

---

## **PENDIDIKAN KESEHATAN KELUARGA DI KELURAHAN PODOREJO KECAMATAN NGALIYAN KOTA SEMARANG**

oleh:

Fenny Roshayanti, Muhammad Syaipul Hayat, Lussana Rosita Dewi  
IKIP PGRI Semarang  
*fennyrosh@gmail.com*

### ***Abstract***

*IbM of family health education which implemented in the Podorejo, Ngaliyan, Semarang aims to equip local communities about family health education skills. IbM method which done in two levels were family health education skills training and mentoring implementation of family health education to families and local environment. Material which presented in this IbM include reproductive health, environmental sanitation, and the dangers of drugs. Participants which became target of skill training family health education were mothers and young members organization. Result of IbM that have done was society who could practice their knowledge in daily life to keep reproductive health and did the right guidance of their daughter/ son and there was no uncommon term in the family health education. In addition, it could increase the ability of keeping sanitary environment, and increase the vigilance in anticipation the dangers of drugs.*

**Keywords:** *family health education, the society condition of Podorejo, Ngaliyan, Semarang*

### **Abstrak**

IbM pendidikan kesehatan keluarga yang dilaksanakan di Kelurahan Podorejo Kecamatan Ngaliyan Kota Semarang bertujuan untuk membekali masyarakat setempat tentang keterampilan pendidikan kesehatan keluarga. Metode IbM yang dilakukan melalui dua tahap yaitu pelatihan keterampilan pendidikan kesehatan keluarga dan pendampingan terhadap penerapan pendidikan kesehatan keluarga pada keluarga dan lingkungan setempat. Adapun materi yang disampaikan dalam IbM ini mencakup kesehatan reproduksi, sanitasi lingkungan dan bahaya narkoba. Peserta yang menjadi sasaran pelatihan keterampilan pendidikan kesehatan keluarga adalah ibu-ibu PKK dan remaja anggota karang taruna. Hasil dari IbM yang telah dilakukan antara lain masyarakat mampu mempraktekkan pengetahuannya dalam kehidupan sehari-hari untuk menjaga kesehatan reproduksinya dan melakukan bimbingan yang benar terhadap putra-putrinya serta tidak ada lagi istilah tabu dalam hal pendidikan kesehatan keluarga. Selain itu, mampu meningkatnya kemampuan menjaga sanitasi lingkungan, dan meningkatnya wawasan kewaspadaan dalam antisipasi terhadap bahaya narkoba.

**Kata Kunci:** pendidikan kesehatan keluarga, kondisi masyarakat Kelurahan Podorejo Kecamatan Ngaliyan Kota Semarang

## **A. PENDAHULUAN**

Seiring dengan perkembangan jaman dan era globalisasi maka arus informasi tidak lagi mengenal waktu dan batasan. Budaya barat dengan mudah masuk ke lingkungan masyarakat dan mulai mempengaruhi pola hidup masyarakat kita, terutama para generasi muda yang serba ingin tahu. Masuknya budaya barat ini tidak selamanya berdampak baik bagi generasi muda mengingat banyak dari budaya barat yang tidak sesuai dengan kaidah ketimuran di Indonesia.

Di lain pihak generasi muda yang pada taraf perkembangan seksual memasuki masa produktif memerlukan bimbingan masalah reproduksi dan seksual, akan tetapi masyarakat masih menganggap tabu pembelajaran hal tersebut, padahal sebenarnya pembelajaran seksual dan reproduksi bukanlah sesuatu yang harus ditabukan agar diperoleh pemahaman yang benar dan tidak bertentangan dengan norma ketimuran dan agama. Demikian pula pemahaman seksualita masa tidak reproduksi yang terkadang membuat perubahan psikologis pada orang dewasa. Berdasarkan fenomena di atas dipandang perlu penjelasan tentang seks dan reproduksi bagi masyarakat agar diperoleh pemahaman yang benar tentang reproduksi dan penyakit seksual.

Berdasarkan analisis situasi, permasalahan yang dihadapi mitra adalah sebagai berikut.

- 1) Masyarakat setempat belum memiliki pemahaman yang cukup mengenai kesehatan reproduksi.
- 2) Adanya anggapan tabu menyikapi masalah kesehatan reproduksi.
- 3) Kurangnya wawasan dalam hal sanitasi lingkungan, serta
- 4) Belum memiliki pemahaman yang cukup dalam menyikapi masalah bahaya Narkoba.

