

## PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

**PENDIDIKAN KESEHATAN IBU DAN ANAK BALITA  
DALAM MEWUJUDKAN KELUARGA SEHAT, BERSIH  
DAN BERBUDAYA DI WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS ATAMBUA SELATAN**

Djulianus Tes Mau\*, Ni Komang Sriwati, Lusiana A Lau,  
Matilda Bano, Anatul Fajriani Umar, Elisabeth Nar, Delfina A  
Guters, Venciani Adelia Klau

Program Studi Keperawatan Universitas Timor, Jl. Wehor  
Kabuna Haliwen Atambua Nusa Tenggara Timur, Indonesia

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Pendidikan kesehatan merupakan bagian dari promosi kesehatan yang mempunyai bentuk intervensi berupa komunikasi, konsultasi, *training*, umpan balik dan interaksi sehingga dihasilkan motivasi, kemampuan dan penghargaan untuk menghasilkan perilaku yang kondusif terhadap kesehatan. Pendidikan kesehatan yang efektif dapat menggeser norma-norma atau sikap, dan mempengaruhi nilai-nilai serta dapat pula memberikan keterampilan yang dapat merubah perilaku atau gaya hidup tertentu supaya mereka dapat memecahkan masalah-masalah kesehatan yang dihadapinya. Pada gilirannya akan meningkatkan kesadaran, kemampuan dan kemauan hidup sehat bagi setiap penduduk agar dapat terwujud derajat kesehatan yang setinggi-tingginya.

**Tujuan:** Terciptanya pola pikir dan kemampuan masyarakat dalam upaya peningkatan dan pencegahan penyakit, agar terwujudnya derajat keluarga ibu dan anak balita serta masyarakat luas yang optimal.

**Metode:** pola pikir dan kemampuan masyarakat dalam upaya peningkatan dan pencegahan penyakit, agar terwujudnya derajat keluarga ibu dan anak balita serta masyarakat luas yang optimal. Pelaksanaan selama 30 hari (1 Maret s.d 1 April 2021)

**Hasil:** Berdasarkan hasil penimbangan berat badan yang dilakukan pada 42 orang balita didapatkan gizi baik sebanyak 12 orang, gizi sedang 25 orang dan gizi buruk sebanyak 5 orang. Dari keseluruhan Balita yang hadir di ketiga RT masih terdapat 8 orang Balita yang tidak hadir di Posyandu saat kegiatan penimbangan berlangsung. Pelaksanaan kegiatan penimbangan dilakukan oleh kader posyandu sebanyak 12 orang kader bersama dengan mahasiswa. Kegiatan pendidikan kesehatan diikuti oleh 42 orang ibu dengan anak balita secara tertib dan antusias serta penuh perhatian, ada yang mengajukan pertanyaan pada saat pemateri menyajikan materi penyuluhan. Dari materi yang disajikan peserta cukup memahami penjelasan tentang penting pemantauan pertumbuhan dan perkembangan anak balita yang telah dilakukan oleh ibu-ibu di posyandu melalui kegiatan penimbangan.

**Kesimpulan:** Dengan metode pendidikan kesehatan, masyarakat dapat meningkatkan pengetahuan pentingnya tentang perilaku hidup bersih dan sehat dalam tatanan kehidupan keluarga berdasarkan 10 indikator PHBS.

**Informasi**

<sup>\*)</sup>Corresponden Author: Djulianus Tes Mau,  
email: [julitesmau@gmail.com](mailto:julitesmau@gmail.com)

Submitted: 02 Agustus 2021

Approved: 10 Agustus 2021

Published: 15 Agustus 2021

Copyright: @ 2021 Mau, JT, et al.

Ini adalah artikel open acces yang didistribusikan dibawah Universitas Timor, memungkinkan untuk penggunaan, distribusi dan reproduksi dalam media apa pun, asalkan karya asli dikutip / disitasi dengan benar.

**Kata kunci:** Pendidikan kesehatan,  
Kesehatan Ibu dan Anak BALITA

**DOI:** <https://doi.org/10.32938/jsk.v3i02.1379>

## LATAR BELAKANG

Pendidikan kesehatan merupakan bagian dari promosi kesehatan yang mempunyai bentuk intervensi berupa komunikasi, konsultasi, *training*, umpan balik dan interaksi sehingga dihasilkan motivasi, kemampuan dan penghargaan untuk menghasilkan perilaku yang kondusif terhadap kesehatan (Green and Kreuter, 2000). Pendidikan kesehatan yang efektif dapat menggeser norma-norma atau sikap, dan mempengaruhi nilai-nilai serta dapat pula memberikan keterampilan yang dapat merubah perilaku atau gaya hidup tertentu supaya mereka dapat memecahkan masalah-masalah kesehatan yang dihadapinya. Pada gilirannya akan meningkatkan kesadaran, kemampuan dan kemauan hidup sehat bagi setiap penduduk agar dapat terwujud derajat kesehatan yang setinggi-tingginya.

