

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Posyandu

1. Definisi Posyandu

Menurut Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 19 Tahun 2011 Pasal 1 ayat 1 menyatakan bahwa Posyandu atau Pos Pelayanan Terpadu adalah salah satu bentuk upaya kesehatan bersumber daya masyarakat yang dikelola dan diselenggarakan dari, oleh, untuk dan bersama masyarakat dalam penyelenggaraan pembangunan kesehatan, guna memberdayakan masyarakat dan memberikan kemudahan kepada masyarakat dalam memperoleh pelayanan kesehatan dasar untuk mempercepat penurunan angka kematian ibu dan bayi.

Posyandu merupakan kegiatan sosial yang berkaitan dengan bidang kesehatan yang didalamnya memnuat kegiatan yang berguna dalam pemantauan tumbuh kembang anak. Setiap kegiatan yang dilakukan dalam kegiatan posyandu selalu memperhatikan aspek pemberdayaan masyarakat. Hal ini dikarenakan pada kegiatan posyandu selalu melibatkan masyarakat dalam proses berjalannya kegiatan.

2. Waktu dan Tempat Penyelenggaraan Posyandu

Penyelenggaraan posyandu pada umumnya sekurang-kurangnya satu kali dalam sebulan. Jika terdapat kegiatan lain yang mengharuskan untuk posyandu buka lebih dari satu kali dapat ditentukan sesuai dengan hasil kesepakatan masyarakat untuk hari dan waktunya. Untuk lokasi

penyelenggaraan posyandu sebaiknya berada ditempat yang mudah dijangkau oleh masyarakat sekitar. Posyandu biasanya berlokasi di setiap desa/kelurahan/RT/RW atau dusun atau di tempat khusus yang dibangun oleh swadaya masyarakat.

3. Sasaran Posyandu

Sasaran Posyandu adalah seluruh masyarakat, terutama :

a. Bayi

Bayi adalah anak yang berusia sejak lahir (0 hari) hingga mencapai usia 12 bulan. Bayi terbagi menjadi 2 bagian, yaitu bayi baru lahir (Neonatus) berusia 0-28 hari dan bayi setelah masa Neonatus berusia 1-12 bulan.

b. Anak balita

Balita adalah anak yang berusia dibawah lima tahun atau 0-59 bulan. Kelompok balita dibagi menjadi 3 bagian, yaitu bayi (0-12 bulan), balita (1-3 tahun), dan anak pra sekolah (3-5 tahun).

c. Ibu hamil

Ibu hamil adalah perempuan yang sedang mengandung janin di dalam rahimnya yang berlangsung selama sekitar 40 minggu. Ibu hamil dikelompokkan menjadi 3 trimester, yaitu trimester 1 (usia kehamilan 0-13 minggu), trimester 2 (usia kehamilan 14-26 minggu), dan trimester 3 (usia kehamilan 27 minggu hingga melahirkan).

d. Ibu nifas

Ibu nifas adalah perempuan yang sedang dalam fase atau masa setelah melahirkan yang berlangsung sekitar 6 minggu atau 42 hari.

e. Ibu menyusui

Ibu menyusui adalah perempuan setelah melahirkan yang memberikan ASI kepada bayinya.

f. Pasangan Usia Subur (PUS)

Pasangan Usia Subur (PUS) adalah pasangan suami istri yang berada dalam rentang usia subur, yaitu 15-49 tahun. Kelompok usia ini menjadi sasaran dalam program Keluarga Berencana (KB).

4. Manfaat Posyandu

- a. Sebagai wadah untuk memperoleh informasi yang berkaitan dengan pelayanan kesehatan dasar, seperti penurunan AKI, AKB, dan AKBA.
- b. Sebagai wujud aktualisasi dalam membantu masyarakat menyelesaikan masalah kesehatan terkait penurunan AKI, AKB, dan AKBA.
- c. Sebagai akses pelayanan kesehatan dasar yang dekat dengan masyarakat
- d. Sebagai pusat pemberdayaan masyarakat, pusat pelayanan kesehatan perorangan primer, dan pusat pelayanan kesehatan masyarakat primer.

5. Tingkat Perkembangan Posyandu

Menurut buku kurikulum dan modul pelatihan kader posyandu (Kemenkes RI, 2012 : 33-34) tingkat perkembangan posyandu, sebagai berikut :

a. Posyandu pratama

Posyandu pratama adalah posyandu yang baru dibuat dan belum mantap, yang ditandai dengan kegiatan bulanan Posyandu belum terlaksana dengan rutin. Dengan jumlah kader kurang dari lima orang.

b. Posyandu madya

Posyandu madya adalah posyandu yang sudah melaksanakan kegiatan bulanan Posyandu lebih dari 8 kali per tahun, namun cakupan kegiatan utama yang masih rendah (<50%). Dengan jumlah kader sebanyak lima orang atau lebih.

c. Posyandu purnama

Posyandu purnama adalah posyandu yang sudah melaksanakan kegiatan bulanan Posyandu lebih dari 8 kali per tahun dengan cakupan kegiatan utama lebih dari 50%. Serta memperoleh sumber pembiayaan yang dikelola masyarakat yang pesertanya masih terbatas kurang dari 50% dari seluruh jumlah KK di wilayah kerja Posyandu dan yang mampu melaksanakan program tambahan.

d. Posyandu mandiri

Posyandu mandiri adalah posyandu yang sudah melaksanakan kegiatan bulanan Posyandu lebih dari 8 kali per tahun dengan cakupan kegiatan utama lebih dari 50%. Serta memperoleh sumber pembiayaan yang dikelola masyarakat yang pesertanya lebih dari 50% dari seluruh jumlah KK di wilayah kerja Posyandu dan yang mampu melaksanakan program tambahan.

6. Lima Langkah Kegiatan Posyandu

Seluruh kegiatan rutin posyandu yang dilakukan setiap satu bulan sekali diselenggarakan oleh kader posyandu dengan bantuan dari tenaga kesehatan Puskesmas. Jumlah kader posyandu dalam setiap posyandu dalam menyelenggarakan kegiataanya setidaknya berjumlah lima orang. Jumlah ini sesuai dengan jumlah langkah yang dilaksanakan saat kegiatan posyandu berlangsung, yaitu :

Tabel 1. Kegiatan Posyandu

Langkah	Kegiatan	Pelaksana
Pertama	Pendaftaran	Kader
Kedua	Penimbangan	Kader
Ketiga	Pengisian KMS	Kader
Keempat	Penyuluhan	Kader
Kelima	Pelayanan kesehatan	Kader atau kader bersama petugas kesehatan

Penjelasan dari setiap langkah yang ada di Posyandu adalah, sebagai berikut :

1) Langkah pertama : pendaftaran

- a. Kader melakukan pendaftaran pada bayi/balita yang datang dengan menuliskan nama pada secarik kertas yang diselipkan pada KMS.
- b. Kader juga mendaftarkan ibu hamil yang datang dengan menuliskan nama pada formulir ibu hamil. Yang kemudian ibu hamil dipersilahkan menuju langkah ke 4.

2) Langkah kedua : penimbangan

Kader melakukan penimbangan dan pengukuran yang kemudian hasilnya di catat untuk diisikan pada KMS pada langkah selanjutnya.

3) Langkah ketiga : pengisian KMS

Pengisian KMS merupakan hal penting yang harus dilakukan oleh kader posyandu. Karena KMS merupakan salah satu alat untuk melakukan pemantauan pertumbuhan pada anak. Pengisian KMS ini wajib dilakukan pada anak yang datang dan ditimbang. Selain kemampuan untuk mengisi KMS, kader diharapkan dapat membaca atau menilai grafik yang terbuat dari hasil penimbangan anak setiap bulannya. Hal tersebut dapat membantu kader dalam menentukan pertumbuhan anak apakah dalam keadaan yang baik atau kurang baik.

Jika anak mengalami peningkatan atau mengalami pertumbuhan yang baik, maka kader posyandu berhak memberikan pujian dan motivasi kepada orang tua balita untuk terus melakukan penimbangan secara rutin di Posyandu. Dan sebaliknya jika anak mengalami penurunan atau pertumbuhan yang kurang baik dalam beberapa bulan, maka anak berhak dirujuk kepada petugas kesehatan.

4) Langkah keempat : penyuluhan

- a. Kader yang bertugas di langkah keempat ini harus bisa membacakan dan menjelaskan data KMS tersebut.

- b. Kader posyandu juga bisa memberikan penyuluhan gizi dasar, seperti terkait pemberian makanan tambahan (PMT), tablet tambah darah (tablet besi), vitamin A, oralit, dan lainn-lain.

5) Langkah kelima : pelayanan kesehatan

Pada langkah kegiatan ini dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan Puskesmas, bidan yang memberikan layanan antara lain imunisasi untuk bayi, KB, pemberian tablet tambah darah, pemberian vitamin A, dan obat-obatan lainnya.

7. Penilaian Kinerja Posyandu

Kinerja menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah sesuatu yang ingin dicapai, prestasi yang dilihat, atau kemampuan kerja. Oleh karena itu, kinerja menjadi hal yang sangat diperlukan guna membantu mencapai suatu tujuan yang diinginkan. Sedangkan kinerja posyandu juga dapat diartikan sebagai sebuah kemampuan kerja pengelolah dalam mencapai suatu target yang telah ditetapkan sebagai tolak ukur keberhasilan suatu kegiatan posyandu.

Penilaian kinerja posyandu harus melalui indikator SKDN dengan target pencapaian yang sudah ditetapkan. Indikator keberhasilan posyandu tergambar melalui cakupan SKDN, yaitu :

S : Jumlah seluruh balita yang ada di wilayah kerja Posyandu

K : Jumlah balita yang terdaftar dan memiliki KMS

D : Jumlah balita yang datang dan ditimbang

N : Jumlah balita yang naik berat badannya

Kegiatan program posyandu yang mencakup indikator SKDN, antara lain :

a. Liputan Program (K/S)

Liputan program (K/S) adalah indikator dalam SKDN yang digunakan untuk mengetahui jumlah balita di setiap wilayah kerja posyandu yang telah menerima pelayanan dari program tersebut. Dengan target menurut Indonesia Sehat tahun 2010 adalah 80%. Untuk mendapatkan hasil yang dapat diukur dari capaian kegiatan ini dapat menggunakan rumus yang ada, adalah :

$$\frac{K}{S} = \frac{\text{Jumlah balita yang memiliki KMS}}{\text{Jumlah seluruh balita yang ada di wilayah kerja}} \times 100\%$$

Pentingnya liputan program yang dapat mencukupi target adalah sebagai alat untuk mengukur keberhasilan program dalam menjangkau sasaran yang diinginkan dan dapat membantu penyelenggara posyandu baik kader posyandu, tenaga kesehatan, maupun tokoh masyarakat yang berwenang dalam merencanakan strategi yang lebih efektif untuk menjangkau sasaran yang belum tercapai.

b. Tingkat Kelangsungan Penimbangan (D/K)

Tingkat kelangsungan penimbangan (D/K) merupakan indikator SKDN yang menggambarkan keaktifan orang tua balita untuk menimbang anaknya secara teratur setiap bulan di posyandu. Target tingkat kelangsungan penimbangan menurut Indonesia Sehat tahun 2010 adalah sebesar 60%. Dengan rumus perhitungan, sebagai berikut :

$$\frac{D}{K} = \frac{\text{Jumlah balita yang datang dan ditimbang}}{\text{Jumlah balita yang memiliki KMS}} \times 100\%$$

