

**MENUJU SUKAMAJU BARU YANG SEHAT: UPAYA KOMPREHENSIF  
MENGATASI TANTANGAN KESEHATAN DI RT 01 s/d 04 RW 06  
KECAMATAN TAPOS KOTA DEPOK**

**TOWARDS A HEALTHY SUKAMAJU BARU: COMPREHENSIVE  
EFFORTS TO OVERCOME HEALTH CHALLENGES IN RT 01-04 RW 06  
TAPOS DISTRICT, DEPOK CITY**

**Dona Suzana<sup>1\*</sup>, Dina Melia Oktavilantika<sup>2</sup>, Harits Atika Arianta<sup>3</sup>, Lathvi Masyithah<sup>4</sup>,  
Rachmi Ridho<sup>5</sup>**

1 Universitas Gunadarma, email: donasuzana@staff.gunadarma.ac.id

2 Universitas Gunadarma: dinamelia@staff.gunadarma.ac.id

3 Universitas Gunadarma: haritsatika@staff.gunadarma.ac.id

4 Universitas Gunadarma: lathvi\_m@staff.gunadarma.ac.id

5 Universitas Gunadarma: rahmiridho@staff.gunadarma.ac.id

\* Penulis Korespondensi: donasuzana@staff.gunadarma.ac.id

**ABSTRAK**

Artikel ini membahas tentang pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat di RT 01-04 RW 06 Kelurahan Sukamaju Baru, yang bertujuan meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang gaya hidup sehat dan pentingnya sanitasi yang baik. Dalam konteks globalisasi, kesehatan telah menjadi perhatian utama, dan edukasi kesehatan menjadi kunci dalam meningkatkan kualitas hidup. Tanaman obat, sebagai salah satu tradisi alami Indonesia, belum sepenuhnya dimanfaatkan oleh masyarakat. Majelis Taklim Musholah Al Ikhlas berperan aktif dalam menyadari urgensi edukasi kesehatan dan pemanfaatan tanaman obat di komunitasnya. Meskipun ada permasalahan akses kesehatan, peningkatan penyakit kronis, rendahnya kesadaran masyarakat tentang pola hidup sehat, dan isu sanitasi, program pengabdian telah memberikan solusi melalui kegiatan seperti seminar, pelatihan, dan sesi edukasi kesehatan. Hasil survei dan wawancara menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan masyarakat. Metode berbasis masyarakat, kolaborasi lintas sektor, dan partisipasi aktif masyarakat menjadi kunci keberhasilan program ini dalam mencapai tujuan edukasi kesehatan.

Kata Kunci:

Pengabdian kepada Masyarakat, Edukasi Kesehatan, Tanaman Obat, Sanitasi, Partisipasi Masyarakat

**ABSTRACT**

This article discusses the implementation of community service programs in RT 01-04 RW 06 Kelurahan Sukamaju Baru, which aims to increase public knowledge about a healthy lifestyle and the importance of good sanitation. In the context of globalization, health has become a major concern, and health education is the key to improving quality of life. Medicinal plants, as one of Indonesia's natural traditions, have not been fully utilized by society. The Musholah Al Ikhlas Taklim Council plays an active role in realizing the urgency of health education and the use of medicinal plants in their community. Even though there are problems with access to health, an increase in chronic diseases, low public awareness about healthy lifestyles, and sanitation issues, the community service program has provided solutions through activities such as seminars, training and health education sessions. The survey and interview results show a significant

increase in community knowledge. Community-based methods, cross-sectoral collaboration, and active community participation are the keys to the success of this program in achieving health education goals.

