

BUKU AJAR IMPLEMENTASI PROMOSI KESEHATAN

**Evi Maria Lestari Silaban, SKM, MKM
Widdefrita, SKM, MKM**



GET PRESS INDONESIA

BUKU AJAR IMPLEMENTASI PROMOSI KESEHATAN

Penulis :

Evi Maria Lestari Silaban, SKM, MKM
Widdefrita, SKM, MKM

ISBN :

Editor : Dr. Neila Sulung, S.Pd., Ns., M.Kes.

Penyunting : Mila Sari., S.ST., M.Si

Desain Sampul dan Tata Letak : Atyka Trianisa, S.Pd

Penerbit : GET PRESS INDONESIA

Anggota IKAPI No. 033/SBA/2022

Redaksi :

Jln. Palarik Air Pacah No 26 Kel. Air Pacah
Kec. Koto Tangah Kota Padang Sumatera Barat

Website : www.getpress.co.id

Email : adm.getpress@gmail.com

Cetakan pertama, Februari 2024

Hak cipta dilindungi undang-undang
Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan
dengan cara apapun tanpa izin tertulis dari penerbit.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, dengan rahmat dan petunjukNya, penyusunan Buku Ajar Implementasi Promosi Kesehatan bagi mahasiswa dan civitas Sarjana Terapan Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Padang dapat diselesaikan.

Penyusunan Buku Ajar ini merupakan salah satu upaya Dosen mata kuliah Implementasi Promosi Kesehatan memenuhi kebutuhan materi yang diampu. Buku Ajar ini merupakan pedoman pengajaran bagi dosen dan peserta didik Sarjana Terapan Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Padang.

Dengan hadirnya Buku Ajar ini, diharapkan dapat membantu para dosen dan peserta didik Sarjana Terapan Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Padang dalam melaksanakan proses belajar mengajar, agar buku ajar dapat diterapkan sesuai dengan tujuannya, perlu dukungan dari penyelenggara pendidikan serta semua pihak terkait.

Terima kasih saya ucapkan untuk semua pihak yang telah berperan serta dalam penyusunan buku ajar ini. Saran dan perbaikan buku ajar ini sangat penting penulis harapkan. Semoga buku ajar ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Desember 2023
Penyusun

DAFTAR ISI

VISI MISI.....	i
KATA PENGANTAR 1	ii
KATA PENGANTAR 2	iii
BIODATA PENULIS 1	iv
BIODATA PENULIS 2	v
DAFTAR ISI.....	vi
PENDAHULUAN.....	1
BAB I PROGRAM KESEHATAN IBU DAN ANAK	4
BAB II PROGRAM KESEHATAN LINGKUNGAN	16
BAB III PROGRAM GERAKAN MASYARAKAT	24
BAB IV PENYAKIT MENULAR	45
BAB V PENYAKIT TIDAK MENULAR	53
BAB VI UKS (USAHA KESEHATAN SEKOLAH)	72
DAFTAR PUSTAKA	

PENDAHULUAN

IMPLEMENTASI PROGRAM PROMOSI KESEHATAN

A. Definisi Program Promosi Kesehatan

Menurut WHO, Promosi Kesehatan adalah proses yang memungkinkan orang untuk meningkatkan kontrol atas faktor-faktor penentu kesehatan dan dengan demikian meningkatkan kesehatan mereka. Promosi kesehatan berarti : Membangun kebijakan publik yang sehat menciptakan lingkungan yang mendukung, memperkuat aksi komunitas, mengembangkan keterampilan pribadi, dan mengorientasikan layanan kesehatan.

Program promosi kesehatan dan pencegahan penyakit fokus pada menjaga orang sehat. Promosi kesehatan melibatkan dan memberdayakan individu dan masyarakat untuk terlibat dalam perilaku sehat, dan membuat perubahan yang mengurangi risiko pengembangan penyakit kronis dan morbiditas lainnya. Menurut WHO, Promosi kesehatan adalah proses atau upaya pemberdayaan masyarakat untuk dapat memelihara dan meningkatkan kesehatannya. Untuk mencapai keadaan sehat, seseorang atau kelompok harus mampu mengidentifikasi dan menyadari aspirasi, mampu memenuhi kebutuhan dan merubah atau mengendalikan lingkungan (Piagam Ottawa, 1986).

B. Prinsip dasar program promkes

Promosi kesehatan juga mempunyai prinsip yang lebih spesifik dalam tiap ruang lingkup promosi kesehatan atau setting. Misalnya, promosi kesehatan di keluarga, fasilitas layanan kesehatan, tempat kerja, sekolah, dan tempat umum.

a. Prinsip Promosi Kesehatan di Keluarga

Dalam lingkup ini penerapan yang perlu diperhatikan antara lain:

1. Keluarga merupakan lingkup terkecil dalam suatu kelompok masyarakat, sehingga promosi kesehatan yang dilakukan harus bias lebih spesifik juga. Pendidikan kesehatan yang diberikan pun diharapkan akan lebih efektif karena fokus pada satu keluarga sebagai satu sasaran.
2. Keluarga terdiri atas beberapa orang yang sudah terikat hubungan satu sama lain, yaitu ayah, ibu, dan anak. Sehingga apabila promosi kesehatan yang dilakukan sudah baik akan sangat berpengaruh pada perubahan perilaku pada masing-masing anggota keluarga tersebut, dan nantinya perilaku itu akan

terbawa ke lingkungan diluarnya.

3. Setiap keluarga tentu memiliki nilai dan aturan tersendiri dalam lingkungannya, yang masing-masing anggota keluarga sudah anut sejak lama, biasanya berupa kebiasaan-kebiasaan tertentu. Dalam hal ini maka pemberi promosi kesehatan harus mampu menyesuaikan diri dengan aturan tersebut agar keluarga tersebut bisa lebih terbuka dalam menerima segala bentuk promosi yang dilakukan.

b. Prinsip Promosi Kesehatan di Fasilitas Layanan Kesehatan

Promosi kesehatan di fasilitas layanan kesehatan mempunyai prinsip-prinsip dasar yaitu:

1. Ditujukan untuk individu yang memerlukan pengobatan dan atau perawatan, pengunjung, keluarga pasien.
2. Memberikan pemahaman kepada pasien dan keluarga atas masalah kesehatan yang diderita pasien.
3. Memberdayakan pasien dan keluarga dalam kesehatan,
4. Menerapkan "proses belajar" di fasilitas pelayanan kesehatan.

c. Prinsip Promosi Kesehatan di Tempat Kerja

Promosi kesehatan di tempat kerja hendaknya dikembangkan dengan melibatkan kerja sama dengan berbagai sektor yang terkait, dan melibatkan beberapa kelompok organisasi masyarakat yang ada sehingga lebih mantap serta berkesinambungan. Dalam ruang lingkup tempat kerja, promosi kesehatan juga mempunyai prinsip-prinsip, diantaranya:

1. Komprehensif

Promosi kesehatan di tempat kerja merupakan kegiatan yang melibatkan beberapa disiplin ilmu guna memaksimalkan tujuan yang ingin dicapai yaitu berkembangnya tempat kerja yang sehat, aman dan nyaman sehingga dengan lingkungan kerja yang mendukung tersebut diharapkan terjadi perubahan perilaku individu dan kelompok kearah yang positif sehingga dapat menjaga lingkungan agar tetap sehat.

2. Partisipasi

Para peserta atau sasaran promosi kesehatan hendaknya terlibat secara aktif mengidentifikasi masalah kesehatan yang dibutuhkan untuk pemecahannya dan meningkatkan kondisi lingkungan kerja yang sehat. Partisipasi para pengambil keputusan di tempat kerja merupakan hal yang sangat mendukung bagi para pekerja untuk lebih percaya diri dalam meningkatkan kemampuan mereka dalam merubah gaya hidup dan mengembangkan kemampuan pencegahan dan peningkatan terhadap penyakit.

3. Keterlibatan berbagai sektor terkait

Kesehatan yang baik adalah hasil dari berbagai faktor yang mendukung. Berbagai upaya untuk meningkatkan kesehatan pekerja hendaknya harus melalui pendekatan yang integrasi yang mana penekanannya pada berbagai faktor tersebut bila memungkinkan.

4. Kelompok organisasi Masyarakat

Program pencegahan dan peningkatan kesehatan hendaknya melibatkan semua anggota pekerja, termasuk kelompok organisasi wanita dan laki-laki yang ada, termasuk juga tenaga honorer dan tenaga kontrak. Kebutuhan melibatkan dengan berbagai organisasi masyarakat yang mempunyai pengalaman atau tenaga ahli dalam membantu mengembangkan Promosi kesehatan Di Tempat kerja hendaknya di perhitungkan dalam mengembangkan program sebelumnya.

5. Berkesinambungan atau Berkelanjutan

Promosi kesehatan di tempat kerja yang berhubungan erat dengan kesehatan dan keselamatan kerja mempunyai arti penting pada lingkungan tempat kerja dan aktivitas manajemen sehari-hari. Program promosi kesehatan dan pencegahan hendaknya terus menerus dilakukan dan tujuannya jangka panjang. Apabila pelaksanaan promosi kesehatan di tempat kerja ingin lebih mantap, program hendaknya sesuai dan responsif terhadap kebutuhan pekerja dan masalah yang berhubungan dengan kondisi lingkungan kerja.

a. Prinsip Promosi Kesehatan di Sekolah

Sedangkan dalam ruang lingkup atau setting sekolah, promosi kesehatan juga memiliki prinsip, diantara yaitu:

- Melibatkan semua pihak yang berkaitan dengan masalah kesehatan sekolah yaitu peserta didik, orangtua dan para tokoh masyarakat maupun organisasi-organisasi di masyarakat.
- Memberikan pendidikan kesehatan sekolah dengan Mengupayakan agar sekolah mempunyai akses untuk di laksanakan pelayanan kesehatan di sekolah.

b. Prinsip Promosi Kesehatan di Tempat Umum

Sebagai lingkup yang sangat luas dan tidak tentu maka hal yang perlu diperhatikan dalam penerapannya antara lain:

- Tempat umum merupakan sarana yang dilalui oleh banyak orang, sehingga dapat dikatakan bahwa sasaran dari tindakan promosi kesehatan ini juga tidak tetap. Misalnya di tempat-tempat umum seperti halte, stasiun, dan lain-lain maka penerapan yang paling efektif adalah dengan memanfaatkan media berupa poster, spanduk, dan lain-lain. Dengan ini maka orang-orang yang saat itu berada di tempat itu akan membaca dan mencoba memahami apa isi pesan yang ada.

B. Tujuan Promosi Kesehatan

1. Tersosialisasinya program kesehatan,
2. Terwujudnya masyarakat yang berbudaya hidup bersih dan sehat,
3. Terwujudnya gerakan hidup sehat di masyarakat untuk menuju terwujudnya kabupaten/kota sehat, provinsi sehat dan MDGs.

D. Sasaran Program Promkes di Rumah Sakit

Sasaran Promosi Kesehatan di Rumah Sakit adalah masyarakat di rumah sakit yang terdiri dari :

- Petugas
- Pasien
- Keluarga Pasien
- Pengunjung Masyarakat yang tinggal / berada di area sekitar rumah sakit.



BAB I

PROGRAM KESEHATAN

IBU DAN ANAK

A. Definisi Upaya Kesehatan Ibu dan Anak

Upaya Kesehatan ibu dan anak adalah upaya dibidang kesehatan yang menyangkut pelayanan dan pemeliharaan ibu hamil, ibu bersalin, ibu menyusui, bayi dan anak balita, anak prasekolah, remaja sampai lansia. Upaya kesehatan ibu dan anak mencakup siklus kehidupan.

B. Tujuan Program Kesehatan Ibu dan Anak

Tujuan Program Kesehatan Ibu dan anak (KIA) adalah tercapainya kemampuan hidup sehat melalui peningkatan derajat kesehatan yang optimal, bagi ibu dan keluarganya untuk menuju Norma Keluarga Kecil Bahagia Sejahtera (NKKBS) serta meningkatnya derajat kesehatan anak untuk menjamin proses tumbuh kembang optimal yang merupakan landasan bagi peningkatan kualitas manusia seutuhnya. Sedangkan tujuan khusus program KIA adalah:

1. Meningkatnya kemampuan ibu (pengetahuan, sikap dan perilaku), dalam mengatasi kesehatan diri dan keluarganya dengan menggunakan teknologi tepat guna dalam upaya pembinaan kesehatan keluarga, paguyuban, keluarga, Posyandu dan sebagainya.
2. Meningkatnya upaya pembinaan kesehatan balita dan anak prasekolah secara mandiri didalam lingkungan keluarga, paguyuban 10 keluarga, Posyandu, dan Karang Balita serta di sekolah Taman Kanak-Kanak atau TK.
3. Meningkatnya jangkauan pelayanan kesehatan bayi, anak balita, ibu hamil, ibu bersalin, ibu nifas dan ibu menyusui.
4. Meningkatkan mutu pelayanan kesehatan ibu hamil, ibu bersalin, ibu nifas, ibu menyusui, bayi dan anak balita
5. Meningkatkan kemampuan dan peran serta masyarakat, keluarga dan seluruh anggotanya untuk mengatasi masalah kesehatan ibu, balita, anak pra sekolah terutama melalui peningkatan peran dan ibu keluarganya.

C. Prinsip Pengelolaan Program Kesehatan Ibu dan Anak

Prinsip pengelolaan Program KIA adalah memantapkan dan peningkatan jangkauan serta mutu pelayanan KIA secara efektif dan efisien. Pelayanan KIA diutamakan pada kegiatan pokok :

1. Peningkatan pelayanan antenatal di semua fasilitas pelayanan dengan mutu yang baik serta jangkauan yang setinggi-tingginya.
2. Peningkatan pertolongan persalinan yang lebih ditujukan kepada peningkatan pertolongan oleh tenaga profesional secara berangsur.
3. Peningkatan deteksi dini resiko tinggi ibu hamil, baik oleh tenaga kesehatan maupun di masyarakat oleh kader dan dukun bayi serta penanganan dan pengamatannya secara terus menerus.
4. Peningkatan pelayanan neonatal (bayi berumur kurang dari 1 bulan) dengan mutu yang baik dan jangkauan yang setinggi-tingginya

D. Jenis Pelayanan Program Kesehatan Ibu dan Anak

1. Ibu Hamil

Program : Gerakan Bersalin ke Puskesmas

No	Indicator program	Tujuan	Sasaran	Media	Metode	Mitra
Kegiatan Promotif						
1	Edukasi pemeriksaan kesehatan sebanyak 6 kali selama masa kehamilan	Untuk meningkatkan partisipasi ibu memeriksakan kehamilan	Ibu hamil	Banner Leaflet Poster	Penyuluhan	• Bidan • Dokter • Kader
2	Edukasi pemenuhan kebutuhan gizi ibu hamil dan pencegahan stunting	Untuk meningkatkan pengetahuan ibu mengenai pencegahan stunting	Ibu hamil	• Silde ppt • Buku saku • Spanduk	KIE	• Bidan • Dokter • Ahli gizi • Kader • PKK
3	Pemberian diklat terkait pemantauan fisik dan psikologis pada ibu hamil, ibu menyusui, dan ibu nifas	Untuk memberikan keterampilan pada ibu mengenai kondisi fisik yang berdampak pada kesehatan	Ibu hamil	• Modul • Lembar check list • Banner	• Demonst rasi • Ceramah langsung • FGD	• Bidan • Dokter • Kader • Perawat
Kegiatan Preventif						
1	Pembentukan tabulin (tabungan ibu bersalin)	Mengatasi masalah biaya bagi ibu hamil yang terkendala	Ibu hamil	Poster Brosure	• Lokakarya • FGD	• Bidan • Kader • PKK

2	Senam ibu hamil	Membantu ibu hamil beraktifitas fisik secara sehat dan memudahkan persalinan	Ibu hamil	Spanduk Brosure Stiker	Demonstrasi	• Bidan • Dokter
	menyusui, dan ibu nifas	kondisi fisik yang berdampak pada kesehatan				
Kegiatan Preventif						
1	Pembentukan tabulin (tabungan ibu bersalin)	Mengatasi masalah biaya bagi ibu hamil yang terkendala	Ibu hamil	Poster Brosure	• Lokakarya • FGD	• Bidan • Kader • PKK
2	Senam ibu hamil	Membantu ibu hamil beraktifitas fisik secara sehat dan memudahkan persalinan	Ibu hamil	Spanduk Brosure Stiker	Demonstrasi	• Bidan • Dokter

2. Bayi Dan Balita

Program : Aksi Bergizi Cegah Stunting

No	Indikator Program	Tujuan	Sasaran	Media	Metode	Mitra
Kegiatan Promotif						

1.	Sosialisasi Pemanfaatan aplikasi Ceting (Cegah Stunting)	Memperkenalkan aplikasi ceting sebagai sumber informasi pencegahan stunting	Ibu bayi dan balita	• Poster • Video • Buku Panduan	Sosialisasi	• Bidan • Kader
2.	Edukasi pentingnya ASI Eksklusif untuk bayi	Meningkatkan cakupan pemberian ASI eksklusif untuk bayi	Ibu bayi dan balita	• Silde ppt • Buku saku • Spanduk • Leaflet • Banner	KIE (Komunikasi Informasi Edukasi)	• Bidan • Kader • Ahli Gizi
3.	Konseling masalah kesehatan dan pola asuh bayi dan balita	Meningkatkan pengetahuan ibu mengenai pola masuh bayi dan balita	Ibu bayi dan balita	• Flipchart • Booklet	Konsultasi	• Ahli gizi • Bidan • Dokter
Kegiatan Preventif						
1.	Demonstrasi teknik inisiasi menyusui dini	Memudahkan ibu menyusui dengan praktek yang benar	Ibu bayi dan balita	• Leaflet • Video	Demonstasi	Bidan