Harapan masyarakat mampu berperan sebagai pelaku dalam pembangunan kesehatan untuk menjaga, memelihara, dan meningkatkan derajat kesehatannya sendiri,serta berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat, melalui perilaku hidup bersih dan sehat di tatanan rumah tangga. Pemberdayaan masyarakat dimulai dari rumah tangga, karena rumah tangga yang sehat merupakan modal pembangunan di masa depan yang perlu dijaga, ditingkatkan dan dilindungi kesehatannya. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat atau biasa juga disebut sebagai PHBS adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat. Pembinaan PHBS di rumah tangga merupakan salah satu upaya strategis untuk menggerakkan dan memberdayakan keluarga untuk hidup bersih dan sehat. Melalui PHBS setiap rumah tangga diberdayakan agar tahu, mau, dan mampu menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dengan mengupayakan lingkungan yang sehat, mencegah dan menanggulangi masalah kesehatan yang dihadapi, serta memanfaatkan pelayanan kesehatan yang ada, melalui pemberdayaan masyarakat (Depkes RI 2008). Pemberdayaan masyarakat akan sukses atau dapat terlaksana apabila masyarakat terlibat secara aktif untuk berpartisipasi suatu kegiatan. Sesuai yang tertuang dalam rencana pembangunan daerah Kab. Belu, program pemberdayaan masyarakat

merupakan salah satu program prioritas dari rencana strategis pembangunan daerah. Berbagai upaya telah dilakukan dalam rangka meningkatkan kesadaran dan kemauan masyarakat untuk meningkatkan kesejaterannya. Upaya membangun masyarakat pedesaan berarti pula membangun sebagian besar penduduk Indonesia.

Puskesmas Atambua Selatan termasuk wilayah kec.Atambua Selatan diwilayah selatan ibukota kab.Belu secara geografis agak berbukit dengan wilayah kerja terdiri dari 4 kelurahan yaitu Kelurahan Fatukbot, Kelurahan Lidak, Kelurahan Manuaman, Kelurahan Rinbesi dan 1 Desa Tukuneno yang merupakan Kecamatan Tasifeto Barat. Luas wilayah seluas 60.79 Km<sup>2</sup>, batas wilayah sebelah utara berbatasan dengan Kecamatan Kota Atambua, sebelah selatan dengan Kecamatan Tasbar, sebelah timur dengan Kecamatan Tasifeto Timur sebelah barat dengan Kecamatan Tasifeto Barat. Jumlah penduduk sebanyak 27.398 jiwa, jumlah kepala keluarga sebanyak 7.611 kepala keluarga. Berdasarkan data masih terdapat berbagai macam penyakit yang disebabkan oleh gaya hidup masyarakat yang kurang mendukung kesehatan seperti budaya, adat istiadat serta faktor lingkungan yang kurang sehat sebagai penyebab utama timbulnya masalah kesehatan pada masyarakat. Puskesmas Atambua Selatan dilihat dari sisi masyarakat memiliki kemampuan berkembang untuk maju menuju masyarakat sehat, bersih dan berbudaya.

Oleh karena itu bersamaan dengan kegiatan Praktek Belajar Lapangan mahasiswa Prodi Keperawatan Unimor, berinisiatif mengadakan penyuluhan tentang pemberdayaan masyarakat dengan metode pendidikan kesehatan ibu dan anak prasekolah dalam mewujudkan keluarga yang bersih sehat dan berbudaya.

## METODE

Adapun metode dan teknik yang digunakan adalah : melalui pendidikan keluarga dalam bentuk penyuluhan tentang PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) dalam konteks kesehatan ibu dan anak. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan selama 30 hari terhitung dari tanggal 1 Maret 2021 sampai dengan tanggal 1 April 2021 yang dilakukan secara bertahap selama 4 minggu. Tempat kegiatan dilaksanakan di posyandu yang berada di wilayah kerja Puskesmas Atambua Selatan.