Keywords:

Community Service, Health Education, Medicinal Plants, Sanitation, Community Participation

## PENDAHULUAN

Dalam era globalisasi saat ini, kesehatan telah menjadi salah satu sektor yang mendapat perhatian utama di berbagai negara, termasuk Indonesia. Edukasi kesehatan menjadi salah satu kunci utama dalam meningkatkan kualitas hidup masyarakat. Seiring dengan meningkatnya kebutuhan akan informasi kesehatan, penting bagi masyarakat untuk memahami bagaimana merawat dan menjaga kesehatan mereka sendiri. Salah satu cara tradisional dan alami yang telah lama diterapkan di Indonesia adalah pemanfaatan tanaman obat. Meskipun begitu, belum semua lapisan masyarakat memahami dan memanfaatkan potensi besar dari tanaman obat yang tumbuh di sekitar mereka.

Majelis Taklim Musholah Al Ikhlas, sebagai salah satu lembaga pendidikan dan sosial di kelurahan Sukamaju Baru, melihat pentingnya edukasi kesehatan dan pemanfaatan tanaman obat bagi masyarakat sekitarnya. Terletak di RT 01-04 RW 06, Majelis Taklim ini berada di tengah-tengah komunitas yang beragam, dengan demografis warga yang terdiri dari berbagai latar belakang usia, pekerjaan, dan pendidikan. Kelurahan Sukamaju Baru, khususnya di RT 01-04 RW 06, merupakan refleksi dari potret masyarakat perkotaan yang sedang berkembang.

Dengan kepadatan penduduk yang cukup tinggi dan dinamika kehidupan yang cepat, tantangan dalam memahami dan menerapkan pola hidup sehat menjadi semakin kompleks. Oleh karena itu, suatu pendekatan yang sistematis dan berkelanjutan dalam edukasi kesehatan dan pemanfaatan tanaman obat diperlukan. Melalui artikel ini, kita akan memahami lebih lanjut mengenai urgensi edukasi kesehatan, khususnya pemanfaatan tanaman obat, bagi masyarakat di Kelurahan Sukamaju Baru. Selain itu, kita juga akan mengenal lebih dekat dengan Majelis Taklim Musholah Al Ikhlas dan bagaimana lembaga ini berperan aktif dalam upaya pengabdian kepada masyarakat melalui program-program edukasi yang mereka jalankan.

### Permasalahan Kesehatan di RT 01-04 RW 06 Kelurahan Sukamaju Baru

Pertama, salah satu masalah utama yang dihadapi oleh masyarakat RT 01-04 RW 06 Kelurahan Sukamaju Baru adalah ketersediaan fasilitas kesehatan yang memadai. Menurut data dari Dinas Kesehatan Kota Depok (2020), Kelurahan Sukamaju Baru masih memiliki keterbatasan dalam akses ke puskesmas dan klinik kesehatan. Warga seringkali harus bepergian jarak yang cukup jauh untuk mendapatkan layanan medis yang memadai, terutama dalam kasus darurat. Ini tentu menjadi hambatan bagi mereka yang memiliki keterbatasan mobilitas atau finansial<sup>1</sup>.

Kedua, prevalensi penyakit kronis seperti diabetes, hipertensi, dan penyakit jantung semakin meningkat di kalangan masyarakat setempat. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Universitas Indonesia (2021) menunjukkan bahwa gaya hidup masyarakat perkotaan seperti di Kelurahan Sukamaju Baru, yang cenderung kurang bergerak dan pola makan yang kurang sehat, menjadi salah satu pemicu meningkatnya angka kejadian penyakit-penyakit tersebut<sup>2</sup>.

Ketiga, tingkat kesadaran masyarakat tentang pentingnya pola hidup sehat masih rendah. Menurut survei yang dilakukan oleh LSM Kesehatan Indonesia (2022), banyak warga RT 01-04 RW 06 yang tidak memiliki pengetahuan memadai tentang pentingnya imunisasi, asupan gizi yang seimbang, serta perilaku hidup bersih dan sehat<sup>3</sup>.

