



PEMBUDAYAAN GERAKAN MASYARAKAT HIDUP SEHAT (GERMAS) DAN PERCEPATAN VAKSINASI COVID-19 DI JAWA TENGAH

M. Choiroel Anwar¹⁾; Sri Widiyati²⁾; Puteri Inandin Nabihah³⁾; Fauzan Ma'ruf⁴⁾; Marichatul Jannah⁵⁾; Sunarto⁶⁾

^{1, 2, 3, 4, 5, 6)}Poltekkes Kemenkes Semarang
Jl. Tirta Agung ; Pedalangan ; Banyumanik ; Semarang

Abstrak

Pandemi COVID-19 yang menyerang sistem pernafasan pada manusia, yang telah menginfeksi jutaan orang di seluruh dunia, tidak terkecuali Indonesia. Salah satu usaha dari pemerintah dalam menjaga agar tidak terpapar wabah ini adalah dengan melaksanakan vaksinasi, meningkatkan promosi kesehatan dengan memberikan penyuluhan. Kegiatan Pengabdian Masyarakat bekerja sama dengan Dinas Kesehatan Provinsi, Dinas Kesehatan Kabupaten Tegal dan Puskesmas di wilayah kerja Kecamatan Adiwerna dan Suradadi. Rangkaian kegiatan diantaranya pemeriksaan kesehatan yaitu screening kesehatan pra vaksin, pelaksanaan vaksinasi COVID-19 dosis 1 dan 2 maupun booster, serta pemberian materi penyuluhan bagi 400 warga dari 2 Desa Gembongdadi dan Desa Pedeslohor. Dari hasil kegiatan yang didapatkan pengetahuan warga di Desa Gembongdadi dan Desa Pedeslohor meningkat dan cakupan vaksin COVID-19 juga ikut meningkat.

Kata kunci : Pembudayaan GERMAS; Vaksinasi; COVID-19

Abstract

[CULTIVATION OF HEALTHY LIVING COMMUNITY MOVEMENT (GERMAS) AND ACCELERATION OF COVID-19 VACCINATION IN CENTRAL JAVA] The COVID-19 pandemic that attacks the respiratory system in humans, which has infected millions of people around the world, is no exception to Indonesia. One of the government's efforts to prevent exposure to this epidemic is to implement vaccines, improve health promotion by providing counseling. The method of Community Service activities is in collaboration with the Provincial Health Office, the Tegal District Health Office and the Puskesmas in the Adiwerna and Suradadi sub-districts. The series of activities include health checks, namely pre-vaccine health screening, implementation of COVID-19 vaccination doses 1 and 2 as well as boosters, as well as providing counseling materials for 400 residents from 2 Gembongdadi Villages and Pedeslohor Villages. From the results of the activity, the knowledge of residents in Gembongdadi Village and Pedeslohor Village increased and coverage of the COVID-19 vaccine also increased.

Keywords: GERMAS; Vaccine; COVID-19

1. Pendahuluan

Program Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) yang dicanangkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia merupakan upaya untuk mengatasi masalah kesehatan yang terjadi saat ini dengan memasyarakatkan budaya hidup bersih dan sehat. GERMAS mengenalkan tujuh langkah menuju hidup sehat

yaitu melakukan aktifitas fisik, makan buah dan sayur, tidak merokok, tidak mengonsumsi alkohol, melakukan cek kesehatan berkala, menjaga kesehatan lingkungan dan menggunakan jamban. Implementasi GERMAS oleh masyarakat diharapkan dapat mengatasi *triple burden disease* yang dihadapi Indonesia yaitu penyakit infeksi, penyakit tidak menular dan *re-emerging disease*. Program GERMAS perlu disadari dengan baik dan diterapkan dalam

*) Correspondence Author (Marichatul Jannah)
E-mail: marichatuljannah@poltekkes-smg.ac.id

kehidupan masyarakat karena pencegahan menjadi langkah paling baik dan murah untuk menjaga kesehatan diri sendiri serta orang-orang di sekitar. Melaksanakan peningkatan kesehatan diri sendiri dan keluarga, maka dapat menciptakan lingkungan yang bersih sehingga mengurangi risiko terkena penyakit (Kemenkes RI 2017b). Menurunnya cakupan pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat perlu menjadi perhatian karena program ini memiliki pengaruh terhadap penanggulangan masalah kesehatan pada pencegahan terjadinya sakit atau kematian, salah satunya Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). COVID-19 merupakan penyakit menular yang disebabkan oleh varian virus SARS-CoV-2 yang baru ditemukan pada tahun 2019. Penyakit ini menyerang sistem pernapasan manusia yang menyebar dari orang ke orang dari tetesan cairan pernapasan ketika batuk, bersin atau berbicara.

