

UPAYA PENINGKATAN PEMAHAMAN DAN PENGETAHUAN REMAJA MENGENAI POLA HIDUP BERSIH DAN SEHAT DI DESA MEKAR BHUWANA

Putu Kepramareni¹⁾, Ida Ayu Nyoman Yuliasuti²⁾, Ni Kadek Indah

Krisnayanti³⁾, Putu Rani Yuliana⁴⁾

Universitas Mahasaraswati Denpasar

E-mail: ia.yuliasuti@unmas.ac.id

ABSTRAK

Para remaja anggota Sekaa Teruna Teruni di Desa Mekar Bhuwana, Kecamatan Abiansemal, Kabupaten Badung merupakan sasaran utama dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Berdasarkan hasil observasi, ditemukan permasalahan perlunya peningkatan edukasi pola hidup sehat sejak dini di Desa Mekar Bhuwana. Melihat kondisi tersebut, tim pengabdian masyarakat hadir untuk membantu menambah wawasan masyarakat terutama remaja dengan cara mengadakan penyuluhan mengenai bahaya HIV & AIDS di Desa Mekar Bhuwana serta mengajak masyarakat untuk melaksanakan kegiatan gotong royong berupa bersih-bersih di Pura menjelang Hari Raya Nyepi. Dilaksanakannya kegiatan ini memiliki tujuan utama yaitu memperluas wawasan masyarakat terutama di kalangan remaja terkait pentingnya pola hidup sehat dan kebersihan lingkungan agar lebih meningkatkan kepedulian masyarakat terhadap lingkungan dan sesamanya. Sasaran diberikan pelatihan melalui sosialisasi dan kegiatan nyata berupa gotong royong. Melalui program ini sasaran dapat meningkatkan pemahaman dan wawasan mengenai penularan HIV & AIDS serta dapat bermanfaat bagi diri dan sekitar, baik sesama warga desa maupun luar desa.

Kata kunci: HIV & AIDS, gotong royong, kesehatan, remaja.

ANALISIS SITUASI

Pola hidup bersih dan sehat sesuatu hal yang tidak dapat dipisahkan serta seharusnya dilaksanakan di kehidupan kita sehari-hari pada orang pribadi dan juga dilakukan bersama-sama dengan individu lainnya. Hal ini harus dimulai melalui kesadaran masing-masing individu untuk mampu dan memiliki keinginan untuk melakukan perilaku hidup yang bersih dan sehat terutama pada lingkungan sekitarnya. Perilaku sering dikatakan sebagai upaya dari masing-masing orang untuk melakukan kebiasaan-kebiasaan yang terus dilakukan dan tentunya kebiasaan tersebut adalah yang sesuai dengan aturan-aturan yang baik dan benar dalam upaya mencapai kebiasaan yang baik dengan tujuan meningkatkan kesehatannya (Intan dkk, 2021). Dalam buku pedoman pembinaan Permenkes dinyatakan kondisi dari tingkat kesehatan yang dimiliki oleh masyarakat masih belum optimal, dan hal tersebut sebagian besar dipengaruhi oleh kondisi lingkungan dan perilaku masyarakat itu sendiri (Suprpto *et al.*, 2020).

Perilaku yang baik harus dijadikan suatu kebiasaan untuk menjunjung tinggi aspek-aspek kesehatan, seperti pengelolaan kebersihan dan kesehatan lingkungan. Pembangunan kesehatan tersebut dapat dilakukan dengan meningkatkan kualitas sumber daya manusia yang berupa penambahan pengetahuan dan wawasan. Perilaku manusia yang didasari dengan adanya pengetahuan dikatakan dapat lebih kekal, sedangkan perilaku yang belum berdasarkan pengetahuan, tetapi dilakukan karena adanya paksaan atau aturan yang mengikat maka akan lebih mudah berubah.