Fungsi dari hasil tingkat kelangsungan penimbangan (D/K) adalah sebagai tolak ukur keefektifan kegiatan penimbangan yang dilakukan di Posyandu. Selain itu indikator ini juga berguna sebagai bahan evaluasi program kesehatan dalam merencanakan intervensi lebih lanjut untuk balita yang mengalami masalah gizi.

c. Partisipasi Masyarakat (D/S)

Partisipasi masyarakat (D/S) merupakan indikator yang digunakan untuk mengukur tingkat keberhasilan kegiatan program posyandu. Indikator ini juga menjadi tolak ukur keterlibatan masyarakat dalam mengikuti program kesehatan yang disediakan dalam kegiatan Posyandu. Target partisipasi masyarakat menurut Indonesia Sehat tahun 2010 adalah sebesar 80%. Dengan rumus perhitungan, sebagai berikut :

$$\frac{D}{S} = \frac{\text{Jumlah balita yang datang dan ditimbang}}{\text{Jumlah balita yang ada di wilayah kerja}} \times 100\%$$

Fungsi dari indikator partisipasi masyarakat (D/S) adalah untuk mengukur keberhasilan suatu program berdasarkan tingkat partisipasi masyarakat. Dan sebagai bahan evaluasi program untuk menentukan kendala yang menyebabkan rendahnya partisipasi.

d. Keberhasilan Penimbangan (N/D)

Keberhasilan penimbangan (N/D) adalah indikator yang menunjukkan keberhasilan sebuah program perbaikan pertumbuhan balita pada kegiatan

posyandu yang ditandai dengan hasil penimbangan balita selama 2 bulan berturut-turut mengalami kenaikan. Target keberhasilan penimbangan menurut Indonesia Sehat tahun 2010 adalah sebesar 80%. Dengan rumus perhitungan, sebagai berikut :

$$\frac{N}{D} = \frac{\text{Jumlah balita yang naik berat badannya}}{\text{Jumlah balita yang datang dan ditimbang}} \times 100\%$$

Fungsi indikator keberhasilan penimbangan (N/D) adalah untuk memantau status gizi balita yang datang di kegiatan posyandu. Selain itu, fungsi dari keberhasilan penimbangan sebagai alat deteksi dini masalah gizi agar dapat dilakukan perencanaan intervensi yang lebih tepat untuk menangani masalah gizi.

e. Tingkat Pencapaian Program (N/S)

Tingkat pencapaian program (N/S) adalah indikator yang menggambarkan keberhasilan semua program posyandu. Target tingkat pencapaian program menurut Indonesia Sehat tahun 2010 adalah sebesar 40%. Dengan rumus perhitungan, sebagai berikut :

$$\frac{N}{S} = \frac{\text{Jumlah balita yang naik berat badannya}}{\text{Jumlah seluruh balita yang ada di wilayah}} \times 100\%$$

Fungsi dari indikator tingkat pencapaian program (N/S) adalah sebagai tolak ukur keberhasilan Posyandu dalam mencapai sasaran yang telah ditentukan dan tujuan yang telah ditetapkan.

B. Kader Posyandu

1. Definisi Kader Posyandu

Menurut buku pedoman pengelolaan posyandu, kader posyandu adalah anggota masyarakat yang bersedia, mampu, dan memiliki waktu untuk menyelenggarakan kegiatan posyandu secara sukarela (Kemenkes RI, 2011). Penggunaan anggota masyarakat sebagai kader posyandu merupakan cara yang paling dekat dengan masyarakat dalam melakukan kegiatan di bidang kesehatan. Karena anggota dari kader posyandu merupakan masyarakat dari wilayah setempat yang dapat memudahkan dalam penyampaian informasi kepada tetangga atau warga disekitar lingkungan posyandu.

Kader posyandu atau pengelola posyandu dipilih dari dan oleh masyarakat pada saat musyawarah pembentukan posyandu. Jumlah dari kader posyandu sekurang-kurangnya 5 orang dan bisa lebih sesuai kebutuhan wilayah setempat. Setelah kader disetujui oleh seluruh anggota yang hadir saat masyarakat, maka selanjutnya kader posyandu akan mengikuti pelatihan/orientasi yang diberikan oleh Puskesmas.

2. Kriteria Kader Posyandu

Adapun kriteria kader posyandu yang dibutuhkan bidang kesehatan menurut Buku Panduan Pengelolaan Posyandu (Kemenkes RI, 2023), yaitu:

- 1) Sehat jasmani dan rohani
- 2) Berdomisili di desa/kelurahan/kecamatan setempat
- 3) Memiliki kemampuan membaca dan menulis

- 4) Memiliki kemampuan berkomunikasi dengan bahasa desa/kelurahan/kecamatan setempat
- 5) Mampu mengoperasikan telepon genggam
- 6) Telah mengikuti pelatihan/orientasi kader dari Puskesmas
- 7) Ditetapkan dengan keputusan Kepala Desa/Lurah

3. Tingkatan Kader berdasarkan Tanda Kecakapan Kader

Keterampilan dasar yang dimiliki setiap kader tentu berbeda-beda sesuai dengan kompetensi yang dimiliki. Menurut Buku Panduan Pengelolaan Posyandu Bidang Kesehatan (Kemenkes, 2023) tingkatan kader berdasarkan tanda kecakapan kader dibagi menjadi 3 golongan, yaitu :

1. Kader Purwa

Kader purwa adalah kader yang memiliki kecapan 3 kelompok kompetensi, yaitu :

- a. Memiliki 14 tanda kecakapan kader dari seluruh kompetensi bayi balita dan seluruh kompetensi pengelolaan posyandu, ditambah seluruh kompetensi usia sekolah dan remaja, atau
- b. Memiliki 16 tanda kecakapan kader dan seluruh kompetensi bayi balita dan seluruh kompetensi pengelolaan posyandu, ditambah seluruh kompetensi usia dewasa dan lansia, atau
- c. Memiliki 17 tanda kecakapan kader dari seluruh kompetensi bayi balita dan seluruh kompetensi pengelolaan posyandu, ditambahkan seluruh kompetensi ibu hamil dan menyusui.

2. Kader Madya

Kader madya memiliki tingkatan lebih tinggi dibandingkan kader purwa. Kader madya sendiri telah melengkapi tanda kecakapan 4 kelompok kompetensi, antara lain :

- a. Memiliki 20 tanda kecakapan kader dari seluruh kompetensi bayi balita dan seluruh kompetensi pengelolaan posyandu, seluruh kompetensi ibu hamil dan ibu menyusui, ditambah dengan seluruh kompetensi usia sekolah dan remaja, atau
- b. Memiliki 22 tanda kecakapan kader dari seluruh kompetensi bayi balita dan seluruh kompetensi pengelolaan posyandu, seluruh kompetensi ibu hamil dan menyusui, ditambah dengan seluruh kompetensi usia dewasa dan lansia.

3. Kader Utama

Kader utama adalah kader yang memiliki tanda kecakapan 5 kelompok kompetensi atau lengkap, yaitu seluruh kompetensi ibu hamil dan menyusui, kompetensi bayi balita, kompetensi usia sekolah dan remaja, kompetensi usia dewasa dan lansia, serta kompetensi pengelolaan posyandu.

4. Peran dan Tugas Kader Posyandu

Kader posyandu dalam menjalani tugas membutuhkan dukungan dari seluruh masyarakat dan pemerintah setempat. Karena peran kader dalam penyelenggaraan posyandu yang sangat besar seperti sebagai pemberi informasi kesehatan kepada masyarakat juga sebagai penggerak masyarakat

untuk datang ke Posyandu dan melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat. Menurut buku kurikulum dan modul pelatihan kader posyandu (Kemenkes RI, 2012 : 47-50) tugas kader posyandu, sebagai berikut :

a. Sebelum Hari Buka Posyandu

- 1) Menerima masukan catatan keberadaan ibu hamil, kelahiran, kematian bayi dan kematian ibu melahirkan, bayi, balita, ibu nifas, pasangan usia subur, dan wanita usia subur.
- 2) Menyiapkan sarana dan prasarana kegiatan ditempat posyandu.
- 3) Menghubungi kelompok kerja (Pokja) posyandu.
- 4) Menyiapkan PMT.
- 5) Pendekatan dengan tokoh masyarakat formal maupun informal.
- 6) Mengundang orang tua balita untuk datang ke posyandu.

b. Saat Hari Buka Posyandu

- 1) Mendaftar bayi/balita, ibu hamil, dan pasangan usia subur.
- 2) Menimbang bayi/balita, ibu hamil, dan pasangan usia subur.
- 3) Melakukan pengukuran lingkaran lengan atas ibu hamil dan wanita usia subur.
- 4) Mencatat hasil penimbangan di Kartu Menuju Sehat (KMS) dan menilai berat badan naik/tidak naik, dan mencatat hasil pengukuran LILA pada WUS dan ibu hamil.
- 5) Memberikan penyuluhan dan konseling
- 6) Pemberian makanan tambahan (PMT)
- 7) Memberikan oralit, kapsul vitamin A, tablet besi, dan pelayanan KB.
- 8) Evaluasi bulanan dan perencanaan kegiatan posyandu

- 9) Membuat catatan kegiatan posyandu

c. Sesudah Hari Buka Posyandu

- 1) Melakukan kunjungan rumah pada balita yang tidak hadir pada hari buka Posyandu, anak yang kurang gizi, atau anak yang mengalami gizi buruk rawat jalan.
- 2) Melaksanakan kegiatan diskusi kelompok.
- 3) Memberikan informasi hasil kegiatan posyandu kepada pokja posyandu, pada pertemuan bulanan, dan merencanakan kegiatan posyandu yang akan datang.

C. Penyuluhan

1. Definisi Penyuluhan

Berdasarkan buku kurikulum dan modul pelatihan kader posyandu (2012: 160) penyuluhan adalah penyampaian pesan dari satu orang atau kelompok kepada satu orang atau kelompok lain mengenai berbagai hal yang berkaitan dengan suatu program. Jika disesuaikan dengan kegiatan yang ada dalam Posyandu, penyuluhan yang diberikan lebih banyak mengenai kesehatan ibu dan anak.

Penyuluhan juga bisa dikatakan suatu kegiatan pendidikan melalui penyebaran informasi yang membuat orang sadar, tahu, dan mengerti juga mau dan bisa melakukan anjuran dalam pesan yang disampaikan dalam penyuluhan tersebut.