Metode dan kegiatan terlihat dalam tabel dibawah ini :

No.	Metode	Kegiatan	Tgl Waktu	Mhs
1.	Pendidikan kesehatan masyarakat (Penyuluhan PHBS) pada ibu dan anak balita	Memberikan penjelasan tentang 10 indikator PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat ) ibu dan anak balita <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memberikan materi dalam bentuk ceramah dilanjutkan diskusi dan tanya jawab</li> </ul>	05 /03/ 2021 1 x 45 Menit	7 Orang
2	Pendidikan Masyarakat (Penyuluhan kesehatan ibu)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memberikan penjelasan tentang kesehatan reproduksi ibu</li> </ul>	12 /03/ 2021 1x 45 menit	7 orang
3.	Pendidikan Masyarakat (Penyuluhan kesehatan anak balita)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memberikan penjelasan tentang penting pemantauan pertumbuhan dan perkembangan anak balita</li> </ul>	19 /03/ 2021 1x 45 menit	7 otang
4.	Penimbangan Berat Balita	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan penimbangan kepada anak balita</li> </ul>	26 /03/ 2021 1x 45 menit	12 orang

## LUARAN

Hasil yang diharapkan pada kegiatan pengabdian masyarakat adalah terbentuknya kesadaran, pola pikir dan perilaku masyarakat dalam memahami konsep PHBS (perilaku hidup bersih dan sehat) dalam tatanan kehidupan dalam keluarga secara khusus kesehatan ibu dan anak.

## TARGET CAPAIAN

Target capaian yang diharapkan dalam kegiatan ini adalah terbentuknya pola pikir dan kesadaran masyarakat akan hidup sehat dalam kehidupan keluarga secara khusus kesehatan ibu dan anak. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini akan di publikasi pada jurnal Sahabat Keperawatan Unimor dan secara online yang ber-ISSN, sehingga menjadi media pembelajaran dan dapat dijadikan sebagai referensi bahan bacaan. Selain itu hasil kegiatan akan dipublikasikan di ruang baca Prodi Keperawatan dan Perpustakaan Umum Unimor.

## HASIL

Kegiatan dilaksanakan pada waktu dan tempat yang berbeda. Kegiatan diawali dengan pendidikan kesehatan masyarakat (Penyuluhan PHBS) pada ibu dan anak balita, dengan memberikan penjelasan tentang 10 indikator PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat ) yang dilakukan oleh fasilitator dan dibantu oleh 7 orang mahasiswa. Metode yang digunakan dalam kegiatan adalah ceramah dilanjutkan diskusi dan tanya jawab yang dihadiri oleh ibu-ibu dan anak Balita di RT 06, RT 07 dan RT 08 di Kelurahan Manuaman Kec.Atambua Selatan.

Berdasarkan data yang diperoleh dari survey yang dilakukan pada rumah tangga maka didapat masih ada masyarakat yang belum melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat atau masih rendah. Pada tahun 2020 jumlah KK sebanyak 2.161 KK. Presentase rumah tangga ber PHBS sebanyak 78,9 % dari total rumah tangga yang Ber-PHBS. Sedangkan di RT 06, 07, dan RT 08 Kelurahan Manuaman sebanyak 154 KK, presentase rumah tangga yang Ber-PHBS sebanyak 81,6 % dari total KK yang ada. Kegiatan pendidikan kesehatan dilaksanakan pada tanggal 5 Maret 2021 diikuti oleh 24 orang ibu dengan tertib dan antusias serta penuh perhatian, ada yang mengajukan pertanyaan pada saat pemateri menyajikan materi penyuluhan. Dari materi yang disajikan peserta cukup memahami penjelasan tentang 10 indikator PHBS yang diberikan.

Jumlah Pasangan Usia Subur ( PUS) di wilayah kerja Puskesmas Atambua sebanyak 4.067 orang. Akseptor KB aktif sebanyak 2388 Akseptor terbanyak adalah KB suntik sebanyak 1.395 akseptor dengan ( 56,6 % ). Sedangkan di RT 0,6, RT 07 dan 08 sebanyak 87 orang yang menggunakan KB suntik dengan presentase 48,4 % dari total akseptor KB di ketiga RT tersebut. Kegiatan pendidikan kesehatan dilaksanakan pada tanggal 12 Maret 2021 dihadiri oleh ibu-ibu dititikberatkan pada kesehatan reproduksi yang berkaitan dengan program keluarga berencana dengan metode ceramah,diskusi, tanya jawab dan curah pendapat. Kegiatan tersebut diikuti oleh 15 orang ibu dengan tertib dan antusias serta penuh perhatian, ada yang mengajukan pertanyaan pada saat pemateri menyajikan materi penyuluhan. Dari materi yang disajikan peserta cukup memahami

penjelasan tentang tips kesehatan reproduksi yang berkaitan dengan program keluarga berencana.