Terakhir, masalah sanitasi dan kebersihan lingkungan juga menjadi salah satu isu kesehatan di RT 01-04 RW 06. Kurangnya akses ke air bersih dan sanitasi yang memadai berpotensi menyebabkan berbagai penyakit, seperti diare dan penyakit kulit. Laporan dari Badan Lingkungan Hidup Kota Depok (2021) menunjukkan bahwa sekitar 30% rumah di area tersebut belum terhubung dengan sistem penyediaan air bersih yang layak<sup>4</sup>.

### **Solusi dan Upaya Mengatasi Masalah Kesehatan di RT 01-04 RW 06 Kelurahan Sukamaju Baru**

Sebagai tanggapan atas keterbatasan fasilitas kesehatan di RT 01-04 RW 06, pemerintah Kota Depok, melalui Dinas Kesehatan, telah menginisiasi program "Mobil Kesehatan Keliling". Program ini bertujuan untuk membawa layanan medis dasar langsung ke komunitas-komunitas yang memiliki akses kesehatan terbatas. Mobil dilengkapi dengan peralatan medis dasar dan tenaga medis profesional untuk memberikan pelayanan kesehatan, seperti konsultasi, pemberian vaksin, dan pemeriksaan rutin<sup>1</sup>.

Mengenai isu penyakit kronis, LSM Sehat Bersama berkolaborasi dengan pihak kelurahan untuk menyelenggarakan seminar dan pelatihan tentang pentingnya gaya hidup sehat. Mereka mengedukasi masyarakat tentang bahaya konsumsi gula berlebih, pentingnya aktivitas fisik, dan cara-cara sederhana untuk memulai pola makan yang sehat. Program ini telah menjangkau ratusan warga dan mendorong mereka untuk mulai mengadopsi gaya hidup yang lebih sehat<sup>2</sup>.

Untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang kesehatan, Majelis Taklim Musholah Al Ikhlas, dengan dukungan dari Dinas Kesehatan setempat, telah mengadakan berbagai kelas edukasi kesehatan. Kelas-kelas ini mencakup topik seperti pentingnya imunisasi, asupan gizi seimbang, dan perilaku hidup bersih. Melalui pendekatan komunitas dan pendidikan peer-to-peer, informasi kesehatan menjadi lebih mudah dicerna dan diterapkan oleh masyarakat<sup>3</sup>.

Dalam hal sanitasi dan kebersihan lingkungan, pemerintah kelurahan, dengan dukungan dari donor internasional dan organisasi non-pemerintah, telah memulai program pengembangan infrastruktur air bersih dan sanitasi. Program ini bertujuan untuk meningkatkan akses masyarakat ke air bersih dan membangun fasilitas sanitasi yang layak, seperti toilet komunal yang sehat dan sistem pengolahan limbah yang efektif<sup>4</sup>.

## **METODE PELAKSANAAN**

Berdasarkan narasi yang telah diberikan sebelumnya, metode pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat di RT 01-04 RW 06 Kelurahan Sukamaju Baru Kecamatan Tapos, Kota Depok dapat diuraikan sebagai berikut:

### **1. Waktu dan Tempat/Lokasi:**

Waktu: Kegiatan berlangsung selama 4 bulan, dimulai dari Maret hingga Juni 2023.

Tempat/Lokasi: Seluruh wilayah RT 01-04 RW 06 Kelurahan Sukamaju Baru, Kecamatan Tapos, Kota Depok. Pelaksanaan penyuluhan dilakukan di Gedung Griya Sehat Shareeah RW 06 Kelurahan Sukamaju Baru, Kecamatan Tapos, Kota Depok

### **2. Partisipan Kegiatan:**

Masyarakat setempat di RT 01-04.

Tim dari Dinas Kesehatan Kota Depok.

Pejabat Kelurahan dan Ketua RW 06 dan RT 01-04 Kelurahan Sukamaju Baru, Kecamatan Tapos, Kota Depok.