2. Tujuan Penyuluhan

Tujuan dari penyuluhan adalah, sebagai berikut :

- a. Tercapainya perubahan perilaku pada sasaran baik pada perorangan maupun kelompok masyarakat agar bisa melakukan perilaku hidup sehat dan bersih untuk menciptakan kondisi tubuh dan lingkungan yang sehat
- b. Berperan aktif dalam mewujudkan derajat kesehatan yang optimal
- c. Terjadinya perubahan perilaku sehat pada individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat yang sesuai dengan konsep hidup sehat untuk menurunkan angka kesakitan dan kematian

3. Metode Penyuluhan

a. Ceramah

1. Definisi Ceramah

Pada metode ini yang dilakukan oleh seorang penyuluh adalah menyampaikan materi secara lisan tanpa melibatkan peserta. Karena pada metode ini peserta lebih banyak menjadi pendengar saja. Hubungan yang digunakan pada metode ceramah adalah hubungan satu arah atau monolog. Metode ini akan efektif digunakan apabila dilakukan dalam kondisi jumlah peserta yang banyak dan tujuan penyuluh hanya untuk menyampaikan materi serta memberikan motivasi atau dorongan belajar kepada peserta. Penggunaan metode ceramah ini juga harus disesuaikan dengan tujuan diadakannya penyuluhan. Jika penyuluh menginginkan adanya perubahan pengetahuan pada peserta maka metode ceramah adalah metode yang tepat digunakan dalam kegiatan penyuluhan.

2. Ciri-ciri Ceramah

Adapun ciri-ciri ceramah dalam penyampaian materi secara lisan adalah, sebagai berikut :

- a) Sebuah penyampaian materi dengan metode ceramah disampaikan oleh seseorang yang memiliki keahlian dalam bidang tertentu.
- b) Ceramah memiliki struktur yang lengkap, seperti pembuka (pendahuluan), isi, dan penutup.
- c) Pemilihan tema dalam penyampaian materi dengan metode ceramah disesuaikan dengan acara/kegiatan yang sedang terselenggara
- d) Bahasa yang digunakan adalah bahasa yang mudah dipahami, sopan, dan tidak mengandung unsur SARA.
- e) Kadang membutuhkan media untuk membantu proses penyampaian ceramah.

3. Tujuan Ceramah

Pada dasarnya tujuan dari ceramah adalah untuk menyampaikan materi yang bersifat informasi yang banya. Namun secara lebih spesifik metode ceramah memiliki beberapa tujuan, antara lain :

- a) Merangsang peserta untuk belajar lebih mandiri dengan menumbuhkan rasa ingin tahu dan kemauan untuk belajar.
- b) Memberikan penjelasan secara terbuka untuk memperkenalkan hal-hal baru yang belum diketahui oleh peserta.
- c) Menyajikan materi secara garis besar dan permasalahan yang terdapat di dalam isi materi tersebut.
- d) Menciptakan peserta yang mau belajar melalui bahan tertulis dan secara lisan.

4. Kelebihan Ceramah

- a) Tidak memerlukan biaya yang besar atau dalam kata lain murah. Karena pada metode ceramah ini cukup hanya menggunakan suara dari penceramah.
- b) Ceramah dapat menyajikan materi yang ingin disampaikan secara luas dengan waktu yang relatif singkat.

- c) Metode ceramah dapat digunakan untuk peserta dengan jumlah yang banyak.
- d) Tidak membutuhkan alat atau peralatan yang rumit.
- e) Melalui ceramah, penceramah dapat mengontrol keadaan peserta, karena kegiatan merupakan tanggung jawab penceramah sebagai pemberi materi.

5. Kekurangan Ceramah

- a) Materi yang disampaikan hanya dikuasai oleh penceramah saja.
- b) Ceramah yang tidak disertai dengan peragaan dapat mengakibatkan terjadinya kebosanan dan kejenuhan oleh peserta.
- c) Metode ceramah ini sulit mendeteksi peserta mana yang sudah dan belum mengerti dari penjelasan yang sudah disampaikan.
- d) Metode ceramah akan membuat suasana kegiatan yang lebih pasif, karena pada metode ini peserta hanya berperan sebagai pendengar.

6. Langkah – Langkah Penyuluhan dengan Metode Ceramah

Langkah-langkah pelaksanaan ceramah menurut (Narita, A. 2022), antara lain:

a) Persiapan Ceramah

- 1) Menentukan tujuan dan materi ceramah yang akan disampaikan.
- 2) Menguasai pokok materi yang sudah disiapkan.
- 3) Menggunakan media yang sesuai untuk memperjelas penyampaian pesan (Seperti poster, leaflet, dan booklet)
- 4) Menyiapkan penampilan yang sesuai dengan kegiatan.

b) Pelaksanaan Ceramah

- 1) Mengucapkan salam dan memperkenalkan diri serta menjelaskan tujuan dari ceramah yang akan disampaikan

- 2) Menyampaikan materi secara informatif dan sistematis dengan bantuan media yang disediakan agar mudah diikuti oleh peserta.
- 3) Menggunakan waktu yang tepat agar menjaga minat dan konsentrasi peserta selama penyampaian materi berlangsung.
- 4) Menggunakan apresiasi dengan bertanya terkait pengalaman atau pemahaman peserta berkenaan dengan materi yang akan disampaikan.

c) Penutup Ceramah

- 1) Membuka kesempatan untuk tanya jawab sebelum ceramah diakhiri
- 2) Menyampaikan kesimpulan secara keseluruhan dari hasil penyampaian materi.
- 3) Menanyakan kembali kepada peserta atas pemahaman yang diterima dari materi yang disampaikan.
- 4) Menutup acara dan mengucapkan salam.

b. Diskusi

1. Definisi Diskusi

Metode diskusi adalah salah satu cara penyampaian materi dimana penyuluh dan peserta bersama-sama mencari pemecahan masalah atas persoalan yang dihadapi. Tujuan dari metode diskusi ini adalah untuk melakukan saling tukar menukar gagasan, pemikiran, dan informasi dari masing-masing orang untuk mencapai kesimpulan dan kesepakatan dari gagasan yang disampaikan. Dengan adanya saling tukar gagasan/pikiran maka akan didapatkan berbagai pilihan alternatif pemecahan masalah yang kemudian dilakukan pemilihan satu jawaban yang lebih logis dan tepat secara melalui mufakat. Penggunaan metode

diskusi ini tidak bisa lepas dari penerapan metode lainnya, seperti salah satunya adalah metode penggabungan metode ceramah dengan metode diskusi. Setelah dilakukan penjelasan materi secara lisan biasanya di akhir penyampaian akan dilakukan diskusi. Hal tersebut dilakukan untuk memberi kesempatan kepada peserta dalam menyampaikan ide dan argumentasinya

2. Tujuan Diskusi

Tujuan yang disampaikan dalam defeni diskusi menyebutkan bahwa diskusi dilakukan untuk saling menyampaikan gagasan atau ide dari masing-masing peserta untuk menemukan kesepakatan pendapat dalam menyelesaikan persoalan atau permasalahan yang ada. Sedangkan dalam buku *Diskusi yang Efektif* (J. S Khamdi, 1995) menjelaskan tujuan diskusi secara spesifik adalah, sebagai berikut :

- a) Menumbuh kembangkan tradisi intelektual yang bisa didapatkan dengan membiasakan berpikir bersama. Karena dengan adanya berpikir bersama dapat membiasakan peserta untuk melihat suatu masalah dari berbagai sudut pandang.
- b) Mengambil keputusan dan kesimpulan yang dapat dijadikan pilihan dalam menghadapi permasalahan.
- c) Menyamakan apresiasi, persepsi, dan visi dalam kegiatan diskusi sehingga terciptanya kesamaan pemahaman, cara pandang, dan wawasan.
- d) Menumbuhkan sikap kepedulian dan kepekaan satu sama lain. Karena dengan adanya diskusi akan menyebabkan tumbuhnya rasa mengakui, menghargai, serta menerima keunikan orang lain.

- e) Sebagai sarana komunikasi dan konsultasi yang lebih intens dan efektif.

3. Macam-macam Diskusi

Menurut Zakiah Daradjat (2014) berbagai macam model pembelajaran dalam metode diskusi, antara lain :

a) Diskusi informal

Pada diskusi ini hanya membutuhkan peserta dengan jumlah yang sedikit. Dalam diskusi ini hanya membutuhkan satu orang yang menjadi pemimpin sedangkan yang lain menjadi anggota diskusi.

b) Diskusi formal

Diskusi formal adalah diskusi yang semua kegiatan didalamnya diatur mulai dari pimpinan sampai anggota kelompok. Dalam diskusi ini para anggota tidak bisa bebas berbicara sehingga diskusi berlangsung lebih teratur.

c) Diskusi panel

Diskusi ini dibagi menjadi 2 kelompok peserta, yaitu peserta yang aktif dan tidak aktif. Peserta yang aktif adalah peserta yang mengadakan dan melakukan diskusi sedangkan peserta yang tidak aktif hanya sebagai pendengar. Dalam diskusi ini membutuhkan peserta dengan jumlah yang banyak.

d) Simposium

Simposium merupakan diskusi yang dilakukan untuk membahas mengenai preasaran tentang suatu permasalahan yang diantar atau disampaikan oleh satu orang atau lebih.

4. Kelebihan Metode Ceramah

- 1) Memusatkan perhatian peserta
- 2) Merangsang peserta untuk bisa melatih dan mengembangkan daya pikir dengan cara berani menyampaikan pendapat atau gagasan idenya.
- 3) Dapat digunakan sebagai bahan evaluasi dari penguasaan materi yang telah diterima peserta.
- 4) Mengembangkan keberanian dan keterampilan peserta dalam menjawab dan mengemukakan pendapat.

5. Kekurangan Metode Ceramah

- 1) Peserta sering merasa takut untuk menyampaikan pendapatnya.
- 2) Tidak bisa menjangkau semua peserta jika peserta yang ada dalam kondisi jumlah yang banyak.
- 3) Banyak waktu yang terbuang jika peserta tidak bisa menjawab pertanyaan yang ditanyakan.

6. Langkah-Langkah Penyuluhan dengan Metode Ceramah

Langkah-langkah pelaksanaan penyuluhan dengan metode ceramah menurut (Narita, A. 2022), antara lain :

a) Persiapan Diskusi

- 1) Menentukan tujuan yang ingin dicapai dalam kegiatan diskusi ini.
- 2) Menentukan jenis diskusi yang dapat digunakan sesuai dengan tujuan dan karakteristik peserta.

- 3) Mempersiapkan segala sesuatu yang berhubungan dengan teknis pelaksanaan (Pertanyaan, media, dan lain-lain).

b) Pelaksanaan Diskusi

- 1) Mengucapkan salam pembuka dan memperkenalkan diri.
- 2) Menjelaskan tujuan dan memberikan pengarahan sebelum diskusi dilaksanakan.
- 3) Memulai diskusi sesuai dengan aturan yang ditentukan.
- 4) Memberikan kesempatan kepada setiap peserta untuk menyampaikan pendapat atau gagasan idenya.
- 5) Mengedalikan pembicaraan agar tetap sesuai dengan materi yang disampaikan, supaya pembicaraan lebih terarah dan fokus.

c) Penutup Diskusi

- 1) Menyimpulkan hasil diskusi yang telah dilakukan peserta
- 2) Membuka kesempatan untuk tanya jawab lagi sebelum diskusi berakhir
- 3) Menutup diskusi dan mengucapkan salam penutup.

c. Demonstrasi

1. Pengertian Demonstrasi

Demonstrasi merupakan suatu cara penyampaian materi atau penyajian informasi dengan melakukan suatu peragaan tentang suatu cara melakukan sesuatu dengan bantuan alat peraga. Dalam metode ini yang dilakukan peragaan adalah memperagakan barang, kejadian, aturan, dan urutan dalam melakukan suatu kegiatan. Penggunaan metode demonstrasi jika dilakukan dengan tepat maka dapat merubah keterampilan seseorang. Keberhasilan dari penggunaan metode ini

dipengaruhi dengan alat-alat bantu yang digunakan, seperti benda-benda kecil/miniatur, gambar, perangkat, dan lain-lainnya.