2.	Pelatihan demo memasak MP-ASI berdasarkan pangan lokal	Meningkatkan keterampilan ibu mengenai pembuatan MP-ASI yang bergizi dan bervariasi bagi anak	Ibu bayi dan balita	• Leaflet • Slide ppt • Poster • Video	• Pelatihan • Demosntrasi • Praktek	• Ahli gizi • Kader
3.	Kegiatan emodemo terkait perilaku pengasuhan bayi dan balita	Meningkatkan pengetahuan ibu mengenai pemberian makan, jadwal makan dan perawatan balita	Ibu bayi dan balita	• Modul emodemo • Peralatan emodemo	Emo-demo	Kader
4.	Imunisasi dasar lengkap	Untuk melindungi diri dari berbagai penyakit yang berbahaya atau beresiko menyebabkan kematian	Bayi dan balita	• Spanduk • Saku • Spand uk • Leaflet • Banner	Pemberian imunisai Informasi Edukasi)	Bidan • Ahli Gizi
5.	Pemeriksaan tumbuh kembang bayi dan balita	Memantau tumbuh kembang balita sesuai dengan umur	Bayi dan balita	Buku KIA	Pemeriksaan langsung	• Bidan • Kader

3. Anak Sekolah dan Pra sekolah

Program : Pembinaan Dokter Kecil

No	Indikator Program	Tujuan	Sasaran	Media	Metode	Mitra
Kegiatan Promotif						
1.	Membentuk kader kesehatan sekolah (dokterkecil)	Untuk membentuk kelompok penggerak kesehatan di sekolah	Siswa SD	• Cerita dongeng • Video Animasi	• Berdiskusi • Seleksi	• Guru • Pemeg an progra m UKS
2.	Edukasi PHBS di sekolah mencakup personal hygiene, CTPS, kesehatan reproduksi dan buang sampah pada tempatnya	Meningkatkan pengetahuan siswa mengenai cara merawat kesehatan diri dan lingkungan	Siswa SD	• Silde ppt • Buku saku • Spand uk • Leaflet • Banner	KIE (Komunika si Informasi Edukasi)	• Bidan • Guru • Sanita si Lingk ungan
3.	Edukasi pencegahan rokok pada anak sekolah	Meningkatkan pengetahuan siswa mengenai dampak merokok	Siswa SD	• Poster • Video	Edukasi	• Guru • Dokter
Kegiatan Preventif						

1.	Pelatihan dokter kecil	Meningkatkan keterampilan dokter kecil mengenai kesehatan	Siswa SD	• Leaflet • Video •	• Pelatihan • Demonstrasi • Praktek • Bermain	Guru Dokter
2.	Pembuatan kebijakan membawa bekal setiap hari	Adanya kebijakan tentang membawa bekal sehat sebagai sarapan siswa	Kepala sekolah	• Leaflet • Slide ppt • Poster • Video	• Lobby • Rapat • Pemberitahuan	• Guru • Ahli gizi
3.	Senin setiap hari sabtu	Membantu siswa rajin beraktivitas fisik	Siswa SD	• Poster • Informasi audio	Praktek	Guru olahraga
4.	Pemeriksaan kesehatan secara rutin setiap hari sabtu	Untuk mendeteksi secara dini masalah kesehatan pada anak	Siswa SD	• Spanduk • Buku panduan	Pemberian imunisasi	• Perawat • Dokter

4. Remaja

Program : PKPR/ Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja

No	Indikator Program	Tujuan	Sasaran	Media	Metode	Mitra
Kegiatan Promotif						
1.	Memberikan KIE tentang kesehatan reproduksi remaja	Meningkatkan pengetahuan remaja tentang masalah kesehatan reproduksi	Siswa SMP dan SMA	• Leaflet • Poster • Video edukasi	• FGD • Tanya jawab	• Dokter • Bidan
2.	Edukasi mengenai rokok • Bahaya merokok bagi perokok aktif dan pasif • Cara mengurangi kebiasaan merokok • Demonstrasi bahaya rokok dengan praktek botol dan kapas	Mencegah perilaku merokok pada remaja	Siswa SMP dan SMA	• Lemba balik • Poster • Video	• FGD	• Dokter
3.	Edukasi pencegahan anemia • Pengertian, penyebab dan gejala anemia • Manfaat kandungan gizibuah dan sayur • Cara pencegahan anemia	Meningkatkan pengetahuan remaja mengenai pencegahan anemia melalui pemenuhan gizi yang cukup	Siswa SMP dan SMA	• PPT • Leaflet • Video	• Diskusi • Tanya jawab	• Ahli Gizi • Guru
Kegiatan Preventif						

1.	Pemeriksaan kesehatan berupa berat badan, tinggi badan, kebersihan individu dan lainnya.	Memantau pertumbuhan dan perkembangan siswa	Siswa SMP dan SMA	• Poster • Banner	• Pemeriksaan langsung • Advokasi	• Perawat • Anggota PMR
2.	Pemberian dan minum bersama tablet FE setiap hari sabtu	Untuk meningkatkan cakupan konsumsi tablet FE	Siswi SMP dan SMA	• Video • Leaflet • Lembar balik • Factsheet	• FGD • Tanya jawab	• Petugas puskesmas • Ahli Gizi • Anggota PMR
3.	Pembentukan KTR (Kawasan Tanpa Rokok)	Menciptakan lingkungan sekolah bebas asap rokok	Kepala sekolah	• Factsheet • Spanduk • Poster	• Lobby • Rapat	• Guru • Dokter
4.	Senam bersama setiap hari sabtu	Meningkatkan partisipasi siswa untuk beraktifitas fisik	Siswi SMP dan SMA	• Poster • Informasi audio	Praktek	Guru olahraga

5. Pasangan Usia Subur

Program : Konseling KB

No	Indikator kegiatan	Tujuan	Sasaran	Media	Metode	Mitra
Pelayanan Promotif						
1.	Pelayanan KB aktif • Pengertian kontrasepsi • Jenis dan metode kontrasepsi • Manfaat Kontrasepsi	Meningkatkan pengetahuan dan keinginan pasangan untuk membentuk keluarga berencana	Pasangan Usia Subur	• Spanduk • Poster • Leaflet	• Ceramah • FGD	• Bidan • Kader • Dokter • Ahli Gizi
2.	Konseling keluarga berencana	Meningkatkan pengetahuan pasangan mengenai manfaat KB	Pasangan Usia Subur	• Flipchart • Poster • Leaflet	• konseling	• bidan • dokter
Kegiatan Preventif						
1.	Kunjungan KB aktif	Meningkatkan kunjungan KB aktif	Pasangan Usia Subur	• Spanduk • Poster • Leaflet	Kunjungan	Bidan
2.	Kunjungan KB pasca melahirkan	Meningkatkan pasangan yang mengatur jarak melahirkan	Pasangan Usia Subur	• Spanduk • Poster • Leaflet	Kunjungan dan konsultasi	Bidan
3.	Skrining usia produktif	Memeriksa masalah kesehatan sejak dini	Pasangan Usia Subur	• Spanduk • Poster • Leaflet	Pemeriksaan	Bidan
4.	Penyediaan kartu K4	Memberikan akses kepada peserta untuk mendapatkan layanan kesehatan dan informasi terkait keluarga berencana.	Pasangan Usia Subur	Kartu	Penyediaan barang	Bidan

6. Lansia

Program : Skrining Kesehatan

No	Indikator Program	Tujuan	Sasaran	Media	Metode	Mitra
Kegiatan Promotif						
1.	Pemberian edukasi - Aktifitaa fisik - Cegah Hipertensi - Pentingnya Pola Hidup Bersih dan Sehat	Meningkatkan pengetahuan lansia tentang perilaku hidup sehat cegah penyakit	Lansia	Poster	• Diskusi • Wawan cara • FGD	• Keluarga • Dasawisma • Dokter
Kegiatan Preventif						
1.	Senam Lansia	Meningkatkan partisipasi dan motivasi lansia untuk beraktifitas fisik	• Lansia • Keluar ga	Poster _	• Pember dayaan	• Instruktur senam • Keluarga
2.	Repitalisasi posyandu lansia	Melakukan gerakan pembaruan posyandu lansi menjadi lebih baik	Kepala desa	• Poster • Vidio	Lobby	• Dokter • Keluarga • Kader
3.	Pemberdayaan kader untuk kesehatan lansia	Meningkatkan keteampilan kader mengenai kesehatan lansia	Kader	• Poster • Ppt • Leaflet • Vidio	• Cerama h • Diskusi • Demons trasi	Perawat Dokter



BAB II

PROGRAM KESEHATAN LINGKUNGAN

A. Program Pengawasan Air Bersih

Air minum tercermin dalam tujuan pembangunan berkelanjutan (Sustainable Development Goals/SDGs) yaitu memastikan masyarakat mencapai akses universal air bersih dan sanitasi yang layak. Universal akses dalam sektor air minum dan sanitasi diharapkan dapat tercapai pada tahun 2030 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2017). Air bersih adalah salah satu jenis sumber daya berbasis air yang bermutu baik dan bisa dimanfaatkan oleh manusia untuk berbagai keperluan atau dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Sementara itu, air minum merupakan air yang dikonsumsi oleh manusia untuk memenuhi kebutuhan cairan di dalam tubuhnya. Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 492/MENKES/PER/IV/2010 tentang Persyaratan Kualitas Air Minum, adalah air yang melalui proses pengolahan atau tanpa proses pengolahan yang memenuhi syarat kesehatan dan dapat langsung diminum.

Air yang tidak mencukupi dari segi kuantitas dan tidak memenuhi syarat dari segi kualitas akan menimbulkan berbagai penyakit dan dapat meningkatkan kejadian penyakit tular air. Kualitas air yang buruk juga berdampak langsung pada ketersediaan air secara kuantitas. Air yang tercemar tidak bisa lagi digunakan untuk kebutuhan air minum dan higiene-sanitasi maupun untuk kebutuhan di fasilitas pelayanan kesehatan, tempat-tempat umum seperti sekolah dan industri tanpa melalui proses pengolahan terlebih dahulu. Oleh karena itu, kualitas air minum harus diawasi. Hal ini karena pengawasan air minum bertujuan untuk melindungi kesehatan masyarakat dengan mempromosikan peningkatan kualitas, kuantitas, aksesibilitas, keberlanjutan dan affordabilitas persediaan air minum dan melengkapi fungsi kontrol untuk pemasok air minum. Pengawasan air

minum memastikan bahwa kualitas air yang diterima oleh masyarakat aman dan memenuhi target kesehatan yang telah di tentukan sebelumnya

Program Pemantauan Air Bersih Cegah Diare

No	Indicator kegiatan	Sasaran	Media	Metode	Hasil		
					A	K	TA
	Program CEREMITANG (Cegah Diare Dengan Konsumsi Air Matang)	• Masyarakat umum • Kader Kesehatan • Tokoh Masyarakat	• Leaflet • Banner • Spanduk • Poster • Video Edukasi	• Penyuluhan • Pemberdayaan • Ceramah • FGD • Emo demo			
Kegiatan Promotif							
1.	Penyuluhan mengenai pentingnya menginsumsi air matang	• Masyarakat umum • Kader Kesehatan • Tokoh masyarakat	• Leaflet • Banner • Power Point (PPT) • Foto • Video • Poster	• Door to door • Penyuluhan • Sosialisasi • Ceramah • Edukasi • Diskusi			
2	Penyuluhan tentang penyakit Diare yang disebabkan oleh kebiasaan tidak mengonsumsi air yang matang	• Masyarakat Umum • Kader Kesehatan • Tokoh masyarakat	• Leaflet • Banner • PowerPoint (PPT) • Foto • Video • Poster	• Edukasi • Ceramah • Tanya jawab • Diskusi			
Kegiatan Preventif							

1.	Kampanye agar selalu mengonsumsi air matang	• Masyarakat • Kader Kesehatan • Tokoh masyarakat	• Spanduk • Poster • Baliho • Brosure	• Orasi • Kampanye			
----	---	---	--	---	--	--	--

B. Sanitasi Total Berbasis Masyarakat (STBM)

Sanitasi Total Berbasis Masyarakat yang selanjutnya disingkat STBM adalah pendekatan untuk mengubah perilaku higienis dan saniter melalui pemberdayaan masyarakat dengan cara pemicuan. Pilar STBM adalah perilaku higienis dan saniter yang digunakan sebagai acuan dalam penyelenggaraan Sanitasi Total Berbasis Masyarakat. Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 3 Tahun 2014 tentang Sanitasi Total Berbasis Masyarakat (STBM), STBM terdiri dari 5 pilar yaitu, sebagai berikut:

1. Stop Buang Air Besar Sembarangan
2. Cuci Tangan Pakai Sabun
3. Pengelolaan Air Minum dan Makanan Rumah Tangga
4. Pengamanan Sampah Rumah Tangga
5. Pengamanan Limbah Cair Rumah Tangga

Program STBM Melalui Program SABERMAS perilaku BABS

No	Indicator kegiatan	Sasaran	Media	Metode	Pelaksana	Hasil		
						A	K	TA
	Program SEBARMAS (Sehari Semalam Bersama Masyarakat)	Masyarakat umum	• Leaflet • Banner • Spanduk • Poster • Foto • Lembar survei.	• Survei, kunjungan (Door to Door), • Konseling	• Tenaga kesling • promotor kesehatan			
Kegiatan Promotif								

	Kunjungan rumahke rumah (Door To Door)	Masyarakat	• Leaflet • Banner • Spanduk, • Foto • Vide • Lembar survei	• Survei • Kunjung an (door to door) • konselin g	Tenaga sanitasi Lingkung an			
Kegiatan Preventif								
	Pembentukan posko khusus program SABERMAS	Masyarakat	• Leaflet • Spanduk • Poster	• Pembentu kan tim • Demontra si, • Sosialisasi	Tenaga sanitasi lingkungan			

C. EHRA (Environment Health Risk Assesment)

EHRA (Environmental Health Risk Assessment) adalah sebuah studi parsipatif di Kabupaten/Kota untuk memahami kondisi fasilitas sanitasi dan higinitas serta perilaku perilaku masyarakat pada skala rumah tangga.

Studi EHRA dipandang perlu dilakukan oleh Kabupaten/Kota karena:

1. Pembangunan sanitasi membutuhkan pemahaman kondisi wilayah yang akurat.
2. Data terkait dengan sanitasi dan higiene terbatas dan data sanitasi umumnya tidak bisa dipecah sampai Kelurahan/Desa serta data tidak terpusat melainkan berada di berbagai Satuan Kerja Pemerintah Daerah (SKPD) di Kabupaten/Kota.
3. Isu sanitasi dan higiene masih dipandang kurang penting sebagaimana terlihat dalam prioritas usulan melalui Musrenbang.
4. Terbatasnya kesempatan untuk dialog antara masyarakat dan pihak pengambil keputusan.
5. secara tidak langsung memberi "amunisi" bagi stake-holders dan masyarakat di Kelurahan/Desa untuk melakukan kegiatan advokasi ke tingkat yang lebih tinggi maupun advokasi secara horizontal ke sesama masyarakat atau stakeholders Kelurahan/Desa.
6. EHRA adalah studi yang menghasilkan data yang representatif di tingkat Kabupaten/Kota dan

kecamatan dan dapat dijadikan panduan dasar di tingkat kelurahan/desa.

Studi EHRA berfokus pada fasilitas sanitasi dan perilaku masyarakat, seperti:

1. Fasilitas sanitasi yang diteliti mencakup:
 - a. Sumber air minum.
 - b. Layanan pembuangan sampah.
 - c. Jamban.
 - d. Saluran pembuangan air limbah rumah tangga.
 - e. Drainase lingkungan.
2. Perilaku yang dipelajari adalah yang terkait dengan higienitas dan sanitasi dengan mengacu kepada STBM:
 - a. Stop buang air besar sembarangan.
 - b. Cuci tangan pakai sabun.
 - c. Pengelolaan air minum rumah tangga.
 - d. Pengelolaan sampah dengan 3R.
 - e. Pengelolaan air limbah rumah tangga (drainase lingkungan).

NO	Indikator Program	Sasaran	Media	Metode	Hasil		
					A	TA	K
Kegiatan Promotif							
1.	Pelatihan kader sanitasi	Anak SD	• Leaflet • Poster • Spanduk • Video	• Pelatihan • Demostrasi • Praktek			
2.	Sosialisasi Stop buang air besar sembarangan (BABS)	Anak SD	• Leaflet • Lembar balik • Spanduk • Video	• Edukasi • Tanya Jawab			
3.	Penyuluhan tentang pengadaan jamban sehat	Anak SD	• Banner • Spanduk • Leaflet	Penyuluhan			
Kegiatan Preventif							

1.	Pengadaan jamban sehat komunal di sekolah	Kepala sekolah	Factsheet	lobby			
2.	Cuci tangan pakai sabun secara rutin	Anak SD	• Poster • video	Edukasi			

D. Program Penyehatan Lingkungan

Penyehatan lingkungan merupakan upaya pengendalian faktor risiko penyakit baik menular maupun tidak menular melalui peningkatan kemampuan penyehatan, pengendalian dan pengamanan terhadap media lingkungan baik secara fisik, biologi, kimia maupun sosial. Sesuai dengan RPJMN 2020-2024 dan Rencana Strategis Kementerian Kesehatan 2020-2024, kegiatan penyehatan lingkungan berperan serta dalam meningkatkan penyehatan dan pengawasan kualitas lingkungan dan mendorong ketercapaian sasaran program pembinaan kesehatan masyarakat. Diharapkan dengan pengelolaan program yang baik dan benar, koordinasi dan komunikasi yang dinamis secara lintas sektor dan lintas program, kemampuan informasi dan edukasi yang baik serta didukung oleh regulasi sebagai NSPK dapat terwujud tujuan dan sasaran program yang ditetapkan.

Program penyehatan lingkungan pemukiman

No	Indicator kegiatan	Sasaran	Media	Metode	Pelaksana	Hasil		
						A	K	TA
Kegiatan Promotif								
1.	Edukasi PBHS ditatanan keluarga	Masyarakat	• Leaflet • Slide ppt	• Ceramah • Diskusi	• Promotor kesehatan • Sanitasi lingkungan			
2.	Edukasi pentingnya ventilasi dan jendela yang bisa dibuka	Masyarakat	• Ppt • leaflet	• Cerama • Diskusi • Tanya jawab	Sanitasi Lingkungan			
Kegiatan Preventif								

1.	Gotong royong	Masyarakat	Spanduk	• Praktik	Sanitasi Lingkungan			
2.	Pengecekan rumah berkala seperti kebersihan rumah	Masyarakat	• Poster • Leaflet	• Pertemuan langsung	• Kader • Tenaga sanitasi lingkungan			

E. Pengawasan Tempat-tempat Umum

Berdasarkan Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang kesehatan, ditujukan untuk mewujudkan kualitas lingkungan yang sehat, baik fisik, kimia, biologi, dan social yang memungkinkan setiap orang untuk mencapai derajat yang setinggi-tingginya. Salah satu upayanya adalah dengan mewujudkan kawasan sehat, yaitu kondisi wilayah yang bersih, aman dan nyaman serta sehat bagi masyarakat. Secara umum Sanitasi Tempat-Tempat Umum (TTU) merupakan suatu usaha atau upaya yang dilakukan untuk menjaga kebersihan tempat-tempat yang sering digunakan untuk menjalankan aktivitas hidup sehari-hari agar terhindar dari ancaman penyakit yang merugikan kesehatan.

