

“PENINGKATAN *COMMUNITY AWARENESS* TERHADAP INDIKATOR GERAKAN MASYARAKAT HIDUP SEHAT (GERMAS) DI DESA SUNGSANG KECAMATAN BANYUASIN II KABUPATEN BANYUASIN”

Romiko¹, Joko Tri Wahyudi², Sri Yulia³

^{1,2,3} Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKes Muhammadiyah Palembang
Jalan Jenderal Ahmad Yani 13 Ulu Palembang
Email: mylia_sriplg@yahoo.com

Abstrak

Pembangunan kesehatan pada hakekatnya adalah upaya yang dilaksanakan oleh semua komponen Bangsa Indonesia yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemampuan dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya. Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) merupakan salah satu program dari pemerintah untuk dapat mewujudkan status kesehatan masyarakat setinggi-tingginya. Desa Sungsang merupakan salah satu dari 17 desa yang ada di Kabupaten Banyuasin. Salah satu permasalahan yang terjadi di Desa Sungsang ini adalah masih rendahnya pengetahuan dan kesadaran masyarakat terhadap kegiatan-kegiatan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) dan indikator keluarga sehat. Tujuan dari pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini adalah agar dapat meningkatkan kemampuan dan kemauan masyarakat dalam menjalankan kegiatan-kegiatan GERMAS dengan melibatkan seluruh aspek masyarakat, sehingga pada akhirnya diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup masyarakat di Desa Sungsang. Metode yang digunakan dalam pengabmas ini adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang GERMAS dan indikator keluarga sehat dengan ceramah menggunakan media leaflet. Setelah dilakukan pendidikan kesehatan, masyarakat yang pengetahuannya baik meningkat sebesar 48,7% dibandingkan sebelum diberikan pendidikan kesehatan, sehingga dapat disimpulkan pendidikan kesehatan tentang GERMAS dan indikator hidup sehat dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang GERMAS.

Kata Kunci : Sungsang, GERMAS, PHBS, Pendidikan Kesehatan

Abstract

Health development is essentially an effort carried out by all components of the Indonesian Nation which aims to increase awareness, ability and ability to live a healthy life for everyone in order to realize the highest degree of public health. The Healthy Life Society Movement (GERMAS) is one of the programs of the government to be able to realize the highest public health status. Sungsang Village is one of 17 villages in Banyuasin Regency. One of the problems that occurred in Sungsang Village was the low level of knowledge and awareness of the community towards the activities of the Healthy Living Community Movement (GERMAS) and indicators of a healthy family. The purpose of this community service is to increase the ability and willingness of the community to carry out GERMAS activities by involving all aspects of the community, so that in the end it is expected to improve the quality of life of people in Sungsang Village. The method used in this community service is to provide health education about GERMAS and indicators of healthy families with lectures using leaflet media. After health education was carried out, the community with good knowledge increased by 48.7% compared to before it was given health education, so it can be

concluded that health education about GERMAS and indicators of healthy living can increase the knowledge of GERMAS.

Keywords : *Sungsang Vilalge, GERMAS, PHBS, Health Promotions*

PENDAHULUAN

Pembangunan kesehatan pada hakekatnya adalah upaya yang dilaksanakan oleh semua komponen Bangsa Indonesia yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemampuan dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya. Saat ini, Indonesia tengah mengalami perubahan pola penyakit yang sering disebut transisi epidemiologi yang ditandai dengan meningkatnya kematian dan kesakitan akibat penyakit tidak menular (PTM) seperti stroke, jantung, diabetes dan lain-lain (Kemenkes, 2017)

Dampak meningkatnya kejadian PTM adalah meningkatnya pembiayaan pelayanan kesehatan yang harus ditanggung oleh masyarakat dan pemerintah; menurunnya produktivitas masyarakat; menurunnya daya saing negara yang pada akhirnya mempengaruhi kondisi sosial ekonomi masyarakat itu sendiri. HL Bloem (1908) telah mengidentifikasi bahwa derajat kesehatan masyarakat dipengaruhi oleh 4 faktor yakni: Perilaku, Lingkungan, Pelayanan kesehatan dan Keturunan. Faktor Perilaku dan Faktor Lingkungan memegang peran lebih dari 75% dari kondisi derajat kesehatan masyarakat. Perbaikan lingkungan dan perubahan perilaku kearah yang lebih sehat perlu dilakukan secara sistematis dan terencana oleh semua komponen bangsa; untuk itu GERAKAN MASYARAKAT HIDUP SEHAT (GERMAS) menjadi sebuah pilihan dalam mewujudkan derajat kesehatan masyarakat yang lebih baik.