Melihat pentingnya permasalahan di atas sekiranya perlu penanganan yang intensif dan berkesinambungan, mengingat hal tersebut sangat dibutuhkan oleh masyarakat mitra. Oleh karenanya, kami melakukan IbM dengan memberikan keterampilan kepada masyarakat sekitar dalam hal pengentasan buta kesehatan reproduksi, pemeliharaan lingkungan dengan sanitasi yang tepat, serta penanaman pemahaman dalamantisipasi terhadap bahaya narkoba.

Dalam teknis pelaksanaannya, langkah-langkah pelatihan dan pendampingan untuk mengatasi permasalahan mitra dapat dijelaskan sebagai berikut:

**PENDIDIKAN KESEHATAN KELUARGA DI KELURAHAN PODOREJO  
KECAMATAN NGALIYAN KOTA SEMARANG**

Fenny Roshayanti, Muhammad Syaipul Hayat, Lussana Rosita Dewi

- |  |   |
|--|---|
| <p>1) <b>Perencanaan</b><br/>Bekerjasama dengan Kelurahan setempat untuk menyusun perencanaan pelaksanaan pelatihan meliputi penentuan jadwal pelatihan, tempat pelatihan, agenda, tenaga pelatih dan kepanitiaan.</p>   | <p>Alat dan bahan dalam pelatihan akan disediakan oleh tim I<sub>b</sub>M.<br/>Pelatihan dilaksanakan dengan pendekatan andragogi, karena yang dihadapi adalah orang dewasa. Metode pelatihan lebih banyak dalam bentuk demonstrasi, tanya jawab serta pendampingan. Materi pelatihan disajikan dengan lebih banyak praktek dari teori, dengan rasio perbandingan 30 % teori dan 70 % pendampingan.</p> |
| <p>2) <b>Pelaksanaan</b><br/>Pemberian pelatihan dilakukan oleh tim I<sub>b</sub>M. Mitra kelurahan bertugas menyediakan segala sesuatu yang dibutuhkan dalam pelatihan termasuk sumber listrik, tempat, meja dan kursi demi lancarnya kegiatan pelatihan.</p> |   |

Materi pelatihan meliputi:

Materi	Metode	Keterangan
a. Keterampilan kesehatan reproduksi	Ceramah dan ekspositori, tanya jawab	30 % teori 70 %
b. Teknik sanitasi lingkungan	Ceramah, demonstrasi tanya jawab, dan praktek	pendampingan
c. Wawasan penanganan bahaya narkoba	ceramah dan tanya jawab	

- |  |   |
|--|---|
| <p>3) <b>Evaluasi</b><br/>Proses evaluasi pelatihan dilakukan terhadap mitra oleh tim I<sub>b</sub>M. Teknik evaluasi hasil program I<sub>b</sub>M dilakukan dengan penilaian hasil kerja. Indikator untuk mengukur keberhasilan program bagi mitra, yaitu :</p> | <p>a. Meningkatnya pemahaman kesehatan reproduksi sehingga dapat mempraktekkan pengetahuannya dalam kehidupan sehari-hari untuk menjaga kesehatan reproduksinya dan melakukan bimbingan yang benar terhadap putra-putrinya.</p> |
|--|---|

- b. Meningkatnya kemampuan menjaga sanitasi lingkungan, dan
- c. Meningkatnya wawasan kewaspadaan dalam antisipasi terhadap bahaya narkoba.

1) **Perencanaan**  
 Bekerjasama dengan Kelurahan setempat untuk menyusun perencanaan pelaksanaan pelatihan meliputi penentuan jadwal pelatihan, tempat pelatihan, agenda, tenaga pelatih dan kepanitiaan.