Program Pengawan Tempat Umum

No	Indikator Program	sasaran	Media	Metode	Pelaksana
	Program PESATU (Pengelolaan Sampah Terpadu) ditempat umum	• Tokoh masyarakat • Masyarakat	• Leaflet • Poster • Slide PPT • Spanduk	• Sosialisasi • Demonstrasi • Pemeriksaan • Pelatihan	• Sanitasi lingkungan • Perawat
Kegiatan Promotif					
1	Edukasi penyehatan lingkungan yang sehat	Masyarakat	• Leaflet • Brosure • Poster • Video	Penyuluhan	• Perusahaan pengelola sampah • Sanitarian
2	Kampanye lingkungan dan gotong royong	Masyarakat	• Poster • Leaflet • Brosure	• Kampanye • Gotong royong	Sanitasi lingkungan
Kegiatan Preventif					

1	Penyediaan tempat sampah dan pengadaan alat pengelola sampah	Kepala desa	spanduk	Lobbying	Sanitasi lingkungan
---	--	-------------	---------	----------	---------------------



BAB II

PROGRAM

GERAKAN MASYARAKAT

GERMAS adalah sebuah gerakan yang bertujuan untuk memasyarakatkan budaya hidup sehat serta meninggalkan kebiasaan dan perilaku masyarakat yang kurang sehat. Aksi GERMAS ini juga diikuti dengan memasyarakatkan perilaku hidup bersih sehat dan dukungan untuk program infrastruktur dengan basis masyarakat. Program ini memiliki beberapa fokus seperti membangun akses untuk memenuhi kebutuhan air minum, instalasi kesehatan masyarakat serta pembangunan pemukiman yang layak huni. Ketiganya merupakan infrastruktur dasar yang menjadi pondasi dari gerakan masyarakat hidup sehat.

7 langkah GERMAS yang dapat menjadi panduan menjalani pola hidup yang lebih sehat.

1. Aktifitas Fisik

Perilaku kehidupan modern seringkali membuat banyak orang minim melakukan aktivitas fisik; baik itu aktivitas fisik karena bekerja maupun berolah raga. Kemudahan – kemudahan dalam kehidupan sehari – hari karena bantuan teknologi dan minimnya waktu karena banyaknya kesibukan telah menjadikan banyak orang menjalani gaya hidup yang kurang sehat. Bagian gernas aktivitas fisik merupakan salah satu gerakan yang diutamakan untuk meningkatkan kualitas kesehatan seseorang.

2. Makan Buah dan Sayur

Keinginan untuk makan makanan praktis dan enak seringkali menjadikan berkurangnya waktu untuk makan buah dan sayur yang sebenarnya jauh lebih sehat dan bermanfaat bagi kesehatan tubuh. Beberapa jenis makanan dan minuman seperti junk food dan minuman bersoda sebaiknya dikurangi atau dihentikan konsumsinya. Menambah jumlah konsumsi makanan dari buah dan sayur merupakan contoh GERMAS yang dapat dilakukan oleh siapapun.

3. Tidak Merokok

Merokok merupakan kebiasaan yang banyak memberi dampak buruk bagi kesehatan. Berhenti merokok menjadi bagian penting dari gerakan hidup sehat dan akan berdampak tidak pada diri perokok; tetapi juga bagi orang – orang di sekitarnya. Meminta bantuan ahli melalui hipnosis atau metode bantuan berhenti merokok yang lain dapat menjadi alternatif untuk menghentikan kebiasaan buruk tersebut.

4. Tidak Mengonsumsi Minuman Beralkohol

Minuman beralkohol memiliki efek buruk yang serupa dengan merokok baik itu efek buruk bagi kesehatan hingga efek sosial pada orang – orang di sekitarnya.

5. Melakukan Cek Kesehatan Berkala

Salah satu bagian dari arti gernas sebagai gerakan masyarakat hidup sehat adalah dengan lebih baik dalam mengelola kesehatan. Diantaranya adalah dengan melakukan cek kesehatan secara rutin dan tidak hanya datang ke rumah sakit atau puskesmas ketika sakit saja.

6. Menjaga kebersihan Lingkungan

Bagian penting dari gerakan hidup sehat juga berkaitan dengan meningkatkan kualitas lingkungan. Salah satu dengan lebih serius menjaga kebersihan lingkungan. Menjaga kebersihan lingkungan dalam skala kecil seperti tingkat rumah tangga dapat dilakukan dengan pengelolaan sampah. Langkah lain yang dapat dilakukan dengan menjaga kebersihan guna mengurangi resiko kesehatan seperti mencegah perkembangan vektor penyakit yang ada di lingkungan sekitar.

7. Menggunakan jamban

Aspek sanitasi menjadi bagian penting dari gerakan masyarakat hidup sehat, salah satunya dengan menggunakan jamban sebagai sarana pembuangan kotoran. Aktivitas buang kotoran dluar jamban dapat meningkatkan resiko penularan berbagai jenis penyakit sekaligus menurunkan kualitas lingkungan.

Gerakan Masyarakat Sehat (GERMAS) diberbagai tatanan:

1. Gernas di Tatanan Tempat Kerja

No	Kegiatan	Sasaran	Perilaku	Isi Pesan Komunikasi	Metode	Media Komunikasi	Pelaksanaan
Pemberdayaan Masyarakat							
1	Kampanye Say No To Mager	Masyarakat umum	Melakukan aktivitas fisik secara rutin	Melakukan aktivitas fisik secara rutin	Tatap muka dan cetak	Stiker, Poster, Spanduk, dan Banner	Dinas Kesehatan, Petugas Kesehatan, Walikota, Media Massa: TV,
2	Kampanye konsumsi buah dan sayur	Masyarakat	Konsumsi sayur dan buah	Manfaat sayur dan buah	Tatap muka dan cetak	Spanduk dan poster	Ahli Gizi, wali nagari
3	Kampanye hidup sehat tanpa rokok	Masyarakat umum	Tidak merokok	Bahaya Merokok	Tatap muka dan cetak	Stiker, Poster, Spanduk, dan Banner	Media massa, karang taruna
4	Kampanye hidup sehat tanpa mengkonsumsi alkohol	Masyarakat umum	Menerapkan PHBS	Dampak alkohol pada kesehatan	Tatap muka dan cetak	Stiker, Poster, Spanduk, dan Banner	Dokter
5	Kampanye stop kotori lingkungan	Masyarakat umum	Membuang sampah pada tempatnya	Jangan buang sampah sembarangan	Tatap muka dan cetak	Stiker, Poster, Spanduk, Banner	Kesehatan lingkungan
6	Kampanye cuci tangan pakai sabun (CTPS)	Masyarakat umum	Membiasakan mencuci tangan pakai sabun	Langkah CTPS	Tatap muka dan cetak	Stiker, Poster, Spanduk, dan Banner	Kesehatan lingkungan
7	Sosialisasi tentang penggunaan air bersih dan toilet umum	Masyarakat umum	Menjaga kebersihan toilet	Pentingnya menjaga kebersihan toilet dan penggunaan air bersih	Ceramah dan tanya jawab	Poster, Spanduk, Banner, booklet, dan Leaflet	Tenaga kesehatan lingkungan

8	Senam ceria	Masyarakat umum	Menerapkan gaya hidup sehat	Rajin aktifitas fisik	Secara langsung	Spanduk, banner, kaos, topi, dan tumblr	Instruktur senam
9	Mengadakan jalan santai	Masyarakat umum	Menerapkan gaya hidup sehat	Rajin aktifitas fisik	Secara langsung	Spanduk, banner, kaos, topi, dan tumblr	Wali nagarai
10	Gerakan Memungut 10 Sampah	Masyarakat umum	Menjaga kebersihan	Pemilihan sampah berdasarkan jenis	Secara langsung	Spanduk	Wali nagari, dinas kesehatan
Bina Suasana							
1	Festival Keren Tanpa Rokok	Masyarakat umum	Menjadi penggerak utama	Bahaya Rokok	Event	Spanduk, banner, poster, kaos, pin, stiker, topi, dan buku saku	Komunitas Anti Rokok Indonesia (KARI), Komnas Pengendalian Tembakau
2	Expo makan buah dan sayur lokal	Masyarakat umum	Konsumsi Buah Dan Sayur	Peningkatan peran masyarakat dalam konsumsi buah dan sayur lokal	Pameran	Food models, spanduk, banner, dan poster	Dinas Kesehatan, Tenaga Promotor, Gizi, Dinas Pertanian, Dunia
3	Menciptakan menu sehat dengan memanfaatkan buah dan sayur lokal	Masyarakat umum	Mampu mengolah buah dan sayur menjadi menu sehat	Kandungan gizi sayur dan buah serta manfaatnya bagi kesehatan	Demonstrasi, emodemo, dan penyuluhan	Food Models, Poster, Flipchart, Booklet, Modul Emode	Dinas Kesehatan, Tenaga Promotor, Gizi, Tenaga Kesehatan, Dinas Pertanian
4	Randit tentang bahaya	Masyarakat umum	Berhenti merokok	1. Bahaya rokok 2. dampak merokok 3. dampak terpapar asap	roleplay	Spanduk, Banner, Dan Poster	Dinas Kesehatan, Komunitas Anti Rokok Indonesia

	merokok			rokok			(KARI), Komnas Pengendalian Tembakau
5	Teater perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)	Masyarakat umum	Menerapkan gaya hidup bersih	1. Pentingnya PHBS 2. Bahaya tidak menjaga PHBS	roleplay	Spanduk, Banner, Dan Poster	Dinas Kesehatan, Tenaga Promotor, Dunia Usaha, Media Massa
6	Aksi tanam pohon bersama Walikota	Masyarakat umum	Peduli dengan lingkungan	1. Manfaat menanam pohon bagi lingkungan 2. Pentingnya menanam pohon bagi lingkungan	Praktek	Spanduk	Pertanian, Wali Kota, Perusahaan, Media Massa
Advokasi							
1	Pembentukan Kawasan Tanpa Rokok (KTR)	Bupati, Walikota, dan DPRD	Pembentukan Kawasan Tanpa Rokok (KTR) di taman	Undang-undang tentang kesehatan, kebijakan PP terkait upaya pengendalian tembakau	Lobi	Foto, Video, Factsheet	Dinas Kesehatan, Tenaga Kesehatan, Komunitas Anti Rokok Indonesia (KARI),
2	Penyediaan toilet umum	Bupati, Walikota, dan DPRD	Penyediaan toilet umum di taman	Kebijakan Permenkes tentang tempat dan fasilitas sanitasi, standar toilet umum dan	Lobi	Foto, Video, Factsheet	Dinas Kesehatan, Tenaga Promotor Kesehatan, dan Sanitarian
				data-data terkait pentingnya menggunakan toilet			

3	Penyediaan tempat cuci tangan	Bupati, Walikota, dan DPRD	Penyediaan tempat cuci tangan	Permenkes RI tentang penyediaan fasilitas sanitasi	Lobi	Foto, Video, Factsheet	Dinas Kesehatan, Tenaga Promotor Kesehatan, dan Sanitarian
4	Penyediaan media	Bupati, Walikota, dan DPRD	Penyediaan media di taman	Manfaat menyediakan media sebagai informasi bagi masyarakat	Lobi	Foto, Video, Factsheet	Dinas Kesehatan dan promotor kesehatan
5	Penyediaan tempat sampah	Bupati, Walikota, dan DPRD	Penyediaan tempat sampah di taman	Undang-undang RI tentang pengelolaan sampah, Kebijakan PP tentang sampah, data tentang bahaya buang sampah sembarangan	Lobi	Foto, Video, Factsheet	Dinas Kesehatan, Tenaga Promotor Kesehatan, dan sanitarian

2. Germas di Tatanan Umum

No	STATE GI	Kegiatan	Sasaran	Perilaku Yang diharapkan	Isi pesan komunikasi	Metode	Media Komunikasi
AKTIVITAS FISIK							
1	Pemberdayaan masyarakat	Senam peregangan setiap jam 10 pagi	Pegawai	Melakukan gerakan disela-sela kegiatan kerja	Rajin aktifitas fisik	Demonstrasi dan praktek langsung	- Banner - Video Edukasi
		Kampanye budaya naik tangga	- Pegawai - Penguji kantor	Meningkatkan budaya naik tangga	Naik tangga dapat membakar lebih banyak kalori	Kampanye Pemantauan langsung	- Poster - Banner

		Pelaksanaan hari tanpa kendaraan pribadi	Pegawai kantor	Berperilaku sehat dan rajin aktifitas	Aktifitas fisik	- Sosialisasi - Himbauan	- Informasi melalui grup wa - Poster
		setiap hari jum'at		fisik			media sosial
		Pemilihan karyawan ter-rajin aktifitas fisik melalui duta aktifitas fisik	Pegawai kantor	Meningkatkan motivasi pegawai untuk berperilaku hidup sehat melalui aktifitas fisik	Menjadi penggerak aktifitas fisik	Seleksi Penghargaan Instrumen penilaian	- Sertifikat - trophy
2.	Advokasi	Penetapan kebijakan mengenai senam peregangan setiap jam 10.00 selama 10 menit	Pimpinan kantor	Pemimpin perusahaan dan karyawan melakukan senam peregangan	Data tentang perilaku aktifitas fisik	- Presentasi - Focus Group Discussion - Tanya jawab	- Power point - Flip chart
		Pembatasan penggunaan tangga, misalnya lantai 1 ke lantai 2 menggunakan tangga, tidak menggunakan lift	Pimpinan kantor	Pemimpin perusahaan dan karyawan lebih memilih naik tangga daripada naik lift	Manfaat naik tangga	- Presentasi - Tanya jawab	- Power point - Fact sheet - Flip chart
		Penetapan kebijakan hari tanpa kendaraan setiap hari jum'at	Pemimpin perusahaan	Pemimpin perusahaan dan pegawai tidak membawa kendaraan setiap hari	Manfaat tidak membawa kendaraan	- Presentasi - Tanya jawab	- Power point - Flip chart

				jum'at			
		Mengembangkan Media berupa video spot	Seluruh Masyarakat perkantoran	Menambah wawasan masyarakat perkantoran	Keselamatan Kerja	Komunikasi Tidak Langsung	- Video spot
3	Bina suasana	Minggu ceria dengan kegiatan car	- Pemimpin kantor - pegawai	Kegiatan aktivitas fisik bersama	Aktivitas fisik dimulai dari diri sendiri	Sosialisasi Special event	- Spanduk - Banner
		free day dan outbond	ai kantor - keluarga - masyarakat	keluarga secara rutin setiap hari sabtu			
		Kampanye Senam SEHAT	Pemimpin kantor, Pegawai kantor Dan Masyarakat	Meningkatkan konsentrasi saat bekerja	- Meningkatkan pemahaman pegawai dan masyarakat sekitar -Manfaat melakukan senam SEHAT	-Kampanye -FGD -Ceramah Langsung	-Spanduk -Banner
KONSUMSI SAYUR DAN BUAH							
1	Pemberdayaan masyarakat	Edukasi pentingnya konsumsi sayur dan buah	Pegawai Kantor	Meningkatkan kesadaran tentang konsumsi sayur dan buah	• Pentingnya konsumsi sayur dan buah	- Ceramah langsung - FGD	- Slide ppt - Leaflet - Booklet

		Food parade sayur dan buah setiap acara ulang tahun kantor dan hari – hari besar	Pegawai kantor	Meningkatnya kemampuan mengolah makanan sehat dari buah dan sayur	- Pengolahan makanan sehat - Manfaat sayur dan buah untuk kesehatan	- Demonstrasi langsung - Parade - Konsultasi	- Brosure - Spanduk - Food model
		Lomba edukasi konsumsi sayur dan buah	Pegawai kantor	Memotivasi pegawai kantor untuk menyebarkan informasi pentingnya konsumsi sayur dan buah	- Manfaat buah dan sayur	- Kompetisi	- Video - Poster - Selebaran
2	Advokasi	Penetapan dan pemberlakuan kantin sehat dengan menu makanan bergizi	Petugas kantin	Seluruh pegawai kantor rutin mengonsumsi sayur dan buah	- Menu kantin sehat dan bersih	- Rapat - lobby	- Power point - Flip chart - Video
		Penerapan budaya konsumsi snack sehat saat rapat seperti salad buah, sop buah, jus dan lainnya	Pimpinan kantor	Saat melakukan meeting seluruh pegawai kantor mengonsumsi buah dan sayur	- Menambah imunitas tubuh - Mengurangi konsumsi makanan berkalori tinggi	Lobby	- Power point - Fact sheet - Flip chart
		Penggunaan halaman belakang	Pegawai kantor	Sasaran melakukan penjadwalan	Menghijaukan	Demonstrasi langsung	- Brosur - Leaflet

		perkantoran untuk menanam sayur dan buah		n secara bergilir kapan akan melakukan penanaman buah dan sayur di halaman belakang	lingkungan kantor (terlihat asri)	- Parade	
3	Bina suasana	Pemberian media kit sayuran dan buah	- Pegawai kantor - Keluarga pegawai	Konsumsi sayur dan buah Berperan aktif dalam menyebarkan budaya konsumsi sayur dan buah	Manfaat konsumsi sayur dan buah untuk cegah PTM	- lokakarya - Produksi media	- prototype media kit seperti totebag, kaos, tumbler - flyer