Gerakan ini perlu digaungkan kembali sebagai salah satu perwujudan dari revolusi mental yang dicanangkan oleh Bapak Presiden, oleh karenanya perlu disusun panduan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat yang dapat dijadikan acuan bagi semua pimpinan daerah, pimpinan institusi pemerintah dan masyarakat, perguruan tinggi dan dunia usaha untuk mengawali dan melaksanakan kegiatan Germas di lingkup tanggung jawabnya masing-masing (Irianto, 2014).

GERMAS memiliki enam kegiatan utama, yaitu peningkatan aktivitas fisik, peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat, penyediaan pangan sehat dan percepatan perbaikan gizi, peningkatan pencegahan dan deteksi dini penyakit, peningkatan kualitas lingkungan, dan peningkatan edukasi hidup sehat. Namun, pada tahun 2016-2017 berfokus

pada tiga kegiatan, yaitu melakukan aktivitas fisik, konsumsi sayur dan buah, dan memeriksa kesehatan secara berkala (Kemenkes, 2016).

Saat ini Indonesia tengah menghadapi tantangan besar yakni masalah kesehatan triple burden, karena masih adanya penyakit infeksi, meningkatnya penyakit tidak menular (PTM) dan penyakit-penyakit yang seharusnya sudah teratasi muncul kembali. Pada era 1990, penyakit menular seperti ISPA, Tuberkulosis dan Diare merupakan penyakit terbanyak dalam pelayanan kesehatan. Namun, perubahan gaya hidup masyarakat menjadi salah satu penyebab terjadinya pergeseran pola penyakit (transisi epidemiologi). Tahun 2015, PTM seperti Stroke, Penyakit Jantung Koroner (PJK), Kanker dan Diabetes justru menduduki peringkat tertinggi (Kemenkes, 2016).

Sebuah pembelajaran berharga di era Jaminan Kesehatan Nasional (JKN), anggaran banyak terserap untuk membiayai penyakit katastropik, yaitu: PJK, Gagal Ginjal Kronik, Kanker, dan Stroke. Selain itu, pelayanan kesehatan peserta JKN juga didominasi pada pembiayaan kesehatan di tingkat lanjutan dibandingkan di tingkat dasar. Fakta ini perlu ditindaklanjuti karena berpotensi menjadi beban yang luar biasa terhadap keuangan Negara. Oleh karena itu, Kementerian Kesehatan RI secara khusus mengingatkan masyarakat untuk menjaga kesehatan melalui gerakan masyarakat hidup sehat (GERMAS) guna mewujudkan Indonesia sehat (Kemenkes, 2016).

Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) merupakan suatu tindakan sistematis dan terencana yang dilakukan secara bersama-sama oleh seluruh komponen bangsa dengan kesadaran, kemauan dan kemampuan berperilaku sehat untuk meningkatkan kualitas hidup. Pelaksanaan GERMAS harus dimulai dari keluarga, karena keluarga adalah bagian terkecil dari masyarakat yang membentuk kepribadian. GERMAS dapat dilakukan dengan cara: Melakukan aktifitas fisik, Mengonsumsi sayur dan buah, Tidak merokok, Tidak mengonsumsi alkohol, Memeriksa kesehatan secara rutin, Membersihkan lingkungan, dan Menggunakan jamban (Kemenkes, 2017).

Perilaku GERMAS diambil dari fokus kegiatan GERMAS pada tahun 2016-2017 yang berkaitan erat dengan status gizi, yaitu berupa aktivitas fisik, konsumsi buah, dan konsumsi sayur. Konsumsi sayur dan buah dinilai dengan form yang diadopsi dari kuesioner Riskesdas 2013 tentang perilaku konsumsi sayur dan buah. Frekuensi dan porsi asupan sayur dan buah dikumpulkan dengan cara menghitung jumlah hari konsumsi sayur dan buah dalam waktu seminggu dan jumlah porsi rata-rata konsumsi sayur dan buah dalam sehari. Seseorang dikategorikan “cukup” apabila mengonsumsi sayur dan atau buah minimal 5 (3 porsi sayur

dan 2 porsi buah) porsi per hari selama 7 hari dalam seminggu. Seseorang dikategorikan “kurang” apabila mengkonsumsi sayur dan atau buah kurang dari ketentuan minimal 5 (3 porsi sayur dan 2 porsi buah) porsi per hari selama 7 hari dalam seminggu (Kemenkes, 2013).

