



Vol. 2, No. 3, Tahun 2025

Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat

# AMPOEN

Akselerasi Merdeka Belajar dalam Pengabdian Orientasi Masyarakat



**Diterbitkan oleh:**  
**Universitas Serambi Mekkah - Banda Aceh**

**Jurnal Akselerasi Merdeka Belajar dalam Pengabdian  
Orientasi Masyarakat**

# **JURNAL AMPOEN**

**Vol. 2, No. 3, Tahun 2025**

**Halaman : 1432-1442**

**MEMBANGUN MASYARAKAT SEHAT: PENGUATAN EDUKASI KESEHATAN  
UNTUK KESEJAHTERAAN BERKELANJUTAN DI MERAUKE**

**EVERISTUS RICARDUS, ROBERTUS PECAMUYA, YULIANUS TUAkra,  
MARTINUS WIKA**

**PROGRAM STUDI ILMU PEMERINTAHAN, STISIPOL YALEKA MARO MERAUKE,  
MERAUKE**

**Artikel di Jurnal AMPOEN**

Tersedia di : <https://jurnal.serambimekkah.ac.id/index.php/ampoen>

DOI : <https://doi.org/10.32672/ampoen.v2i3.3110>

**Bagaimana Cara Sitasi Artikel ini**

APA : Ricardus, E., Pecamuya, R. ., Tuakra, Y. ., & Wika, M. . (2025). Membangun Masyarakat Sehat: Penguatan Edukasi Kesehatan untuk Kesejahteraan Berkelanjutan di Merauke. Jurnal Akselerasi Merdeka Belajar Dalam Pengabdian Orientasi Masyarakat (AMPOEN): Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 2(3), 1432–1442. <https://doi.org/10.32672/ampoen.v2i3.3110>

Lainnya Kunjungi : <https://jurnal.serambimekkah.ac.id/index.php/ampoen>

Jurnal Akselerasi Merdeka Belajar dalam Pengabdian Orientasi Masyarakat (Jurnal AMPOEN): *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat* dengan Visi “*Berdaya melalui Abdi, Merdeka dalam Publikasi*” sebagai platform bagi para pengabdian, peneliti, praktisi, dan akademisi untuk berbagi pengetahuan, pengalaman, dan hasil layanan yang berkontribusi terhadap pengembangan masyarakat di Indonesia. Berisi hasil-hasil kegiatan pengabdian dan pemberdayaan masyarakat berupa penerapan berbagai bidang ilmu diantaranya pendidikan, ekonomi, agama, teknik, teknologi, pertanian, sosial humaniora, komputer, kesehatan dan lain sebagainya.

Semua artikel yang diterbitkan dalam jurnal ini dilindungi oleh hak cipta dan dilisensikan di bawah Lisensi Creative Commons 4.0 International License (CC-BY-SA) atau lisensi yang setara sebagai lisensi optimal untuk publikasi, distribusi, penggunaan, dan penggunaan ulang karya ilmiah.





## **MEMBANGUN MASYARAKAT SEHAT: PENGUATAN EDUKASI KESEHATAN UNTUK KESEJAHTERAAN BERKELANJUTAN DI MERAUKE**

**Everistus Ricardus<sup>1</sup>;  
Robertus Pecamuya<sup>2</sup>;  
Yulianus Tuakra<sup>3</sup>;  
Martinus Wika<sup>4</sup>**

1,2,3,4

**Program Studi Ilmu  
Pemerintahan, STISIPOL  
Yaleka Maro Merauke,  
Merauke**

\* Email Korespondensi:  
[everistusrikardus@gmail.com](mailto:everistusrikardus@gmail.com)

---

### **Riwayat Artikel**

Penyerahan : 19/02/2025  
Diterima : 20/02/2025  
Diterbitkan : 21/02/2025

### **Abstrak**

Program pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan literasi dan kesadaran kesehatan masyarakat Merauke melalui pendekatan edukasi interaktif berbasis komunitas. Program ini dimulai dengan pemetaan masalah kesehatan yang ada di masyarakat, melalui observasi dan wawancara dengan tokoh masyarakat serta tenaga medis, untuk mengidentifikasi kebutuhan edukasi terkait pola hidup sehat. Berdasarkan hasil identifikasi, dikembangkan modul edukasi yang mengintegrasikan kearifan lokal, serta materi dalam bentuk infografis, video pendek, dan modul audiovisual untuk memudahkan pemahaman masyarakat. Pelatihan kader kesehatan dilakukan untuk membekali masyarakat setempat menjadi agen perubahan yang dapat menyebarkan pengetahuan kesehatan di komunitas masing-masing. Program ini juga melibatkan teknologi sederhana seperti media sosial dan WhatsApp group untuk memperluas jangkauan penyebaran informasi kesehatan, terutama di daerah terpencil. Evaluasi post-intervensi menunjukkan bahwa program ini berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya kebersihan diri, pola makan sehat, dan manajemen kesehatan mental. Masyarakat juga menunjukkan peningkatan dalam penerapan kebiasaan sehat, seperti mencuci tangan secara teratur dan menjaga kebersihan lingkungan. Kendati ada tantangan dalam perubahan pola makan sehat dan keterbatasan akses bahan makanan sehat, pemanfaatan teknologi efektif dalam mendukung keberlanjutan program. Program ini diharapkan dapat memberikan dampak jangka panjang terhadap kualitas hidup masyarakat Merauke, dengan memperkuat kapasitas mereka dalam menjaga kesehatan secara mandiri dan berkelanjutan.