2. Tujuan Demonstrasi

Tujuan dari demonstrasi adalah, sebagai berikut :

- a) Untuk memudahkan pembelajaran karena menggunakan peragaan dan alat bantu yang sesuai.
- b) Untuk membantu peserta dalam memahami dengan jelas jalannya suatu proses dengan perhatian penuh.
- c) Untuk menghindari terjadi monolog atau komunikasi satu arah yang menyebabkan kejenuhan dan kebosanan peserta.
- d) Cocok digunakan untuk menunjukkan atau memberikan keterampilan tertentu.

3. Kelebihan Metode Demonstrasi

- 1) Membuat pelajaran atau informasi yang disampaikan lebih konkret.
- 2) Lebih banyak interaksi antara peserta dengan penyuluh.
- 3) Proses penyampaian materi menjadi lebih menarik.
- 4) Merangsang peserta untuk bisa lebih aktif dalam mengikuti demonstrasi

4. Kekurangan Metode Demonstrasi

- 1) Memerlukan fasilitas khusus (Peralatan, tempat, dan biaya).
- 2) Memerlukan keterampilan khusus bagi penyuluh.
- 3) Memerlukan perencanaan kegiatan yang matang.

5. Langkah-Langkah Penyuluhan dengan Metode Demonstrasi

a. Persiapan Demonstrasi

- 1) Menentukan tujuan dan materi yang akan disampaikan.
- 2) Menentukan pokok materi yang penting dari materi yang akan disampaikan.
- 3) Menyiapkan media atau fasilitas yang digunakan.
- 4) Penataan ruang yang akan digunakan agar dapat menjangkau seluruh peserta
- 5) Mencoba atau melatih demonstrasi yang akan ditampilkan, untuk mengetahui kekurangannya.

b. Pelaksanaan Demonstrasi

- 1) Memeriksa kesiapan peralatan, media, dan materi yang akan di demonstrasikan.
- 2) Menyiapkan peserta agar siap mengikuti demonstrasi dari awal hingga akhir.
- 3) Memulai demonstrasi dengan menarik perhatian peserta.
- 4) Sesekali memperhatikan peserta apakah dapat mengikuti demonstrasi dengan baik atau tidak.

c. Penutup Demonstrasi

- 1) Memberikan kesempatan pada peserta untuk bertanya.
- 2) Menyimpulkan hasil demonstrasi yang sudah disampaikan.
- 3) Menutup kegiatan dan mengucapkan salam.

4. Langkah-Langkah dalam Perencanaan Penyuluhan

a. Mengenal masalah, masyarakat, dan wilayah

Langkah pertama dalam melakukan penyuluhan adalah mengetahui masalah yang terjadi dengan melakukan pengamatan lebih lanjut terkait masyarakat dan wilayah yang digunakan dalam penyuluhan. Masyarakat adalah sasaran program penyuluhan yang akan terjadi, jadi perlu diketahui

terkait latar belakang masyarakat yang dapat mendukung masalah yang dipilih. Seperti pola komunikasi di masyarakat serta pengalaman masyarakat dalam program penyuluhan sebelumnya. Kemudian adalah pemilihan wilayah yang digunakan dalam penyuluhan. Hal tersebut dilakukan untuk mengetahui situasi lapangan yang akan digunakan dalam penyuluhan, seperti lokasi yang digunakan apakah terpencil atau tidak, daerah datar atau pegunungan, dan lain-lain.

b. Menentukan prioritas penyuluhan

Setelah ditentukan masalah-masalah yang ada dalam suatu wilayah dengan mempertimbangan keadaan masyarakat kemudian dilakukan penentuan prioritas masalah. Dari prioritas masalah tersebut akan memunculkan prioritas penyuluhan dengan mempertimbangkan cara penanggulangannya, sumber daya yang ada, dan program yang dapat menunjang.

c. Menentukan tujuan penyuluhan

Dalam menentukan tujuan penyuluhan harus memperhatikan tujuan yang jelas, realitis, dan dapat diukur. Tujuan yang dipilih dalam kegiatan penyuluhan juga harus mencakup permasalahan yang diangkat sebagai topik dalam penyelenggaraan penyuluhan. Keberhasilan tujuan dapat diketahui dari perubahan pengetahuan peserta dan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-harinya.

d. Menentukan sasaran penyuluhan

Penentuan sasaran dalam penyuluhan dibagi menjadi 2, yaitu sasaran individu dan kelompok. Sasaran yang digunakan dalam penyuluhan memiliki tiga macam, yaitu sasaran primer atau sasaran yang memiliki masalah, sasaran sekunder atau sasaran yang memiliki pengaruh terhadap sasaran primer, dan sasaran tersier atau sasaran yang memiliki wewenang dalam pengambilan kebijakan dan pihak-pihak yang berpengaruh dalam kegiatan.

e. Menentukan isi penyuluhan

Isi penyuluhan yang disampaikan dalam kegiatan harus mencakup seluruh permasalahan yang akan dikemukakan. Dalam menentukan isi penyuluhan harus menggunakan pemilihan bahasa yang mudah dipahami dan mudah dimengerti sehingga memudahkan dalam mencapai tujuan yang ada. Dalam penyampaian isi penyuluhan seharusnya disesuaikan dengan kondisi kebutuhan dari masing-masing sasaran yang digunakan agar mempermudah pemahaman dari peserta penyuluhan.

f. Menentukan metode penyuluhan

Pemilihan metode penyuluhan merupakan hal yang penting dilakukan. Karena kesesuaian metode yang dipilih dapat menentukan keberhasilan dari penyuluhan tersebut.

g. Memilih alat bantu dan media penyuluhan

Setelah memilih metode yang sesuai untuk digunakan dalam penyuluhan, langkah selanjutnya atau yang terakhir adalah memilih media yang akan digunakan. Media atau alat peraga ini adalah sebagai penunjang semakin berhasilnya penyuluhan yang akan dilaksanakan. Alat peraga digunakan dengan menyesuaikan prinsip bahwa pengetahuan pada setiap manusia ditangkap melalui panca indera. Sehingga dalam penggunaan alat peraga yang baik dan benar sesuai dengan prosedur maka membuat pengertian atau pengetahuan yang diperoleh oleh peserta semakin banyak dan semakin jelas.

5. Kelebihan dan Kekurangan Penyuluhan

Berdasarkan Buku Kurikulum dan Modul Pelatihan Kader Posyandu (Kemenkes RI, 2012 : 160) kelebihan dan kekurangan penyuluhan adalah, sebagai berikut :

a. Kelebihan Penyuluhan

Dengan dilakukannya penyuluhan untuk menyampaikan suatu materi atau informasi dengan berbagai tema maka cara ini lebih bisa menjangkau banyak orang sebagai peserta. Seorang penyuluh juga lebih mudah dalam mempersiapkan informasi-informasi yang akan di sampaikan. Penyuluh juga bisa memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya dan menyampaikan ide atau gagasannya.

b. Kekurangan Penyuluhan

Metode yang sering digunakan dalam penyuluhan adalah metode ceramah. Hal ini menyebabkan proses komunikasi yang digunakan merupakan komunikasi satu arah yang dimana hal tersebut menyebabkan peserta tidak bisa menceritakan pendapat atau menyampaikan pendapat. Kelemahan dari penyuluhan yang menggunakan metode ceramah atau komunikasi satu arah adalah peserta yang cepat merasa bosan dan kurang memperhatikan pembicaraan yang disampaikan oleh penyuluh.

6. Media Penyuluhan

Media penyuluhan merupakan salah satu faktor pendukung keberhasilan dari penyuluhan. Media yang menarik akan memberikan keyakinan, sehingga perubahan kognitif afeksi dan psikomotor dapat dipercepat (Kapti, Rustina, & Widyatutu, 2013). Media atau alat bantu merupakan sarana yang digunakan untuk menampilkan informasi atau pesan yang ingin disampaikan oleh penyuluh (Alini & Indrawati, 2018). Media sendiri terdiri dari berbagai macam jenis. Dalam penyuluhan ini media yang digunakan adalah, sebagai berikut :

a. Poster

Poster adalah pesan singkat dalam bentuk gambar dan atau tulisan dengan tujuan mempengaruhi seseorang untuk menginginkan sesuatu yang ditawarkan dan untuk mempengaruhi agar orang itu bertindak (Supariasa, 2011). Poster sebaiknya dibuat dengan menonjolkan kualitas, sederhana dan tidak membutuhkan pikiran yang rinci oleh peserta penyuluhan.

Poster tentu memiliki ciri-ciri yang dapat menggambarkan bagaimana poster itu dibuat, antara lain :

- 1) Sederhana dan memiliki daya tarik yang maksimal
- 2) Memuat suatu pesan atau ide yang akan disampaikan kepada orang yang akan melihatnya
- 3) Berisi teks yang ringkas, jelas, dan bermakna atau dalam artian poster juga dapat digunakan sebagai alat bantu tindak mendidik.

Syarat-syarat yang baik sesuai dengan standar adalah, sebagai berikut :

- 1) Dibuat dengan tata letak yang menarik, seperti besar huruf, gambar dan penggunaan warna yang mencolok
 - 2) Dapat dibaca oleh pembaca dengan jarak 6 meter
 - 3) Ukuran yang digunakan umumnya 50 cm x 70 cm atau 35 cm x 50 cm
- Kelebihan dari penggunaan poster sebagai media penyuluhan menurut

Suiraoaka dan Supariasa (2012), sebagai berikut :

- 1) Dapat meningkatkan kesadaran pembaca
- 2) Dapat merangsang kepercayaan sikap dan perilaku
- 3) Dapat menyampaikan informasi dan mengarahkan orang melihat sumber lain
- 4) Harganya yang murah dan terjangkau
- 5) Mudah dipasang dan dibawa kemana-mana

Sedangkan kekurangan dari penggunaan poster menurut Suiraoaka dan Supariasa (2012), sebagai berikut :

- 1) Jumlah pembaca yang terbatas
- 2) Hanya dibaca sekilas sehingga informasi yang disampaikan tidak terbaca secara utuh
- 3) Mudah rusak

- 4) Pengaruh yang diberikan hanya untuk orang-orang yang membaca ditempat pemasangan poster

b. Leaflet

Leaflet adalah selembor kertas yang dilipat berisi tulisan dan beberapa gambar tertentu tentang suatu topik khusus untuk sasaran dan tujuan tertentu (Suiroka & Supariasa, 2012). Ukuran leaflet biasanya 20 cm x 30 cm dengan jumlah tulisan umumnya 200 – 400 kata. Sama halnya dengan poster, leaflet juga memiliki kelebihan dan kekurangan dalam penggunaannya sebagai media penyuluhan.