Instruksi Presiden Republik Indonesia Nomor 1 Tahun 2017 tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat. Dalam rangka mempercepat dan mensinergiskan tindakan dari upaya promotif dan preventif hidup sehat yang lebih sistematis guna meningkatkan produktivitas penduduk dan menurunkan beban pembiayaan pelayanan kesehatan akibat penyakit. Yakni dengan 1. Peningkatan aktifitas fisik, 2. peningkatan perilaku hidup sehat, 3. Penyediaan pangan sehat dan percepatan perbaikan gizi, 4. Peningkatan pencegahan dan deteksi dini penyakit, 5. Peningkatan kualitas lingkungan dan 6. peningkatan edukasi hidup sehat (Kemenkes RI 2017a). Menurut Notoatmodjo (2011) mengemukakan pengetahuan adalah hasil daritahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui penginderaan mata dan telinga. Merujuk pada pengertian tersebut masyarakat sebagai unsur stakeholder dalam mengembangkan dan mewujudkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan faktor predisposisi. Masyarakat dapat mengerti dan sadar atas hidup sehat dengan cara meningkatkan pendidikan dan pengetahuan tentang pentingnya hidup sehat. Pengetahuan tersebut dapat didapatkan melalui program-program yang dilakukan oleh puskesmas atau yankes lainnya. Pengetahuan yang baik akan mengubah pola pikir dan kesadaran masyarakat itu untuk menjaga kesehatan tubuh dan menerapkan PHBS dalam menjaga hidup sehat. Pengetahuan

yang baik akan membuat sikap masyarakat menjadi baik terhadap pentingnya menerapkan PHBS dan program GERMAS yang dilakukan oleh pemerintah secara tidak langsung melakukan atau mempraktekkan langsung tahapan-tahapan GERMAS untuk mewujudkan masyarakat yang sehat dan mengubah perilaku yang buruk menjadi baik.

Sebagian wilayah kabupaten/kota di provinsi Jawa Tengah masih mencatatkan tingkat vaksinasi dosis 2 yang cukup rendah dibandingkan wilayah lainnya. Beberapa kabupaten/kota tersebut di antaranya Kabupaten Tegal, Kabupaten Pemalang dan Kabupaten Rembang. Dalam menjalankan program vaksinasi, data kemarin, ketiganya baru menyelesaikan 1,93 juta dosis untuk vaksinasi dosis 2 dari target yang diharapkan sebanyak 2,89 juta peserta vaksin. Kabupaten Tegal di urutan pertama. Sampai dengan kemarin, untuk vaksinasi dosis 2 wilayah ini telah mencatatkan 64,55 persen. Angka ini menjadi yang terendah dibandingkan 35 kabupaten/kota lainnya. Sedangkan untuk pencapaian dosis 1, sampai dengan kemarin sudah tercapai 84,14 persen atau diikuti oleh 1,93 juta peserta vaksin. Program vaksinasi di kabupaten/kota ini rencananya dengan sasaran sebanyak 1,23 juta peserta. Menurut data Kementerian Kesehatan, rerata vaksinasi minggu lalu di Tegal tercatat None peserta. Sedangkan untuk stok vaksin yang tersedia saat ini berjumlah 55,36 ribu dosis vaksin. Adapun capaian vaksinasi di level provinsi, total vaksinasi dosis 1 di Jawa Tengah telah mencapai 93,97 persen atau diikuti oleh 27 juta peserta vaksin. Sedangkan untuk vaksinasi dosis 2 tercatat sudah 83,21 persen atau menjangkau 23,9 juta peserta vaksin. Rendahnya cakupan vaksinasi COVID-19 membuat perlunya langkah nyata dalam percepatan vaksinasi di Kabupaten Tegal salah satunya di wilayah Kecamatan Adiwerna dan Suradadi serta pemberian penyuluhan GERMAS agar masyarakat memahami pentingnya vaksinasi COVID-19 dan menjaga kesehatan diri dan keluarga.