Kurangnya pengetahuan dan kesadaran masyarakat terhadap kesehatan dan status kesehatannya merupakan masalah yang apabila dibiarkan akan mempengaruhi status kesehatan masyarakat secara nasional. *Community Awareness* atau kesadaran komunitas masyarakat merupakan hal yang perlu diperhatikan dan ditingkatkan apabila berkaitan dengan kesehatan. Upaya peningkatan kesadaran masyarakat terhadap kesehatan dan GERMAS merupakan tanggung jawab semua lini dan aspek masyarakat, terutama kepala keluarga dan ibu rumah tangga, karena salah satu kegiatan gerakan masyarakat hidup sehat adalah pengaturan porsi makan. Oleh karena itu penyuluhan GERMAS di masyarakat harus menjadi program wajib tenaga kesehatan dalam rangka meningkatkan promosi kesehatan dan menumbuhkan kesadaran masyarakat dalam berperilaku sehat sejak dini (Kemenkes, 2016).

Masyarakat desa Sungsang mayoritas merupakan nelayan dan berbagai suku hidup rukun di daerah ini. Banyuasin yang kerap disebut sebagai Indonesia mini itu memang menyimpan berbagai potensi sumber daya alam dan hayati. Desa Sungsang mempunyai 1 (satu) unit Puskesmas Poned yaitu Puskesmas Sungsang yang berada di Dusun III Lrg. Balai Pengobatan Rt.03 Desa Sungsang guna meningkatkan pelayanan kesehatan masyarakat yang optimal serta menjadikan Desa Sungsang sebagai desa Siaga. Desa Sungsang mempunyai 1 (satu) unit POSYANDU yang dibangun dari dana PNPM Tahun 2009 berada di Lorong Teladan Desa Dusun. Ada beberapa penduduk desa yang sudah menamatkan pendidikan menjadi tenaga kesehatan (bidan) dan Sarjana Strata bidang Guru.

Dengan adanya warga dengan pendidikan tinggi tidak serta merta sanitasi lingkungan menjadi baik. Pada setiap musim kemarau setiap tahunnya sekitar bulan Maret s/d September, masyarakat Desa Sungsang kesulitan air minum bersih. Karena masyarakat mengkonsumsi air minum dari tadah hujan, sehingga di musim kemarau masyarakat mengkonsumsi air sungai yang mengakibatkan sering timbulnya wabah muntaber.

Kurangnya sosialisasi dari pemerintah mengenai kesehatan maupun lingkungan hidup sangat mungkin menjadi penyebab parahnya sanitasi di desa ini. Padahal, apabila disosialisasikan dengan pendekatan tertentu, pasti penduduk Desa Sungsang dapat juga menjalani hidup bersih dan sehat seperti kita. Besar harapan kepada pemerintah agar memperhatikan juga kondisi kesehatan di desa ini, mengingat bahwa Desa Sungsang merupakan desa dengan potensi perikanan yang sangat besar di Provinsi Sumatera Selatan.

Dapat dikatakan bahwa desa ini sangat berjasa atas asupan protein bagi masyarakat Sumatera Selatan dan sekitarnya sehingga penting untuk adanya kegiatan-kegiatan seperti Penyuluhan Kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan mereka terhadap dampak dari hal negatif yang dilakukan saat ini terhadap kesehatan di masa yang akan datang.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, muncul kepedulian kami terhadap masyarakat desa Sungsang untuk dapat meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) dan indikator keluarga sehat.