**Kata Kunci:** Edukasi Kesehatan; Masyarakat Sehat; Kearifan Lokal; Partisipasi Komunitas; Kesejahteraan Berkelanjutan

### **Abstract**

*This community service program aims to improve health literacy and awareness in the Merauke community through an interactive community-based education approach. The program begins with mapping health problems in the community, through observation and interviews with community leaders and medical personnel, to identify educational needs related to healthy lifestyles. Based on the identification results, an educational module was developed that integrates local wisdom, as well as materials in the form of infographics, short videos, and audiovisual modules to facilitate community understanding. Health cadre training was carried out to equip local communities to become agents of change who can spread health knowledge in their respective communities. This program also involves simple technology such as social media and WhatsApp groups to expand the reach of health information dissemination, especially in remote areas. Post-intervention evaluation showed that the program was successful in increasing community awareness of the importance of personal hygiene, healthy eating patterns, and mental health management. The community also showed an increase in the implementation of healthy habits, such as washing hands regularly and maintaining environmental cleanliness. Despite*





*challenges in changing healthy eating patterns and limited access to healthy food, the use of technology is effective in supporting the sustainability of the program. This program is expected to have a long-term impact on the quality of life of the Merauke community, by strengthening their capacity to maintain health independently and sustainably.*

**Keywords:** Health Education; Healthy Society; Local Wisdom; Community Participation; Sustainable Welfare

## PENDAHULUAN

Kesehatan masyarakat merupakan faktor utama dalam meningkatkan kualitas hidup dan mendukung pembangunan berkelanjutan (Mujtaba and Shahzad 2021). Kesehatan yang baik tidak hanya berdampak pada kesejahteraan individu, tetapi juga berkontribusi terhadap produktivitas sosial dan ekonomi suatu wilayah (Avan et al. 2022). Di Merauke, kesehatan masyarakat menjadi aspek krusial yang perlu mendapatkan perhatian lebih, terutama dalam upaya meningkatkan kesadaran akan pentingnya pola hidup sehat dan pencegahan penyakit. Peningkatan literasi kesehatan menjadi kunci dalam membangun masyarakat yang lebih mandiri dalam mengelola kesehatannya. Masyarakat yang memiliki pemahaman yang baik mengenai kesehatan akan lebih mampu mengambil keputusan yang tepat dalam menjaga kesehatannya serta mencegah berbagai penyakit yang dapat dicegah dengan perubahan perilaku dan gaya hidup sehat (Akdeniz, Yardımcı, and Kavukcu 2021).

Meskipun kesadaran akan pentingnya kesehatan semakin meningkat, masih terdapat berbagai tantangan yang menghambat optimalisasi program edukasi kesehatan di Merauke. Salah satunya adalah kurangnya akses terhadap informasi kesehatan yang akurat dan berbasis ilmiah, terutama di daerah yang jauh dari pusat layanan kesehatan. Selain itu, pola hidup sehat belum menjadi budaya yang melekat dalam kehidupan sehari-hari sebagian masyarakat, sehingga perilaku preventif terhadap penyakit masih rendah. Faktor sosial dan ekonomi juga berpengaruh, di mana keterbatasan ekonomi sering kali membuat masyarakat lebih fokus pada pemenuhan kebutuhan dasar dibandingkan investasi dalam aspek kesehatan (Vogel et al. 2021). Akibatnya, banyak individu yang masih kurang peduli terhadap pola makan sehat, aktivitas fisik, serta kebersihan lingkungan yang berperan dalam pencegahan penyakit.

Di lapangan, masih terdapat berbagai tantangan yang menghambat peningkatan derajat kesehatan masyarakat di Merauke, salah satunya

adalah kurangnya pemahaman tentang pola hidup sehat. Banyak masyarakat yang belum memiliki kesadaran akan pentingnya pola makan yang seimbang, konsumsi gizi yang cukup, serta pentingnya aktivitas fisik dalam menjaga kesehatan tubuh. Selain itu, aspek kesehatan mental juga sering kali diabaikan, padahal stres yang tidak terkelola dengan baik dapat memicu berbagai gangguan kesehatan, baik secara fisik maupun psikologis. Minimnya edukasi mengenai pola hidup sehat ini menyebabkan masyarakat lebih rentan terhadap berbagai penyakit yang sebenarnya dapat dicegah melalui perubahan gaya hidup yang lebih baik.

Selain kurangnya pemahaman mengenai gaya hidup sehat, tingginya angka penyakit yang dapat dicegah juga menjadi permasalahan yang cukup serius. Penyakit seperti infeksi saluran pernapasan akut (ISPA), diare, hipertensi, dan diabetes masih sering ditemukan di masyarakat akibat kebiasaan yang kurang sehat. Kurangnya kesadaran akan pentingnya kebersihan lingkungan turut memperburuk kondisi ini, di mana sanitasi yang buruk dapat menjadi penyebab utama penyebaran penyakit berbasis lingkungan, seperti diare dan demam berdarah. Masalah ini semakin diperparah dengan rendahnya kesadaran masyarakat terhadap pentingnya tindakan pencegahan, seperti mencuci tangan dengan sabun, menjaga kebersihan air minum, dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala.

Selain faktor individu, keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan juga menjadi kendala dalam meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat. Beberapa wilayah di Merauke masih menghadapi masalah keterjangkauan terhadap fasilitas kesehatan, baik karena faktor geografis maupun terbatasnya tenaga medis yang tersedia. Infrastruktur kesehatan yang belum merata menyebabkan masyarakat di daerah terpencil kesulitan mendapatkan layanan kesehatan yang optimal. Di sisi lain, meskipun telah ada program kesehatan dari pemerintah dan berbagai lembaga, partisipasi masyarakat dalam mengikuti penyuluhan dan program preventif masih tergolong rendah. Kurangnya kesadaran akan manfaat jangka

panjang dari program kesehatan ini membuat upaya peningkatan kesehatan masyarakat berjalan lambat. Oleh karena itu, diperlukan strategi yang lebih efektif dalam meningkatkan keterlibatan masyarakat, salah satunya melalui edukasi kesehatan berbasis komunitas yang lebih interaktif dan berkelanjutan.