Berdasarkan permasalahan tersebut ditetapkan menjadi tujuan pengabdian masyarakat melalui kegiatan percepatan cakupan vaksinasi COVID-19 dan pembudayaan Hidup Sehat Melalui Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) di Desa Gembongdadi, Kecamatan Suradadi dan Desa Pedeslohor, Kecamatan Adiwerna, Kabupaten Tegal.

2. Metode

Tahap perencanaan, tim program pengabdian akan melakukan pertemuan dan koordinasi dengan koordinator bidang kesmas dinas kesehatan kabupaten Tegal guna menyusun jadwal pengabdian, pembuatan daftar hadir peserta, pembuatan leaflet serta teknis kegiatan.

Tahap pelaksanaan, untuk mencapai tujuan dalam menyelesaikan permasalahan tersebut, program pengabdian masyarakat dilakukan dengan pemberdayaan masyarakat sosialisasi atau penyuluhan dengan materi terkait pembudayaan gerakan masyarakat hidup sehat dan pelaksanaan vaksinasi COVID-19 yang melibatkan 4 Puskesmas yaitu Puskesmas Adiwerna, Pagiyanten, Suradadi dan Jatibogor.

Tahap akhir dari kegiatan ini, dilakukan evaluasi dari program pengabdian. Evaluasi peningkatan pengetahuan dapat dilakukan dengan memberikan pertanyaan kepada peserta sosialisasi dengan memberikan serangkaian pertanyaan dan dapat dijawab dengan tepat. Evaluasi kegiatan juga dilihat melalui hasil pemantauan kartu vaksin Covid-19 capaian target vaksinasi bagi peserta mendapatkan dosis 2 dan 3.

3. Hasil dan Pembahasan

Profil Lokasi Pengabdian

a. Desa Gembongdadi, Kecamatan Suradadi, Kab. Tegal

Desa Gembongdadi merupakan sebuah desa dengan luas 465.00 m² yang berada di Kecamatan Suradadi Kabupaten Tegal, Jawa Tengah. Total penduduk Desa Gembongdadi sejumlah 8.999 jiwa dengan jumlah KK sebanyak 3.042. Kecamatan Suradadi yang terletak di pantai utara (Pantura) Pulau Jawa ini merupakan wilayah dataran rendah dengan ketinggian 0-50 meter di atas permukaan laut. Sebagian besar penduduk bermata pencaharian sebagai petani, nelayan, wiraswasta, dan pedagang, dan sebagian lagi berprofesi sebagai Pegawai Negeri Sipil, anggota TNI/ Polri, tenaga kerja luar negeri dan karyawan swasta.

b. Desa Pedeslohor, Kecamatan Adiwerna, Kab. Tegal

Desa Pedeslohor, terletak di Kecamatan Adiwerna, Kabupaten Tegal dengan jumlah penduduk sejumlah 6.276 jiwa yang terdiri atas 3.133 pria dan 3.143 wanita. Desa Pedeslohor memiliki luas 341.78 m² yang terdiri dari persawahan dan permukiman.

Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan yang telah dilaksanakan di keempat Desa tersebut antara lain :

1. Pemeriksaan Screening Kesehatan

Pemeriksaan kesehatan dilakukan dengan pemeriksaan suhu tubuh dan pemeriksaan tensi darah.



Gambar 1. Pelayanan vaksinasi dan screening kesehatan yang melibatkan Puskesmas sebagai bentuk kerjasama lintas sector antara Poltekkes Kemenkes Semarang dengan Dinas Kesehatan Kabupaten Tegal

Kegiatan pengabdian - GERMAS terlaksana dengan melibatkan antara Tim Pengabdian Poltekkes Kemenkes Semarang bekerjasama Komisi IX DPR RI dan menggandeng Dinas Kesehatan Kabupaten Tegal. Fokus kegiatan pengabdian yaitu peningkatan pengetahuan terhadap budaya hidup sehat dan percepatan program vaksinasi Covid-19. Sebanyak 150 orang peserta turut serta dalam kegiatan ini, dan berpartisipasi secara aktif. Gambaran kegiatan tersaji pada gambar1 dan 2.