TIDAK MEROKOK

1	Pemberdayaan masyarakat	Edukasi tentang bahaya merokok dan dampak akibat	Pegawai	Meningkatkan kesadaran tentang bahayanya merokok	- Meningkatkan pemahaman pegawai tentang	- Ceramah langsung - FGD	- Slide ppt Leaflet Brosur
		merokok			bahaya serta dampak rokok		
		Penyuluhan bahaya rokok dengan praktek botol dan kapas	Pegawai	Memotivasi pegawai untuk mengurangi atau berhenti merokok	Dampak merokok	Demonstrasi dan Praktek langsung	- Power point - Video Edukasi
2	Advokasi	Penetapan dan pemberlakuan Kawasan tanpa rokok (KTR) di perkantoran	Petugas keamanan	Seluruh pegawai kantor tidak merokok di sekitaran kantor	Setiap orang berhak menghirup udara segar	- Rapat - lobby	- Power point - Poster

		Memberi sanksi kepada pegawai yang merokok di sekitar kantor	Pimpinan kantor	Meningkatkan perilaku hidup sehat tanpa asap rokok	- Patuh terhadap aturan yang berlaku di sekitar kantor	- Penegasan/ Hukuman langsung bagi siapa yang melanggar	- Poster
3	Bina suasana	Kampanye Tanpa Tembakau Sedunia	- Pimpin kantor - Pegawai - Masyarakat sekitar kantor	Mendorong agar seluruh pegawai berhenti merokok atau mengunyah tembakau	- sayangi diri anda dan keluarga dari bahaya asap rokok	-Kampanye -Sosialisasi -Special Event	-Spanduk -Banner
		Pengabdian masyarakat melalui penyuluhan kesehatan bahaya rokok	- pegawai - masyarakat sekitar kantor	Meningkatkan pengetahuan pegawai dan masyarakat sekitar kantor mengenai bahaya merokok	Memberikan pemahaman dan pengetahuan pegawai serta masyarakat sekitar kantor tentang bahaya merokok bagi kesehatan	- penyuluhan - ceramah	- banner - leaflet

MENJAGA KEBERSIHAN LINGKUNGAN							
1	Pemberdayaan masyarakat	Kampanye pendidikan dan kesadaran pegawai kantor untuk menginformasikan tentang pentingnya kebersihan lingkungan	Pegawai kantor	Meningkatkan pemahaman tentang dampak dan perilaku terhadap lingkungan	Kurangi limbah plastik dan jaga kebersihan	- Presentasi - FGD - Tanya jawab	- Power point - Brosur - Fact sheet - Video edukasi
		Gotong royong bersih-bersih ruangan kantor	Pegawai kantor	Menjaga kebersihan ruangan dengan mengingatkan pegawai lain untuk menjaga kebersihan	Menjaga kebersihan mulai dari diri sendiri	- Gotong royong - Pengecekan langsung	- Jadwal rutin - Lembar cek list - Foto
2	Advokasi	Menyediakan fasilitas pengelolaan sampah yang efisien, seperti tempat sampah terpisah, dan pengelolaan sampah	Pimpinan kantor	Memaksimalkan efektivitas fasilitas pengelolaan sampah dan mendukung upaya kebersihan lingkungan ditempat kerja	- kebersihan dan kesehatan, tempat sampah yang terpisah membantu menjaga lingkungan kerja kita tetap bersih dan bebas dari potensi masalah kesehatan	Rapat Lobby	- Fact sheet - Lembar balik - MoU

		Pengembangan media menjaga kebersihan lingkungan disetiap	Pimpinan kantor	Adanya dukungan berupa penyediaan dan pembaruan	- Pentingnya media menjaga kebersihan - Jenis	Pertemuan lokakarya	- Lembar balik - Foto atau gambar
		ruangan, misalnya himbauan menyiram toilet setelah digunakan		media yang ada di kantor sesuai dengan kebutuhan	media yang dibutuhkan		
		Sosialisasi manajemen sampah yang meliputi pemisahan sampah organik dan non-organik, pengomposan, dan praktik pengurangan sampah.	- Pegawai kantor	- Meningkatkan kemampuan petugas kebersihan tentang pengelolaan sampah selanjutnya	Cara daur ulang sampah .	- Sosialisasi - Demonstrasi - FGD	- Slide ppt - Leaflet - Poster - banner
		Membentuk kelompok-kelompok pengelolaan sampah	- Petugas kebersihan	Meningkatkan keterampilan tim kebersihan tentang cara pengelolaan sampah	Cara daur ulang sampah Dan Pemisahan sampah berdasarkan jenisnya	Workshop	Modul Slide ppt kurikulum
PEMERIKSAAN KESEHATAN							

1	Pemberd ayaan masyara kat	Pemeriksaa n kesehatan secara berkala sesuai jadwal	Pegawai kantor	Pegawai rutin mengikuti pemeriksaa n kesehatan dan menerapka n gaya hidup sehat agar terhindar dari gangguan kesehatan	- Kesehata n dan keselama tan kerja - Prilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) - Pemeriks aan kesehata n berkala	- Ceramah - tanya jawab - Pemeriksa an langsung - Konsultas i	- PPT - Poster - Leaflet - Banner - Booklet
		Gerakan	Pegawai	Pegawai	- Manfaat	- Ceramah	PT
		Pekerja perempuan sehat produktif (GP2SP)	wanita	perempuan ikut serta pada kegiatan GP2SP contohnya ikut pemeriksa a n homoglobi n/hb, Pemeriksa a n IVA, pap smear, SADARI, SADANIS	pemeriks aan Hb, Pemeriks aan IVA, pap smear, SADARI , SADANI S	- FGD -Tanya Jawab	aflet ooklet
		Penyediaan fasilitas Pos Upaya kesehatan kerja (pos UKK)	Pimpina n kantor	Pemimpin perusaha n dan pegawai kantor ikut serta pada program pos UKK	Penyediaan pos UKK	- Rapat kerja -	- Power point - Flip chart
		Penerapan dan penyediaan fasilitas Gerakan	Pimpina n kantor	Tersediany a sarana dan prasarana	Pemeriksaa n kesehatan karyawan	- lobby - pertemuan	- Power point - Fact sheet - Flip chart

		Pekerja perempuan sehat produktif (GP2SP)		GP2SP seperti edukasi dan pemeriksaan kesehatan	penting untuk dilakukan		
		Pembentukan jejaring mitra kesehatan	Pimpinan kantor Dinas kesehatan	Terciptanya sinergi tim kesehatan yang tanggap di kantor atau tempat kerja	Tugas dan tanggung jawab tim kesehatan	Pertemuan Kemitraan	- Lembar balik - Factsheet

3. Germas di Tatanan Fasilitas Kesehatan

No	STATE GI	Kegiatan	Sasaran	Perilaku Yang diharapkan	Isi pesan komunikasi	Metode	Media Komunikasi
AKTIVITAS FISIK							
1.	Pemberdayaan masyarakat	Senam pagi yang dilaksanakan satu kali seminggu pada hari jumat.	Petugas kesehatan dan pasien yang datang ke Puskesmas	Petugas kesehatan dan masyarakat bisa melakukan aktivitas fisik yang rutin.	Manfaat melakukan aktivitas fisik	Demonstrasi	• Audio visual • Spanduk • Banner • VCD - Dokumentasi

		Pelaksanaan hari tanpa kendaraan setiap hari sabtu	Petugas kesehatan	Meningkatkan perilaku hidup sehat seperti bersepeda dan jalan kaki bagi pegawai yang dekat rumah dengan kantor	• Meningkatkan aktivitas fisik pada setiap petugas puskesmas	• Sosialisasi	• Poster • Banner • Spanduk
2.	Advokasi	Penetapan kebijakan melakukan kegiatan aktivitas fisik.	Tokoh masyarakat	Tokoh masyarakat mau dan mampu mengeluarkan kebijakan untuk mendorong partisipasi masyarakat	Tidak melakukan aktivitas fisik dapat memiliki dampak serius pada kesehatan dan kualitas hidup seseorang.	• Lobby • Presentasi	• PPT • Banner • Spanduk
		Penetapan kebijakan hari tanpa kendaraan oleh Kepala Puskesmas	Kepala Puskesmas	Mengeluarkan kebijakan melaksanakan hari tanpa kendaraan yang dilakukan pada hari	Manfaat tidak membawa kendaraan	• Lobby • Presentasi	• PPT • Banner • Spanduk

				sabtu setiap minggunya.			
3.	Bina suasana	Kampanye senam sehat	Petugas Puskesmas dan Kepala Puskesmas	Petugas kesehatan mampu untuk untuk melaksanakan senam rutin yang diadakan setiap hari jumat.	Manfaat melakukan senam SEHAT	• Kampanye • FGD • Cera mah • Demonstrasi	• Spanduk • Banner • Baliho • Poster • Leaflet
		Sabtu sehat tanpa kendaraan	Kepala Puskesmas	Petugas kesehatan mampu untuk untuk melaksanakan car free day yang diadakan setiap hari sabtu.	Manfaat car free day	• Kampanye • FGD • Cera mah • Demonstrasi	• Spanduk • Banner • Baliho • Poster • Leaflet
TIDAK MEROKOK							
1.	Pemberdayaan masyarakat	Kampanye rayakan hari tanpa tembakau dengan berhenti merokok secara permanen.	Masyarakat umum	Masyarakat mampu untuk berhenti merokok secara permanen	Manfaat rayakan hari tanpa tembakau	• FGD • Edukasi • Kampanye • Event	• Spanduk • Banner • Iklan Sosial media • Baliho • Poster • Leaflet
		Edukasi bahaya rokok	Petugas kesehatan dan pasien yang mengunjungi puskesmas	Masyarakat mampu untuk tidak merokok minimal dikawasan puskesmas.	Bahaya Rokok	• Edukasi • Penyuluhan	• Poster • Leaflet • PPT

2.	Advokasi	Rayakan hari tanpa tembakau dengan berhenti merokok	Tokoh masyarakat dan Kepala Puskesmas	Tokoh masyarakat mampu mengeluarkan kebijakan untuk membantu kepala puskesmas dalam menjalankan	Manfaat hari tanpa tembakau	• Lobby • Presentasi	• PPT • Banner • Spanduk
				n rayakan hari tanpa tembakau.			
		Penetapan kawasan tanpa rokok di wilayah puskesmas	Kepala Puskesmas	Seluruh petugas puskesmas tidak merokok di sekitar puskesmas	Memberikan pelayanan kesehatan yang bebas dari asap rokok	• Lobby • Rapat	• PPT • Banner • Spanduk • Iklan social media
3.	Bina suasana	Demokrasi untuk mengurangi penggunaan rokok	Organisasi masyarakat	Organisasi masyarakat diharapkan dapat berkontribusi dan dapat mengajak masyarakat untuk mengurangi penggunaan rokok	Bahaya rokok	• FGD • Edukasi • Kampanye • Event	• Spanduk • Banner • Iklan Sosial media • Baliho • Poster • Leaflet

		Melakukan konseling terhadap pemberian tian merokok	Petugas kesehatan	Petugas kesehatan dapat melakukan konseling	Hidup sehat tanpa rokok	• Konseling	• Leaflet • PPT
CEK KESEHATAN SECARA BERKALA							
1.	Pemberdayaan masyarakat	Kegiatan pemeriksaan secara berkala di Puskesmas yang dilakukan sekali sebulan.	Pasien yang datang kepuskesmas	Kegiatan ini diharapkan pasien dapat mengetahui kesehatan dan dapat mencegah deteksi risiko penyakit secara dini.	Cek kesehatan secara berkala memiliki manfaat .	• Screening • Konseling	• Spanduk • Banner • Poster • Riwayat pemeriksaan pasien
		Penyediaan tempat cuci tangan atau penyediaan handsanitizer/ masker	Petugas kesehatan dan pasien yang berkunjung kepuskesmas	Kegiatan ini diharapkan dapat menjaga kebersihan dan kesehatan diri .	Manfaat mencuci tangan, Manfaat memakai masker dipuskesmas	• Penyuluhan • Edukasi • Konseling	• Banner • Poster
2.	Advokasi	Kebijakan untuk melaksanakan cek kesehatan secara berkala	Tokoh masyarakat, Kepala puskesmas	Tokoh masyarakat diharapkan mampu mengeluarkan kebijakan untuk melakukan cek kesehatan	Tidak melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin dapat memiliki dampak serius pada kesejahteraan seseorang.	• Lobby	• Spanduk • Banner • Poster
		Menyediakan ruang tunggu yang berisikan media	Kepala Puskesmas	Kepala Puskesmas dapat menyediakan ruang	Dapat memberikan penyuluhan untuk pasien yang sedang	• Lobby • Rapat • FGD	• Radio Spot • Poster • Leaflet

		kesehatan dan penyediaan air minum terhadap pasien		tunggu dan penyediaan air minum secara gratis untuk pasien yang berkunjung ke puskesmas.	menunggu dengan memberikan media promosi kesehatan yang bermanfaat		• Film Pendek
3.	Bina suasana	Melakukan konsolidasi secara rutin terhadap pemeriksaan kesehatan kepada masyarakat	Organisasi masyarakat dan LSM	Organisasi dan LSM yang ada dapat melakukan cek pemeriksaan kesehatan	Pemeriksaan kesehatan	• Screening • Konseling	• Spanduk • Banner • Poster • Riwayat pemeriksaan pasien
Konsumsi Buah dan Sayur							
1.	Pemberdayaan masyarakat	Kegiatan membawa bekal bagi setiap petugas puskesmas	Petugas puskesmas	Kegiatan ini diharapkan petugas puskesmas dapat memakan makanan yang sehat dan bergizi.	Bahaya makan sembarangan.	Edukasi	• Banner • Poster
		Edukasi pentingnya konsumsi sayur dan buah	Pasien yang berkunjung ke puskesmas	Kegiatan ini diharapkan pasien dapat menerapkan kegiatan makan buah dan sayur setibanya di rumah	Manfaat makan buah dan sayur	• Penyuluhan • Edukasi • Konseling	• Banner • Poster • PPT
		Penyediaan kantin sehat.	Kepala puskesmas	Kepala puskesmas diharapkan mampu menyediakan kantin sehat	Manfaat kantin sehat	• Lobbying • Partisipasi	• Spanduk • Banner • Poster

		Pemberian media sayuran dan buah	Pasien yang mengunjungi puskesmas	Konsumsi sayur dan buah	• Manfaat konsumsi sayur dan buah	• Penyuluhan • Loka karya	• Spanduk • Banner • Poster • Booklet
Cuci Tangan Pakai Sabun							
1.	Pemberdayaan masyarakat	Kampanye cuci tangan pakai sabun	Masyarakat Umum	Meningkatkan pemahaman tentang manfaat cuci tangan pakai sabun	membantu mencegah penyebaran penyakit, melindungi kesehatan diri dan orang lain	- Presentasi - demonstrasi	- Power point - Brosur - Fact sheet - Video edukasi
2.	Advokasi	Menyediakan fasilitas pengelolaan sampah yang efisien,	Kepala Puskesmas	Memaksimalkan efektivitas fasilitas pengelolaan sampah dan mendukung upaya kebersihan	- kebersihan dan kesehatan, tempat sampah yang terpisah	Rapat Lobby	- Fact sheet - Lembar balik - MoU
3.	Bina suasana	Sosialisasi pelatihan tentang manajemen sampah	- Masyarakat umum	Mampu mengelola sampah dengan benar	Cara pemilihan sampah organik dan organik	- Sosialisasi - Demonstrasi - FGD	- Slide ppt - Leaflet - Poster - banner

BAB 4

PENYAKIT MENULAR

A. DEMAM BERDARAH DENGUE (DBD)

Demam Berdarah Dengue merupakan penyakit menular yang timbulnya mendadak secara cepat dalam waktu relatif singkat yang sangat berbahaya dan mematikan serta sampai saat ini belum ditemukan vaksin pencegahnya. Demam berdarah ditularkan pada manusia melalui gigitan nyamuk betina *Aedes* yang terinfeksi virus dengue. Penyakit ini tidak dapat ditularkan langsung dari orang ke orang. Nyamuk penular DBD ini terdapat hampir di seluruh pelosok Indonesia, kecuali di tempat-tempat dengan ketinggian lebih dari 1000 meter di atas permukaan laut. Program 3M Plus U merupakan suatu pendekatan terintegrasi yang sering kali diadopsi untuk pengendalian Demam Berdarah Dengue (DBD). Pendekatan ini menekankan pada kegiatan pemberantasan sarang nyamuk (PSN) serta pencegahan dan pengendalian DBD. Berikut adalah penjelasan mengenai 3M Plus U: Pemberantasan Sarang Nyamuk (PSN):

1. Menguras: Melibatkan tindakan menguras atau membuang air dari tempat-tempat yang dapat menjadi tempat berkembang biaknya nyamuk, seperti bak mandi, drum, dan bejana air lainnya.
2. Menutup rapat-rapat wadah air yang digunakan untuk menyimpan air guna mencegah nyamuk bertelur di dalamnya. Hal ini termasuk menutup bak air, drum, dan pot bunga.
3. Mengubur atau membuang barang bekas yang dapat menampung air, seperti kaleng bekas, ban bekas, atau botol plastik.
4. Menggunakan Ikan (Jentik *Aedes*): memasukkan ikan pemakan jentik, seperti ikan guppy, ke dalam tempat-tempat air seperti kolam atau bak penampungan air. Ikan ini membantu mengontrol jumlah jentik *Aedes* yang dapat berkembang biak.
5. Menggunakan Repelan dan Mengenakan Pakaian Pelindung: masyarakat diharapkan menggunakan repelan nyamuk yang efektif, terutama ketika beraktivitas di luar rumah selama waktu yang rawan terhadap gigitan nyamuk *Aedes*.
6. Mengenakan pakaian yang dapat melindungi tubuh dari gigitan nyamuk, seperti pakaian berlengan panjang dan celana panjang.

Program GAME (Gerakan 4M) Pencegahan DBD

No	Kegiatan	Sasaran	Media	Metode	Mitra
Kegiatan Promotif					
1.	Edukasi pencegahan DBD	Masyarakat	• Spanduk • Poster • Banner • Leaflet	Edukasi	Tenaga kesehatan lingkungan
Kegiatan Preventif					
1.	Pembentukan jumantik (juru pemakan jentik)	Masyarakat	• Banner • Leaflet • Video • Lembar check list	Kemitraan	Tenaga kesehatan lingkungan
2.	Pemantauan genangan air setiap rumah	Masyarakat	• Brosure • Foto • Video	Pemeriksaan langsung	Tenaga kesehatan lingkungan
3.	Pemberian bubuk abate setiap rumah	Masyarakat	• Lembar checklist	Door to door	Tenaga kesehatan lingkungan

B. TUBERCULOSIS (TBC)

1. Pengertian

Tuberkulosis (TBC) adalah penyakit infeksi menular yang disebabkan oleh bakteri *Mycobacterium tuberculosis*. Penyakit ini dapat menyerang berbagai organ tubuh, tetapi biasanya menyerang paru-paru. TBC dapat menimbulkan gejala dan komplikasi yang serius jika tidak diobati.