Menurut data di Puskesmas Atambua Selatan jumlah seluruh balita umur 12 bulan sampai umur 59 bulan sebanyak 2.275 balita. Jumlah Balita yang hadir pada saat kegiatan di posyandu di RT 06, RT 07 dan RT 08 di Kelurahan Manuaman Kecamatan Atambua Selatan sebanyak 24 orang balita bersama orang tua balita. Kegiatan yang dilaksanakan pada tanggal 26 Maret 2021 berupa penimbangan berat badan, pengukuran tinggi badan, pemberian vitamin A dan pemantauan perkembangan dilakukan dengan SDIDTK oleh petugas kesehatan, serta dilanjutkan dengan pemberian pendidikan kesehatan petugas kesehatan.

Berdasarkan hasil penimbangan berat badan yang dilakukan pada 42 orang balita didapatkan gizi baik sebanyak 12 orang, gizi sedang 25 orang dan gizi buruk 5 orang. Dari keseluruhan Balita yang hadir di ketiga RT masih terdapat 8 orang Balita yang tidak hadir di Posyandu saat kegiatan penimbangan berlangsung. Pelaksanaan kegiatan penimbangan dilakukan oleh kader posyandu sebanyak 12 orang kader bersama dengan mahasiswa. Kegiatan pendidikan kesehatan diikuti oleh 42 orang ibu dengan anak balita secara tertib dan antusias serta penuh perhatian, ada yang mengajukan pertanyaan pada saat pemateri menyajikan materi penyuluhan. Dari materi yang disajikan peserta cukup memahami penjelasan tentang penting pemantauan pertumbuhan dan perkembangan anak balita yang telah dilakukan oleh ibu-ibu di posyandu melalui kegiatan penimbangan.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan data yang diperoleh dari survey yang dilakukan pada rumah tangga Pada tahun 2020 jumlah KK sebanyak 6042 KK. Presentase rumah ber PHBS sebanyak 4737 rumah tangga yang Ber-PHBS. Sedangkan di RT 06,07 dan RT 08 kelurahan Manuaman sebanyak 254 KK, presentase rumah tangga yang ber PHBS sebanyak 71,6 % dari total KK yang ada. Dari data tersebut masih terdapat masyarakat yang belum melaksanakan perilaku hidup yang bersih dan sehat, hal ini menunjukkan bahwa masih rendahnya kesadaran masyarakat akan pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat pada seluruh tatanan kehidupan keluarga.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadi seseorang atau keluarga mampu menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat (Depkes RI, 2008). PHBS di rumah tangga adalah upaya untuk memberdayakan anggota rumah tangga agar tahu, mau dan mampu melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat serta berperan aktif dalam gerakan kesehatan di masyarakat. PHBS pada tatanan rumah tangga dilakukan untuk mencapai rumah tangga sehat dan sejahtera. Dengan demikian tujuan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku masyarakat khususnya dan rumah tangga terhadap program KIA (Kesehatan Ibu dan Anak), gizi, kesehatan lingkungan, gaya hidup, dan JPKM (Jaring Pengaman Kesehatan Masyarakat) dapat tercapai. Senada dengan Rachimah 2009 mengatakan bahwa sasaran utama adalah mengubah perilaku individu anggota keluarga yang bermasalah agar terwujudnya keluarga sehat bahagia dan sejahtera. Menurut Tones, *et al.*, (1990) pendidikan kesehatan merupakan aktivitas tertentu yang mengembangkan pola pembelajaran yang terkait dengan kesehatan. Perubahan perilaku kesehatan yang permanen akan menghasilkan perubahan terhadap cara berpikir individu maupun kelompok. Pendidikan kesehatan yang efektif dapat menggeser norma-norma atau sikap, dan mempengaruhi nilai-nilai serta dapat pula memberikan keterampilan yang dapat merubah perilaku atau gaya hidup tertentu.