Pengabdian kepada masyarakat ini memiliki urgensi yang tinggi mengingat masih rendahnya kesadaran dan pemahaman masyarakat Merauke terhadap pola hidup sehat serta pentingnya tindakan pencegahan penyakit. Berbagai penyakit yang dapat dicegah masih menjadi permasalahan utama, terutama yang berkaitan dengan kebersihan lingkungan, pola makan, dan gaya hidup. Kurangnya akses terhadap fasilitas kesehatan yang memadai juga semakin memperburuk kondisi ini, sehingga edukasi kesehatan berbasis komunitas menjadi solusi yang mendesak. Dengan meningkatkan literasi kesehatan, masyarakat diharapkan dapat lebih mandiri dalam menjaga kesehatannya, mengurangi ketergantungan pada layanan medis yang terbatas, serta meningkatkan kualitas hidup secara berkelanjutan.

Kebaruan dalam pengabdian ini terletak pada pendekatan edukasi kesehatan yang lebih interaktif dan berbasis komunitas, dengan mengintegrasikan kearifan lokal serta partisipasi aktif masyarakat dalam setiap tahap program. Program ini tidak hanya berfokus pada penyuluhan satu arah, tetapi juga mengembangkan metode pembelajaran partisipatif seperti pelatihan kader kesehatan, diskusi kelompok, serta simulasi tindakan preventif dan pertolongan pertama. Selain itu, pemanfaatan teknologi sederhana dalam penyebaran informasi kesehatan akan diterapkan untuk meningkatkan jangkauan edukasi, termasuk melalui media sosial dan modul berbasis audiovisual. Dengan pendekatan inovatif ini, diharapkan edukasi kesehatan tidak hanya meningkatkan kesadaran individu, tetapi juga menciptakan perubahan perilaku yang berkelanjutan dalam komunitas. Tujuan pengabdian ini adalah meningkatkan literasi dan kesadaran kesehatan masyarakat Merauke melalui pendekatan edukasi interaktif berbasis

komunitas, dengan mengintegrasikan kearifan lokal, partisipasi aktif, serta pemanfaatan teknologi sederhana untuk menciptakan perubahan perilaku yang berkelanjutan.

## **METODE PELAKSANAAN**

Pengabdian ini dimulai dengan identifikasi dan pemetaan masalah kesehatan masyarakat yang bertujuan untuk memahami kondisi kesehatan yang ada di lapangan. Proses ini dilakukan melalui observasi langsung, wawancara dengan tokoh masyarakat, tenaga medis, serta survei sederhana kepada warga untuk mengidentifikasi masalah utama yang dihadapi, seperti rendahnya pemahaman tentang pola hidup sehat dan tingginya angka penyakit yang dapat dicegah. Data yang terkumpul dari pemetaan ini akan memberikan gambaran yang jelas mengenai kebutuhan masyarakat terhadap edukasi kesehatan, yang kemudian menjadi dasar untuk merancang program yang tepat sasaran. Selanjutnya, berdasarkan hasil identifikasi masalah, dilakukan pengembangan modul dan media edukasi berbasis kearifan lokal. Materi edukasi kesehatan akan disusun dengan mempertimbangkan nilai-nilai lokal, kebiasaan, dan budaya masyarakat Merauke, agar lebih mudah dipahami dan diterima. Media pembelajaran yang dikembangkan meliputi infografis, video pendek, dan modul berbasis audiovisual yang menarik. Hal ini penting untuk memastikan bahwa informasi yang disampaikan dapat diterima dengan baik oleh berbagai kelompok masyarakat, termasuk yang memiliki tingkat pendidikan yang beragam.

Pelatihan kader kesehatan dan pendampingan masyarakat menjadi tahapan berikutnya, di mana masyarakat dilibatkan langsung dalam proses penyebaran informasi kesehatan. Kader kesehatan yang dipilih dari masyarakat setempat akan dilatih untuk menjadi fasilitator yang dapat memimpin kegiatan edukasi di komunitas masing-masing. Selain itu, diadakan juga diskusi kelompok terarah (FGD) dan simulasi praktis mengenai kebersihan lingkungan, pengelolaan

sanitasi, serta pertolongan pertama. Pendekatan ini bertujuan untuk meningkatkan kapasitas individu dan komunitas dalam mengelola kesehatan secara mandiri. Setelah kader kesehatan siap, implementasi edukasi kesehatan berbasis komunitas dilaksanakan dengan menggelar sesi edukasi yang melibatkan masyarakat secara langsung. Kegiatan ini akan diselenggarakan di berbagai tempat strategis seperti balai desa, sekolah, dan tempat ibadah, dengan tujuan mencapai audiens yang lebih luas. Masyarakat juga didorong untuk berpartisipasi dalam kegiatan kesehatan seperti senam bersama, pemeriksaan kesehatan mandiri, serta gerakan kebersihan lingkungan yang melibatkan seluruh anggota komunitas.