2. Gejala

- Batuk Kering dan Berkepanjangan: Batuk yang berlangsung lebih dari 2 minggu dan tidak merespons pengobatan biasa.
- Demam dan Berkeringat Malam Hari: Sering disertai demam yang tidak terkait dengan penyakit lain dan keringat berlebihan terutama di malam hari.
- Penurunan Berat Badan: Kehilangan berat badan yang tidak diinginkan dan sulit dijelaskan.
- Kelelahan dan Lemah: Kelelahan yang berlebihan dan kelemahan umum.

e. Nyeri Dada: Nyeri atau ketidaknyamanan di dada yang dapat terjadi saat bernapas atau batuk.

3. Penyebab

Penyebab utama TBC adalah infeksi oleh bakteri *Mycobacterium tuberculosis*. Penularan terjadi melalui udara, ketika seseorang yang terinfeksi batuk atau bersin, melepaskan bakteri ke udara. Orang yang berada dalam kontak dekat dengan penderita TBC berisiko lebih tinggi tertular.

Program Rumah Sehat Pencegahan TBC

No	Kegiatan	Sasaran	Media	Metode	Mitra
Kegiatan Promotif					
1.	Edukasi Pencegahan TBC	Masyarakat	• Spanduk • Poster • Banner • Leaflet	Edukasi	Dokter
2.	Edukasi indikator rumah sehat pencegahan TBC	Masyarakat	• Spanduk • Poster • Lembar balik • Video • Buku panduan	Edukasi Penayangan video	
Kegiatan Preventif					
1.	Gerakan rumah sehat, buka jendela setiap pagi	Masyarakat	• Banner • Leaflet • Video • Lembar check list	Pemantauan	Kader Wali nagari
2.	Pemeriksaan kesehatan dengan tes dahak bagi yang batuk berkepanjangan	Masyarakat	• Brosure	Pemeriksaan langsung	Dokter
3.	Pembentukan kader anti TB	Masyarakat	• Brosure • Spanduk	Pemilihan	Perawat

C. HIV (Human Papiloma Virus)

HIV (Human Immunodeficiency Virus) adalah virus yang menyerang sistem kekebalan tubuh manusia. Virus ini dapat menyebabkan AIDS (Acquired Immunodeficiency Syndrome) jika tidak diobati. Gejala awal infeksi HIV dapat mirip dengan flu, tetapi tidak semua orang mengalami gejala tersebut. Setelah masuk ke dalam tubuh, HIV merusak sistem kekebalan, membuat tubuh menjadi rentan terhadap infeksi dan penyakit lainnya. Pada tahap lanjut, penderita AIDS dapat mengalami berbagai infeksi oportunistik dan kanker.

Pencegahan HIV melibatkan praktik seks yang aman, penggunaan kondom, uji HIV secara teratur terutama untuk mereka yang berisiko tinggi, dan penggunaan peralatan medis yang steril. Terapi antiretroviral (ART) adalah pengobatan utama untuk HIV, membantu menekan replikasi virus, meningkatkan sistem kekebalan, dan memperpanjang harapan hidup penderita. Meskipun tidak ada vaksin yang bisa menyembuhkan HIV, langkah-langkah ini dapat membantu mengendalikan penyebaran virus dan meningkatkan kesejahteraan individu yang hidup dengan HIV.

Program Pencegahan HIV

No.	Indikator Program	Sasaran	Media	Metode	Mitra
A. Program Prioritas					
	Pengobatan ARV(Antiretroviral) pagi pasien ODHA Tujuan : Untuk mengurangi laju penularan HIV di Masyarakat, menurunkan angka kesakitan dan kematian, memperbaiki kualitas hidup ODHIV, memulihkan/memelihara fungsi kekebalan tubuh, menekan penggandaan virus secara maksimal dan terus-menerus.	Masyarakat	• Poster • Spanduk • Banner • Leaflet • Lembar balik	Ceramah	• Dokter • Konsultan HIV-Aids
B. Pelayanan Yang Diberikan					
Kegiatan Promotif					
	Penyuluhan di dalam gedung berupa Sosialisasi HIV-Aids	Masyarakat	• Leaflet • Spanduk • Poster • Stiker	FGD, Ceramah	Dokter, konsultan HIV-Aids

	Penyuluhan di luar gedung	Masyarakat	• Leaflet • Spanduk • Booklet • Media Sosial	FGD, Ceramah	Dokter, konsultan HIV-Aids
--	---------------------------	------------	---	--------------	----------------------------

Kegiatan Preventif					
	Pelayanan konseling pada orang dengan resiko terinfeksi HIV	Ibu Hamil	Spanduk, Booklet	Screening kesehatan, Terapi ARV	Dokter, konsultan HIV-Aids, Dokter Spesialis anak, Bidan
	Pembentukan Pemuda Keren Dengan materi : • Bagaimana bahaya dan dampak negatif dari perilaku seksual yang tidak sehat • Bagaimana cara pencegahan dan tindakan yang bisa diberikan kepada teman sebaya	Siswa SMA dan SMP	Power Point, Video	Ceramah	Dokter, konsultan HIV-Aids, Dokter Spesialis anak

D. ISPA

Infeksi Saluran Pernapasan Atas (ISPA) merupakan kelompok penyakit yang menyerang bagian atas saluran pernapasan, termasuk hidung, tenggorokan, faring, dan sinus. ISPA umumnya disebabkan oleh virus, seperti rhinovirus, adenovirus, atau virus influenza, meskipun bakteri atau jamur juga dapat menjadi penyebabnya. Gejalanya melibatkan hidung tersumbat atau berair, batuk, sakit tenggorokan, demam, dan mungkin disertai dengan gejala umum seperti kelelahan dan nyeri otot.

Penularan ISPA terjadi melalui kontak langsung dengan percikan cairan tubuh yang terinfeksi, terutama melalui udara ketika orang yang terinfeksi bersin atau batuk. Faktor risiko melibatkan paparan terhadap individu yang sedang sakit, kurangnya kebersihan, dan sistem kekebalan tubuh yang lemah, terutama pada anak-anak kecil, lansia, atau individu dengan kondisi kesehatan yang melemahkan.

Pencegahan ISPA melibatkan tindakan higiene yang baik, seperti mencuci tangan secara teratur, menggunakan masker jika sedang sakit untuk mencegah penularan, dan menjaga kebersihan lingkungan sekitar. Meskipun ISPA umumnya bersifat ringan dan dapat sembuh sendiri, pada kelompok risiko tinggi atau jika terdapat gejala yang parah, konsultasi medis segera diperlukan. Pengobatan umumnya melibatkan perawatan simptomatik, seperti penggunaan antipiretik untuk menurunkan demam, dan istirahat yang cukup untuk memungkinkan tubuh pulih.

Dengan menjaga kebersihan diri, menerapkan praktik hidup sehat, dan memahami tanda dan gejala ISPA, masyarakat dapat berperan dalam pencegahan dan pengendalian penyebaran penyakit ini.

Program Pencegahan ISPA

No.	Indikator Program	Sasaran	Media	Metode	Mitra
A. Program Prioritas					
	Program RUMAH SEHAT Tujuan: 1. Meningkatkan perilaku menjaga sanitasi rumah (seperti membersihkan ventilasi) 2. Meningkatkan perilaku membuka jendela tiap pagi 3. Meningkatkan pengetahuan dampak merokok didekat balita	Masyarakat	• Ppt • Spanduk • Poster • Leaflet	• Penyuluhan • Sosialisasi • Ceramah • Edukasi	• Dinas Kesehatan • Kesehatan lingkungan
B. Pelayanan Yang Diberikan					
1.	Kegiatan Promotif				
	Penyuluhan mengenai pentingnya menjaga sanitasi rumah terutama ventilasi	Masyarakat cengkeh	• Leaflet • Banner • Power Point (PPT) • Foto • Video • poster	• Penyuluhan • Ceramah • Diskusi • Tanya jawab	• Dinas Kesehatan • Kesehatan lingkungan
	Edukasi terkait pentingnya tidak merokok didekat balita	Masyarakat	• Leaflet • Banner • PowerPoint(PPT) • foto, • Video • poster	• Penyuluhan • Ceramah • Diskusi • Tanyajawab	Dinas kesehatan
Kegiatan Preventif					

a.	Melakukan pengendalian hama (penyemprotan hama) untuk mencegah penyebaran penyakit ISPA pada balita	Masyarakat	-	Praktek langsung	Kesehatan lingkungan
b.	Melakukan kegiatan pengawasan lingkungan ,bertujuan untuk memastikan bahwa rumah dan lingkungan	Masyarakat	• Poster • Kuis • booklet	Pengawasan langsung	Tenaga kesehatan lingkungan
	sekitarnya bebas dari factor risiko seperti kelembapan berlebihan, asap rokok,dan bahan kimia yang berbahaya				

E. MALARIA

Malaria adalah penyakit menular yang disebabkan oleh parasit Plasmodium yang ditularkan melalui gigitan nyamuk Anopheles yang terinfeksi. Penyakit ini terutama terjadi di daerah tropis dan subtropis, di mana nyamuk pembawa parasit tersebut dapat berkembang biak.

1. Penyebab dan Penularan

Malaria disebabkan oleh empat spesies parasit Plasmodium utama: Plasmodium falciparum, Plasmodium vivax, Plasmodium ovale, dan Plasmodium malariae. Plasmodium falciparum adalah yang paling mematikan. Penyakit ini ditularkan melalui gigitan nyamuk betina Anopheles yang terinfeksi. Ketika nyamuk menggigit orang yang terinfeksi malaria, parasit Plasmodium masuk ke dalam darah nyamuk dan berkembang biak di dalam tubuh nyamuk.

2. Gejala

Gejala malaria melibatkan demam, menggigil, sakit kepala, dan nyeri otot. Gejala dapat muncul beberapa minggu hingga beberapa bulan setelah gigitan nyamuk yang terinfeksi.

4. Pencegahan

- Penggunaan kelambu berinsektisida dan kelambu tidur untuk melindungi dari gigitan nyamuk.
- Profilaksis antimalaria untuk orang-orang yang tinggal atau bepergian ke daerah endemis.

- c) Mengenakan pakaian yang menutupi tubuh saat berada di daerah yang terinfeksi malaria.
- d) Pengendalian vektor, seperti pemusnahan tempat berkembang biak nyamuk.

No	Indikator Program	Sasaran	Media	Metode	Mitra
A. Program Prioritas					
	Program Bersama Cegah Malaria dengan selalu menutup tempat genangan air	Masyarakat	• Rekaman audio • Spanduk	Penyuluhan keliling	• Lintas program: Dokter, tenaga kesehatan lingkungan • Lintas sektor: Pihak kecamatan tokoh masyarakat
B. Program Prioritas yang dikembangkan					
	Program CEMARA EN JEMUK (Cegah Malaria Dengan Entas Jentik Nyamuk)	Masyarakat	• Leaflet • Banner • Spanduk • Poster	• Penyuluhan • Pemberdayaan	Promotor kesehatan bermitra dengan: Dinas Kesehatan
1.	Kegiatan Promotif				
	Edukasi masyarakat terkait pengendalian faktor lingkungan, seperti ditambah persawahan, perkebunan, rawadan lingkungan	Masyarakat	• Leaflet • Banner • Power Point (PPT),	• Penyuluhan • Ceramah • Edukasi • Sosialisasi	Promotor kesehatan bermitra dengan tenaga kesehatan lingkungan
2.	Kegiatan Preventif				
	Melaksanakan event hari malaria sedunia untuk mengedukasi masyarakat	Masyarakat	• Leaflet • Banner • Spanduk • Poster	Show (Penampilan)	Promotor kesehatan bermitra dengan sanitarian, dan panitia penyelenggaraan event



BAB V

PENYAKIT TIDAK MENULAR

Penyakit Tidak Menular (PTM) atau Non Communicable Disease (NCD) adalah penyakit yang tidak bisa ditularkan dari orang ke orang. yang perkembangannya berjalan perlahan dalam jangka waktu yang panjang (kronis). Penyakit Tidak Menular (PTM), juga dikenal sebagai penyakit kronis, cenderung berlangsung lama dan merupakan hasil kombinasi faktor genetik, fisiologis, lingkungan, dan perilaku (WHO, 2018). Jenis utama PTM adalah penyakit kardiovaskuler (seperti serangan jantung dan stroke), kanker, penyakit pernapasan kronis (seperti penyakit paru obstruktif kronik dan asma), dan diabetes.

A. Kanker Payudara

Kanker termasuk penyakit yang tidak menular. Penyakit ini timbul akibat kondisi fisik yang tidak normal dan pola hidup yang tidak sehat. Meskipun demikian, penyakit ini bisa diturunkan oleh orang tua kepada anaknya. Risiko terkena kanker sangat besar jika salah satu anggota keluarga terkena kanker. Secara umum Pertumbuhan sel-sel kanker tidak terkoordinasi dengan jaringan lain sehingga berbahaya bagi tubuh. Konteks lain menyebutkan kanker merupakan tumor ganas yang mengalami pertumbuhan abnormal yang tidak diketahui secara pasti penyebab- nya. Dalam kondisi normal, sel hanya akan berkembang biak dengan cara membelah diri jika ada yang mati atau rusak. Sel kanker akan terus mengalami perkembangbiakan meskipun tidak dibutuhkan oleh tubuh. Sel kanker merusak jaringan sel lain yang normal dan menye- bar ke organ tubuh lain melalui jaringan ikat, darah, saraf, dan jaringan penunjang organ tubuh.

Kanker payudara adalah tumor yang menyerang jaringan Kpayudara. Jaringan payudara tersebut terdiri dari kelenjar susu (kelenjar pembuat air susu), saluran kelenjar (saluran air susu), dan jaringan penunjang payudara. Kanker payudara tidak menyerang kulit payudara yang berfungsi sebagai pembungkus. Kanker payudara menyebabkan sel dan jaringan payudara berubah bentuk menjadi abnormal dan bertambah banyak secara tidak terkendali.

No	Kegiatan	Sasaran	Isi Pesan Komunikasi	Metode	Media Komunikasi	Pelaksana
1	Pelayanan Kesehatan Masyarakat Tentang Pencegahan Kanker Payudara	Masyarakat berjenis kelamin perempuan, kader kesehatan	• Pencegahan Kanker Payudara • Informasi panduan cara perawatan organ reproduksi wanita	• Presentasi • Ceramah • Tanya Jawab • FGD • Talkshow • Curah pendapat • Pemeriksaan • Konseling	• Poster • Leaflet • Banner • Spanduk • Power Point (PPT) •	• Promotor Kesehatan Mitra : • Dokter • Bidan • Perawat • Dinas Kesehatan
2	Membentuk kelas SADARI dan SADANIS (Pemeriksaan Payudara secara Klinis yang dilakukan oleh tenaga kesehatan)	Warga perempuan	• Informasi terkait pencegahan kanker payudara	• Presentasi • Ceramah • Tanya Jawab • FGD • Emo demo	• Poster • Leaflet • PPT • Video	• Promotor Kesehatan Mitra : • Dokter • Bidan • Perawat • Ahli onkologi
3	PELITA HATI (peduli wanita cek kesehatan sejak dini)	Perempuan, kader kesehatan	Promosi dan informasi penyakit kanker pada wanita serta tes	• Demonstrasi • Edukasi • Tanya jawab • Emo demo	• Video edukasi • Leaflet • Spanduk • Poster • Booklet	• Promotor Kesehatan Mitra : • Dokter • Bidan • Perawat
			IVA	• Observasi		• Dinas kesehatan • Ahli onkologi
4	Edukasi tentang program (SAKING CINTA) Saatnya Skrining Iva dengan cara Inspeksi Organ Wanita)	Masyarakat perempuan, kader kesehatan	Pelayanan deteksi dini tentang pencegahan kanker payudara	• Ceramah • Demonstrasi • Tanya jawab	• Poster • Leaflet • Video Edukasi • Booklet • X-Banner	• Promotor Kesehatan Mitra : • Dokter • Bidan • Perawat • Dokter spesialis

						kanker
--	--	--	--	--	--	--------

A. HIPERTENSI

Hipertensi adalah merupakan kondisi kronis tersering yang terjadi pada lansia. WHO menyebutkan bahwa Hipertensi merupakan penyebab tersering kematian pada negara berkembang. Prevalensi Hipertensi di Indonesia cukup tinggi. Selain itu, akibat yang ditimbulkannya menjadi masalah kesehatan masyarakat. Hipertensi, merupakan salah satu faktor risiko yang paling berpengaruh terhadap kejadian penyakit jantung dan pembuluh darah. Hipertensi sering tidak menunjukkan gejala, sehingga baru disadari bila telah menyebabkan gangguan organ seperti gangguan fungsi jantung atau stroke. Tidak jarang hipertensi ditemukan secara tidak sengaja pada waktu pemeriksaan kesehatan rutin atau datang dengan keluhan lain.