Kelebihan penggunaan leaflet sebagai media penyuluhan adalah :

- 1) Dapat disimpan dalam waktu yang lama
- 2) Lebih informatif dibandingkan dengan poster, karena penggunaan halaman bolak balik yang membuat informasi lebih banyak di tulis dibandingkan poster
- 3) Dapat dijadikan sebagai sumber pustaka atau referensi
- 4) Jangkauan lebih luas karena satu leaflet mungkin bisa dibaca oleh beberapa orang
- 5) Ukurannya yang kecil dan tidak sebesar poster membuat leaflet lebih mudah dibawa kemana-mana

Sedangkan kekurangan dari penggunaan leaflet sebagai media penyuluhan menurut Supariasa (2012), adalah :

- 1) Hanya bermanfaat untuk orang yang melek huruf
- 2) Mudah tercecer dan hilang karena ukurannya yang kecil
- 3) Perlu persiapan khusus untuk membuat leaflet

D. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

1. Definisi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

Berdasarkan Buku Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (Kemenkes RI, 2011) perilaku hidup bersih dan sehat adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadi seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat. Dengan demikian PHBS mencakup perilaku-perilaku yang harus dipraktikkan dalam rangka mencapai derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya. Perilaku-perilaku tersebut terangkum menjadi satu di dalam 10 indikator perilaku hidup bersih dan sehat yang berasal dari berbagai bidang, seperti bidang pencegahan dan penanggulangan penyakit serta penyehatan lingkungan, bidang kesehatan ibu dan anak serta keluarga berencana, bidang gizi dan farmasi, serta bidang pemeliharaan kesehatan.

2. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Tatanan Rumah Tangga

Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat mencakup semua perilaku yang harus dipraktikkan di bidang pencegahan dan penanggulangan penyakit, penyehatan lingkungan, kesehatan ibu dan anak, keluarga berencana, gizi dan farmasi, serta pemeliharaan kesehatan. Perilaku tersebut harus dilakukan dimanapun seseorang itu berada. Berikut ini adalah Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Tatanan Rumah Tangga menurut Buku Pedoman Pembinaan PHBS (Kemenkes RI, 2011), antara lain :

1) Persalinan ditolong oleh tenaga kesehatan

Tenaga kesehatan yang berhak dan mampu menolong persalinan adalah dokter, bidan, dan tenaga para medis lainnya. Persalinan yang ditolong oleh tenaga medis dengan keahlian khusus dalam membantu persalinan dapat membantu keselamatan ibu dan bayi. Karena seluruh fasilitas yang digunakan sudah disesuaikan dengan standar yang ada. Seperti penggunaan peralatan yang aman, bersih, dan steril sehingga dapat membantu mencegah terjadinya infeksi yang dapat menimbulkan bahaya kesehatan lainnya. Sedangkan itu jika terdapat kelainan pada bayi atau masalah pada ibu dapat segera mendapatkan pertolongan atau dilakukan perujukan ke fasilitas kesehatan lainnya seperti rumah sakit.

2) Memberi bayi ASI Eksklusif

ASI Eksklusif air susu ibu yang diberikan pada bayi berusia 0-6 bulan tanpa memberikan tambahan makanan atau minuman lain kecuali vitamin, obat-obatan, dan lain-lain. Pada bayi berusia 0-6 bulan tidak membutuhkan makanan atau minuman tambahan karena asi merupakan makanan alami berupa cairan yang memiliki kandungan gizi cukup dan sesuai untuk kebutuhan bayi. Pemberian ASI secara tepat dan benar dapat memberikan manfaat yang baik bagi ibu dan bayi, antara lain :

- Membantu pertumbuhan dan perkembangan anak
- Mencegah terjadinya masalah gizi yang dapat dialami anak

- Mengandung zat kekebalan untuk mencegah terjadinya berbagai penyakit infeksi pada anak seperti diare, batuk, pilek, demam, dan gangguan pernafasan
- Melindungi bayi dari alergi

Selain untuk bayi, pemberian ASI eksklusif juga memberikan manfaat untuk ibu yaitu :

- Dapat mengurangi resiko terkena kanker payudara
- Mengurangi pendarahan setelah persalinan
- Menjalin hubungan antara ibu dengan bayi

3) Menimbang bayi dan balita setiap bulan

Penimbangan anak yang dilakukan setiap satu bulan sekali di Posyandu dimulai dari anak berusia 1 bulan hingga usia 5 tahun. Hal tersebut dilakukan untuk membantu memantau pertumbuhan dan perkembangan anak setiap bulannya. Jika terjadi masalah pada anak maka bisa segera dilakukan tindakan untuk memperbaiki masalah tersebut dengan cara merujuk pada tenaga medis yang ada. Hasil penimbangan dan pengukuran yang telah dilakukan kemudian dilakukan pencatatan hasil di KMS (Kartu Menuju Sehat) sehingga dapat diketahui apakah berat badan anak mengalami peningkatan, penurunan, dan tetap. Manfaat penimbangan balita, antara lain :

- Mendeteksi dini adanya masalah gizi pada anak
- Mengetahui apakah balita tumbuh sehat

- Mengetahui adanya balita yang sakit, berat badan tidak baik selama dua bulan berturut-turut, balita dengan berat badan dibawah garis merah sehingga dapat segera dirujuk ke Puskesmas
- Mengetahui kelengkapan imunisasi yang sudah dilakukan oleh balita
- Memberikan penyuluhan gizi kepada orang tua balita

4) Menggunakan air bersih

Air bersih adalah air yang tidak berwarna, tidak keruh, tidak berasa, dan tidak berbau. Untuk mengetahui apakah air yang digunakan merupakan air bersih atau bukan dapat dibedakan melalui indera. Air bersih yang tersedia dapat digunakan untuk kegiatan sehari-hari, seperti mandi, minum, memasak, mencuci, dan lain-lain. Oleh karena itu, air yang digunakan harus bersih agar terhindar dari penyakit. Manfaat dari penggunaan air bersih, antara lain :

- Terhindar dari penyakit seperti diare, kecacingan, penyakit kulit, thypus, dan lain-lain
- Dapat memelihara kesehatan diri dari setiap anggota keluarga

Sumber air bersih dapat ditemukan di mata air, air sumur, air ledeng, air hujan, dan air dalam kemasan. Meskipun air terlihat bersih untuk penggunaannya sebagai air minum harus dilakukan perebusan hingga mendidih pada suhu 100°C hingga kuman penyakit dalam air mati.

5) Mencuci tangan dengan air bersih dan sabun

Penggunaan air bersih dan sabun untuk mencuci tangan merupakan cara yang tepat untuk membersihkan kotoran dan membunuh kuman. Karena

sabun memiliki zat khusus yang diciptakan untuk membunuh kuman yang masih tertinggal ditangan ketika mencuci tangan hanya menggunakan air saja. Jika kuman tersebut masuk kedalam tubuh dengan cepat akan menimbulkan penyakit-penyakit. Waktu yang tepat untuk mencuci tangan adalah sebelum dan sesudah melakukan kegiatan atau setiap kali tangan terasa kotor. Manfaat dari mencuci tangan menggunakan air bersih dan sabun, antara lain :

- Membunuh kuman yang tertinggal di tangan
- Mencegah terjadinya penularan penyakit infeksi (Diare, disentri, kolera, thypus, cacangan, penyakit kulit, dan lain-lainnya) melalui tangan
- Tangan menjadi bersih dan bebas dari kuman

Waktu yang pas untuk mencuci tangan adalah minimal 60 detik atau 1 menit. Berikut ini adalah 6 langkah cara cuci tangan yang benar menurut WHO (2013), antara lain :

1. Tuangkan cairan Handrub / sabun antiseptik pada telapak tangan kemudian usap dan gosok kedua tangan secara lembut dengan arah memutar.
2. Usap dan gosok kedua punggung tangan secara bergantian.
3. Gosok sela-sela jari tangan hingga bersih.
4. Bersihkan ujung jari secara bergantian dengan posisi saling mengunci.
5. Gosok dan putar kedua ibu jari secara bergantian
6. Gosokkan dengan memutar ujung jari-jari tangan di telapak tangan secara bergantian.

6) Menggunakan jamban sehat

Jamban adalah suatu ruangan dengan fasilitas pembuangan kotoran manusia yang terdiri dari tempat jongkok dengan leher angsa atau tanpa leher angsa yang dilengkapi dengan unit penampungan kotoran dan air untuk membersihkannya. Jamban dikatakan sehat apabila memenuhi syarat-syarat, yaitu :

- Tidak mencemari sumber air minum
- Tidak berbau
- Kotoran tidak dapat dijamah oleh serangga dan tikus
- Tersedia air, sabun, dan alat pembersih
- Tidak mencemari tanah disekitarnya
- Penerangan dan ventilasi yang cukup memadai

Manfaat dari penggunaan jamban sehat dalam rumah tangga adalah, sebagai berikut :

- Menjaga lingkungan menjadi bersih, sehat, dan tidak berbau
- Tidak mencemari sumber air dan tanah yang ada disekitarnya
- Tidak mengundang lalat atau serangga yang dapat menjadi perantara penularan penyakit infeksi

7) Memberantas jentik di rumah sekali seminggu

Rumah bebas jentik adalah rumah yang setelah dilakukan pemeriksaan jentik berkala tidak terdapat jentik nyamuk yang bersarang. Jentik nyamuk biasanya berkembangbiak di tempat yang terdapat air di dalamnya, seperti bak mandi/WC, vas bunga, tatakan kulkas, tempat minum burung, pot

bungan, dan lain-lainnya. Oleh karena itu, untuk mencegah terjadinya perkembangbiakan jentik nyamuk yang semakin banyak rumah diharuskan dilakukan pembersihan secara teratur sekali dalam seminggu. Manfaat melakukan pemberantasan jentik di rumah, antara lain :

- Populasi nyamuk dapat dikendalikan sehingga penularan penyakit dengan perantara nyamuk dapat dicegah
- Kemungkinan terhindar dari penyakit yang disebabkan oleh nyamuk semakin besar
- Lingkungan rumah menjadi aman, sehat, dan bersih

8) Makan sayur dan buah setiap hari

Mengonsumsi sayur dan buah setiap hari sangat penting karena mengandung vitamin dan mineral yang dapat mengatur pertumbuhan dan pemeliharaan tubuh. Setiap individu minimal mengonsumsi buah sebanyak 3 porsi dan 2 porsi untuk sayuran setiap harinya. Manfaat dari mengonsumsi sayur dan buah setiap hari sesuai dengan porsi, antara lain :

- Mencegah diabetes
- Melancarkan buang air besar
- Membantu menurunkan berat badan
- Membantu proses pembersihan racun
- Meningkatkan daya tahan tubuh terhadap infeksi
- Membantu mengatasi anemia

9) Melakukan aktivitas fisik setiap hari

Setiap anggota keluarga diharapkan melakukan aktivitas fisik minimal 30 menit setiap hari. Aktivitas fisik dilakukan untuk mempertahankan kualitas hidup. Selain berolah raga seperti berlari, bermain bola, senam, berenang, dan lain-lain aktivitas fisik juga bisa berupa kegiatan sehari-hari, seperti berjalan kaki, menyapu, mengepel, mencuci baju, dan lainnya. Manfaat dari melakukan aktivitas fisik, antara lain :

- Terhindar dari penyakit degeneratif
- Berat badan terkendali
- Otot dan tulang lebih kuat
- Lebih bertenaga dan bugar.