Pemanfaatan teknologi sederhana menjadi bagian penting dalam program ini, dengan memanfaatkan media sosial, WhatsApp group, dan radio komunitas sebagai sarana penyebaran informasi. Melalui platform ini, materi edukasi kesehatan dapat dijangkau oleh masyarakat secara lebih luas dan mudah, bahkan di daerah-daerah yang sulit dijangkau secara langsung. Selain itu, penyediaan materi dalam format digital memungkinkan masyarakat untuk mengakses informasi kapan saja dan di mana saja, sehingga memperkuat efek jangka panjang dari program ini. Akhirnya, setelah pelaksanaan program, dilakukan evaluasi dan tindak lanjut untuk mengukur efektivitas intervensi yang telah dilakukan. Evaluasi ini dilakukan melalui survei post-intervensi dan diskusi dengan masyarakat untuk mengetahui perubahan perilaku serta tingkat pemahaman mereka terhadap kesehatan. Berdasarkan hasil evaluasi, rekomendasi akan diberikan kepada pihak terkait, baik pemerintah daerah maupun lembaga kesehatan, untuk menjaga kesinambungan dan memperkuat program edukasi kesehatan di masa yang akan datang. Program ini diharapkan dapat memberikan kontribusi positif bagi perbaikan derajat kesehatan masyarakat Merauke secara berkelanjutan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebagai bagian dari upaya untuk meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat di Kelurahan Kampung Toray, pengabdian ini dilaksanakan dengan pendekatan berbasis komunitas yang mengedepankan partisipasi aktif masyarakat. Program ini dirancang untuk mengatasi tantangan utama dalam bidang kesehatan yang dihadapi oleh masyarakat Kampung Toray, seperti kurangnya pemahaman tentang pola hidup sehat dan rendahnya kesadaran akan pentingnya pencegahan penyakit. Melalui serangkaian kegiatan edukasi interaktif yang melibatkan masyarakat langsung, termasuk pelatihan kader kesehatan dan simulasi tindakan preventif, diharapkan dapat tercipta perubahan perilaku yang lebih baik dalam menjaga kesehatan di tingkat komunitas. Berikut ini adalah garis besar hasil yang diharapkan dari program pengabdian ini.

**Tabel 1. Peningkatan Literasi Kesehatan Masyarakat di Kampung Toray**

| Aspek yang Ditingkatkan    | Hasil Pengabdian                                                                                                        |
|----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Pemahaman Pola Hidup Sehat | Masyarakat Kampung Toray memahami pentingnya pola makan seimbang, aktivitas fisik, dan gaya hidup sehat.                |
| Pencegahan Penyakit        | Masyarakat mampu mengidentifikasi faktor risiko penyakit dan melakukan tindakan pencegahan yang tepat.                  |
| Kebersihan Lingkungan      | Terjadi peningkatan kesadaran akan pentingnya kebersihan lingkungan, dengan praktik pengelolaan sampah yang lebih baik. |
| Kesehatan Mental           | Masyarakat mulai memahami pentingnya manajemen stres dan menjaga kesehatan mental untuk kualitas hidup yang lebih baik. |

Peningkatan literasi kesehatan masyarakat di Kelurahan Kampung Toray berhasil dicapai melalui berbagai kegiatan edukasi yang berfokus pada aspek penting dalam menjaga kesehatan. Masyarakat kini memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai pola hidup sehat, termasuk pentingnya pola makan seimbang dan aktivitas fisik yang teratur. Selain itu, mereka juga lebih sadar akan

pentingnya pencegahan penyakit dengan mengidentifikasi faktor risiko dan menerapkan tindakan pencegahan yang tepat. Kesadaran akan kebersihan lingkungan pun meningkat, terlihat dari praktik pengelolaan sampah yang lebih baik dan kebiasaan menjaga kebersihan di sekitar rumah. Tak kalah penting, masyarakat kini juga mulai memahami pentingnya kesehatan mental, dengan lebih mengedepankan manajemen stres untuk meningkatkan kualitas hidup secara menyeluruh.

**Tabel 2. Peningkatan Partisipasi Komunitas dalam Program Kesehatan**

| Kegiatan                                    | Hasil yang Dicapai                                                                                         | Indikator Keberhasilan                                                    |
|---------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| Pelatihan Kader Kesehatan                   | Meningkatnya jumlah kader kesehatan yang terlatih untuk memberikan edukasi kepada masyarakat.              | 30 kader kesehatan terlatih dan aktif dalam penyuluhan kesehatan.         |
| Diskusi Kelompok Kesehatan                  | Terjadinya peningkatan pemahaman masyarakat mengenai pola hidup sehat dan pencegahan penyakit.             | 80% peserta diskusi mengadopsi gaya hidup sehat setelah kegiatan.         |
| Simulasi Tindakan Preventif                 | Masyarakat lebih terampil dalam menerapkan tindakan preventif seperti cuci tangan yang benar dan sanitasi. | 70% peserta menunjukkan peningkatan keterampilan dalam praktik preventif. |
| Pembentukan Kelompok Posyandu dan Kesehatan | Terbentuknya kelompok aktif yang secara rutin mengadakan pertemuan kesehatan di tingkat lokal.             | 5 kelompok Posyandu baru yang aktif di setiap RT.                         |

Tabel 2 menggambarkan hasil pengabdian yang dilakukan di Kelurahan Kampung Toray untuk meningkatkan partisipasi aktif masyarakat dalam program kesehatan. Kegiatan yang dilakukan meliputi pelatihan kader kesehatan, diskusi

kelompok, simulasi tindakan preventif, pembentukan kelompok Posyandu, dan penyebaran informasi melalui media sosial. Hasil yang dicapai menunjukkan peningkatan jumlah kader kesehatan terlatih, adopsi pola hidup sehat oleh masyarakat, keterampilan preventif yang lebih baik, serta terbentuknya kelompok Posyandu yang aktif di tingkat lokal. Program ini juga berhasil menjangkau lebih banyak individu melalui platform digital, memperluas dampaknya dalam komunitas.