Kegiatan serupa telah dilakukan oleh Poltekkes Kemenkes Semarang bersama mitra Komisi IX DPR RI di wilayah Jawa Tengah. Kegiatan GERMAS dilakukan sebelum Pandemi Covid-19 dengan fokus kegiatan pada peningkatan aktifitas fisik dan sosialisasi penyakit tidak menular (PTM). (Indriyawati, Jannah, and Saptiwi 2019).

2. Sosialisasi

Materi sosialisasi mencakup materi terkait dengan tema "Vaksinasi Covid 19: Lindungi Diri, Sehatkan Negeri". Materi dari Dinas Kesehatan Kabupaten Tegal dengan topik

Sosialisasi GERMAS di Era Adaptasi Kebiasaan Baru, sedangkan materi dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah yaitu Edukasi dan Sosialisasi Manfaat Vaksinasi COVID-19 serta materi penguatan dari Komisi IX DPR RI Dr. Dewi Aryani, M.Si.



Gambar 2. Kegiatan penyuluhan dan sosialisasi kepada masyarakat terkait GERMAS di Era Adaptasi Kebiasaan Baru

3. Aktifitas fisik

Untuk menjaga semangat dan motivasi peserta selama proses pengabdian masyarakat turut serta dilaksanakan senam Cerdik Sehat. Senam ini merupakan salah satu bentuk aktifitas fisik yang bermanfaat untuk kesehatan fisik dan mental seseorang. Perlunya dukungan dari keluarga, masyarakat dan lingkungan sekitar mendukung adanya upaya peningkatan aktifitas fisik tersebut (Abadini et al. 2018).

Selanjutnya dilanjutkan dengan makan buah bersama dan diakhiri dengan penandatanganan komitmen bersama. Kegiatan tersebut semakin meriah karena peserta diberikan kesempatan untuk tanya jawab dengan hadiah *doorprize* bagi masyarakat yang berhasil menjawab pertanyaan terkait materi sosialisasi GERMAS yang telah diberikan oleh tim.

4. Vaksinasi

Kegiatan pengabdian dilanjutkan dengan pelaksanaan vaksinasi yang dilaksanakan di 4 (empat) wilayah Puskesmas, yaitu Puskesmas Adiwerna, Puskesmas Pagiyanten, Puskesmas Suradadi dan Puskesmas Gembongdadi. Upaya ini merupakan langkah untuk mendorong cakupan vaksinasi COVID-19 di berbagai wilayah oleh Kementerian Kesehatan RI dengan menyediakan layanan vaksinasi booster maupun Vaksin 1 dan 2. Pada proses pelaksanaan vaksinasi beberapa kendala ditemukan antara lain tidak ditemukannya data peserta vaksin karena pelaksanaan vaksin 1

dilakukan di luar negeri pada saat peserta tersebut bekerja sebagai crew kapal. Hal tersebut mengakibatkan adanya beberapa peserta vaksin yang tidak jadi divaksinasi dan menunggu terlebih dahulu proses update data oleh pihak pcare dari BPJS.

Kegiatan sosialisasi GERMAS tidak hanya berisikan edukasi untuk hidup sehat kepada masyarakat. Namun, diselenggarakannya vaksinasi covid-19 dalam kegiatan tersebut bermanfaat untuk mengatasi berita Hoax yang beredar saat ini, sehingga masyarakat tidak merasa takut untuk mengikuti vaksin (Andriadi et al. 2021).



Gambar 3. Tim Pengabdian dan Tim Vaksinator Puskesmas Suradadi sedang menjalankan program percepatan vaksinasi

Evaluasi kegiatan

Gerakan masyarakat hidup sehat merupakan upaya untuk meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan bagi setiap orang untuk hidup sehat agar peningkatan derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya dapat terwujud. Tujuan umum gerakan masyarakat hidup sehat, a) perubahan gaya hidup lebih baik, b) Meningkatnya peran masyarakat dalam memanfaatkan fasilitas kesehatan (Kemenkes RI 2022).