10) Tidak merokok di dalam rumah

Rokok memiliki 4.000 bahan kimia yang berbahaya jika diisap oleh seseorang. Perokok memiliki dua jenis, antara lain perokok aktif yaitu orang yang mengkonsumsi rokok secara rutin dan perokok pasif adalah orang bukan perokok yang menghirup asap rokok dari orang lain. Rokok yang dikonsumsi terus menerus akan menyebabkan beberapa permasalahan yang serius, seperti :

- Menyebabkan penyakit paru-paru kronis
- Menyebabkan stroke dan serangan jantung
- Merusak gigi dan menyebabkan bau mulut tidak sedap
- Menyebabkan kemandulan dan impotensi

- Menyebabkan kanker kulit, kanker rahim, dan keguguran

3. Manfaat penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang tepat dalam kehidupan sehari-hari

Dalam penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), kebermanfaatan PHBS ini dapat diterapkan dimana saja, seperti sekolah, rumah tangga, masyarakat, dan tempat kerja. Masing-masing tempat tersebut memiliki manfaat yang berbeda dalam penerapan PHBS tersebut, antara lain :

1) Sekolah

Pada penerapan PHBS di lingkungan sekolah membutuhkan bantuan seluruh warga sekolah, mulai dari siswa, guru, dan seluruh pegawai yang ada di lingkungan sekolah. Manfaat dari penerapan PHBS di lingkungan sekolah, antara lain :

- Mampu menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat sehingga dapat mendukung kelancaran proses belajar dan mengajar.
- Mampu meningkatkan rasa kepedulian antara manusia dengan lingkungannya.
- Mencegah terjadinya penyebaran penyakit di kalangan siswa, guru, dan pegawai sekolah lainnya.

2) Rumah Tangga

Menurut Buku Modul Penguatan Kapabilitas Anak dan Keluarga : Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (Kemensos, 2019) manfaat PHBS di rumah tangga adalah, sebagai berikut :

- Setiap anggota keluarga tidak mudah terkena penyakit terutama penyakit infeksi.
- Dapat meningkatkan kesejahteraan dikarenakan produktivitas keluarga juga ikut meningkat.
- Menciptakan budaya hidup bersih dan sehat dalam keluarga.
- Seluruh keluarga terutama anak dapat tumbuh dan berkembang dengan sehat dan tercukupi asupan gizinya.

3) Masyarakat

Menurut Buku Modul Penguatan Kapabilitas Anak dan Keluarga : Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (Kemensos, 2019) manfaat PHBS di masyarakat adalah, sebagai berikut:

- Mencegah dan meminimalisir munculnya serta penyebaran penyakit.
- Mampu memanfaatkan pelayanan fasilitas kesehatan yang disediakan
- Mengembangkan kesehatan yang bersumber dari masyarakat.
- Mampu menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat.

4) Tempat Kerja

Menurut Buku Modul Penguatan Kapabilitas Anak dan Keluarga : Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (Kemensos, 2019) manfaat PHBS di tempat kerja adalah, sebagai berikut:

- Para pekerja mampu menjaga dan meningkatkan kesehatannya sehingga tidak mudah sakit
- Meningkatkan citra tempat kerja yang positif
- Mendukung peningkatan semangat dan produktivitas kerja

- Menciptakan tempat kerja yang bersih dan sehat

4. Dampak PHBS yang Buruk

- a) Perilaku hygiene sanitasi yang buruk dapat meningkatkan kejadian penyakit infeksi yang disebabkan karena virus, bakteri, jamur, dan parasit
- b) Gangguan penyerapan gizi pada tubuh anak dan gangguan pencernaan yang berpengaruh pada sistem kesehatan tubuh anak
- c) Terjadinya obesitas atau kegemukan yang berlebih karena tidak mengkonsumsi makanan dan minuman sehat serta kurangnya aktivitas fisik
- d) Terganggunya tumbuh kembang anak atau menyebabkan anak memiliki masalah gizi seperti stunting

E. Pengetahuan

1. Definisi Pengetahuan

Pengetahuan berasal dari kata tahu yang memiliki arti hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya. Pengetahuan tiap orang akan berbeda-beda tergantung dari bagaimana pengindraanya masing-masing terhadap objek atau sesuatu (Notoatmodjo, 2014). Setiap orang tentu memiliki tingkat pengetahuan yang berbeda-beda. Perbedaan pengetahuan setiap orang tentu dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti tingkat pendidikan, pengalaman, dan lain-lain. Pengetahuan akan terus bertambah apabila setiap

manusia mau belajar dan jika semakin sering mengalami proses tertentu maka orang tersebut juga akan semakin berkembang pengetahuannya.

2. Tingkat Pengetahuan

Menurut (Notoatmodjo, 2010), pengetahuan yang tercakup dalam domain kognitif mempunyai 6 tingkatan, yaitu :

a. Tahu (*Know*)

Tahu digambarkan sebagai mengingat suatu materi yang telah didapatkan sebelumnya. Pada tingkatan pengetahuan ini, tahu hanya sebatas mengingat kembali terhadap sesuatu memori atau informasi yang dipelajari sebelumnya.

b. Memahami (*Comprehension*)

Berbeda dengan tingkat pengetahuan sebelumnya yang hanya sekedar mengingat kembali materi yang didapat, memahami adalah mampu menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi yang didapatkan. Seseorang yang sudah memahami suatu materi atau objek maka harus dapat menjelaskan, menyimpulkan, menyebutkan contoh, dan sebagainya terhadap objek atau materi yang dipelajari.

c. Aplikasi (*Application*)

Aplikasi dapat diartikan sebagai suatu kemampuan yang dimiliki seseorang untuk menggunakan atau menerapkan materi yang dipelajari

sebelumnya pada kondisi yang sebenarnya atau dalam kehidupan sehari-hari.

d. Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan atau menjelaskan materi atau objek kedalam komponen namun masih dalam kaitan yang sama antara satu dengan lainnya.

e. Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis merupakan kemampuan untuk menghubungkan sebuah bagian kedalam bentuk. Dalam kata lain sintesis merupakan kemampuan dalam menyusun formulasi baru dari formulasi yang ada.

f. Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi adalah kemampuan untuk menilai suatu objek atau materi yang telah ada. Indikator penilaian dapat berdasarkan kriteria sendiri atau menggunakan kriteria yang telah ada dan berlaku di masyarakat.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Menurut (Pariati & Jumriani, 2020), faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah, sebagai berikut :

a. Pendidikan

Tingkat pendidikan seseorang tentu mempengaruhi tingkat pengetahuannya. Semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah mereka menerima informasi dan semakin banyak juga pengetahuan yang dimiliki. Sebaliknya, jika seseorang memiliki tingkat pendidikan

yang rendah juga akan menghambat mereka dalam menerima informasi. Pengetahuan didapatkan tidak hanya dari pendidikan formal saja, akan tetapi juga dapat diperoleh melalui pendidikan non formal. Jika pendidikan formal biasanya didapatkan melalui lembaga pendidikan yang resmi baik sekolah dasar (SD), sekolah menengah pertama (SMP), sekolah menengah atas (SMA), dan perguruan tinggi. Namun untuk pendidikan non formal yang dapat meningkatkan pengetahuan, seperti kursus, pelatihan kerja, dan penyuluhan kesehatan atau program PHBS.

b. Pekerjaan

Lingkungan pekerjaan juga menjadi salah satu faktor kemudahan seseorang dalam mendapatkan informasi-informasi baik secara langsung maupun tidak langsung. Lingkungan pekerjaan dengan pegawai yang memiliki banyak karakteristik yang berbeda-beda tentu menjadikan lingkungan tersebut lebih banyak terjadi kegiatan saling tukar menukar gagasan atau ide. Jenis pekerjaan juga menjadi faktor yang mempengaruhi pengetahuan karena terkadang di beberapa pekerjaan menyediakan akses informasi dan pelatihan yang berguna bagi karyawannya.

c. Umur

Umur seseorang tentu akan mempengaruhi daya tangkap dan pola pikirnya. Hal itu terjadi karena adanya perubahan pada aspek psikis dan psikologis (mental). Semakin dewasa beriringan dengan bertambahnya usia maka daya tangkap dalam menerima informasi juga akan semakin banyak.

d. Pengalaman

Seseorang pastinya terus mengalami proses didalam hidupnya. Suatu kejadian yang pernah dialami oleh seseorang dalam berinteraksi dengan lingkungannya, jika pengalaman tersebut menimbulkan kesan yang membekas maka secara psikologis emosi yang membekas akan menimbulkan sikap positif maupun negatif tergantung dari pengalaman yang dialami.

4. Metode Evaluasi yang Digunakan dalam Perubahan Pengetahuan

Dalam menentukan tingkat pengetahuan seseorang dibutuhkan metode yang tepat untuk mendapatkan hasil yang sesuai. Metode yang dapat digunakan untuk mengukur perubahan pengetahuan seseorang adalah *Pre and Post Questionnaire Test*. Metode evaluasi tersebut digunakan untuk mengetahui keberhasilan pelatihan yang diberikan melalui kemajuan atau perkembangan peserta (Siregar A. N, 2023). Jenis kalimat yang digunakan dalam metode Pre and Post Questionnaire Test dapat berupa pertanyaan terbuka maupun tertutup. Dalam penelitian ini menggunakan kalimat tertutup dengan bentuk pilihan ganda. Contoh kalimat pertanyaan yang digunakan dalam penelitian ini, sebagai berikut :

- 1) Bagaimana cara mencegah terjadinya masalah gizi pada bayi dalam penerapan PHBS?
 - a. Memberikan ASI eksklusif selama 6 bulann
 - b. Menghindari imunisasi pada anak
 - c. Memberikan makanan tinggi gula dan natrium
 - d. Tidak merokok di dalam rumah

- e. Mengonsumsi sayur dan buah
- 2) Siapa sajakah yang bisa menolong persalinan pada ibu hamil?
- a. Dukun bayi
 - b. Keluarga pasien
 - c. Suami pasien
 - d. Dokter atau bidan
 - e. Kader ibu hamil
- 3) Langkah-langkah mencuci tangan, sebagai berikut :
- I. Gosok dengan memutar ujung jari-jari di telapak tangan secara bergantian
 - II. Gosok sela-sela jari tangan hingga bersih
 - III. Bersihkan ujung jari secara bergantian dengan posisi saling mengunci
 - IV. Gosok dan putar kedua ibu jari secara bergantian
 - V. Usap dan gosok kedua tangan secara bergantian
 - VI. Gosok sabun pada kedua tangan dengan arah memutar
- Bagaimana langkah kedua dan langkah keenam dari mencuci tangan yang benar?
- a. 2 dan 4
 - b. 5 dan 6
 - c. 6 dan 1
 - d. 3 dan 2
 - e. 1 dan 6

F. Sikap

1. Definisi Sikap

Menurut Damiani, dkk (2017:36) sikap adalah suatu ekspresi perasaan seseorang yang merefleksikan kesukaannya atau ketidaksukaannya terhadap suatu objek. Sikap juga dapat diartikan sebagai bentuk reaksi manusia seperti

perasaan suka ataupun tidak suka, menerima atau tidak menerima, setuju atau tidak setuju.