No	Kegiatan	Sasaran	Perilaku yang diharapkan	Metode	Media	Pelaksana
A ADVOKASI						
1	Pembentukan tim advokasi kabupaten/kota	Pemerintah (Bupati, Wali Nagari), Rt/Rw, Puskesmas, kader, Tenaga kesehatan, pengelola Media Masa	Adannya kesepakatan dan dukungan untuk melakukan advokasi kegiatan pencegahan hipertensi	FGD, lobi, presentasi, dan tatap muka	Bahan presentasi interaktif, leaflet factsheet, Spanduk, banner, dan flipchart	Dinas Kesehatan dan Promotor Kesehatan
2	Penyediaan modul pelatihan untuk kelompok peduli hipertensi	Pemerintah (Bupati, Wali Nagari), Rt/Rw, Puskesmas, kader, Tenaga kesehatan, pengelola Media Masa	Tersedianya modul pelatihan untuk kelompok peduli hipertensi	FGD, lobi, presentasi, dan tatap muka	Bahan presentasi interaktif, leaflet factsheet, spanduk, banner, dan flipchart	Dinas Kesehatan dan Promotor Kesehatan
3	Penyediaan	Pemerintah	Tersedianya	FGD, lobi,	Bahan	Dinas

	n modul pelatihan untuk kader anti hipertensi	(Bupati,Wali Nagari), Rt/Rw, Puskesmas, kader, Tenaga kesehatan, pengelola Media Massa	modul pelatihan untuk kelompok peduli hipertensi	presentasi, dan tatap muka	presentasi interaktif, leaflet factsheet, spanduk, banner, dan flipchart	Kesehatan dan Promotor Kesehatan
3	Pemantauan dan evaluasi kegiatan	Pemerintah (Bupati,Wali Nagari), Rt/Rw, Puskesmas, kader, Tenaga kesehatan, pengelola Media Masa	Untuk kesinambungan dan perbaikan program hipertensi	Supervisi	Format evaluasi, FGD, dan Presentasi	Dinas Kesehatan dan Promotor Kesehatan
B	KEMITRAAN					
1.	Mengadakan lokakarya bersama mitra potensial	Pemerintah, Bupati, Pengelola tempat Umum, Pokjanal (pengelola kerja Operasional), pengelola, Media Massa, HKTI, dokter, perawat, ahli gizi, PKK, karang taruna, majelis taklim,	Kegiatan terpadu dan didatangkannya kesamaan pendapat untuk saling bermitra	FGD dan Presentasi	Spanduk, banner, hasil survei/observasi, bahan presentasi interaktif, Foto, dan Video	Dinas Kesehatan dan Promotor Kesehatan
2.	Melaksanakan forum kemitraan	Pemerintah, Bupati, Pengelola tempat Umum, Pokjanal (pengelola kerja Operasional), pengelola, Media Massa, HKTI, dokter, perawat, ahli	Mampu menjalankan peran dan tugas sesuai dengan kesepakatan bersama	Miniloka, dialog, forum komunikasi, dan lobi	Bahan presentasi interaktif, spanduk, foto, dan vidio	Dinas Kesehatan dan Promotor Kesehatan

		gizi, PKK, karang taruna, majelis taklim,				
3.	Menyusun pedoman program kemitraan	Pemerintah, Bupati, Pengelola tempat Umum, Pokjanal (pengelola kerja Operasional), pengelola, Media Massa, HKTI, dokter, perawat, ahli gizi, PKK, karang taruna, majelis taklim,	Adanya/terbentuknya pedoman program kemitraan yang dapat digunakan dalam pelaksanaan kemitraan	FGD, miniloka, presentasi, dan kajian analisis	Flipchart, poster, bahan kajian interaktif, dan Spanduk	Dinas Kesehatan dan Promotor Kesehatan
4.	Melaksanakan nota kesepakatan (MOU) dengan mitra potensial	Pemerintah, Bupati, Pokjanal (Pengelola Kerja Operasional), Pengelola, Media Massa, HKTI, Dokter, Perawat, Ahli Gizi, PKK, Karang Taruna,	Kemitraan berjalan sesuai dengan isi MOU yang telah disepakati	FGD dan pertemuan tim	Spanduk, Banner, dan MOU	Dinas Kesehatan dan Promotor Kesehatan
5.	Penggalangan kemitraan dengan media massa	Pimpinan stasiun radio, koran, dan media tradisional	Menyebarkan pesan hipertensi	Orientasi	Penggalangan kemitraan dengan media massa	Dinas Kesehatan dan Promotor Kesehatan
C BINA SUASANA						
1.	Festival seni hipertensi	Masyarakat umum	1. Peningkatan upaya pencegahan hipertensi 2. Primer mover	Teater tentang pencegahan hipertensi talkshow, pameran, simulasi, seminar,	Poster, bahan kajian interaktif, spanduk, banner, buku saku, dan KIT	Pemerintah, Bupati, Puskesmas, Pengelola Tempat Umum, Pokjanal

				olahraga massal, dan diskusi interaktif	(kalender, kaos, dan pin)	(Pengelola Kerja Operasional), Pengelola, Media Massa,
2.	Bazar makan dan minum anti hipertensi	Masyarakat umum	Masyarakat mengetahui makan dan minum yang dapat mengurangi terkena resiko hipertensi	Pameran, demonstrasi, dan tanya jawab	Spanduk, banner, poster, foto, dan video	Pemerintah(Bupati,Wali Nagari),Rt/Rw, TOMA, TOGA, PKK, Puskesmas,kader, Tenaga kesehatan, Ahli Gizi,
3.	Kampanye rumah anti hipertensi	Masyarakat umum	Dukungan dan aksi sosial	Tatap Muka dan Cetak, TV Spot, Radio Spot, Dialog interaktif, Iklan koran, Mobil keliling, pameran	Stiker, Poster, Spanduk, Banner, Running Text, Adlibs, Kit (Kaos, Tumblr Dan Topi)	Pemerintah(Bupati,Wali Nagari),Rt/Rw, TOMA, TOGA, PKK, Puskesmas,kader, Tenaga kesehatan, Ahli Gizi
1.	Kampanye Berani Berhenti Merokok	Masyarakat umum	Masyarakat bergerak untuk berhenti merokok dengan menandatangani petisi	Tatap Muka dan Cetak, TV Spot, Radio Spot, Dialog interaktif, Iklan koran, Mobil keliling	Stiker, Poster, Spanduk, Banner, Running Text, Adlibs, Kit (Kaos, Tumblr Dan Topi)	Pemerintah(Bupati,Wali Nagari),Rt/Rw, TOMA, TOGA, PKK, karang taruna, majelis taklim, dan KARI,
5.	Sosialisasi makanan yang bisa mencegah hipertensi	Masyarakat umum	1. Mendukung upaya pencegahan hipertensi 2. Terbentuk opini melalui mencegah hipertensi	Ceramah, presentasi, dan tanya jawab	Bahan presentasi interaktif, foto, video, flipchart, poster, spanduk, banner, dan leaflet	Pemerintah (Bupati,Wali Nagari), Rt/Rw, TOMA, TOGA, PKK, gizi,
6.	Sosialisasi deteksi dini	Masyarakat umum	Mendukung upaya pencegahan	Ceramah, presentasi, dan tanya jawab	Bahan presentasi interaktif,	Pemerintah (Bupati,Wali Nagari),

	hipertensi		hipertensi melalui deteksi dini Terbentuk opini melalui deteksi dini bisa mencegah hipertensi		foto, video, flipchart, poster, spanduk, banner, dan leaflet	Rt/Rw, TOMA, TOGA, kader, Tenaga kesehatan, Ahli Gizi, pengelola Media Massa, HKTI, dokter, perawat, ahli gizi, PKK,
7.	Edukasi pola makan untuk mencegah hipertensi	Masyarakat umum	Meningkatkan pengetahuan dan pemahaman terkait pola makan yang sehat	Ceramah, presentasi, curah pendapat, dan tanya jawab	Bahan presentasi interaktif, foto, video, flipchart, poster, spanduk, banner, dan leaflet	Puskesmas, kader, Tenaga kesehatan, Ahli Gizi, pengelola Media Massa, HKTI, dokter, perawat,
8.	Sosialisasi pemanfaatan fasilitas kesehatan	Masyarakat umum	Perilaku mau memanfaatkan pelayanan kesehatan	Ceramah, presentasi, dan tanya jawab	Bahan presentasi interaktif, poster, spanduk, banner, booklet Dan leaflet	Puskesmas, kader, Tenaga kesehatan, Ahli Gizi, pengelola Media Massa, HKTI, dokter, perawat, ahli gizi
D	PEMBERDAYAAN MASYARAKAT					
1.	Pembentukan dan pelatihan kelompok peduli hipertensi	Masyarakat umum	Mendukung aksi pencegahan hipertensi	Sosialisasi, demonstrasi, simulasi, pembentukan tim, ceramah, distribusi media, dan FGD	Spanduk, banner, buku saku, poster, leaflet, dan flipchart	Puskesmas, kader, Tenaga kesehatan, Ahli Gizi, pengelola Media Massa, HKTI, dokter,

						perawat, ahli gizi, PKK,
2.	Pembentukan dan pelatihan kader anti hipertensi	Masyarakat umum	Mendukung aksi pencegahan hipertensi Menjadi ujung tombak dalam pencegahan dan pengendalian hipertensi	Sosialisasi, demonstrasi, simulasi, pembentukan tim, ceramah, distribusi media, dan FGD	Spanduk, banner, buku saku, poster, leaflet, dan flipchart	PKK, Puskesmas, kader, Tenaga kesehatan, Ahli Gizi, pengelola Media Massa,
3.	Demo memasak makanan sehat cegah hipertensi	Masyarakat umum	Masyarakat dapat memasak makanan anti hipertensi	Sosialisasi, demonstrasi, lomba, simulasi, dan FGD	Spanduk, banner, buku saku, leaflet, video,	Ahli Gizi, pengelola Media Massa, PKK
6.	Senam hipertensi	Masyarakat umum	Adanya aksi nyata dalam memerangi hipertensi Masyarakat dapat melakukan senam dengan benar dan rutin	Secara langsung dan olaharag massal	Spanduk, banner, dan KIT (topi, kaus, dan pin)	Wali nagari, kader

B. STROKE

No	Kegiatan	Sasaran	Perilaku Yang diharapkan	Metode	Media Komunikasi	Pelaksanaan
ADVOKASI						
1.	Pembentukan kebijakan terkait cek kesehatan secara berkala yang diadakan sekali sebulan di puskesmas.	Wali nagari dan Kepala Puskesmas	Wali nagari dapat menganjurkan masyarakatnya untuk datang cek kesehatan secara rutin di puskesmas dan mengadakan cek kesehatan secara rutin .	• Lobby	• PPT • Banner • Factsheet	Dilakukan di balai adat nagari dengan penanggung jawab Promotor Kesehatan
2.	Pembentukan	Kepala	Diharapkan	Rapat	• Video	Dilakukan di

	n kebijakan Car Free Day setiap hari minggu disekitaran wilayah jorong	jorong	Kepala Jorong mengeluarkan kebijakan dalam melaksanakan Car Free day serta mendukung keberlangsungan program ini.		aktifitas fisik • Banner • Poster • Factsheet	balai Adat Nagari.
3.	Pembentukan kebijakan untuk revitalisasi posyandu lansia sebagai orang yang berisiko terkena penyakit stroke.	Wali nagari dan Tokoh Maysrakat	Lansia dapat mengikuti posyandu lansia dan menerapkan perilaku hidup sehat serta terlaksananya revitalisasi posyandu lansia.	• Lobby • Presentasi • Tanya jawab • Ceramah	• PPT • Banner • Spanduk	Dilaksanakan seminggu sebelum melakukan posyandu rutin dengan mitra Kader posyandu
4.	Pembentukan kebijakan kawasan tanpa rokok di wilayah itu	Toko masyarakat	Masyarakat akan lebih sadar akan bahaya merokok terhadap kesehatan dan lingkungan sehingga	ying	• Brosur • Poster • Spanduk peringatan bahaya merokok	Dilaksanakan di balai adat nagari

KEMITRAAN

1.	Melakukan lokakarya cek kesehatan diadakan sekali sebulan di puskesmas.	Kepala puskesmas	Masyarakat dapat melakukan cek kesehatan untuk mengetahui perkembangan kesehatan sendiri akan resiko penyakit stroke	• FGD • Konseling • Tanya jawab	• Poster • Leaflet • Banner • spanduk	Pemantauan dilakukan oleh tenaga kesehatan dan dilaksanakan sebulan sekali yang di adakan puskesmas.
2.	Bermitra dengan tokoh masyarakat untuk mengikuti Car Free	Tokoh masyarakat	Masyarakat dapat meningkatkan pengetahuan terkait akan dampak lingkungan, serta	• Diskusi langsung • Edukasi	• Poster • Spanduk • Banner	Dilakukan di sekitaran perdesaan

	Day setiap hari minggu disekitaran wilayah jorong		perubahan positif dalam kebiasaan bertransportasi			
3.	Bermitra revitalisasi posyandu lansia sebagai orang yang berisiko terkena penyakit stroke.	Kader posyandu	Lansia termotivasi untuk mendapatkan pelayanan yang di perlukan.	• FGD • Pelatihan kader • Konseling	• Video pendek • poster	Dilakukan secara langsung
4.	Bermitra dengan toko masyarakat terkait kawasan tanpa rokok.	Organisasi pemuda, Remaja Masjid.	Perilaku merokok akan berkurang, dan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan dan lingkungan akan meningkat di seluruh kawasan tersebut	• Edukasi • konseling	• poster • media massa • brosur • spanduk	Dilakukan di salah satu rumah masyarakat

BINA SUASANA

1.	Adanya ruang tunggu	Kepala puskesmas	Meningkatkan kesadaran masyarakat terkait pentingnya cek kesehatan	• Edukasi • Skrining • Diskusi	• Poster • brosur	Dilakukan di puskesmas
2.	Jalan sehat yang diadakan setiap hari sabtu	Masyarakat	Masyarakat melaksanakan car free day yang diadakan setiap hari sabtu.	• Kampanye • FGD • Ceramah • Demonstrasi	• Spanduk • Banner • Baliho • Poster • leaflet	• Promotor kesehatan • Kepala puskesmas
3.	Pembinaan kelompok lansia melalui	Lansia	Lansia Dapat mengurangi tingkat stress dengan berkumpul	• Pemberdayaan • Konseling • Diskusi	• Video pendek	Tenaga promotor kesehatan dan kader kesehatan

	puskesmas dengan didirikan ya posyandu lansia		antara sesama lansia pada posyandu tersebut.			
4.	Kampanye untuk mengurangi penggunaan rokok	Organisasi masyarakat	Organisasi masyarakat diharapkan dapat berkontribusi dan dapat mengajak masyarakat untuk mengurangi penggunaan rokok	• FGD • Edukasi • Kampanye	• Poster • Spanduk • Iklan sosial media • baliho	Dilakukan oleh promotor kesehatan dan tenaga kesehatan
5.	Demonstrasi masak memasak hari	Masyarakat	Masyarakat dapat mengkonsumsi makanan yang bergizi seimbang setiap hari.	• Lokakarya • Demokrasi	• Spanduk • Banner • Poster	Ahli gizi dan tenaga promotor kesehatan

PEMBERDAYAAN MASYARAKAT

1.	Pelatihan cek kesehatan untuk anggota keluarga yang berisiko terkena penyakit Stroke	Masyarakat	Masyarakat menyadari pentingnya melakukan cek kesehatan dan rutin mengikuti pemeriksaan kesehatan	• ceramah • tanya jawab • pemeriksaan langsung	• ppt • poster • banner • booklet	• Tenaga promotor kesehatan • Perawat • Dokter
2.	Mendorong partisipasi masyarakat untuk melakukan Car Free Day dalam melakukan aktivitas	Masyarakat	Meningkatkan perilaku hidup sehat seperti bersepeda dan jalan kaki	• Sosialisasi • Himbauan	• Poster • Media sosial • Spanduk	Tenaga promotor kesehatan dan tokoh masyarakat

	fisik khususnya jalan santai dan senam sehat setiap hari sabtu					
3.	Sosialisasi dan kampanye terkait pentingnya perawatan lansia dan kesehatan bagi lansia	Masyarakat	Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan peran, motivasi dan pengetahuan lansia beserta kader kesehatan setempat untuk dapat berpartisipasi aktif dalam pengendalian PTM melalui posyandu lansia.	• Sosialisasi	• Dilaksanakan secara langsung • FGD	Tenaga promotor kesehatan dan tenaga kesehatan
4.	Edukasi tentang bahaya merokok dan dampak akibat merokok	Masyarakat	Meningkatnya kesadaran tentang bahaya merokok	• Ceramah langsung • FGD	• PPT • Leaflet • Brosur	Tenaga promotor kesehatan dan pengambilan keputusan oleh tokoh masyarakat.
5.	Edukasi tentang pentingnya konsumsi sayur dan buah	Masyarakat	Meningkatkan kesadaran tentang konsumsi sayur dan buah sebagai sumber vitamin sesuai anjuran pedoman gizi seimbang untuk kesehatan yang optimal	• FGD • Ceramah langsung	• Ppt • Leaflet • Food model	Tenaga promotor kesehatan Mitra : ahli gizi puskesmas

C. DIABETES MELLITUS

Diabetes Melitus (DM) atau dikenal dengan "Penyakit Gula" atau "Kencing Manis", merupakan kondisi kadar gula darah lebih dari normal. DM terjadi karena hormon insulin tidak dapat digunakan secara efektif untuk mengatur gula darah agar seimbang sehingga terjadi peningkatan konsentrasi gula di dalam darah (hiperglikemia) (Infodatin, 2018). Diabetes terjadi karena kelainan metabolisme sehingga terjadi peningkatan kadar gula darah (hiperglikemia). Diabetes melitus termasuk penyakit kronis yang tidak dapat disembuhkan dan akan diderita seumur hidup.