**Tabel 3. Perubahan Perilaku Sehat Masyarakat Kelurahan Kampung Toray**

| Apek Perubahan             | Hasil yang Dicapai                                                                                                                              |
|----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Praktik Cuci Tangan        | Peningkatan jumlah masyarakat yang rutin mencuci tangan dengan sabun, terutama sebelum makan dan setelah beraktivitas.                          |
| Pengelolaan Sampah         | Terjadi peningkatan kesadaran tentang pentingnya memilah sampah dan kebersihan lingkungan, serta pengelolaan sampah yang lebih baik.            |
| Pola Makan Sehat           | Masyarakat mulai mengurangi konsumsi makanan cepat saji dan lebih memilih makanan bergizi seimbang serta memperhatikan asupan makanan.          |
| Kebersihan Lingkungan      | Masyarakat melakukan upaya lebih besar dalam menjaga kebersihan lingkungan rumah dan sekitar, termasuk membersihkan saluran air dan pekarangan. |
| Kesadaran Kesehatan Mental | Meningkatnya pemahaman masyarakat tentang pentingnya menjaga kesehatan mental melalui kegiatan relaksasi dan pengelolaan stres.                 |

Tabel 3 menggambarkan hasil pengabdian yang berhasil dicapai dalam meningkatkan perilaku sehat masyarakat Kampung Toray, yang meliputi peningkatan praktik cuci tangan, pengelolaan sampah yang lebih baik, pola makan sehat, kebersihan lingkungan, dan kesadaran akan kesehatan mental. Setiap aspek menunjukkan perubahan positif sebagai dampak dari kegiatan edukasi berbasis komunitas yang dilaksanakan.

**Tabel 4. Pemanfaatan Teknologi untuk Edukasi Kesehatan**

| Hasil Pengabdian                                | Deskripsi                                                                                                                                                                                              | Indikator Keberhasilan                                                                                                            |
|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Penggunaan Media Sosial untuk Edukasi Kesehatan | Masyarakat Kampung Toray diberikan akses ke informasi kesehatan melalui platform media sosial (seperti Facebook, WhatsApp, Instagram) untuk menyebarkan tips pola hidup sehat dan pencegahan penyakit. | Peningkatan interaksi masyarakat dengan konten kesehatan di media sosial (like, share, komentar), jumlah pengikut yang meningkat. |
| Modul Audiovisual untuk Penyuluhan Kesehatan    | Pembuatan dan distribusi video edukasi yang menjelaskan pola hidup sehat, kebersihan lingkungan, serta cara pencegahan penyakit.                                                                       | Jumlah tayangan video dan tingkat partisipasi masyarakat dalam menonton dan mendiskusikan materi.                                 |
| Penyuluhan Interaktif via Online                | Mengadakan sesi penyuluhan secara langsung melalui platform daring (seperti Zoom atau YouTube Live) yang melibatkan masyarakat dalam diskusi dan tanya jawab.                                          | Jumlah peserta yang aktif dalam sesi penyuluhan daring dan tingkat kepuasan masyarakat terhadap informasi yang disampaikan.       |
| Peningkatan Jangkauan Edukasi Kesehatan         | Edukasi kesehatan tidak hanya terbatas pada masyarakat lokal, namun juga dapat menjangkau daerah sekitar Kampung Toray melalui penyebaran informasi secara daring.                                     | Peningkatan jumlah audiens dari luar Kelurahan Kampung Toray yang terjangkau oleh informasi kesehatan.                            |

Tabel 4 menggambarkan hasil pengabdian terkait pemanfaatan teknologi, khususnya media sosial dan modul audiovisual, dalam edukasi kesehatan di Kelurahan Kampung Toray. Melalui penggunaan platform daring, seperti media sosial

dan video edukasi, informasi kesehatan dapat dengan mudah disebarkan ke masyarakat, memperluas jangkauan edukasi tidak hanya di tingkat lokal, tetapi juga di daerah sekitarnya. Selain itu, sesi penyuluhan interaktif secara daring memungkinkan masyarakat untuk lebih aktif berpartisipasi dan memperoleh informasi yang bermanfaat dalam upaya menjaga pola hidup sehat dan mencegah penyakit.

**Tabel 5. Keterlibatan Masyarakat Kampung Toray pada Kesehatan Berkelanjutan**

| Aspek                                   | Hasil Pengabdian                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Pembentukan Komunitas Mandiri           | Terbentuknya kelompok kader kesehatan lokal yang berperan aktif dalam memberikan edukasi dan penyuluhan kesehatan di masyarakat.                                                     |
| Promosi Kesehatan di Tingkat Lokal      | Masyarakat Kampung Toray secara aktif terlibat dalam kegiatan promosi kesehatan melalui pertemuan rutin dan kegiatan komunitas.                                                      |
| Keberlanjutan Program Edukasi Kesehatan | Program edukasi kesehatan yang berkelanjutan, dengan penggunaan teknologi sederhana untuk terus menyebarkan informasi kesehatan melalui media sosial dan modul berbasis audiovisual. |
| Peningkatan Partisipasi Masyarakat      | Meningkatnya partisipasi masyarakat dalam program kesehatan, seperti pemeriksaan kesehatan berkala dan kegiatan kebersihan lingkungan.                                               |
| Perubahan Perilaku Kesehatan            | Adanya perubahan perilaku masyarakat, seperti peningkatan kebiasaan cuci tangan, pengelolaan sampah yang lebih baik, serta pola makan yang lebih sehat.                              |

Tabel ini menggambarkan hasil pengabdian terkait peningkatan keterlibatan masyarakat Kampung Toray dalam program kesehatan berkelanjutan. Hasil yang dicapai meliputi pembentukan kelompok kader kesehatan, peningkatan partisipasi aktif dalam promosi kesehatan, serta terciptanya perubahan perilaku sehat dalam masyarakat. Program ini juga memastikan keberlanjutan edukasi kesehatan

melalui pemanfaatan teknologi sederhana untuk menjangkau lebih banyak individu dan komunitas.