MASALAH

Rumusan masalah yang akan dipecahkan melalui program ini tidak lepas dari ruang lingkup permasalahan di atas, yaitu :

1. Bagaimana gambaran perilaku masyarakat dalam menjaga kesehatan di Desa Sungsang?
2. Bagaimana cara meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) dalam upaya meningkatkan status kesehatan masyarakat?
3. Bagaimana cara meningkatkan kemauan dan kemampuan masyarakat untuk menjalankan kegiatan-kegiatan masyarakat hidup sehat?
4. Bagaimana meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat akan indikator-indikator keluarga sehat?

METODE PELAKSANAAN

1. Metode

Metode pelaksanaan yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini adalah berupa memberikan pendidikan kesehatan secara langsung dengan menggunakan media leaflet tentang GERMAS dan indikator hidup sehat.

2. Tempat dan Waktu

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Desa Sungsang, Kabupaten Banyuasin pada bulan Agustus tahun 2018.

3. Persiapan

Pesiapan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat di Desa Sungsang dimulai dengan penyusunan proposal pengabmas dan penyusunan materi pendidikan kesehatan. Materi yang akan disampaikan adalah materi tentang GERMAS dan indaktor hidup sehat masyarakat. Media yang digunakan dalam pendidikan kesehatn ini adalah leaflet yang

diunduh dari panduan pelaksanaan GERMAS yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesehatan tahun 2016.

4. Pelaksanaan

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini dalam dengan memberikan pendidikan kesehatan kepada masyarakat tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) dan dan inikator hidup sehat.

5. Evaluasi

Evaluasi pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan sesudah dan sebelum pelaksanaan untuk melihat tingkat pengetahuan masyarakat tentang GERMAS baik sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

1. Gambaran Lokasi Pengabdian Kepada Masyarakat

Desa Sungsang merupakan salah satu dari 17 desa yang ada di Kecamatan Banyuasin II Kabupaten Banyuasin. Sebagian besar masyarakat sungsang adalah bekerja sebagai Nelayan Sebab pemukiman Sungsang berada di muara Sungai Musi yang menghadap Selat Bangka atau Laut Cina Selatan. Sungsang sendiri sebagai Ibu Kota Kecamatan Banyuasin II, terdiri 17 desa yang luasnya mencapai 3.632 kilometer persegi atau lima kali luas Singapura. Desa Sungsang termasuk dalam wilayah kerja dari Puskesmas Sungsang.

Sungsang merupakan sebuah perkampungan nelayan. Berbagai suku hidup rukun di daerah ini. Banyuasin yang kerap disebut sebagai Indonesia mini itu memang menyimpang berbagai potensi sumber daya alam dan hayati. Desa Sungsang mempunyai 1 (satu) unit Puskesmas Poned yaitu Puskesmas Sungsang yang berada di Dusun III Lrg. Balai Pengobatan Rt.03 Desa Sungsang guna meningkatkan pelayanan kesehatan masyarakat yang optimal serta menjadikan Desa Sungsang sebagai desa Siaga. Desa Sungsang mempunyai 1 (satu) unit POSYANDU yang dibangun dari dana PNPM Tahun 2009 berada di Lorong Teladan Desa Dusun. Ada beberapa penduduk desa yang sudah menamatkan pendidikan menjadi tenaga kesehatan (bidan) dan Sarjana Strata bidang Guru.

Dengan adanya warga dengan pendidikan tinggi tidak serta merta sanitasi lingkungan menjadi baik. Pada setiap musim kemarau setiap tahunnya sekitar bulan Maret

s/d September, masyarakat Desa Sungsang kesulitan air minum bersih. Karena masyarakat mengkonsumsi air minum dari tadah hujan, sehingga di musim kemarau masyarakat mengkonsumsi air sungai yang mengakibatkan sering timbulnya wabah muntaber.

Tabel 2. Jumlah Penduduk Desa Sungsang III

No	Dusun	Jumlah KK	Jumlah laki-laki	Jumlah perempuan	Jumlah jiwa
1.	Dusun I	256	578	438	1.016
2.	Dusun II	261	539	533	1.072
3.	Dusun III	167	288	363	651
4.	Dusun IV	131	283	257	540
5.	Dusun V	50	93	90	183
Jumlah		865	1.781	1.681	3.462

Sumber : Pemerintah Setempat

2. Karakteristik peserta Penyuluhan Peningkatan *Community Awareness* Terhadap Indikator Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) di Desa Sungsang Kecamatan Banyuasin II Kabupaten Banyuasin

Tabel 3

Distribusi frekuensi karakteristik peserta (n= 101)

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
- Laki-laki	44	43,6
- Perempuan	57	56,4

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa deskriptif distribusi jenis kelamin masyarakat sungsang yang mengikuti penyuluhan tentang (GERMAS) yang terdiri dari 44 peserta laki-laki dan Perempuan 57 peserta.