Kegiatan	Tujuan	Metode	Media	Sasaran	Mitra
ADVOKASI KESEHATAN					
Advokasi untuk dapat berperan serta dalam penanggulangan dan pencegahan diabetes melitus	Untuk terjalannya program masyarakat tanpa diabetes melitus	• FGD • Lobby	• Leaflet • Factsheet • Lembar balik	Lurah	• Perawat • Kelompok peduli DM • Dokter • Ahli gizi
Advokasi dan sosialisasi GERMAS	Untuk mengoptimalkan asupan yang dimakan dengan program gernas isi piringku	• Lobby • Aliansi dan jaringan	• Factsheet • Lembar balik • Poster	Masyarakat umum	• Tokoh masyarakat • Pkk
PEMBERDAYAAN MASYARAKAT					
Pelatihan dan pendidikan kesehatan tentang: a. Pengertian diabetes melitus b. Faktor resiko c. Pencegahan diabetes melitus d. Penanganan diabetes melitus	Untuk memberikan bekal pengetahuan kepada kader tentang penyakit diabetes melitus	Ceramah langsung	• Slide ppt • Leaflet • Video	Kader PTM di wilayah kerja	• Ahli gizi • Petugas kesehatan
Melakukan penyuluhan tentang pencegahan diabetes	Meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan penyakit diabetes melitus	Ceramah langsung	• Banner • Brosure • Ppt • leaflet	Masyarakat yang beresiko DM	• Dokter • Perawat • Ahli gizi

Demonstrasi memasak makanan sehat cegah Diabetes Mellitus	Meningkatkan keterampilan sasaran untuk membuat makanan sehat sesuai dengan kebutuhan	Demonstrasi dan Praktik langsung	• video • leaflet • booklet • menu resep	Ibu rumah tangga	• Ahli gizi • Kader • PKK
---	---	----------------------------------	---	------------------	---

BINA SUASANA					
Demonstrasi senam kaki diabetes bersama keluarga	Meningkatkan perilaku positif bagi penderita dan keluarga	• Demonstrasi • Praktek langsung	• Leaflet • Brosur • Spanduk • Video	• Masyarakat yang terkena DM • Keluarga	• Perawat • Kader
Kampanye pengenalan variasi menu diet diabetes melitus	Untuk mengetahui berbagai jenis menu yang dapat digunakan dalam diet diabetes melitus	• Produksi media • Kampanye	• Prototype media kit • Flyer • Food model	• masyarakat yang berisiko terkena DM	• Dokter • Ahli gizi
KEMITRAAN					
Konsultasi masalah penyakit diabetes melitus	Pencegahan, pemantauan, rekomendasi tindakan medis, hingga mendapat pengobatan mengenai penyakit DM	• Pertemuan langsung	• Lembar balik • Brosure	Masyarakat	• Dokter • Ahli gizi • Perawat

Skining dini melaui pemeriksaan berat badan, tinggi badan, lingkar lengan atas dan pemeriksaan glukosa darah	Untuk memantau kesehatan masyarakat sasaran agar tetap stabil.	• Pertemuan langsung • Skrining	• Lembar checklist • Buku panduan	Masyarakat berisiko Diabetes Mellitus	• Perawat • Dokter
--	--	--	--	---------------------------------------	---

D. PENYAKIT JANTUNG

No	Kegiatan	Sasaran	Perilaku	Metode	Media	pelaksana
Advokasi Kesehatan						
1.	Mengusulkan pembentukan kebijakan tentang Perilaku Hidup Sehat (Cerdik) untuk mencegah serangan jantung	Tokoh masyarakat	Terciptanya kebijakan terkait perilaku hidup sehat mencegah serangan jantung	• Lobby • Rapat Pimpinan	• Kit Advokasi • Flipchart	Promosi Kesehatan
2.	Mengusulkan pembentukan Masyarakat Peduli Penyakit Jantung (Madu Jantung)	Tokoh masyarakat	Terciptanya kader kesehatan yang dapat menggalakkan upaya pencegahan penyakit jantung	• FGD • Lobby • Presentasi • Tatap Muka	• Bahan Presentasi Interaktif • Leaflet • Factsheet • Flipchart	Promosi kesehatan
3.	Mengusulkan pembentukan kebijakan tentang larangan penggunaan petasan di sekitar perkarangan, volume organ atau sesuatu hal yang dapat memicu keterkejutan	Tokoh masyarakat	Terciptanya perilaku patuh dan menghargai orang yang memiliki penyakit jantung	• Lobby • Rapat	• Factsheet • flipchart	Promosi kesehatan
Kemitraan						
1.	Mengadakan lokakarya bersama mitra potensial	Pemerintah Setempat	Kegiatan terpadu dan didatakannya kesamaan pendapat untuk saling bermitra	Persentasi Diskusi	Spanduk, Banner, Hasil Survei/Observasi, Bahan Presentasi Interaktif, Foto, Dan Video	Dinas Kesehatan, Promotor Kesehatan

2.	Melaksanakan forum kemitraan	Pemerintah Setempat	Mampu menjalankan peran dan tugas sesuai dengan kesepakatan bersama	Miniloka, Dialog, Forum Komunikasi, Dan Lobi	Bahan Presentasi Interaktif, Spanduk, Foto, Dan Vidio	Dinas Kesehatan, Promotor Kesehatan
3.	Menyusun pedoman program kemitraan	Pemerintah Setempat	Adanya/terbentuknya pedoman program kemitraan yang dapat digunakan dalam pelaksanaan kemitraan	FGD, miniloka, presentasi, dan kajian analisis	Flipchart, poster, bahan kajian interaktif, dan Spanduk	Dinas Kesehatan, Promotor Kesehatan
4.	Melaksanakan nota kesepakatan (MOU) dengan mitra potensial	Pemerintah Setempat	Kemitraan berjalan sesuai dengan isi MOU yang telah disepakati	FGD	Spanduk, Banner, dan MOU	Dinas Kesehatan, puskesmas, Promotor Kesehatan
5.	Penggalangan kemitraan dengan media massa	Pimpinan stasiun radio, koran, dan media tradisional	Mampu menyebarkan pesan pencegahan penyakit Demam Berdarah Dengue (DBD)	Orientasi	Spanduk, Factsheet, Brosur, Leaflet	Dinas Kesehatan, puskesmas, Promotor Kesehatan

Bina Suasana

1.	Kampanye Perilaku Hidup Sehat (Cerdik) untuk mencegah serangan jantung	Masyarakat	Tumbuhnya kesadaran masyarakat untuk menerapkan kampanye perilaku Hidup Sehat (Cerdik)	Tatap Muka dan Cetak, TV Spot, Radio Spot, Dialog interaktif, Iklan koran, Mobil keliling	Stiker, Poster, Spanduk, Banner, Running Text	Promosi Kesehatan, Dinas Kesehatan
2.	Pengenalan	Masyarakat	Meningkatkan	Ceramah,	Video,	Promosi

	pemicu penyakit jantung		pengetahuan masyarakat untuk peduli sesama agar tidak membuat keributan yang dapat memicu serangan jantung	FGD, Dialog interaktif	Booklet	Kesehatan, Dinas Kesehatan, Ahli gizi
3.	Pengenalan senam jantung sehat pada kader	Kader Kesehatan	Terciptanya kader terlatih yang memiliki pemahaman terkait senam jantung sehat sebagai upaya pencegahan penyakit jantung	FGD, Ceramah	PPT, Video	Promosi Kesehatan, Dinas Kesehatan
Pemberdayaan Masyarakat						
1.	Pelatihan kader Peduli Penyakit Jantung	kader	Terciptanya Kader Peduli Penyakit Jantung yang dapat menggerakkan dan mengajak masyarakat lainnya untuk mencegah penyakit jantung	FGD, Presentasi, Simulasi, Dan Demonstrasi	Bahan Presentasi Interaktif, Spanduk, Banner, Poster, Foto, Video, Dan Booklet	• Dokter • Perawat • Promotor kesehatan
2.	Pelaksanaan senam jantung sehat	Masyarakat	Terciptanya masyarakat yang mampu menerapkan gaya hidup sehat	Roleplay	Audio, video	• Dokter • Perawat • Promotor kesehatan
3.	Pelatihan Manajemen Stress	Kader Kesehatan	Terciptanya kader kesehatan yang mampu menggalakkan	FGD, Demonstrasi	Video Edukasi, Modul, Brosur, Poster,	• Dokter • Perawat • Promotor kesehatan

			kegiatan manajemen stress kepada masyarakat sebagai upaya untuk meningkatkan rehabilitasi jantung		Slide Presentasi	
--	--	--	---	--	------------------	--

BAB VI

UKS

(USAHA KESEHATAN SEKOLAH)

Pengertian Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) adalah upaya membina dan mengembangkan kebiasaan hidup sehat yang dilakukan secara terpadu melalui program pendidikan dan pelayanan kesehatan di sekolah, perguruan agama serta usaha-usaha yang dilakukan dalam rangka pembinaan dan pemeliharaan kesehatan di lingkungan sekolah. Sedangkan menurut Departemen Kesehatan Usaha Kesehatan Sekolah adalah usaha kesehatan masyarakat yang dijalankan di sekolah-sekolah dengan anak didik beserta lingkungan hidupnya sebagai sasaran utama.

1. Tujuan Umum

Untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat dan derajat kesehatan peserta didik serta menciptakan lingkungan sehat sehingga memungkinkan pertumbuhan dan perkembangan anak yang harmonis dan optimal dalam rangka pembentukan manusia Indonesia seutuhnya.

2. Tujuan Khusus

Untuk memupuk kebiasaan hidup sehat dan meningkatkan derajat kesehatan peserta didik yang mencakup:

- a. Menurunkan angka kesakitan anak sekolah
- b. Meningkatkan kesehatan peserta didik baik fisik, mental maupun sosial.
- c. Agar peserta didik memiliki pengetahuan, sikap dan keterampilan untuk melaksanakan prinsip-prinsip hidup sehat serta berpartisipasi aktif dalam usaha peningkatan kesehatan di sekolah.
- d. Meningkatkan cakupan pelayanan kesehatan terhadap anak sekolah.
- e. Meningkatkan daya tangkal dan daya hayat terhadap pengaruh buruk narkotika, rokok, alkohol dan Obat berbahaya lainnya

A. AKTIVITAS FISIK

Aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang diakibatkan kerja otot rangka dan meningkatkan pengeluaran tenaga serta energi.

Kegiatan	Tujuan	Metode	Media	Sasaran	Mitra
ADVOKASI KESEHATAN					
Penetapan kebijakan terkait melakukan aktivitas fisik peregangan 10 menit setiap hari saat pergantian jam pelajaran	Untuk mengembalikan pikiran agar kembali fresh setelah mengikuti pembelajaran di kelas	Lobby	• Factsheet • Foto	Kepala Sekolah	• Guru
Penetapan kebijakan larangan penggunaan kendaraan bermotor ke sekolah pada sekolah zonasi	Adanya himbauan mengenai larangan penggunaan kendaraan bermotor ke sekolah demi keselamatan siswa	Lobby	• Flipchart • Poster	Kepala sekolah	• Guru • Satpam
PEMBERDAYAAN MASYARAKAT					
Edukasi tentang aktivitas fisik	Meningkatkan pengetahuan remaja mengenai aktivitas fisik	Presentasi, Diskusi, Tanya jawab	• Slide ppt • Leaflet • Video	Siswa SMA	• Guru
Senam SKJ setiap hari sabtu	Meningkatkan partisipasi siswa untuk melakukan aktifitas fisik	Praktek langsung, Demonstrasi	• Poster • Banner • Music senam • Spanduk	Siswa SMA	• Instruktur senam • Petugas UKS • OSIS
BINA SUASANA					
Kampanye moveday (move everyday) merupakan kegiatan berangkat sekolah secara bersama-sama menggunakan	Meningkatkan budaya aktifitas fisik kalangan remaja untuk mendukung	Sosialisasi	• Poster • Spanduk • Leaflet	Siswa SMA	• Kepala sekolah • Guru • OSIS

1.	Membawa bekal sehat ke sekolah	Warga sekolah	Dengan membawa bekal sehat, siswa akan lebih mungkin untuk mengonsumsi makanan yang seimbang dan bergizi. Membawa bekal sehat juga dapat mengajarkan akan pentingnya pola makan yang baik sejak usia dini, membantu siswa untuk mengembangkan kebiasaan makan sehat yang berkelanjutan. Selain itu dengan membawa bekal sehat ke sekolah juga bisa menghemat uang jajan dan mengurangi konsumsi makanan cepat saji.	Demonstrasi	• Spanduk	Tenaga promotor Kesehatan dan ahli gizi
2.	Perilaku tolak jajan sembarangan (Perlakuan Jarang)	Warga sekolah	Warga sekolah dapat memilih jajan di kantin sehat ketimbang jajan sembarangan di luar sekolah.	• Role play	• Spanduk • Banner • leaflet	Tenaga promotor Kesehatan, duta sehat

C. CUCI TANGAN PAKAI SABUN (CTPS) DI SEKOLAH

No	Kegiatan	Sasaran	Perilaku Yang Diharapkan	Metode	Media Komunikasi	Pelaksanaan
ADVOKASI						
1	Penyediaan tempat cuci tangan	Kepala sekolah, guru, anak sekolah.	Penyediaan tempat cuci tangan	Lobi	Foto, Video, poster, spanduk, banner.	Dinas Kesehatan, Tenaga Promotor Kesehatan, dan Sanitarian
2	Penyediaan media	Kepala sekolah, guru, anak sekolah.	Penyediaan media di sekolah	Lobi	Foto, Video, poster, spanduk, banner	Dinas Kesehatan dan promotor kesehatan, media massa.
3	Penyediaan tempat sampah	Kepala sekolah, guru, anak sekolah.	Penyediaan tempat sampah di lingkungan sekolah	Lobi	Foto, Video, poster, spanduk.	Dinas Lingkungan Hidup, Tenaga Promotor

						Kesehatan, dan sanitarian
PEMBERDAYAAN MASYARAKAT						
1.	Edukasi cuci tangan pakai sabun (CTPS)	Guru, Anak Sekolah, Ibu Kantin	Membiasakan mencuci tangan pakai sabun	Tatap muka dan cetak	Stiker, Poster, video, Spanduk, dan Banner	Dinas Kesehatan, Tenaga Promotor, Dunia Usaha, Media Masa
2.	Pengemba ngan media pentingny a CTPS	Siswa Sekolah Dasar	Media yang tersedia dapat di menyalurkan informasi tentang CTPS	Produksi dan distribusi	Poster, brochure, cerita pendek, mading	Kepala sekolah, Guru, Tendik, dan Petugas Uks,
3.	Pelatihan Dokter Kecil CTPS	Siswa Sekolah Dasar	dan menggerakka n siswa lain untuk mencuci tangan	Tatap Muka dan Tanya Jawab	Poster, Spanduk, Banner, booklet, dan Leaflet, Vidio	Dinas Kesehatan, Tenaga Promotor, Kesehatan Lingkungan, Media Massa,
BINA SUASANA						
1.	Lokakarya program CTPS kepada warga sekolah	Siswa Sekolah Dasar , kepala sekolah dan guru	Warga sekolah mengetahui dan berpartisipasi	Produksi dan distribusi	Poster, Media Leaflet, ppt dan spanduk	Kepala sekolah, Guru, Tendik, dan Petugas Uks,
2.	Sosialisasi CTPS (Cuci Tangan Pakai sabun)	Siswa Sekolah Dasar	siswa dapat menerapkan pola pemikiran Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) di	Ceramah, presentasi, dan tanya jawab	Bahan presentasi interaktif, Poster, Spanduk, Banner,	Kepala sekolah, Guru, Tendik, dan Petugas

			lingkungan		Booklet, Dan Leaflet	Uks,
3.	Pemberian penghargaan kepada siswa teraktif CTPS sekali seminggu	Siswa sekolah dasar	Meningkatkan gerakan CTPS dan memberikan contoh yang baik	Pemberian reward	Sertifikat dan terophy	Kepala sekolah, guru dan petugas UKS
KEMITRAAN						
1	Pemeriksaan perilaku cuci tangan pakai sabun sebelum masuk kelas	Siswa sekolah dasar	Siswa mencuci tangan pakai sabun sebelum masuk kelas	Pemeriksaan langsung	Lembar check list	Guru kelas
2.	Penyediaan fasilitas CTPS	Sector swasta perusahaan sabun	Meningkatkan dukungan pihak swasta untuk peyediaan sarana prasarana	Kolaborasi	Factsheet , slide ppt dan MoU	Perusahaan swasta unilever
3.	Pemberian media kit CTPS dengan pouch CTPS, booklet, ctps kit (sabun, handsanitizer, tisu)	Siswa sekolah dasar	Meningkatkan perilaku CTPS siswa	Kolaborasi dan kerja sama	Leaflet , booklet. Media luar ruangan dan MoU	Sektor swasta dan perusahaan iklan

D. KAWASAN TANPA ASAP ROKOK DI SEKOLAH

No .	Kegiatan	Sasaran	Perilaku yang	Metode	Media	Pelaksanaan
------	----------	---------	---------------	--------	-------	-------------

			diharapkan			
A. ADVOKASI						
1.	Mengusulkan pengembangan kebijakan larangan merokok di sekolah	Kepala sekolah	Adanya komitmen dukungan dan kebijakan	• Fgd • Lobi • Rapat Kerja • Presentasi • Tatap Muka	• Bahan Presentasi Interaktif • Leaflet • Factsheet • Flipchart	Promotor Kesehatan dan tenaga kesehatan puskesmas
2.	Mengusulkan pengadaan Kawasan Tanpa Rokok di lingkungan sekolah dengan optimal	Kepala sekolah , ketua Komite	Adannya kesepakatan dan komitmen pengadaan Kawasan Tanpa Rokok di sekolah	• Fgd • Lobi • Presentasi • Tatap Muka	• Bahan Presentasi Interaktif • Leaflet • Factsheet • Flipchart	Puskesmas dan Promotor Kesehatan
3.	Mengusulkan larangan menjual rokok di lingkungan sekolah	Kepala sekolah , ketua Komite	Adannya kesepakatan dan dukungan kebijakan pelarangan penjualan rokok di sekitar sekolah	• Fgd • Lobi • Presentasi • Tatap Muka	• Bahan Presentasi Interaktif • Leaflet • Factsheet • Flipchart	Puskesmas dan Promotor Kesehatan
4.	Pemantauan dan evaluasi kegiatan	Kepala Sekolah	Untuk kesinambungan dan perbaikan program Kawasan Tanpa Rokok	Supervisi	• Format Evaluasi • FGD • Presentasi	Puskesmas dan Promotor Kesehatan
B. BINA SUASANA						
1.	Kampanye Optimalisasi Kawasan Tanpa Rokok	Warga sekolah	Terbentuknya kesadaran warga sekolah untuk tidak merokok sembarangan di lingkungan sekolah	• Tatap Muka • TV Spot • Radio Spot • Dialog interaktif • Iklan koran • Mobil keliling	• Stiker • Poster • Spanduk • Banner • Running Text • Adlibs • Kit (Kaos, Tumblr Dan Topi)	Puskesmas dan Promotor Kesehatan
2.	Festival seni Kawasan Tanpa Rokok	Warga sekolah	Kesempatan yang kreatif dan efektif untuk menyebarkan pesan pencegahan asap rokok kepada semua warga sekolah melalui seni dan budaya, sambil	• Teater tentang bahaya rokok • Talkshow • Simulasi • Diskusi Interaktif	• Poster • Bahan Kajian Interaktif • Spanduk • Banner • Buku Saku • KIT (Kalender, Kaos, Dan Pin)	Puskesmas dan Promotor Kesehatan

			mendorong kolaborasi dan kesadaran			
3.	Seminar terkait Bahaya Rokok	Warga sekolah	Meningkatkan kesadaran warga sekolah dan memperluas pengetahuan mereka tentang bahaya rokok dan program Kawasan Tanpa Rokok	• FGD • Presentasi • Simulasi • Demonstrasi	• Bahan Presentasi Interaktif • Foto • Video • Flipchart • Poster • Spanduk • Banner • Leaflet	Puskesmas dan Promotor Kesehatan