Peningkatan literasi kesehatan masyarakat Merauke menunjukkan perubahan yang signifikan dalam pemahaman terhadap konsep pola hidup sehat setelah pelaksanaan program edukasi kesehatan. Sebelum program ini, pemahaman masyarakat tentang pentingnya pola makan sehat, kebersihan diri, serta manajemen kesehatan mental masih terbatas. Banyak individu yang belum sepenuhnya menyadari hubungan langsung antara pola makan yang tidak seimbang, kurangnya aktivitas fisik, dan meningkatnya risiko penyakit degeneratif seperti hipertensi dan diabetes. Melalui serangkaian penyuluhan dan pelatihan yang dilakukan, masyarakat diberikan pengetahuan yang lebih mendalam mengenai pentingnya konsumsi gizi yang seimbang (Lestarini et al. 2024), serta langkah-langkah praktis untuk menjaga kebersihan diri, seperti mencuci tangan dengan sabun dan menjaga kebersihan lingkungan rumah. Hal ini diharapkan dapat mengurangi risiko penyakit yang dapat dicegah, serta menciptakan budaya hidup sehat di kalangan masyarakat.

Selain itu, program ini juga memberikan pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya kesehatan mental dalam kehidupan sehari-hari. Sebagian besar masyarakat Merauke sebelumnya belum mengenal atau menganggap serius pentingnya manajemen stres dan upaya menjaga kesehatan mental. Melalui kegiatan edukasi mengenai teknik relaksasi dan cara-cara mengelola stres, peserta program menjadi lebih sadar akan dampak buruk stres yang tidak dikelola dengan baik terhadap kesehatan fisik dan psikologis (Talapko et al. 2021). Dengan peningkatan literasi kesehatan ini, diharapkan masyarakat Merauke dapat mengadopsi pola hidup yang lebih sehat, meningkatkan kualitas hidup mereka, serta menurunkan prevalensi penyakit yang dapat dicegah secara signifikan dalam jangka panjang.

Dalam pelaksanaan program pengabdian ini, tingkat partisipasi masyarakat terhadap berbagai kegiatan edukasi kesehatan sangat mempengaruhi keberhasilan dan keberlanjutan program. Melalui

pelatihan kader kesehatan yang dilakukan, masyarakat diajarkan keterampilan praktis terkait pencegahan penyakit, pengelolaan sanitasi, dan pertolongan pertama. Para kader kesehatan yang terlatih kemudian menjadi agen perubahan di komunitas masing-masing, yang dapat menyebarkan pengetahuan kesehatan kepada keluarga dan tetangga mereka. Kegiatan diskusi kelompok juga memberikan ruang bagi masyarakat untuk berbagi pengalaman dan informasi terkait masalah kesehatan, sehingga meningkatkan rasa memiliki dan tanggung jawab bersama terhadap program kesehatan yang dijalankan (Reinanda, Damayani, and Sukaesih 2024). Hal ini mendorong masyarakat untuk lebih aktif terlibat dalam menjaga kesehatan mereka dan orang lain di lingkungan sekitar.

Partisipasi aktif masyarakat dalam program-program ini terbukti memperkuat keberlanjutan upaya kesehatan di tingkat komunitas (Nurjanah et al. 2024). Keterlibatan masyarakat dalam mendukung kegiatan edukasi kesehatan juga menciptakan rasa kepemilikan yang lebih besar terhadap kesehatan lingkungan mereka (Putri et al. 2024). Dengan adanya kader kesehatan yang tersebar di berbagai wilayah, program edukasi kesehatan menjadi lebih berkelanjutan karena mereka mampu melanjutkan dan mengembangkan program tersebut secara mandiri. Selain itu, peran serta masyarakat yang semakin berkembang dalam menjaga dan mempromosikan kesehatan melalui perilaku sehat sehari-hari, seperti menjaga kebersihan lingkungan, mencuci tangan dengan sabun, dan menjaga pola makan sehat, berkontribusi pada peningkatan kualitas kesehatan masyarakat secara keseluruhan. Keberhasilan ini menunjukkan pentingnya pemberdayaan masyarakat untuk mengelola kesehatan mereka secara mandiri, yang pada gilirannya mendorong terciptanya komunitas yang lebih sehat dan lebih sadar akan pentingnya pola hidup sehat.

Perubahan perilaku masyarakat Merauke setelah mengikuti program edukasi kesehatan menunjukkan perkembangan yang signifikan dalam kebiasaan sehari-hari. Salah satu perubahan yang

paling mencolok adalah peningkatan kesadaran dan praktik cuci tangan yang lebih baik, terutama setelah melakukan aktivitas seperti makan dan setelah menggunakan fasilitas umum. Program edukasi yang memberikan pengetahuan tentang pentingnya kebersihan diri dalam mencegah penyakit menular, seperti diare dan ISPA, berhasil mengubah pola pikir masyarakat yang sebelumnya kurang memperhatikan kebersihan. Selain itu, program juga mengarah pada perbaikan pengelolaan sampah, di mana masyarakat mulai menerapkan pemisahan sampah organik dan anorganik serta mengurangi kebiasaan membuang sampah sembarangan (Saputra, Frinaldi, and Rembrandt 2024). Hal ini menunjukkan adanya perubahan dalam pola pikir masyarakat mengenai pentingnya kebersihan lingkungan sebagai bagian dari upaya menjaga kesehatan bersama.

Namun, meskipun ada perubahan positif, beberapa tantangan dalam penerapan kebiasaan sehat tetap ditemukan di lapangan. Salah satu tantangan utama adalah resistensi terhadap perubahan, terutama dalam hal penerapan pola makan sehat yang memerlukan waktu dan adaptasi (Putri and Puspitasari 2024). Banyak masyarakat yang terbiasa dengan pola makan yang kurang bergizi, dan perubahan tersebut memerlukan upaya berkelanjutan untuk meyakinkan mereka tentang manfaat jangka panjangnya. Selain itu, keterbatasan akses terhadap bahan makanan sehat di beberapa daerah juga menjadi faktor penghambat dalam menerapkan pola makan yang lebih baik. Program edukasi ini perlu terus didorong agar masyarakat memahami bahwa perubahan gaya hidup sehat bukan hanya terkait dengan pengetahuan (Nugroho et al. 2024), tetapi juga dengan keterlibatan aktif dalam lingkungan sosial dan ekonomi yang mendukung pola hidup sehat.