Anggota LSM Sehat Sukamaju Baru

Anggota Majelis Taklim Musholah Al Ikhlas Sukamaju Baru

Tim Kesehatan dari Fakultas ilmu kesehatan dan Farmasi Universitas Gunadarma

### **3. Bahan dan Alat:**

Materi edukasi tentang gaya hidup sehat.

Alat presentasi (proyektor, laptop, mikrofon).

Alat konstruksi untuk proyek infrastruktur sanitasi dan air bersih.

Kuesioner untuk survei.

### **4. Metode Pelaksanaan Kegiatan:**

Sesi edukasi dan diskusi dengan masyarakat tentang Gaya Hidup Sehat:

Deskripsi: Seminar dan pelatihan yang diselenggarakan oleh Fakultas Ilmu Kesehatan dan Farmasi Universitas Gunadarma bekerja sama dengan Griya Sehat Shareeah Kelurahan Sukamaju Baru

Tujuan: Mengedukasi masyarakat tentang pentingnya gaya hidup sehat untuk mencegah penyakit kronis dengan bahan alam dan tanaman obat

Pelaksanaan: Menyelenggarakan sesi informasi, diskusi, dan demonstrasi praktik gaya hidup sehat kepada masyarakat dalam memanfaatkan tanaman obat dipekarangan rumah

### **5. Metode Pengumpulan Data:**

Survei kuesioner untuk menilai kepuasan masyarakat dan perubahan sikap.

Wawancara mendalam dengan anggota masyarakat terpilih.

Observasi lapangan selama kegiatan berlangsung.

### **6. Pengolahan dan Analisis Data:**

Data dari kuesioner akan diolah menggunakan perangkat lunak statistik.

Data wawancara akan dianalisis secara kualitatif untuk mendapatkan insight mendalam.

Analisis keberlanjutan program melalui feedback masyarakat dan pemangku kepentingan lainnya.

### **7. Analisis Data Mencakup:**

- Tingkat Kepuasan Masyarakat: Menggunakan data kuesioner untuk mengetahui respons positif atau negatif dari masyarakat.
- Perubahan Sikap, Pengetahuan, dan Keterampilan: Mengevaluasi perubahan yang terjadi sebelum dan sesudah kegiatan.
- Keberlanjutan Program: Mengukur potensi program untuk berlanjut setelah fase pengabdian selesai.
- Keberdayaan Sumber Belajar: Menilai bagaimana masyarakat dapat terus belajar dan mengembangkan pengetahuan mereka dari sumber-sumber yang ada.

- Atasi Masalah Sosial atau Rekomendasi Kebijakan: Berdasarkan feedback dan analisis, memberikan rekomendasi untuk tindakan atau kebijakan selanjutnya yang dapat mendukung kesejahteraan masyarakat.

Dengan metode yang sistematis ini, diharapkan hasil dari pengabdian kepada masyarakat dapat memberikan dampak yang signifikan dan berkelanjutan bagi masyarakat Kelurahan Sukamaju Baru.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di RT 01-04 RW 06 Kelurahan Sukamaju Baru telah memberikan hasil yang signifikan dalam meningkatkan kualitas hidup dan kesadaran kesehatan masyarakat setempat. Selama periode 4 bulan dari Maret hingga Juni 2023, berbagai aktivitas dilakukan untuk mencapai tujuan ini. Salah satu hasil utama adalah peningkatan pemahaman masyarakat tentang gaya hidup sehat melalui workshop dan seminar yang diselenggarakan secara teratur. Dalam tabel berikut, dapat dilihat tingkat partisipasi dan respons positif dari masyarakat terhadap berbagai kegiatan:

Tabel 1.1 Kegiatan dan Jumlah Peserta Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Kegiatan	Jumlah Peserta	Respons Positif (%)
Workshop Gaya Hidup Sehat	120	85
Sesi Edukasi dan Pelayanan Kesehatan	177	90