2) **Pelaksanaan**  
 Pemberian pelatihan dilakukan oleh tim I<sub>b</sub>M. Mitra kelurahan bertugas menyediakan segala sesuatu yang dibutuhkan dalam pelatihan termasuk sumber listrik, tempat, meja dan kursi demi lancarnya kegiatan pelatihan. Alat dan bahan dalam pelatihan akan disediakan oleh tim I<sub>b</sub>M. Pelatihan dilaksanakan dengan pendekatan andragogi, karena yang dihadapi adalah orang dewasa. Metode pelatihan lebih banyak dalam bentuk demonstrasi, tanya jawab serta pendampingan. Materi pelatihan disajikan dengan lebih banyak praktek dari teori, dengan rasio perbandingan 30 % teori dan 70 % pendampingan. Materi pelatihan meliputi :

**B. METODE PENELITIAN**

Melihat pentingnya permasalahan yang dirumuskan pada bagian pertama sekiranya perlu penangan yang intensif dan berkesinambungan, mengingat hal tersebut sangat dibutuhkan oleh masyarakat mitra. Oleh karenanya, kami melakukan IbM dengan metode memberikan keterampilan kepada masyarakat sekitar dalam hal pengentasan buta kesehatan reproduksi, pemeliharaan lingkungan dengan sanitasi yang tepat, serta penanaman pemahaman dalam antisipasi terhadap bahaya narkoba.

Dalam teknis pelaksanaannya, langkah-langkah pelatihan dan pendampingan untuk mengatasi permasalahan mitra dapat dijelaskan sebagai berikut:

Materi	Metode	Keterangan
a. Keterampilan kesehatan reproduksi	Ceramah dan ekspositori, tanya jawab	30 % teori 70 % pendampingan
b. Teknik sanitasi lingkungan	Ceramah, demonstrasi tanya jawab, dan praktek	
c. Wawasan penanganan bahaya narkoba	ceramah dan tanya jawab	

3) Evaluasi

Proses evaluasi pelatihan dilakukan terhadap mitra oleh tim IbM. Teknik evaluasi hasil program IbM dilakukan dengan penilaian hasil kerja. Indikator untuk mengukur keberhasilan program bagi mitra, yaitu :

- a. Meningkatnya pemahaman kesehatan reproduksi sehingga dapat mempraktekkan pengetahuannya dalam kehidupan sehari-hari untuk menjaga kesehatan reproduksinya dan melakukan bimbingan yang benar terhadap putra-putrinya.
- b. Meningkatnya kemampuan menjaga sanitasi lingkungan, dan
- c. Meningkatnya wawasan kewaspadaan dalam antisipasi terhadap bahaya narkoba.

budaya sadar akan kesehatan keluarga dan lingkungan di Kelurahan Podorejo Kecamatan Ngaliyan Kota Semarang. Pelaksanaan IbM telah dilakukan dalam dua tahap, yaitu 1) penyuluhan bagi masyarakat dalam membangun kesadaran terhadap kesehatan keluarga dengan memberikan wawasan tentang struktur anatomi organ reproduksi manusia, cara perawatan organ reproduksi manusia, cara menjaga sanitasi lingkungan (*leptospirosis*) dan antisipasi terhadap bahaya narkoba; 2) aplikasi materi penyuluhan dalam bentuk pendampingan. Dalam kegiatan ini menghasilkan luaran berupa pemahaman dan keterampilan membangun budaya sadar kesehatan dan kebersihan bagi diri sendiri, keluarga maupun lingkungan serta dapat mengantisipasi kemungkinan masuknya berbagai macam penyakit dan bahaya terhadap kesehatan.

**C. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan IPTEKS bagi Masyarakat tentang Pendidikan Kesehatan Keluarga dilakukan sebagai upaya membangun

No	Waktu	Kegiatan/ materi	Penanggungjawab
1	Sabtu, 23 feb 2013	Penyuluhan tentang struktur anatomi organ reproduksi manusia dan cara perawatan organ reproduksi manusia	Dr. Fenny Roshayanti, M.Pd
2	Sabtu, 23 feb 2013	Penyuluhan tentang cara menjaga sanitasi lingkungan ( <i>leptospirosis</i> )	Lussana Rosita Dewi, S.Si., M.Pd
3	Sabtu, 23 feb 2013	Penyuluhan tentang antisipasi terhadap bahaya narkoba	M. Syaipul Hayat, M.Pd

**PENDIDIKAN KESEHATAN KELUARGA DI KELURAHAN PODOREJO  
KECAMATAN NGALIYAN KOTA SEMARANG**

Fenny Roshayanti, Muhammad Syaipul Hayat, Lussana Rosita Dewi

---

4	Minggu, 2013	24 feb	Pendampingan I terhadap hasil penyuluhan	1) Dr. Fenny Roshayanti, M.Pd 2) Lussana rosta Dewi, S.Si., M.Pd 3) M. Syaipul Hayat, M.Pd
5	Minggu, 2013	3 Mar	Pendampingan II terhadap hasil penyuluhan	1. Dr. Fenny Roshayanti, M.Pd 2. Lussana rosta Dewi, S.Si., M.Pd 3. M. Syaipul Hayat, M.Pd

---

Tahapan kegiatan IbM Pendidikan Kesehatan Keluarga tersebut secara terperinci dijelaskan sebagai berikut.