2. Struktur Sikap

Sikap memiliki tiga komponen struktur yang saling menunjang, antara lain:

a. Komponen kognitif

Komponen ini berisi kepercayaan seseorang terhadap apa yang sedang berlaku. Kepercayaan pada komponen kognitif ini bergantung pada setiap individu tersebut dalam menggambarkan objek tersebut berdasarkan apa yang dilihat dan diketahui menurut keyakinan dan pikirannya.

b. Komponen afektif

Komponen afektif ini menyangkut masalah emosional seseorang baik secara positif (rasa suka/senang) maupun secara negatif (rasa tidak suka/tidak senang). Reaksi emosional seseorang yang dipengaruhi oleh apa yang dipercayai terhadap suatu objek tersebut.

c. Komponen konatif

Komponen konatif menunjukkan bagaimana kecenderungan seseorang dalam berperilaku yang berkaitan dengan objek yang dihadapi. Seseorang akan berperilaku tertentu pada suatu objek tertentu berdasarkan kepercayaan dan perasaan terhadap objek tersebut.

3. Tingkatan Sikap

Menurut Notoatmodjo (2003) sikap terdiri dari berbagai tingkatan, antara lain:

- a. Menerima (*Receiving*), diartikan bahwa subjek mau memperhatikan stimulus yang diberikan (objek).
- b. Merespon (*Responding*), diartikan sebagai individu yang telah memberikan jawaban atas apa yang ditanyakan, mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang diberikan.
- c. Menghargai (*Valuing*), sikap seseorang mengajak orang lain untuk mendiskusikan atau mengerjakan suatu masalah.
- d. Bertanggung jawab (*Responsible*), sikap individu untuk bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah dipilih dengan segala risikonya.

4. Ciri-ciri Sikap

- a. Sikap tidak dibawa sejak lahir melainkan hasil dari dibentuk atau dipelajari sepanjang perkembangan orang tersebut.
- b. Sikap dapat berubah-ubah karena sikap dapat dipelajari. Sikap dapat berubah dalam keadaan-keadaan tertentu.
- c. Sikap tidak berdiri sendiri dan selalu berhubungan tertentu dengan suatu objek. Dengan kata lain sikap adalah sesuatu yang dibentuk, dipelajari atau berubah berkenaan dengan suatu objek tertentu.

5. Fungsi Sikap

- a. Fungsi instrument : sikap dijadikan sebagai sarana untuk mencapai suatu tujuan tertentu.
- b. Fungsi pertahanan ego : sikap dijadikan sebagai pelindung diri dari ancaman atau kecemasan.
- c. Fungsi nilai ekspresi : sikap sebagai sarana untuk mengekspresikan nilai yang ada pada diri seorang individu.
- d. Fungsi pengetahuan : sikap membantu setiap individu untuk memahami berbagai macam informasi dan dilakukan dalam kehidupan sehari-hari.

- e. Fungsi penyesuaian sosial : sikap dijadikan sebagai bagian untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

6. Metode Evaluasi yang Digunakan dalam Perubahan Sikap

Metode evaluasi yang digunakan untuk mengukur perubahan sikap sebelum dan sesudah dilakukan pelatihan adalah menggunakan *Pre and Post Likert Test*. Pada metode ini menggunakan skala likert dimana skala ini merupakan salah satu jenis skala pengukuran untuk mengukur sikap atau pendapat seseorang terhadap suatu pernyataan. Penggunaan skala likert pada penelitian ini terdiri dari 3 pilihan jawaban, seperti “Setuju”, “Ragu-ragu”, dan “Tidak setuju”. *Pre and Post Likert Test* ini digunakan untuk mengukur sikap yang dimiliki oleh responden, yaitu sikap positif dan negatif. Jenis kalimat yang digunakan dalam kuisioner ini adalah kalimat pernyataan. Contoh kalimat pernyataan yang digunakan di dalam penelitian ini, sebagai berikut :

- 1) Penerapan PHBS untuk mencegah terjadinya masalah gizi pada bayi meliputi pemenuhan gizi yang baik dengan memberikan ASI eksklusif pada bayi hingga berusia 6 bulan.
 - Setuju
 - Ragu-ragu
 - Tidak setuju
- 2) Persalinan ibu hamil dapat ditolong oleh tenaga kesehatan yang ahli seperti dokter atau bidan.
 - Setuju
 - Ragu-ragu
 - Tidak setuju
- 3) Langkah kedua dan keenam dari mencuci tangan yang benar adalah menggosokkan kedua punggung tangan bergantian dan menggosok ujung jari di telapak tangan dengan memutar secara bergantian.
 - Setuju
 - Ragu-ragu
 - Tidak setuju

G. Keterampilan

1. Definisi Keterampilan

Keterampilan adalah kemampuan seseorang dalam melakukan pekerjaan secara mudah dan cermat (Davis dalam Asrori, 2020 :115). Berbeda dengan pengetahuan, keterampilan membutuhkan praktik dalam implementasinya. Untuk meningkatkan keterampilan seseorang dibutuhkan pelatihan yang tepat agar dapat meningkatkan keterampilannya. Keterampilan juga dapat diartikan sebagai tahapan belajar yang berawal dari gerakan-gerakan yang kasar atau tidak terkoordinasi yang kemudian melalui pelatihan gerakan tersebut bertahap berubah menjadi gerakan-gerakan yang lebih halus dan terkoordinasi (Soemarjadi dalam Asrori, 2020 :115). Dengan kata lain untuk seseorang dapat terbiasa melakukan pekerjaan diperlukan pelatihan-pelatihan secara bertahap untuk bisa meningkatkan keterampilan individu tersebut.

2. Aspek Keterampilan

Pada dasarnya keterampilan dikategorikan menjadi empat aspek utama, sebagai berikut :

a. Keterampilan Dasar (*Basic Literacy Skill*)

Keterampilan ini adalah keahlian atau kemampuan seorang individu yang pasti dimiliki oleh kebanyakan orang seperti membaca, menulis, mendengar, berbicara, berjalan, dan lain-lain. Keterampilan ini biasanya diperoleh atau didapatkan sejak usia dini dan digunakan dalam kehidupan sehari-hari. Keterampilan dasar ini jika diasah dan dikembangkan terus

akan dapat membantu seseorang untuk menjalani kehidupan yang lebih mandiri dan produktif.

b. Keahlian Teknik (*Technical Skill*)

Keahlian teknik merupakan kemampuan atau keahlian seseorang dalam penggunaan alat dan teknologi seperti menghitung cepat, mengoperasikan komputer, dan lain-lain. Keahlian ini bisa didapatkan melalui pelatihan secara mandiri maupun mengikuti pelatihan secara formal dan non formal.

c. Keahlian Interpersonal (*Interpersonal Skill*)

Keahlian interpersonal adalah kemampuan atau keahlian seseorang untuk berinteraksi dengan orang lain secara efektif seperti menjadi pendengar yang baik, dapat menyampaikan pendapat secara baik dan jelas, mampu bekerja sama dengan tim, berkomunikasi dengan baik, mampu mengarahkan tim, dan lain-lain. Jika kemampuan ini dimiliki oleh seseorang maka hal tersebut dapat meningkatkan kualitas hubungan pribadi dengan hubungan sosial, dapat membantu seorang pemimpin dapat mengelola timnya dengan baik, dan dapat membangun hubungan baik dengan rekan kerja.

d. Menyelesaikan Masalah (*Problem Solving*)

Menyelesaikan masalah adalah proses seseorang untuk menjalankan logika dalam menyelesaikan masalah serta kemampuan untuk mengetahui penyebab masalah, menganalisis masalah dan menentukan penyelesaian

masalah yang baik. Kemampuan seseorang dalam menyelesaikan masalah diperlukan perpaduan antara kreativitas, keterampilan, dan cara berfikir yang kritis. Keterampilan ini dibutuhkan dalam berbagai kondisi dan tempat, baik di tempat kerja, lingkungan masyarakat, maupun dalam kehidupan sehari-hari.

3. Jenis Keterampilan

a. Keterampilan Halus (*Soft Skills*)

Soft skills atau keterampilan halus adalah kemampuan seseorang dalam berhubungan maupun berinteraksi dengan orang lain. Selain itu, *soft skills* juga dapat diartikan sebagai keterampilan seseorang dalam mengatur dirinya sendiri. Contoh dari *soft skills* adalah komunikasi efektif, manajemen waktu, kepemimpinan, kerja sama tim, dan lain-lain.

b. Keterampilan Kasar (*Hard Skills*)

Hard skills atau keterampilan kasar merupakan keterampilan teknis untuk melakukan suatu pekerjaan agar seseorang dapat melakukan pekerjaan yang lebih produktif. Kemampuan ini juga harus dimiliki seseorang untuk menggeluti suatu profesi. Berbeda dengan *soft skill*, keterampilan ini membutuhkan pelatihan khusus. Contoh dari *hard skills* adalah mengoperasikan komputer, menjahit pakaian, mengelola keuangan, menggunakan alat berat, dan lain-lain.

4. Faktor Keterampilan

Pada definisi keterampilan dikatakan bahwa agar seseorang memiliki keterampilan yang dilihai dibutuhkan pelatihan bertahap agar dapat membantu mengembangkan keterampilan tersebut. Selain itu, faktor-faktor lain yang mempengaruhi keterampilan seseorang, antara lain :

a. Tingkat Pendidikan

Semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan mempengaruhi tingkat pengetahuannya pula. Hal tersebut tentu menggambarkan seseorang yang lebih mudah dalam menerima hal-hal baru. Karena keterampilan seseorang berhubungan langsung dengan tingkat pengetahuan, oleh karena itu tingkat pendidikan menjadi faktor pendukung dalam keterampilan seseorang.

b. Umur

Semakin dewasa seseorang maka cara berpikir juga akan berbeda. Penambahan umur seseorang mempengaruhi aspek psikis dan psikologisnya.

c. Pengalaman

Pengalaman yang dialami oleh seseorang pada masa lalu dapat dijadikan sebagai dasar untuk seseorang tersebut menjadi lebih baik dari sebelumnya. Pengalaman yang pernah didapatkan juga dapat mempengaruhi kematangan cara berpikir dalam melakukan sesuatu hal.

d. Motivasi

Seseorang yang memiliki motivasi tinggi membuatnya memiliki dorongan dari dalam dirinya untuk terus belajar dan mengasah kemampuannya. Motivasi merupakan sesuatu yang dibangkitkan dalam diri seseorang untuk melakukan berbagai tindakan.

5. Metode Evaluasi yang Digunakan dalam Perubahan Keterampilan

Metode evaluasi yang digunakan untuk mengukur adanya perubahan keterampilan dari peserta sebelum dan sesudah diberikan demonstrasi adalah *Pre and Post Observation List*. Pada metode evaluasi ini menggunakan instrumen yang berisikan kalimat perintah untuk seseorang melakukan aktivitas tertentu. Penggunaan metode evaluasi *Pre and Post Observation List* untuk mengetahui seorang peserta atau responden termasuk dalam kategori terampil atau tidak terampil pada saat sebelum dan sesudah diberikan pelatihan. Contoh kalimat perintah yang digunakan dalam penelitian ini, sebagai berikut :

- 1) Peragakanlah gerakan mencuci tangan langkah kedua yang benar!
 - Dilakukan
 - Tidak dilakukan
- 2) Peragakanlah gerakan mencuci tangan langkah keenam yang benar!
 - Dilakukan
 - Tidak dilakukan

H. Standar Deviasi

1. Pengertian Standar Deviasi

Standar deviasi atau simpangan baku adalah ukuran keberagaman dari data statistik yang paling sering digunakan dalam pengolahan data (Sudjana, 2005). Standar deviasi juga digunakan untuk mengukur sejauh mana data dalam suatu kelompok data tersebar dari nilai rata-rata (mean) dari kelompok data tersebut (Sugiyono, 2017). Jika nilai standar deviasi yang didapatkan mendapatkan nilai yang semakin besar maka semakin besar pula variasi dalam data tersebut.