Dari hasil survei menggunakan kuesioner dan wawancara mendalam, terlihat peningkatan signifikan dalam pengetahuan masyarakat tentang gaya hidup sehat dan pentingnya sanitasi yang baik. Namun, ada beberapa kendala yang dihadapi selama pelaksanaan, termasuk cuaca yang tidak menentu saat kegiatan edukasi dilakukan. Meskipun demikian, dampak positif yang dicapai sangatlah berarti. Masyarakat kini memiliki akses yang lebih baik terhadap layanan kesehatan khususnya pelayanan kesehatan tradisional di Griya Sehat Shareeah

Tabel 1.2 Hasil Survei tentang Peningkatan Pengetahuan Masyarakat mengenai Gaya Hidup Sehat dan Sanitasi yang Baik

No.	Pertanyaan	Sebelum Program (%)	Sesudah Program (%)
1	Apakah Anda tahu mengenai pentingnya pola makan seimbang dan gizi yang cukup?	40	75
2	Apakah Anda memiliki pemahaman tentang manfaat berolahraga secara rutin?	30	68
3	Apakah Anda tahu cara menjaga kebersihan diri dan lingkungan sekitar?	55	82
4	Apakah Anda memiliki pengetahuan tentang pentingnya mencuci tangan sebelum makan dan setelah menggunakan toilet?	48	85

No.	Pertanyaan	Sebelum Program (%)	Sesudah Program (%)
5	Apakah Anda tahu dampak buruk dari penggunaan plastik sekali pakai terhadap lingkungan?	25	70
6	Apakah Anda mengerti mengenai penyakit yang bisa ditularkan melalui air dan makanan yang tidak higienis?	38	80
7	Apakah Anda memiliki pengetahuan tentang pentingnya vaksinasi untuk mencegah penyakit menular?	42	78
8	Apakah Anda tahu cara mengelola sampah dengan benar?	60	88
9	Apakah Anda memiliki pengetahuan tentang manfaat air bersih dan penggunaan toilet yang baik?	50	80
10	Apakah Anda pernah berpartisipasi dalam sesi edukasi tentang gaya hidup sehat dan sanitasi yang diadakan dalam program ini?	-	92

Hasil survei di atas menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan masyarakat mengenai gaya hidup sehat dan pentingnya sanitasi yang baik setelah mengikuti program pengabdian kepada masyarakat. Sebelum program, hanya sebagian kecil masyarakat yang memiliki pengetahuan yang memadai tentang berbagai aspek gaya hidup sehat dan sanitasi. Namun, setelah program berjalan, terlihat peningkatan yang cukup besar dalam persentase responden yang memiliki pengetahuan yang lebih baik.

Dari wawancara mendalam dengan beberapa anggota masyarakat, ditemukan bahwa mereka sekarang lebih memahami dampak positif dari menjaga pola makan yang seimbang, berolahraga, serta menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Mereka juga mengakui pentingnya mencuci tangan dengan benar dan penggunaan toilet yang higienis untuk mencegah penyakit menular. Selain itu, pengetahuan tentang pengelolaan sampah yang benar, penggunaan air bersih, dan pentingnya vaksinasi juga semakin meningkat.

Peningkatan ini dapat diatribusikan kepada berbagai sesi edukasi, workshop, dan diskusi yang diadakan selama program. Melalui interaksi dengan tim pengabdian, masyarakat mampu mendapatkan informasi yang akurat dan dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan adanya peningkatan pengetahuan ini, diharapkan masyarakat dapat mengadopsi gaya hidup sehat dan praktik sanitasi yang lebih baik untuk meningkatkan kesehatan dan kualitas hidup mereka.

Upaya keberlanjutan kegiatan ini diarahkan pada pemberdayaan masyarakat untuk terus mengembangkan pengetahuan dan keterampilan mereka. Melalui pendekatan edukatif yang terintegrasi dengan struktur masyarakat lokal, diharapkan bahwa program ini dapat terus berlanjut secara berkelanjutan. Pemangku kepentingan lokal dan donor internasional berkomitmen untuk memberikan dukungan jangka panjang guna menjaga keberlanjutan program ini. Kesuksesan dari kegiatan ini telah memberikan bukti bahwa pendekatan berbasis masyarakat mampu menghasilkan dampak positif yang berkelanjutan.