1) Studi pendahuluan

Studi pendahuluan dilakukan oleh tim untuk mengetahui kondisi masyarakat binaan, kebutuhan wilayah sasaran dan keberadaan lokasi. Selain itu, dilakukan juga perijinan pada pemerintah daerah setempat dan berkoordinasi dengan kepala daerah setempat berkaitan dengan IbM yang akan dilaksanakan.

2) Pengajuan proposal

Tim menyusun proposal IbM yang sudah dirancang berdasarkan hasil studi pendahuluan, yang kemudian diusulkan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) IKIP PGRI Semarang.

3) Perencanaan dan persiapan

Setelah proposal pengusulan disetujui oleh LPPM tahap berikutnya tim melakukan koordinasi untuk merencanakan kegiatan yang akan dilaksanakan, muatan materi yang akan disampaikan dan mempersiapkan kit-kit atau perlengkapan yang dibutuhkan.

4) Pelaksanaan IbM

Pelaksanaan IbM dilakukan dalam dua tahap, yaitu yaitu 1) penyuluhan bagi masyarakat dalam membangun kesadaran terhadap kesehatan keluarga dengan memberikan wawasan tentang struktur anatomi organ reproduksi manusia, cara perawatan organ reproduksi manusia, cara menjaga sanitasi lingkungan (*leptospirosis*) dan antisipasi terhadap bahaya narkoba; 2) aplikasi materi penyuluhan dalam bentuk pendampingan.

- a. Penyuluhan bagi masyarakat dalam membangun kesadaran terhadap kesehatan keluarga.

Kegiatan ini dilakukan oleh tim dengan memberikan beberapa materi yang dianggap sangat dibutuhkan masyarakat sekitar, diantaranya materi tentang struktur anatomi organ reproduksi manusia, cara perawatan organ reproduksi manusia, cara menjaga sanitasi lingkungan (*leptospirosis*) dan antisipasi terhadap bahaya narkoba. Pemberian materi tersebut diharapkan dapat memberikan manfaat yang sangat baik bagi masyarakat dan memberikan dampak perubahan yang sangat signifikan dalam menata pola hidupnya dibandingkan dengan yang selama ini telah berlangsung.

Selama kegiatan penyuluhan berlangsung seluruh peserta sangat antusias menyimak paparan materi yang diberikan oleh tim, dikarenakan materi tersebut sangat dibutuhkan oleh masyarakat setempat. Masyarakat jadi lebih mengetahui bagaimana cara menjaga, merawat, membersihkan dan memperlakukan organ-organ tubuhnya masing-masing, terutama bagi yang

memiliki anak kecil, dapat lebih intensif perkembangan fisik maupun psikis anak secara berkesinambungan; masyarakat juga menjadi lebih mengetahui bagaimana memperhatikan dan menjaga sanitasi lingkungan agar terhindar dari berbagai penyakit, misalnya leptospirosis; selain itu, pemberian wawasan mengenai obat-obatan terlarang seperti narkoba juga dapat memberikan manfaat bagi masyarakat. Dengan demikian, masyarakat dapat menghindari apabila ditemukan barang-barang yang mengandung obat-obatan terlarang, agar tidak terkena dampak negatif baik bagi diri sendiri, keluarga maupun lingkungan.

Setelah pemberian materi oleh seluruh narasumber dari tim IbM dilakukan diskusi dengan peserta penyuluhan atau warga setempat, yaitu diantaranya mendiskusikan bagaimana penerapan materi yang disampaikan terhadap kondisi warga di Kelurahan Podorejo Kecamatan Ngaliyan Kota Semarang.

- b. Aplikasi materi penyuluhan dalam bentuk pendampingan

Materi yang disampaikan pada penyuluhan kemudian ditindaklanjuti

dengan kegiatan pendampingan. Kegiatan pendampingan dilakukan oleh tim dengan ikut serta dalam kegiatan aksi peduli lingkungan yang dilakukan oleh warga Kelurahan Podorejo Kecamatan Ngaliyan Kota Semarang. Kegiatan tersebut dilakukan oleh tidak semata-mata hanya sekedar bersih-bersih biasa, akan tetapi memupuk budaya sadar kesehatan diri dan peduli lingkungan, karena kegiatan tersebut diorientasikan pada pembentukan lingkungan yang ramah dan berkarakter.