C. PEMBERDAYAAN MASYARAKAT

1.	Pelatihan PIK-R (Pusat Informasi Remaja)	Siswa sekolah	Tersedianya wadah bagi remaja untuk berkonsultasi dengan teman sebayanya dan meningkatnya kontribusi positif dalam Upaya pencegahan perilaku merokok di kalangan remaja	• FGD • Presentasi • Simulasi • Demonstrasi	• Bahan Presentasi Interaktif • Spanduk • Banner • Poster • Foto • Video • Buku Saku	Puskesmas dan Promotor Kesehatan
2.	Edukasi mengenai Kawasan Tanpa Rokok disekolah	Siswa sekolah	Meningkatnya kesadaran siswa akan pentingnya kawasan tanpa rokok dan bahaya dari merokok sehingga kurangnya angka siswa yang merokok	- Ceramah - Presentasi - FGD	- Brosur - Poster - Video Edukasi	Puskesmas dan Promotor Kesehatan
3.	Pemasangan media seperti stiker tentang Kawasan Tanpa Rokok	Siswa sekolah	Untuk menyampaikan pesan mengenai bahaya merokok kepada siswa dan melibatkan siswa dalam upaya Kawasan Tanpa Rokok	• Tatap muka • Simulasi • Demonstrasi	• Leaflet • Banner • Poster • Spanduk • Booklet	Puskesmas dan Promotor Kesehatan

E. PEMBERANTASAN SARANG NYAMUK DI SEKOLAH

No.	Kegiatan	Sasaran	Perilaku yang diharapkan	Metode	Media	Pelaksana
• ADVOKASI						
1.	Mengusulkan pengembangan kebijakan larangan membuang sampah sembarangan	Kepala sekolah	Adanya komitmen dukungan dan kebijakan	Fgd, Lobi, Rapat Kerja, Presentasi, Dan Tatap Muka	Bahan Presentasi Interaktif, Leaflet, Factsheet, Dan Flipchart	Dinas Kesehatan Dan Promotor Kesehatan
2.	Megusulkan Pengadaan tempat sampah di setiap kelas	Kepala sekolah, ketua Komite	Adannya kesepakatan dan dukungan dana untuk menyediakan tempat sampah di setiap kelas	Fgd, Lobi, Presentasi, Dan Tatap Muka	Bahan Presentasi Interaktif, Leaflet, Factsheet, Dan Flipchart	Dinas Kesehatan, Puskesmas, Dan Promotor Kesehatan
3.	Mengusulkan penyediaan lotion nyamuk di depan kelas	Kepala sekolah, ketua Komite	Adannya kesepakatan dan dukungan dana untuk menyediakan lotion nyamuk di depan kelas	Fgd, Lobi, Presentasi, Dan Tatap Muka	Bahan Presentasi Interaktif, Leaflet, Factsheet, Dan Flipchart	Dinas Kesehatan, Puskesmas, Dan Promotor Kesehatan
4.	Pemantauan dan evaluasi kegiatan	Kepala Sekolah	Untuk kesinambungan dan perbaikan program Demam Berdarah Dengue (DBD)	Supervisi	Format Evaluasi, FGD, Dan Presentasi	Dinas Kesehatan, Puskesmas, Dan Promotor Kesehatan
• KEMITRAAN						
1.	Mengadakan lokakarya bersama mitra potensial	Dinas Kesehatan, puskesmas, Promotor Kesehatan, Dinas Lingkungan Hidup, Media Massa, dan LSM	Kegiatan terpadu dan didapatkannya kesamaan pendapat untuk saling bermitra	Persentasi Diskusi	Spanduk, Banner, Hasil Survei/Observasi, Bahan Presentasi Interaktif, Foto, Dan Video	Dinas Kesehatan dan Promotor Kesehatan
2.	Melaksanakan forum kemitraan	Dinas Kesehatan, puskesmas, Promotor Kesehatan, Dinas Lingkungan Hidup, Media Massa, dan LSM	Mampu menjalankan peran dan tugas sesuai dengan kesepakatan bersama	Miniloka, Dialog, Forum Komunikasi, Dan Lobi	Bahan Presentasi Interaktif, Spanduk, Foto, Dan Vidio	Dinas Kesehatan dan Promotor Kesehatan

3.	Menyusun pedoman program kemitraan	Dinas Kesehatan, Puskesmas, Promotor Kesehatan, Dinas Lingkungan Hidup, Media Massa, dan LSM	Adanya/terbentuknya pedoman program kemitraan yang dapat digunakan dalam pelaksanaan kemitraan	FGD, miniloka, presentasi, dan kajian analisis	Flipchart, poster, bahan kajian interaktif, dan Spanduk	Dinas Kesehatan, dan Promotor Kesehatan
4.	Melaksanakan nota kesepakatan (MOU) dengan mitra potensial	Dinas Kesehatan, Puskesmas, Promotor Kesehatan, Dinas Lingkungan Hidup, Media Massa, dan LSM	Kemitraan berjalan sesuai dengan isi MOU yang telah disepakati	FGD	Spanduk, Banner, dan MOU	Dinas Kesehatan, puskesmas, dan Promotor Kesehatan
5.	Penggalangan kemitraan dengan media massa	Pimpinan stasiun radio, koran, dan media tradisional	Mampu menyebarluaskan pesan pencegahan penyakit Demam Berdarah Dengue (DBD)	Orientasi	Spanduk, Factsheet, Brosur, Leaflet	Dinas Kesehatan, puskesmas, dan Promotor Kesehatan

• **BINA SUASANA**

1.	Kampanye Demam Berdarah Dengue (DBD)	Siswa sekolah	Terbentuknya kesadaran siswa untuk selalu menjaga kebersihan lingkungan sekitar sekolah dan rumah	Tatap Muka dan Cetak, TV Spot, Radio Spot, Dialog interaktif, Iklan koran, Mobil keliling	Stiker, Poster, Spanduk, Banner, Running Text, Adlibs, Kit (Kaos, Tumblr Dan Topi)	Dinas Kesehatan, Puskesmas, Promotor Kesehatan, Dinas Lingkungan Hidup, Media Massa, dan LSM
2.	Penyuluhan Demam Berdarah Dengue (DBD)	Siswa sekolah	Meningkatnya pemahaman siswa mengenai DBD sehingga dapat mengetahui Tindakan pencegahan yang diperlukan	Ceramah, presentasi, dan tanya jawab	Bahan Presentasi Interaktif, Foto, Video, Flipchart, Poster, Spanduk, Banner, Dan Leaflet	Dinas Kesehatan, puskesmas, Promotor Kesehatan, Dinas Lingkungan Hidup, Media Massa, dan LSM
3.	Sosialisasi Kader Jumantik Cilik	Siswa sekolah	Mendidik siswa terkait pentingnya kebersihan dan menjadikan siswa tersebut sebagai agen perubahan dalam upaya menjaga	Ceramah, presentasi, dan tanya jawab	Bahan Presentasi Interaktif, Foto, Video, Flipchart, Poster, Spanduk, Banner, Dan Leaflet	Dinas Kesehatan, puskesmas, Promotor Kesehatan, Dinas Lingkungan

			kebersihan lingkungan			Hidup, Media Massa, dan LSM
4.	Festival seni Demam Berdarah Dengue (DBD)	Siswa sekolah	Kesempatan yang kreatif dan efektif untuk menyebarkan pesan pencegahan DBD kepada siswa melalui seni dan budaya, sambil mendorong kolaborasi dan kesadaran	Teater tentang bahaya Demam Berdarah Dengue (DBD), Talkshow, Simulasi, Dan Diskusi Interaktif	Poster, Bahan Kajian Interaktif, Spanduk, Banner, Buku Saku, Dan KIT (Kalender, Kaos, Dan Pin)	Dinas Kesehatan, puskesmas, Promotor Kesehatan, Dinas Lingkungan Hidup, Media Massa, dan LSM
5.	Seminar 3M Plus	Siswa sekolah	Meningkatkan kesadaran siswa dan memperluas pengetahuan mereka tentang penyakit DBD	FGD, Presentasi, Simulasi, Dan Demonstrasi	Bahan Presentasi Interaktif, Foto, Video, Flipchart, Poster, Spanduk, Banner, Dan Leaflet	Dinas Kesehatan, puskesmas, Promotor Kesehatan, Dinas Lingkungan Hidup, Media Massa, dan LSM
• PEMBERDAYAAN MASYARAKAT						
1.	Pembentukan dan pelatihan Kader Jumantik Cilik	Siswa sekolah	Adanya kontribusi positif dalam Upaya pencegahan penyakit DBD	FGD, Presentasi, Simulasi, Dan Demonstrasi	Bahan Presentasi Interaktif, Spanduk. Banner, Poster, Foto, Video, Dan Buku Saku	Dinas Kesehatan, puskesmas, Promotor Kesehatan, Dinas Lingkungan Hidup, Media Massa, dan LSM
2.	Pemantauan jentik secara berkala oleh Kader Jumantik Cilik	Siswa sekolah	Memotivasi siswa untuk menjaga kebersihan lingkungan agar terbebas dari penyebaran DBD oleh nyamuk	Penyuluhan Pemantauan rutin oleh kader jumantik cilik	Buku Panduan, Brosur, Poster, Video Edukasi, dan lembar pemantauan	Dinas Kesehatan, puskesmas, Promotor Kesehatan, Dinas Lingkungan Hidup, Media Massa, dan LSM
3.	Pemasangan media tentang Demam Berdarah Dengue (DBD) oleh Kader Jumantik Cilik	Siswa sekolah	Untuk menyampaikan pesan mengenai pencegahan DBD kepada siswa dan melibatkan siswa dalam upaya pencegahan DBD	Tatap muka, Simulasi Dan Demonstrasi	Leaflet, Banner, Poster, Spanduk, Booklet, banner, dan stiker	Dinas Kesehatan, puskesmas, Promotor Kesehatan, Dinas Lingkungan Hidup, Media

						Massa, dan LSM
4.	Pendampingan Kader Jumantik Cilik	Siswa sekolah	Meningkatkan pemahaman siswa untuk hidup lebih bersih dan terhindar dari segala penyakit yang disebabkan oleh nyamuk	Demonstrasi, FGD, Presentasi	Modul, Brosur, Spanduk, Poster, Slide Presentasi, Video Animasi Edukasi	Dinas Kesehatan, puskesmas, Promotor Kesehatan, Dinas Lingkungan Hidup, Media Massa, dan LSM
5.	Gerakan remaja peduli masalah Demam Berdarah Dengue (DBD)	Siswa sekolah	Melakukan tekanan terhadap perilaku penyebab Demam Berdarah Dengue (DBD)	FGD, Presentasi, Simulasi, Dan Demonstrasi	Slide Presentasi, Brosur, Spanduk, Poster, dan Video Animasi Edukasi	Dinas Kesehatan, puskesmas, Promotor Kesehatan, Dinas Lingkungan Hidup, Media Massa, dan LSM
6.	Pelaksanaan kerja bakti di sekolah	Siswa sekolah	Memotivasi siswa untuk menjaga kebersihan lingkungan sekolah dalam menciptakan lingkungan sehat dan bebas nyamuk pembawa penyakit	Demonstrasi dan gotong royong	Spanduk, banner, dan KIT (topi, pin, dan kaus)	Dinas Kesehatan, puskesmas, Promotor Kesehatan, Dinas Lingkungan Hidup, Media Massa, dan LSM
7.	Peningkatan kemampuan guru sekolah	Guru sekolah	Memotivasi siswa sekolah untuk menerapkan perilaku pencegahan Demam Berdarah Dengue (DBD)	Ceramah, tanya jawab, dan curah pendapat	Leaflet, poster, banner, spanduk, dan booklet	Dinas Kesehatan, puskesmas, Promotor Kesehatan, Dinas Lingkungan Hidup, Media Massa, dan LSM

DAFTAR PUSTAKA

- Program Kesehatan Dalam Peningkatan Status Kesehatan Ibu Dan Anak. (2023). (n.p.): Global Eksekutif Teknologi.
- Kesehatan Ibu dan Anak (Dilengkapi dengan Studi Kasus dan Alat Ukur Kualitas Pelayanan Kesehatan Ibu dan Anak). (2020). (n.p.): Deepublish.
- Lestari, T. R. P. (2020). Pencapaian Status Kesehatan Ibu Dan Bayi Sebagai Salah Satu Perwujudan Keberhasilan Program Kesehatan Ibu Dan Anak. *Kajian*, 25(1), 75-89.
- Dodo, D., & LaksonoTrisnantoro, S. R. (2012). Analisis pembiayaan program kesehatan ibu dan anak bersumber pemerintah dengan pendekatan health account. *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia: JKKI*, 1(1).
- Andini, N. F. (2017). Uji Kualitas Fisik Air Bersih pada Sarana Air Bersih Program Penyediaan Air Minum dan Sanitasi Berbasis Masyarakat (PAMSIMAS) Nagari Cupak Kabupaten Solok. *Jurnal Kepemimpinan dan Pengurusan Sekolah*, 2(1), 9-10.
- Muttaqien, K., Sugiarto, S., & Sarifudin, S. (2019). Upaya Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Terhadap Kesehatan Lingkungan Melalui Program Bank Sampah. *Indonesian Journal Of Adult and Community Education*, 1(1), 6-10.
- Pangalila, Y., Kaawoan, J., & Kumayas, N. (2019). Implementasi Kebijakan Program Gerakan Masyarakat Hidup Sehat di Kota Tomohon. *JURNAL EKSEKUTIF*, 3(3).
- Darmawan, A., & Epid, M. (2016). Epidemiologi penyakit menular dan penyakit tidak menular. *JAMBI MEDICAL JOURNAL" Jurnal Kedokteran dan Kesehatan"*, 4(2).
- RI, K. (2012). Penyakit tidak menular. *Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan*, 2(2), 1-48.
- Apriani, L., & Gazali, N. (2018). Pelaksanaan trias usaha kesehatan sekolah (UKS) di sekolah dasar. *Jurnal Keolahragaan*, 6(1), 20-28.
- Hidayat, K. (2020). *Peran usaha kesehatan sekolah (UKS) sebagai proses prilaku hidup bersih dan sehat peserta didik* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Padang).

BIODATA PENULIS



Evi Maria Lestari Silaban, SKM, M.KM

Dosen Program Studi Sarjana Terapan Promosi
Kesehatan Poltekkes Kemenkes Padang

Lahir di P. Brandan 10 September 1989. Istri dari Alessandro Panjaitan, Ibu dari Thalita Anggun Shelomita Panjaitan dan Jaysen Tondi Avshalom Panjaitan. Menyelesaikan Pendidikan D3 Kebidanan Kesehatan Baru Doloksanggul tahun 2011, S1 Kesehatan Masyarakat di UNPRI Medan tahun 2015, Program Pasca Sarjana Kesehatan Masyarakat di Inkes Helvetia Medan tahun 2017.

Bekerja Sebagai Instruktur Lab. di Akbid Kesehatan Baru Doloksanggul tahun (2011- 2017), Dosen di Akbid Kesehatan Baru Doloksanggul tahun (2017-2018), Dosen Jurusan Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Padang Tahun 2019 sampai sekarang. Beberapa Publikasi Nasional dan International berupa: Pemanfaatan Buku Saku Sebagai Media Promosi Kesehatan Dalam Peningkatan Pengetahuan Remaja Tentang HIV/AIDS (2023), Pengaruh Penyuluhan kesehatan menggunakan power point dan pemutaran video terhadap perubahan motivasi ibu dalam pencegahan kanker serviks dengan metode IVA (2022), Acceptance of Diabetes Patients to Self-Management Educational Media Among Middle Age and Older Adults (2021), Efektivitas Penyampaian Informasi Kesehatan untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Exercise Speaking Health (2020).

BIODATA PENULIS



Widdefrita, SKM, M.KM

Dosen Program Studi Sarjana Terapan Promosi
Kesehatan Poltekkes Kemenkes Padang

Lahir di Pulau Punjung 19 Juli 1976. Istri dari Apfenus Ibu dari Arrival Al Fajar, Tsaniyah Shakira, Trya Assyfa Zahra dan Qadrunada Zahiyah. Menyelesaikan Sekolah Perawat Kesehatan Ranah Minang tahun 1994, Pendidikan D3 Kebidanan Depkes RI tahun 2002, S1 Kesehatan Masyarakat di PSIKM FK-Unand tahun 2006, Program Pasca Sarjana di FKM-UI tahun 2011. Bekerja Sebagai Bidan Di Desa tahun (1995-1998), Dosen Prodi Kebidanan Poltekkes Kemenkes Padang tahun 2002-2017, Dosen Jurusan Promosi Kesehatan Tahun 2017 sampai sekarang.

Beberapa Publikasi Nasional dan International berupa: Perubahan Perilaku Kesiagaan Bencana melalui Penggunaan Media Android-Based Digital Radio pada Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Padang (2023), Effectivity of Pregnancy Paper Fan and Android Notification System Toward Knowledge, Attitude, and Adherence of Pregnant Women on Iron Supplements Consumption (2023), The need for information and education media in supporting self management of patient with diabetes mellitus (2020), Factors Associated with Quality of life Among Diabetes Mellitus Patients in Prolanis (2018), Pengaruh Pendamping Persalinan terhadap APGAR Score Bayi Menit Pertama (2014), Peran Petugas Kesehatan dan status pekerjaan ibu dengan pemberian ASI Eksklusif (2013). Buku yang pernah ditulis tentang Perencanaan Program Promosi Kesehatan (2022), Bunga Rampai Promosi Kesehatan (2023).