2. Rumus Umum Standar Deviasi

Rumus standar deviasi data tunggal yang digunakan pada penelitian ini menurut Karl Pearson (1892), sebagai berikut :

$$S = \sqrt{\frac{\sum xi - \bar{x}^2}{n}}$$

Keterangan :

S = Standar deviasi

xi = Nilai x ke-i

\bar{x} = Nilai rata-rata data

n = jumlah data

3. Dasar Pemilihan Standar Deviasi

Penggunaan standar deviasi dalam penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran yang lebih akurat mengenai tingkat variasi atau sebaran data terhadap nilai rata-rata (Zulfikar, 2023). Juga untuk memberikan tolak ukur terhadap sebaran nilai dan membantu

mengkategorikan capaian yang didapat. Dasar pemilihan standar deviasi adalah, sebagai berikut :

- a) Pada penelitian ini menggunakan standar deviasi untuk mengetahui apakah data yang ada bersifat homogen atau heterogen.
- b) Pada penelitian ini penggunaan standar deviasi digunakan untuk mengelompokkan nilai kader dalam kategori baik, cukup, dan kurang.
- c) Pada penelitian ini menggunakan standar deviasi untuk bisa digunakan dalam evaluasi program kader serta menentukan intervensi atau pelatihan yang dapat diterapkan.

I. Pengaruh Pemberian Ceramah terhadap Perubahan Pengetahuan

Pengaruh pemberian ceramah terhadap perubahan pengetahuan sejalan dengan hasil penelitian Saleh A, dkk (2018) desain penelitian yang digunakan adalah *quasi experimental one group pretest-posttest design*. Jumlah sampel yang digunakan sebanyak 40 orang sampel. Tujuan dari dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penyuluhan dan pelatihan menggunakan media leaflet terhadap pengetahuan kader PHBS. Penelitian ini dilakukan di Kecamatan Ratolindo Kabupaten Tojo Una-una. Latar belakang dilakukannya penelitian ini adalah karena masih rendahnya cakupan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan masih banyak masyarakat yang belum menerapkan PHBS. Hasil dari penelitian ini yang dilakukan analisis data menggunakan Uji *Independent sample t-test* dan *paired t-test* adalah adanya peningkatan pengetahuan kader PHBS walaupun masih terdapat beberapa kader yang memiliki pengetahuan yang rendah dengan proporsi 25%. Dan penggunaan leaflet sebagai

media penyuluhan juga memberikan pengaruh yang cukup besar terhadap perubahan pengetahuan kader PHBS di Kecamatan Ratolindo Kabupaten Tojo Una-una. Peningkatan pengetahuan yang terjadi juga karena adanya dukungan dari kader yang berperan aktif sehingga responden lebih sering berinteraksi dan menerima informasi dengan baik.

Berdasarkan penelitian Sianturi R.S, dkk (2024) yang dilakukan melalui pengabdian masyarakat di Desa Wisata Margalayu Kecamatan Pengalengan Kabupaten Bandung pada tanggal 1-2 Maret 2024 menggunakan jumlah sasaran kegiatan pengabdian sebanyak 15 orang kader kesehatan. Metode yang digunakan dalam pengabdian ini adalah ceramah terkait PHBS dan demonstrasi mencuci tangan dengan menggunakan media power point. Tujuan dilakukannya kegiatan ini adalah menjadi dasar edukasi kesehatan di Desa Margalayu untuk mencegah terjadinya masalah kesehatan yang diakibatkan dari perilaku yang tidak sehat. Yang kemudian hal tersebut dijadikan dasar untuk melakukan penyuluhan terhadap kader PHBS dengan hasil bahwa terdapat peningkatan pengetahuan kader mengenai perilaku hidup bersih dan sehat di tingkat rumah tangga. Hal itu digambarkan dari hasil persentase pre test dan post test yang mengalami peningkatan. Semula kader yang mendapatkan kategori baik pada pre test sebesar 26,7% dan meningkat pada post test setelah diberikan edukasi menjadi 90%.

J. Pengaruh Pemberian Diskusi terhadap Perubahan Sikap

Pemberian penyuluhan dengan metode diskusi memiliki pengaruh untuk merubah sikap dari responden. Hal itu sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ardayani T (2015) jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian

eksperimen atau *quasi eksperiment*. Dengan rancangan penelitian yang digunakan adalah *one group pretest-posttest design*. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah orangtua yang memiliki balita berusia 1-5 tahun di Kelurahan Cibaduyut Bandung yaitu sebanyak 78 orang. Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap ibu dalam pencegahan diare pada balita. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah metode diskusi dengan bantuan media *flifchart*. Hasil yang didapatkan kemudian dilakukan uji analisa dengan menggunakan uji T-dependen (T-Test). Hasil yang didapatkan pada kegiatan pendidikan kesehatan ini berlangsung adalah hasil penilaian sikap ibu terkait pencegahan diare pada balita memiliki sebelum diberi informasi memiliki nilai terendah adalah 45 dan nilai tertinggi adalah 55. Yang kemudian diberikan informasi sehingga nilai mengalami peningkatan menjadi nilai terendah 45 dan nilai tertinggi 59. Setelah itu dilakukan uji analisa dengan mendapatkan nilai *p value* (0.0001) $< p$ *alpha* (0.05) maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan signifikan antara sikap ibu sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan terhadap pencegahan diare di Kelurahan Cibaduyut Bandung.

Berdasarkan hasil penelitian Livana P.H, dkk (2018) yang menggunakan jenis penelitian *quasy eksperiment* dengan rancangan *one group pretest-posttest design* menyatakan bahwa jumlah responden yang digunakan sebanyak 34 responden. Wilayah yang digunakan dalam penelitian ini adalah warga Desa Mangunharjo. Penelitian ini menggunakan metode ceramah dan diskusi dengan menggunakan media *power poit* dan *leaflet*. Kegiatan ini dinamai dengan pendidikan kesehatan

tentang sanitasi dan hygiene. Untuk hasil data yang didapatkan kemudian dilakukan uji statistik menggunakan uji *paired sample test*. Hasil penelitian yang didapatkan dari kegiatan pendidikan kesehatan ini terhadap sikap masyarakat adalah adanya peningkatan sikap masyarakat sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan. hal tersebut digambarkan dari hasil uji statistik yang mendapatkan hasil nilai p value = 0,038 ($p < 0,05$).

K. Pengaruh Pemberian Demonstrasi terhadap Perubahan Keterampilan

Pemberian demonstrasi dalam kegiatan penyuluhan dapat memberikan pengaruh terhadap perubahan keterampilan dari responden. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian Wardhani K.R, dkk (2021) menyatakan bahwa tujuan dilakukannya pendidikan kesehatan ini adalah untuk memberikan informasi terkait cara meningkatkan ASI eksklusif. Sedangkan alasan dipilihnya materi ini adalah karena cakupan pemberian ASI eksklusif di Desa Ringinpitu, Kecamatan Pelemahan, Kabupaten mandiri hanya 60,5%. Hal itu disebabkan karena banyaknya ibu bayi yang bekerja, ibu merasakan ketidakpercayaan diri sehingga mengatakan bahwa ASInya hanya keluar sedikit, kurangnya pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif, ibu yang terpengaruh dengan produk susu formula, serta ibu dan keluarga yang masih percaya tentang pemberian ASI saja pada bayi masih kurang membuat bayi kenyang. Populasi yang digunakan dalam kegiatan ini adalah kader kesehatan dan ibu. Serta jumlah responden yang digunakan adalah 20 orang. Metode yang digunakan dalam kegiatan penyuluhan ini adalah ceramah, tanya jawab, dan demonstrasi. Materi demonstrasi yang akan ditampilkan adalah cara pumping yang tepat, teknik menyimpan ASI yang tepat selama bekerja, dan

cara menyajikan ASI untuk bayinya. Hasil dari dilakukannya kegiatan pendidikan kesehatan ini adalah adanya perubahan pengetahuan tentang ASI eksklusif dan keterampilan teknik menyusui yang benar serta pijak oksitosin yang benar dengan hasil pengukuran yang mendapatkan kategori baik sebanyak 100%. Keberhasilan tersebut dikarenakan peserta yang antusias dalam mengikuti kegiatan yang ada. Selain itu, media yang digunakan juga menjadi pendukung perubahan seperti yang digunakan pada kegiatan ini adalah *flipchart*.

Berdasarkan hasil penelitian Solehati T, dkk (2015) didapatkan bahwa tujuan dilakukannya penyuluhan ini adalah untuk mengetahui pengetahuan dan skill guru dan personal hygiene siswa setelah diberikan edukasi. Desain penelitian yang digunakan adalah *quasy* eksperimen dengan populasi yang digunakan adalah seluruh siswa kelas tiga sampai kelas enam di SDN VII dan SDN X Kecamatan Dayeuhkolot dan seluruh guru di kedua sekolah tersebut berjumlah 24 orang. Untuk mengukur tingkat pengetahuan siswa yang digunakan dalam kegiatan ini adalah lembar check list berisi perilaku hidup bersih dan sehat. Sedangkan untuk mengukur keterampilan guru menggunakan lembar observasi tentang cuci tangan pakai sabun dengan metode 7 langkah. Penilaian yang dilakukan adalah sebelum dan sesudah diberikan intervensi edukasi dan demonstrasi. Hasil dari penelitian dengan metode edukasi dan demonstrasi ini adalah adanya perbedaan rata-rata pengetahuan tentang personal hygiene siswa SDN VII dan SDN X sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Nilai rata-rata sebelum diberikan intervensi adalah 77,78 yang kemudian meningkat menjadi 89,54 setelah diberikan intervensi. Kemudian juga terjadi peningkatan yang sama pada keterampilan guru dari kedua

sekolah tersebut ketika sebelum dan sesudah diberikan demonstrasi. Sebelum diberikan intervensi terdapat 12 orang (50%) memiliki pengetahuan yang baik tentang PHBS yang kemudian meningkat menjadi seluruhnya memiliki pengetahuan yang baik setelah diberikan intervensi. Dan hasil dari penilaian keterampilan CTPS pada guru mendapatkan hasil sebanyak 22 orang (91,7%) tidak bisa melakukan cuci tangan pakai sabun dengan 7 langkah. Dan setelah diberikan demonstrasi tentang CTPS seluruh guru menjadi memiliki keterampilan yang baik. Dengan rata-rata keterampilan sebelum intervensi sebesar 64,17 dan sesudah intervensi menjadi 97,92. Hal tersebut terjadi karena para guru yang sangat antusias dalam mengikuti kegiatan ini, dan memiliki motivasi yang baik untuk meningkatkan diri. Penggunaan media yang tepat juga menjadi salah satu faktor keberhasilan penyuluhan, seperti penggunaan simulasi dan demonstrasi diiringi nyanyia (lagu CTPS dari WHO) yang membuat guru dan siswa menjadi bersemangat untuk mengikuti langkah-langkah yang tepat ketika mencuci tangan.