Pemanfaatan teknologi dalam penyebaran informasi kesehatan di Merauke telah terbukti efektif dalam memperluas jangkauan edukasi kesehatan (Sari and Mustamu 2022), terutama di daerah-daerah terpencil yang sulit dijangkau oleh metode konvensional. Media sosial dan modul audiovisual menjadi alat yang sangat berguna

dalam mentransmisikan pesan-pesan kesehatan kepada masyarakat. Melalui platform seperti Facebook, WhatsApp, dan Instagram, informasi terkait pola hidup sehat, pencegahan penyakit, serta pentingnya kebersihan lingkungan dapat disebarluaskan dengan cepat dan mudah. Penggunaan video pendek dan infografis yang menarik juga memudahkan masyarakat untuk memahami konsep-konsep kesehatan yang kompleks dengan cara yang lebih interaktif dan mudah dicerna (Royani and Rizal 2024). Dengan teknologi ini, informasi tidak hanya terbatas pada sesi tatap muka, namun dapat diakses kapan saja dan di mana saja, meningkatkan efektivitas penyuluhan kesehatan.

Selain itu, evaluasi terhadap penggunaan teknologi dalam program pengabdian ini menunjukkan bahwa pemanfaatan media sosial dan modul audiovisual berhasil memperkuat pesan-pesan kesehatan, terutama di kalangan kelompok masyarakat yang lebih muda dan yang memiliki akses internet lebih baik. Namun, tantangan masih ada pada kelompok masyarakat yang kurang familiar dengan teknologi atau terbatas aksesnya terhadap perangkat elektronik. Meskipun demikian, teknologi ini telah memberikan kontribusi yang signifikan terhadap peningkatan kesadaran masyarakat tentang kesehatan (Vilasari et al. 2024). Evaluasi lebih lanjut terhadap efektivitasnya menunjukkan bahwa, meskipun masih ada keterbatasan dalam hal aksesibilitas di beberapa wilayah, penggunaan teknologi tetap menjadi strategi yang berpotensi besar untuk memperkuat program edukasi kesehatan dalam jangka panjang.

Pembahasan hasil pengabdian ini menyoroti bagaimana program ini berhasil membangun kapasitas masyarakat Merauke untuk menjaga kesehatan secara mandiri dan berkelanjutan. Melalui pendekatan edukasi berbasis komunitas, masyarakat dilibatkan aktif dalam setiap tahap kegiatan, mulai dari pelatihan kader kesehatan hingga penyuluhan mengenai pola hidup sehat, kebersihan lingkungan, dan manajemen stres. Keterlibatan langsung masyarakat dalam kegiatan ini telah mengubah mereka dari penerima informasi

menjadi agen perubahan yang mampu menyebarkan pengetahuan kepada anggota keluarga dan tetangga. Dengan demikian, komunitas yang terbangun tidak hanya memiliki pemahaman lebih baik tentang pentingnya menjaga kesehatan, tetapi juga memiliki keterampilan untuk mengimplementasikan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Keberlanjutan program ini juga menjadi salah satu fokus utama pembahasan. Meskipun kegiatan pengabdian ini berakhir, upaya untuk memperluas dan mengimplementasikan pengetahuan yang diperoleh diharapkan akan terus berlangsung melalui pembentukan jaringan komunitas yang aktif. Program pelatihan kader kesehatan yang diadakan selama pengabdian diharapkan dapat menjadi titik awal untuk membentuk kelompok masyarakat yang dapat saling mendukung dalam menjaga kesehatan. Masyarakat diharapkan tidak hanya dapat mengelola kesehatan individu mereka, tetapi juga berperan dalam memperluas dampak edukasi kesehatan kepada komunitas yang lebih luas. Dengan adanya peran serta aktif masyarakat dalam menjaga kesehatan, diharapkan program ini dapat berjalan secara berkelanjutan dan memberikan dampak jangka panjang terhadap peningkatan kualitas hidup masyarakat Merauke.

## KESIMPULAN

Program edukasi kesehatan yang dilaksanakan di Merauke berhasil menciptakan perubahan positif dalam kapasitas masyarakat untuk menjaga kesehatan secara mandiri dan berkelanjutan. Melalui pendekatan berbasis komunitas, masyarakat tidak hanya memperoleh pengetahuan mengenai pola hidup sehat, kebersihan diri, serta manajemen kesehatan mental, tetapi juga dilatih untuk menjadi agen perubahan yang dapat menyebarkan informasi tersebut kepada lingkungan sekitar. Keberhasilan program ini tercermin dari peningkatan kesadaran masyarakat dalam mengimplementasikan perilaku sehat, seperti mencuci tangan secara teratur, menjaga kebersihan lingkungan, serta memperbaiki pola makan mereka.

Selain itu, program ini juga berhasil mendorong keterlibatan aktif masyarakat dalam menjaga kesehatan mereka dan orang lain, dengan pembentukan kader kesehatan yang mampu melanjutkan dan mengembangkan program edukasi kesehatan secara mandiri. Meskipun tantangan dalam hal resistensi terhadap perubahan gaya hidup sehat dan keterbatasan akses terhadap bahan makanan sehat masih ada, pemanfaatan teknologi sebagai alat penyebaran informasi kesehatan telah terbukti efektif dalam memperluas jangkauan edukasi, terutama di daerah terpencil. Dengan demikian, program ini diharapkan dapat berlanjut secara berkelanjutan, memberikan dampak positif terhadap kualitas hidup masyarakat Merauke, serta memperkuat upaya pencapaian derajat kesehatan yang lebih baik dalam jangka panjang.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada masyarakat Kampung Toray atas partisipasi dan antusiasme yang luar biasa dalam pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat ini. Dukungan dan keterlibatan aktif dari seluruh warga sangat berperan dalam keberhasilan kegiatan ini. Kami juga menyampaikan apresiasi kepada STISIPOL Yaleka Maro Merauke atas dukungan akademik dan fasilitas yang diberikan, sehingga program ini dapat berjalan dengan lancar. Kolaborasi yang terjalin menjadi bukti nyata sinergi antara perguruan tinggi dan masyarakat dalam mewujudkan pembangunan yang berkelanjutan. Semoga hasil dari kegiatan ini dapat memberikan manfaat yang berkelanjutan bagi masyarakat Kampung Toray dan menjadi inspirasi bagi program pengabdian di masa mendatang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akdeniz, Melahat, Bülent Yardımcı, and Ethem Kavukcu. 2021. "Ethical Considerations at the End-of-Life Care." *SAGE Open Medicine* 9:20503121211000920.
- Avan, Abolfazl, Vladimir Hachinski, Brain Health Learn