3. Data Deskriptif hasil penyuluhan pada masyarakat sungsang tentang indikator GERMAS.

Tabel 4

Pengetahuan Masyarakat Sungsang Tentang Indikator GERMAS setelah dilakukan Penyuluhan Peningkatan *Community Awareness* Terhadap Indikator Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS)

Variabel	Pengetahuan					
	Sebelum			Setelah		
Pengetahuan tentang indikator GERMAS	Mean	Median	Min-Max	Mean	Median	Min-Max
	1,70	1	1-3	2,5	2	1-3

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa skor rata-rata masyarakat sungsang sebelum dan setelah diberikan penyuluhan Peningkatan *Community Awareness* Terhadap Indikator Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) di Desa Sungsang Kecamatan Banyuasin II Kabupaten Banyuasin. Sebelum diberikan pendidikan kesehatan pengetahuan masyarakat tentang indikator GERMAS masih cukup rendah dengan skor rata 1,70 (Skor maksimal 3). Kemudian setelah diberikan pendidikan kesehatan terjadi peningkatan skor masyarakat menjadi rata-rata 2,5.

Penilaian skor ini merupakan hasil dari jawaban benar masyarakat terhadap pertanyaan-pertanyaan seputar indikator GERMAS yang disampaikan sebelum dan setelah pendidikan kesehatan dilaksanakan. Apabila masyarakat menjawab pertanyaan dengan benar maka dapat disimpulkan bahwa pengetahuan masyarakat meningkat tentang indikator-indikator dari GERMAS.

4. Dokumentasi Kegiatan



Gambar 1 : Penyampaian Materi Oleh Tentang GERMAS

(sumber : Dokumentasi Pengabmas)



Gambar 2 : Penyampaian Materi Oleh Tentang GERMAS
(sumber : Dokumentasi Pengabmas)



Gambar 3 : Penyampaian Materi Oleh Tentang GERMAS dan Pelaksanaan Evaluasi
(sumber : Dokumentasi Pengabmas)

PEMBAHASAAN

Untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) yaitu dengan cara mensosialisasikan dalam membudayakan beberapa cara

antara lain melakukan aktivitas fisik, mengkonsumsi buah dan sayur, memeriksa kesehatan secara rutin, tidak mengkonsumsi alkohol, membersihkan lingkungan, tidak merokok serta menggunakan jamban dalam masyarakat. Perbaikan lingkungan dan perubahan perilaku ke arah yang lebih sehat perlu dilakukan secara sistematis dan terencana oleh semua lapisan masyarakat. Untuk itu Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) menjadi sebuah pilihan dalam mewujudkan derajat kesehatan masyarakat yang lebih baik. Tujuannya memunculkan kesadaran pada masyarakat dalam mencegah penyakit. Seluruh lapisan masyarakat harus terlibat dalam Germas Hidup Sehat. Kegiatan dengan melakukan peningkatan *Community Awareness* diharapkan dapat bisa membantu kesenjangan hidup masyarakat di Desa Sungsang.

Untuk meningkatkan kemauan dan kemampuan masyarakat dalam menjalankan kegiatan-kegiatan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) yaitu dengan cara mengajak beberapa kegiatan seperti kerja bakti, senam bersama, dialog dengan masyarakat, pemeriksaan dan pelayanan kesehatan, bazar sayur dan buah, kunjungan ke sekolah-sekolah serta benah rumah sehat. Permasalahan kesehatan yang timbul saat ini merupakan akibat dari perilaku hidup yang tidak sehat juga ditambah sanitasi lingkungan serta ketersediaan air bersih yang masih kurang memadai di beberapa tempat. Hal tersebut sebenarnya dapat dicegah bila fokus upaya kesehatan diutamakan pada upaya preventif dan promotif dalam menumbuh-kembangkan kemandirian keluarga dan masyarakat untuk berperilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Fokus utama pada penyuluhan di Desa Sungsang ini adalah untuk mewujudkan hidup bersih dan sehat, mengingat saat musim kemarau tiba mereka kesulitan dengan air bersih hingga timbulnya wabah Muntaber.

Untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat akan indikator-indikator keluarga sehat dengan selalu mengedukasi masyarakat dimulai dari keluarga, karena keluarga adalah bagian terkecil dari masyarakat yang membentuk kepribadian dengan penurunan jumlah Penyakit Tidak Menular (PTM) di lingkungan masyarakat dengan tetap melakukan aktivitas-aktivitas Gerakan Masyarakat Sehat (GERMAS). Derajat kesehatan masyarakat itu dipengaruhi oleh empat faktor yakni keturunan, pelayanan kesehatan, perilaku, dan lingkungan. Yang paling besar pengaruhnya terhadap kesehatan adalah perilaku dan lingkungan. Kesehatan masyarakat itu erat kaitannya dengan perilaku dan lingkungan. Terutama perilaku yang paling besar pengaruhnya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pengetahuan masyarakat tentang indikator Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) rata-rata cukup rendah, namun setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang indikator GERMAS pengetahuan masyarakat meningkat, sehingga diharapkan dapat juga meningkatkan kesadaran masyarakat atau community awareness tentang indikator GERMAS meningkat dan juga dapat mewujudkan status kesehatan masyarakat setinggi-tingginya. Sehingga diharapkan hasil pengabdian kepada masyarakat ini dapat dijadikan patokan dan dasar bahwa pendidikan kesehatan pada masyarakat dapat memberikan dampak yang sangat besar dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat akan hidup sehat, sehingga penulis mengharapkan agar pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dapat terus dilanjutkan untuk mewujudkan status kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada seluruh pihak yang telah membantu terlaksananya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini mulai dari pimpinan STIKes Muhammadiyah Palembang yang telah memberikan banyak dukungan, Pemerintah Setempat, serta seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu-persatu.

DAFTAR PUSTAKA

- Astawan, Made.2008.Sehat dengan Sayuran Panduan Lengkap Menjaga Kesehatan dengan Sayuran.Bogor:Penerbit Dian Rakyat
- Irianto, Koes.2014.Gizi Seimbang dalam Kesehatan Reproduksi (Balanced Nutrition in Reproductive Health).Bandung:ALFABETA
- Kementerian Kesehatan RI.2013.Riset Kesehatan Dasar Riskesdas 2013.Jakarta:Kementerian Kesehatan RI
- Sugianto dkk. 2013. Riskesdas dalam Angka Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta 2013. Jakarta: Lembaga Penerbitan Badan Litbangkes Kemenkes RI
- Kementerian Kesehatan RI.2016.Buku Panduan GERMAS. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
- Siagian, Daruwati Multiningtyas.2017. Hubungan Konsumsi Sayur dan Buah pada Anak SD Kelas IV-VI di SD Pantekosa Magelang Tahun 2017.Naskah Publikasi.Yogyakarta: Poltekkes Kemenkes Yogyakarta



- Iswahyuni, Sri.2017. Hubungan antara Aktifitas Fisik san Hipertensi pada Lansia.Naskah Publikasi.Surakarta: AKPER Mamba“ul „Ulum Surakarta
- Agustin, Farida, Adhila Fayasari, dan Gusti Kumala Dewi.2017. Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Gizi Seimbang terhadap Status Gizi Lebih pada Pegawai Rumah Sakit Penyakit Infeksi Sulianti Saroso Jakarta Utara. Naskah Publikasi. Jakarta: RSPI Prof. Dr. Sulianti Saroso dan Program Studi S1 Gizi, STIKes Binawan. Diunduh pada 8 Juli 2018
- Par'i, Holil Muhammad.2014.Penilaian Status Gizi: Dilengkapi Proses Asuhan Gizi Terstandar.Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Kementerian Kesehatan RI.2012. Petunjuk Teknis Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (Posbindu PTM).Jakarta:Kementerian Kesehatan RI
- Sandjadja, dkk.2009. Kamus Gizi Pelengkap Kesehatan Keluarga. Jakarta: Penerbit Buku Kompas
- Proverawati, Atikah dan Eni Rahmawati.2012.Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).Yogyakarta:Nuha Medika