Terdapat langkah-langkah yang perlu dilakukan untuk mencapai pola hidup sehat yang optimal, yaitu selalu menjaga kebersihan diri sendiri, mengonsumsi makan dan minum yang sehat, melakukan kegiatan yang seimbang dan jangan berlebihan, melakukan kegiatan olahraga yang teratur, serta tidak kalah pentingnya yaitu melakukan pencegahan terhadap penyakit seperti penyakit HIV & AIDS. HIV & AIDS sampai saat ini menjadi salah satu penyakit menular yang sangat ditakuti yang mana penularannya diakibatkan adanya perilaku hubungan seksual yang menyimpang. Hal ini semakin diperparah karena jumlah korban penderita HIV & AIDS di kalangan remaja yang semakin bertambah jumlahnya, sehingga perilaku seperti ini dapat merugikan kesehatan (Situmeang dan Mahkota, 2017).

Sasaran pola hidup sehat dapat melalui pemberdayaan baik yang dilakukan pada individu, keluarga dan kelompok atau masyarakat luas (Ray dkk., 2021). Dalam memberikan informasi mengenai pentingnya menjaga kesehatan dapat dilakukan melalui pemberian penyuluhan kesehatan. Penyuluhan merupakan suatu proses penanaman kebiasaan atau perilaku dalam kelompok masyarakat supaya mereka memiliki kesadaran dan mampu melakukan perubahan yang bermanfaat demi tercapainya kesejahteraan bersama (Yuliasuti dkk, 2019).

Penyuluhan sangat ditentukan oleh bentuk interaksi antara komunikator dan masyarakat sasaran yang dituju, dimana apabila telah selaras, maka komunikasi akan berjalan dengan lancar (Rofiki dan Famuji, 2020). Dalam hal ini komunikator harus bisa menyesuaikan diri dengan masyarakat sasaran supaya apa yang disampaikan dapat dipahami dan diterima oleh masyarakat. Melalui metode penyuluhan maka pemeliharaan kesehatan masyarakat dapat dimulai dari kesadaran setiap individu, keluarga, kelompok dan masyarakat luas (Suprpto, 2021; Hartaty dan Menga, 2022).

Setelah melakukan observasi dan wawancara terhadap Sekaa Teruna-Teruni di Desa Mekar Bhuwana dapat diketahui bahwa masalah yang dihadapi oleh remaja sekitar yaitu kurangnya edukasi tentang kesehatan dan juga rasa peduli terhadap lingkungan sekitar. Hal ini dibuktikan dengan ketika salah satu STT mengadakan kegiatan gotong royong, anggota yang hadir hanya beberapa saja. Dimana sebenarnya dengan mengadakan kegiatan gotong royong ini tidak hanya bertujuan untuk menjaga lingkungan agar tetap bersih tetapi juga untuk membangun dan mempererat hubungan persaudaraan dan juga belajar untuk membangun dan meningkatkan keterampilan sosial.

Selain itu terdapat juga masalah yang dihadapi oleh remaja yang berada di Desa

Mekar Bhuwana yaitu kurangnya edukasi kesehatan mengenai pergaulan bebas yang dimana salah satu dampaknya dapat tertular HIV & AIDS. Edukasi tentang HIV & AIDS sangat penting diberikan kepada masyarakat khususnya remaja, karena dengan pemberian edukasi yang tepat dapat meningkatkan kesadaran dan kepedulian generasi muda terhadap isu HIV & AIDS dan untuk menghilangkan stigma dan diskriminasi terhadap pengidap penyakit tersebut, dan mereka bisa menjadi agen pemutus rantai penyebaran virus HIV & AIDS di lingkungan tempat tinggal dan lingkungan pergaulannya (Suswani, 2022)

PERUMUSAN MASALAH

Berdasarkan uraian pada analisis situasi, dapat disimpulkan bahwa permasalahan yang sedang dihadapi oleh Desa Mekar Bhuwana adalah kurangnya pemahaman mengenai bahaya penyakit menular seksual dan kurangnya kesadaran masyarakat mengenai pentingnya kerja sama untuk menjaga dan memperbaiki lingkungan demi kesehatan bersama.

