-ibu

bisa menerapkan pola hidup sehat kepada keluarga yang ada dirumah. Disarankan kegiatan pembelajaran *outdoor* harus tetap diadakan secara berkelanjutan guna meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat mengenai kesehatan. Pemeriksaan keliling juga harus dilakukan agar mengetahui perkembangan kondisi kesehatan masyarakat setelah adanya program-program tersebut.

Program-program yang telah dibuat oleh peneliti bersama kelompok masyarakat harus bisa terealisasi setelah berakhirnya pandemi covid-19. Selain itu, perlu adanya upaya promotif dan preventif dari pihak pemerintah desa yang bekerja sama dengan pihak puskesmas/bidan, serta kelompok masyarakat guna mengoptimalkan program kesehatan yang bisa menjamin kenyamanan masyarakat tentang kesehatan di Dusun balekambang.

DAFTAR PUSTAKA

Afandi, A., *Metodologi Penelitian Sosial Kritis*, Surabaya: Uin Sunan Ampel Press, 2014.

Akmal, M., Indahan, Z., Widhawati & Sari, S., *Ensiklopedi Kesehatan untuk Umum*, Jogjakarta: Ar-Ruzz.

Al Amin, M. & Jumiati, D., "Klasifikasi Kelompok Umur Manusia Berdasarkan Analisis Dimensi Fraktal Box Counting dari Citra Wajah dengan Deteksi Tepi Canny", *Jurnal Ilmiah Matematika*, (online), vol. 2, no.6, diakses pada Desember 2019 dari <https://media.neliti.com>.

Eliana, & Sumiati, S., *Modul Kesehatan Masyarakat*, Jakarta: P2M2 Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2007.

Emirfan, T.M., *Healty Habits You Must Know*, Jogjakarta: Javalitera, 2011.

Ilmu kesehatan masyarakat, eprints.dinus.ac.id<KULIAH_IKM_III, diakses pada Mei 2020.

Jauhari, I., "Kesehatan Dalam Pandangan Islam, Health views Islamic law", *jurnal Kanun* (online) no. 55 Desember, diakses pada Mei 2020 dari <https://jurnal.unsyiah.ac.id>.

Kiik, S.M., Sahar, J., & Permatasari, H., "Peningkatan Kualitas Hidup Lanjut Usia (Lansia) di Kota Depok dengan Latihan Keseimbangan", *Jurnal Keperawatan Indonesia*, (online), vol. 21, no.2, diakses pada Desember 2019, <https://jki.ac.id>.

Mufidah, N.M., "Pendampingan Masyarakat Untuk Hidup Sehat di Desa Depok, Kecamatan Bendungan Kabupaten Trenggalek", skripsi, 2019, diakses pada Mei 2020 dari <https://digilib.uinsby.ac.id>.

Munawaroh, B., "Membangun Masyarakat Sehat Melalui Pembentukan Keluarga Sehat di Dusun Tawangrejo

Kecamatan Gemarang Kabupaten Madiun”, skripsi, 2019, diakses pada Mei 2020 dari <https://digilib.uinsby.ac.id>.

Prasetyo, Y, “Kesadaran Masyarakat Berolahraga Untuk Peningkatan Kesehatan dan Pembangunan Nasional”, jurnal Medikora (online), VOL XI. No.2 Oktober diakses pada Mei 2020 dari <https://journal.uny.ac>.

Rizal, G.L., ”Upaya Menurunkan Kecemasan Pasien”, jurnal Ilmu Kesehatan, (online) Universitas Gajah Mada, 2014, diakses pada Desember 2019 dari <http://etd.repository.ugm.ac.id/>.

Ummah, I., “Pengorganisasian Masyarakat Dalam Upaya Pengelolaan Sumber Daya Air Di Dusun Pucung Desa Ngrencak Kec. Panggul Kab. Trenggalek”, skripsi, 2018, diakses pada Mei 2020 dari <https://digilib.uinsby.ac.id>.

Gunawan, Agus, “Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pembangunan Desa Tlogoweru”, Salatiga: Satya wacana university Press, 2017

UU 36 Tahun 2009, diakses pada Mei 2020 dari <https://P2ptm.kemkes.go.id>.

“Virus Corona-Gejala, Penyebab, dan Mengobati”, diakses pada 13 Mei 2020 dari <https://www.alodokter.com>.

“PHBS”, Direktorat Promosi Kesehatan, diakses pada 27 Mei 2020 dari Promkes.kemkes.go.id.

“Mengetahui Manfaat Karbohidrat, jenis dan Resikonya-Alodokter”, diakses pada 29 Mei 2020 dari <https://www.alodokter.com>.

“Tempat Akal yang Sehat-Islami[dot]co”, diakses pada 15 Juni 2020 dari <https://islami.co>.

“Kenapa Penting Makan Serat bagi Kesehatan? Hello Sehat”, diakses pada 1 Juni 2020 dari <https://www.helloshat.com>.

<https://www.kompasiana.com/adinhar91/yat-al-qur-an-dan-hadits-kesehatan>, diakses pada 29 Mei 2020.

Al-Quran Karim.