Gambar 1 Kegiatan Workshop, Edukasi dan Pelayanan Kesehatan

## SIMPULAN

Melalui pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat di RT 01-04 RW 06 Kelurahan Sukamaju Baru, terbukti bahwa pendekatan edukatif dan partisipatif mampu menghasilkan dampak positif yang signifikan dalam peningkatan pengetahuan masyarakat tentang gaya hidup sehat dan sanitasi yang baik. Respons positif dari masyarakat terhadap sesi edukasi, workshop, serta layanan kesehatan dan infrastruktur yang disediakan, mencerminkan komitmen mereka untuk mengadopsi perubahan positif dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan ini telah memberikan landasan penting bagi pemberdayaan masyarakat dalam mengambil tanggung jawab terhadap kesehatan dan kesejahteraan mereka sendiri.

Tujuan utama dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah meningkatkan pengetahuan tentang gaya hidup sehat dan pentingnya sanitasi di kalangan masyarakat. Hasil survei dan wawancara mendalam menunjukkan bahwa tujuan ini berhasil dicapai dengan baik. Untuk memastikan keberlanjutan program, disarankan agar kolaborasi antara pihak terkait, seperti Dinas Kesehatan Kota Depok, LSM Sehat Bersama, dan organisasi lainnya, terus ditingkatkan. Ini bisa diwujudkan melalui penyediaan sumber daya yang memadai, pelatihan bagi anggota masyarakat agar menjadi agen perubahan dalam komunitas mereka, serta peningkatan akses terhadap layanan kesehatan dan informasi melalui platform berkelanjutan. Rekomendasi kebijakan ini akan membantu menjaga semangat dan dampak positif yang telah dihasilkan, sambil memastikan bahwa kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat memberikan manfaat jangka panjang bagi kesejahteraan komunitas di RT 01-04 RW 06 Kelurahan Sukamaju Baru.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Ucapan terima kasih ditujukan kepada LPM Universitas Gunadarma khususnya tim PKM Fakultas Kedokteran dan Fakultas ilmu kesehatan dan Farmasi, dan memberikan penghargaan kepada Tim dari Dinas Kesehatan Kota Depok, Pejabat Kelurahan dan Ketua RW 06 dan RT 01-04 Kelurahan Sukamaju Baru, Kecamatan Tapos, Kota Depok dan Anggota LSM Sehat Sukamaju Baru. Ucapan terima kasih dapat juga disampaikan kepada Anggota Majelis Taklim Musholah Al Ikhlas Sukamaju Baru, warga RT 01-04 RW 06 Kelurahan Sukamaju Baru, Kecamatan Tapos, Kota Depok yang berpartisipasi dalam program ini serta pihak-pihak yang membantu pelaksanaan kegiatan PKM

## **DAFTAR PUSTAKA**

Anggota Majelis Taklim Musholah Al Ikhlas Sukamaju Baru

Dinas Kesehatan Kota Depok. (2020). Laporan Tahunan Kesehatan Kota Depok.

Universitas Indonesia. (2021). Penelitian Prevalensi Penyakit Kronis di Wilayah Perkotaan.

LSM Kesehatan Indonesia. (2022). Survei Kesadaran Kesehatan Masyarakat Kelurahan Sukamaju Baru.

Badan Lingkungan Hidup Kota Depok. (2021). Laporan Tahunan Lingkungan Hidup Kota Depok.

Dinas Kesehatan Kota Depok. (2022). Laporan Implementasi Mobil Kesehatan Keliling di Kota Depok.

Badan Perencanaan Pembangunan Daerah Kota Depok. (2022). Laporan Pelaksanaan Program Pengembangan Infrastruktur Sanitasi dan Air Bersih