Aktivitas yang dilakukan oleh warga Kelurahan Podorejo Kecamatan Ngaliyan Kota Semarang dalam aksi peduli lingkungan adalah membersihkan MCK, saluran pembuangan air yang memperhatikan sanitasi lingkungan yang ramah dan berkarakter, dimulai dari sarana umum hingga rumah singgah masing-masing; kegiatan semacam ini dapat memberikan dampak terhadap kesehatan warga itu sendiri, setiap warga dapat memperhatikan, menjaga dan memperlakukan organ tubuhnya dengan baik, hingga membuat jargon-jargon yang ditempel pada sarana dan fasilitas umum tentang semangat budaya kesehatan dan

menentang segala hal yang dapat menyebabkan penyakit dan bahaya bagi kesehatan diri, keluarga maupun lingkungan, misalnya seperti bahaya narkoba.

## **D. SIMPULAN DAN SARAN**

### **1. Simpulan**

Kesimpulan dari laporan kegiatan IBM tentang Pendidikan Kesehatan Keluarga di Kelurahan Podorejo Kecamatan Ngaliyan Kota Semarang adalah sebagai berikut.

Pendidikan kesehatan keluarga sangat dibutuhkan oleh setiap orang terutama bagi masyarakat Kelurahan Podorejo Kecamatan Ngaliyan Kota Semarang, karena pengetahuan tentang hal tersebut dapat membantu masyarakat dalam memberantas buta kesehatan reproduksi. Hal tersebut terbukti dengan antusiasnya masyarakat peserta pelatihan di dalam mengikuti serangkaian kegiatan yang diselenggarakan oleh tim. Dengan demikian, segala permasalahan masyarakat terkait kesehatan reproduksi dapat diatasi dengan baik, harapannya tidak ada lagi masyarakat yang tidak memiliki pemahaman mengenai kesehatan reproduksi, sehingga dapat mempraktekkan pengetahuannya dalam kehidupan sehari-hari untuk menjaga kesehatannya dan

melakukan bimbingan yang benar terhadap putra-putrinya serta tidak ada lagi istilah tabu dalam hal pendidikan kesehatan keluarga; meningkatnya kemampuan menjaga sanitasi lingkungan, dan meningkatnya wawasan kewaspadaan dalam antisipasi terhadap bahaya narkoba.

## 2. Saran

Adapun saran yang dapat kami sampaikan dari hasil kegiatan IbM yang telah dilakukan antara lain:

- a. Adanya *follow up* atau tindak lanjut dari kegiatan positif yang telah dilakukan pada pelatihan, terutama oleh seluruh masyarakat Kelurahan Podorejo Kecamatan Ngaliyan Kota Semarang.
- b. Perlu dilakukan/ diterapkan kegiatan yang serupa pada daerah-daerah lain yang kondisi lingkungan dan masyarakatnya membutuhkan pelatihan tentang pendidikan kesehatan keluarga.
- c. Perlu adanya perluasan keterlibatan masyarakat sebagai peserta pelatihan, tidak terbatas pada remaja karang taruna dan ibu-ibu PKK.
- d. Kegiatan positif demikian perlu ada *support* yang sangat baik dari pihak pemerintah daerah setempat.

## E. DAFTAR PUSTAKA

- Guyton, A,C, 1964. *The Function of Human Body*, London; WB Saunders Co.
- Guyton, A,C.1976. *Buku teks Fisiologi Kedokteran*, Alih bahasa Adji Dharma & P Lukmanto, Jakarta: EGC.
- Ganong,W,F. 1980. *Fisiologi Kedokteran*. Alih bahasa Adji Dharma, Jakarta: EGC.
- MartinO.W, 1983, *Biokimia*, alih bahasa Adji Dharma & Adras S.K, Jakarta: EGC.
- Noback C R,& Demarest R.J. 1982. *Anatomi Susunan Syaraf*, Alih Bahasa Munandar. Jakarta: EGC.
- Pearc, E.C.. 2002. *Anatomi dan Fisiologi Untuk Paramedis*. Alih Bahasa Sri Yulianto. Jakarta: Gramedia.