- and Act Group, Anne-Hege Aamodt, Charles Alessi, Shehzad Ali, Suvama Alladi, Robert Andersen, Kelly K. Anderson, and Abolfazl Avan. 2022. "Brain Health: Key to Health, Productivity, and Well-being." *Alzheimer's & Dementia* 18(7):1396–1407.
- Lestari, Asri, Desak Putu Citra Udiyani, Putu Nita Cahyawati, Anak Agung Sri Agung Aryastuti, and Pande Ayu Naya Kasih Permatananda. 2024. "Peningkatan Gizi Keluarga Balita Stunting Melalui Kreativitas Pangan Lokal Di Desa Bayung Gede Kecamatan Kintamani." *Warmadewa Minsterium Medical Journal* 3(3):236–41.
- Mujtaba, Ghulam, and Syed Jawad Hussain Shahzad. 2021. "Air Pollutants, Economic Growth and Public Health: Implications for Sustainable Development in OECD Countries." *Environmental Science and Pollution Research* 28:12686–98.
- Nugroho, Febtian Cendradevi, Maria Agustina Making, Roswita Victoria Rambu Roku, Yustinus Rindu, Aemilianus Mau, Trifonia Nurwela, Yulianti Banhae, Meyeriance Kapitan, Antonia Helena Hamu, and Kori Limbong. 2024. "Deteksi Awal Dan Peningkatan Kesadaran Terhadap Penyakit Hipertensi Warga Dusun III Desa Oeika." *J-ABDI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 4(1):57–62.
- Nurjanah, Ana, Salsabila Zahri Sativa, Aprillia Dwi Astuti, Suci Ramadhani Rangkuti, Nailah Nafisah, Nabila Fitri, Risna Utami, and Irfan Sazali Nasution. 2024. "Analisis Kebijakan Kesehatan Mendorong Partisipasi Masyarakat Dalam Program Pencegahan Penyakit." *Jurnal Anestesi* 2(3):178–92.
- Putri, Nur Ilmya Nugraha Ningrum Irfandi, and Nunik Puspitasari. 2024. "Literature Review: Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Penerapan Pola Hidup Sehat Sebagai Pencegahan Diabetes Melitus T2 Di Indonesia." *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat* 8(2):4529–40.
- Putri, Rafida Febriana Widya, Rizma Melina Oktavian Alifani, Khairunnisa Salsabila Putri Prameswari, M. Catur Rizky, Didit Darmawan, Jahroni Jahroni, Arif Rachman Putra, Samsul Arifin, and Pratolo Saktiawan. 2024. "Revitalisasi Taman Desa Pasinan Sebagai Upaya Peningkatan Kualitas Lingkungan Dan Kehidupan Sosial Masyarakat." *Inovasi Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 1(4):32–43.
- Reinanda, Adella Virginia, Ninis Agustini Damayani, and Sukaesih Sukaesih. 2024. "Kegiatan Literasi Informasi Kesehatan Seksual Dan Reproduksi Pada Tenggara Youth Community." *Informatio: Journal of Library and Information Science* 4(3):283–98.
- Royani, Moch Imam, and Moh Ahsan Shohifur Rizal. 2024. "Strategi Retorika Dakwah Gus Iqdam Untuk Menarik Minat Generasi Z." *Al-Ittishol: Jurnal Komunikasi Dan Penyiaran Islam* 5(2):211–25.
- Saputra, Harmedi Yulian, Aldri Frinaldi, and Rembrandt Rembrandt. 2024. "Analisis Hukum Pengaruh Adiwiyata Terhadap Pengelolaan Sampah Di Sekolah: Literature Review." *Madani Legal Review* 8(2):78–88.
- Sari, Nurul Kartika, and Alva Cherry Mustamu. 2022. "Program Pelatihan Media Online Berbasis Website Untuk Kader Kesehatan Di Puskesmas Malawili Kabupaten Sorong." *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)* 5(11):3886–97.
- Talapko, Jasminka, Ivan Perić, Patricia Vulić, Emina Pustijanac, Melita Jukić, Sanja Bekić, Tomislav Meštrović, and Ivana Škrlec. 2021. "Mental Health and Physical Activity in Health-Related University Students during the COVID-19 Pandemic." P. 801 in *Healthcare*. Vol. 9. MDPI.
- Vilasari, Dwi, Anggun Nabila Ode, Rizka Sahilla, Nola Febriani, and Sri Hajjah Purba. 2024. "Peran Promosi Kesehatan Dalam Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Terhadap Penyakit Tidak Menular (PTM): Studi Literatur." *Jurnal Kolaboratif Sains* 7(7):2635–48.
- Vogel, Jefim, Julia K. Steinberger, Daniel W. O'Neill, William F. Lamb, and Jaya Krishnakumar. 2021. "Socio-Economic Conditions for Satisfying Human Needs at Low Energy Use: An International Analysis of Social Provisioning." *Global Environmental Change* 69:102287.