SOLUSI YANG DIBERIKAN

Berdasarkan atas permasalahan tersebut, maka tim pengabdian masyarakat hadir untuk membantu meningkatkan pemahaman mengenai hidup bersih dan sehat dengan cara:

1. Mengadakan penyuluhan mengenai bahaya HIV & AIDS pada masyarakat khususnya kalangan remaja di Desa Mekar Bhuwana.
2. Mengajak masyarakat melakukan kegiatan gotong royong di pura-pura demi menjaga kebersihan dan memperbaiki lingkungan tempat sembahyang bersama serta mampu meningkatkan tali persaudaraan yang ada melalui interaksi saat gotong royong.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini akan terbagi dalam beberapa pelaksanaan program kerja mulai dari observasi, melakukan penyampaian program, penyuluhan, pendampingan serta melakukan metode evaluasi akhir dari program kerja yang telah dilaksanakan, yaitu:

1. Tahap Edukasi

Pada tahap ini, akan dilakukan edukasi tentang bagaimana pentingnya pengetahuan mengenai pola hidup sehat dan menjaga kebersihan lingkungan sekitar yang juga berkaitan dengan interaksi antar manusia satu sama lain.

2. Tahap Pelatihan

Setelah mengetahui manfaat dan mendapat wawasan lebih dari penyuluhan yang berkaitan dengan pola hidup sehat dan kebersihan. Langkah yang akan diambil dalam tahap ini adalah sebagai berikut:

- a. Mengajak masyarakat untuk mengikuti sosialisasi tentang HIV & AIDS yang

diselenggarakan di Kantor Perbekel Desa Mekar Bhuwana dan mengaplikasikannya pada kehidupan supaya terhindar dari penularan HIV & AIDS.

- b. Mengajak masyarakat bersama-sama melakukan kegiatan gotong royong berupa bersih-bersih di pura-pura untuk menjaga kebersihan dan meningkatkan keindahan pura serta masyarakat dapat saling berinteraksi dan mempererat tali persaudaraan.

HASIL PENGABDIAN DAN PEMBAHASAN

Setelah dilakukannya kegiatan dalam hal edukasi mengenai pola hidup sehat dengan cara memberikan penyuluhan mengenai HIV& AIDS dan pendampingan kegiatan gotong royong di Desa Mekar Bhuwana, maka dapat dilihat peningkatan - peningkatan yang dialami oleh masyarakat, diantaranya masyarakat lebih memahami tentang pentingnya pola hidup sehat dan bahaya HIV & AIDS, Masyarakat mampu bekerja sama satu sama lain dalam menjaga kebersihan lingkungan dan kesehatan diri dan orang sekitarnya. Dengan diadakannya kegiatan program kerja ini masyarakat lebih memahami tentang pentingnya pola hidup sehat dan bahaya HIV & AIDS serta masyarakat mampu bekerja sama satu sama lain dalam menjaga kebersihan lingkungan dan kesehatan diri dan orang sekitarnya.

Kegiatan pertama yang dilakukan adalah melakukan gotong royong di Desa Adat Bindu. Kegiatan ini berupa kegiatan ngayah bersih-bersih di Pura-Pura Desa Adat Bindu, meliputi Pura Khayangan Tiga (Pura Dalem, Pura Desa, dan Pura Puseh), serta Pura Taman Desa Adat Bindu Mekar Bhuwana. Mahasiswa KKN dan masyarakat perwakilan kegiatan gotong royong (Anggota STT Dharma Yowana) berkumpul langsung di Pura Khayangan Tiga Desa Adat Bindu, Mekar Bhuwana. Kemudian, setelah semua berkumpul kami membagi diri menjadi dua kelompok, kelompok pertama di area Pura Dalem dan sekitarnya dan kelompok kedua di Area Pura Desa dan Pura Puseh serta sekitarnya. Setelah selesai dari Pura Khayangan Tiga kemudian dilanjutkan dengan gotong royong di Pura Taman Desa Adat Bindu.



Gambar 1. Pelaksanaan kegiatan gotong royong di Pura Khayangan Tiga Desa Adat Bindu.



Gambar 2. Kegiatan bersih-bersih di Pura Taman Desa Adat Bindu



Gambar 3. Foto bersama dengan anggota STT Dharma Yowana setelah melakukan gotong royong.