Kegiatan GERMAS ini perlu ditindaklanjuti dan disosialisasikan kembali ke masyarakat di lini bawah dengan menghimbau agar masyarakat gemar mengonsumsi buah dan sayur, melaksanakan aktifitas fisik,

memeriksa kesehatan secara rutin dan melengkapi perlindungan dari ancaman covid dengan melakukan vaksinasi dosis ke-3 (Anwar and Jannah 2019; Indriyawati et al. 2019; Kemenkes RI 2020).

4. Simpulan

Berangkat dari identifikasi masalah, yaitu rendahnya cakupan vaksinasi di wilayah Kabupaten Tegal, khususnya pada masa era adaptasi kebiasaan baru pasca COVID-19 ini, perilaku hidup bersih dan sehat sudah seharusnya menjadi kewajiban bagi masyarakat dalam mengurangi penyebaran virus. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk ikut serta dalam sosialisai gerakan masyarakat hidup sehat (GERMAS). Selain itu, tim pengabdian berharap khususnya masyarakat di wilayah Desa Gembongdadi dan Desa Pedeslohor, Kabupaten Tegal dapat melanjutkan pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekitar dan memahami pentingnya terlindungi vaksin COVID-19.

5. Ucapan terimakasih

Terima kasih disampaikan kepada Poltekkes Kemenkes Semarang dan mitra Komisi IX DPR RI dalam kelancaran kegiatan sosialisasi pembudayaan gerakan hidup sehat dan percepatan vaksinasi covid-19. Ucapan terima kasih dapat juga disampaikan kepada pihak-pihak yang membantu pelaksanaan.

6. Referensi

Depkes. (2017). Pedoman Penyelenggaraan Program Indonesia Sehat Dengan Pendekatan Keluarga. Departemen Kesehatan RI.

Abadini, Dinanti, Caroline Endah Wuryaningsih,) Fakultas, and Kesehatan Masyarakat. 2018. "Determinan Aktivitas Fisik Orang Dewasa Pekerja Kantoran Di Jakarta Tahun 2018." *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia* 14(1):15-28. doi: 10.14710/JPKI.14.1.15-28.

Andriadi, Bella Putri Agustiarasari, Dianto, Dila Monica, Muhammad Jordan, Muhammad Risky, Poppy Arsika, Rafita Syari, Rizki Nursapitri, and Salmawati. 2021. "PENTINGNYA PENGENALAN VAKSIN DI MASA PANDEMI COVID-19 DESA IBUL KECAMATAN SIMPANG TERITIP." *Jurnal Abdimas Bina Bangsa* 2(1):100-104. doi: 10.46306/JABB.V2I1.87.

Anwar, M. Choiroel, and Marichatul Jannah. 2019. "UPAYA PENINGKATAN AKTIVITAS FISIK DAN CEK KESEHATAN SEBAGAI APLIKASI GERMAS." *LINK* 15(2):58-61. doi: 10.31983/link.v15i2.5452.

Indriyawati, Nina, Marichatul Jannah, and Betty Saptiwi. 2019. "Poltekkes Kemenkes Semarang Wujudkan Gaya Hidup Sehat Melalui Sosialisasi Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) Di Jawa Tengah." *LINK* 15(1):42-45. doi: 10.31983/link.v15i1.4396.

Kemenkes RI. 2017a. "GERMAS - Gerakan Masyarakat Hidup Sehat." *Kementerian Kesehatan Direktorat Promosi Kesehatan Dan Pemberdayaan Masyarakat*. Retrieved November 16, 2022 (<https://promkes.kemkes.go.id/germas>).

Kemenkes RI. 2017b. "GERMAS Aksi Nyata Untuk Hidup Sehat." *Warta Kesmas - Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*.

Kemenkes RI. 2020. *Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2020-2024*.

Kemenkes RI. 2022. *Pedoman Pelaksanaan Sosialisasi GERMAS Bersama Mitra Potensial*. Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat.

Notoatmodjo, Soekidjo. 2011. *Prinsip-Prinsip Dasar Dan Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Rineka Cipta.

WHO. 2018. *Non Communicable Disease Country Profiles 2018*. Geneva, Switzerland: World Health Organization