Selanjutnya dilakukan kegiatan sosialisasi mengenai bahaya HIV & AIDS dengan sasaran remaja, dimana kami mengundang anggota STT yang berada di Desa Mekar Bhuwana untuk mengikuti kegiatan sosialisasi ini. Sosialisasi ini bertujuan untuk memberikan pemahaman terkait HIV & AIDS kepada remaja yang diadakan secara offline di Aula Kantor Perbekel Desa Mekar Bhuwana dengan mendatangkan pemateri yang merupakan staff dari Komisi Penanggulangan AIDS Provinsi Bali itu sendiri.



Gambar 4. Melakukan registrasi sebelum acara dimulai.



Gambar 5. Pembukaan acara penyuluhan HIV & AIDS



Gambar 6. Pemaparan materi oleh narasumber staff KPA Badung.



Gambar 7. Foto bersama dalam acara penyuluhan HIV & AIDS

Para anggota STT Desa Mekar Bhuwana merasa sangat terbantu dengan adanya program ini, karena dapat menambah wawasan dan pengetahuan mereka mengenai bahaya HIV & AIDS yang berkaitan dengan pola hidup sehat. Dalam pelaksanaan kegiatan ini, kami mahasiswa pengabdian masyarakat diterima dengan baik oleh seluruh pihak terkait yang merasa terbantu dengan diadakannya program kerja ini karena dapat meningkatkan pengetahuan, wawasan, dan kebersamaan masyarakat.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan edukasi pola hidup sehat dan kebersihan lingkungan dengan program kerja penyuluhan mengenai bahaya HIV & AIDS dan pendampingan gotong royong bersama remaja STT di Desa Mekar Bhuwana. Masyarakat khususnya para remaja memerlukan edukasi lebih mengenai bahaya penyakit HIV & AIDS dan bagaimana penularannya. Untuk itu perlu diadakan kegiatan penyuluhan HIV & AIDS di Desa Mekar Bhuwana. Selain itu, kegiatan gotong royong ini merupakan salah satu upaya menjaga kebersihan lingkungan merupakan salah satu penerapan pola hidup sehat yang juga dapat mempererat rasa kekeluargaan dan kebersamaan yang telah ada. Program kerja ini dapat diterima dengan baik oleh masyarakat khususnya para remaja anggota STT di Desa Mekar Bhuwana.

Pelaksanaan kegiatan ini diharapkan kedepannya dapat membantu masyarakat desa dalam segi hal pengetahuan, kesehatan, kebersamaan, dan hal tersebut nantinya dapat menciptakan peningkatan pembangunan masyarakat desa yang semakin baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Hartaty, H., & Menga, M. K. (2022). Pemberdayaan masyarakat melalui penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat untuk meningkatkan derajat Kesehatan masyarakat. *Abdimas Polsaka*, 16-21.
- Intan, T., Hasanah, F., Wardiani, S. R., & Handayani, V. T. (2021). Peningkatan Kualitas Hidup Di Masa Pandemi Covid-19 dengan Penerapan Pola Hidup Sehat. *Jurdimas (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat) Royal*, 4(1), 27-32.

- Ray, V. N. M., Samion, M., & Lukito, A. (2021). Hubungan Antara Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Masyarakat Terhadap Pencegahan Pandemi Covid 19 Di Kota Tanjung Balai. *Jurnal Kedokteran STM (Sains Dan Teknologi Medik)*, 4(1), 39–45.
- Situmeang, B., Syarif, S., & Mahkota, R. (2017). Hubungan pengetahuan HIV/AIDS dengan stigma terhadap orang dengan HIV/AIDS di kalangan remaja 15-19 tahun di Indonesia (analisis data SDKI tahun 2012). *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia*, 1(2).
- Suswani, A. (2022). Edukasi Bahaya Narkoba Dan HIV/AIDS Di SMA Negeri 19 Kab Bulukumba. *Jurnal ABDIMAS Panrita*, 3(1), 12-18.
- Yuliasuti, I. A. N., Kepramareni, P., Sugiantari, A. A. P. W., & Giri, I. K. S. (2019). Upaya Peningkatan Kesehatan Pekerja Kerajinan Ukiran Limbah Tulang UKM ASRI Di Desa Tampaksiring Gianyar. *Simposium Nasional Ilmiah & Call for Paper Unindra (Simponi)*, 1(1).