Gbr 1 Penyuluhan kesehatan pada Ibu anak Balita

Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 5 Maret 2021. Kegiatan diawali dengan pendidikan kesehatan masyarakat (Penyuluhan PHBS) pada ibu dan anak balita, dengan memberikan penjelasan

tentang 10 indikator PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) yang dilakukan oleh fasilitator dan dibantu oleh 7 orang mahasiswa. Metode yang digunakan dalam kegiatan adalah ceramah dilanjutkan diskusi dan tanya jawab dihadiri oleh ibu - ibu dan anak Balita di RT 06, RT 07 dan RT 08 Kelurahan Manuaman Kec.Atambua Selatan.

Berdasarkan data diwilayah kerja Puskesmas Atambua Selatan terdapat sebanyak 4.067 orang pasangan usia subur. Akseptor KB aktif sebanyak 2.388 Akseptor, dengan metode kontrasepsi terbanyak adalah KB suntik sebanyak 1.395 akseptor dengan ( 56,6 % ). Sedangkan di RT 0,6, RT 07 dan RT 08 terdapat 87 orang yang menggunakan KB suntik dengan presentase 48,4 % dari total akseptor KB di ketiga RT tersebut. Dari diatas menunjukkan bahwa kesadaran masyarakat khususnya pada ibu untuk mengikuti program KB di ketiga RT kelurahan Manuaman cukup tinggi. Dengan demikian program keluarga berencana sangat menentukan kesehatan reproduksi bagi seorang ibu. Sesuai dengan pernyataan dari Asydhad 2006 mengatakan bahwa kesehatan reproduksi merupakan faktor penting untuk kehidupan generasi selanjutnya. Kesehatan reproduksi seorang wanita usia produktif menjadi fokus intervensi pemerintah dengan berbagai upaya dilakukan baik secara promotif, preventif yang meliputi pemeriksaan berkala kesehatan reproduksi, KB dan pendidikan kesehatan serta kuratif sebagai usaha intervensi pada ibu yang mengalami berbagai gangguan kesehatan ibu secara tidak langsung akan berdampak bagi pertumbuhan dan perkembangan anak balitanya (Asydhad, 2006).



Gbr 2 Penyuluhan tentang kesehatan reproduksi

Fokus kegiatan yang dilakukan pada ibu yang dititikberatkan pada pendidikan kesehatan reproduksi yang berkaitan dengan program keluarga berencana dengan upaya untuk meningkatkan kesadaran masyarakat khususnya ibu dalam

mengikuti program KB agar terwujud keluarga kecil sehat bahagia dan sejahtera. Metode pendidikan kesehatan dilaksanakan pada tanggal 12 Maret 2021 dengan metode ceramah, diskusi dan tanya jawab dan curah pendapat sesuai dengan permasalahan yang dihadapi oleh ibu-ibu di posyandu RT 06, RT 07 dan RT 08 Kelurahan Manumutin.

Menurut data jumlah seluruh balita umur 12 bulan sampai umur 59 bulan sebanyak 2.275 balita. Jumlah Balita yang hadir pada saat kegiatan RT 06, RT 07 dan RT 08 Kelurahan Manuaman Kec.Atambua Selatan sebanyak 42 orang. Berdasarkan hasil penimbangan berat badan yang dilaksanakan pada tanggal 26 Maret 2021 dengan sasaran 42 orang balita terdapat gizi baik sebanyak 12 orang, gizi sedang 25 orang dan gizi buruk sebanyak 5 orang. Setelah kegiatan penimbangan dilanjutkan dengan pendidikan kesehatan kepada ibu – ibu dan anak balita dengan topik pentingnya penimbangan secara rutin dan pemantauan pertumbuhan dan perkembangan anak balita. Anak balita adalah anak yang telah menginjak usia di atas satu tahun atau lebih populer dengan pengertian usia anak di bawah lima tahun (Asydhad, 2006).



Gbr 3 Penyuluhan tentang tumbuh kembang anak Balita

Balita merupakan individu yang masih sangat rentan terhadap segala penyakit. Pada usia ini makanan yang bernutrisi sangat dibutuhkan tubuh untuk membantu mempertahankan daya tahan tubuh dan untuk pertumbuhan dan perkembangan (Asydhad, 2006). Pada masa ini anak balita menunjukkan pertumbuhan badan yang pesat, sehingga memerlukan zat-zat gizi yang tinggi setiap kilogram berat badannya, namun sebaliknya anak balita ini justru merupakan kelompok umur yang paling sering menderita akibat kekurangan gizi buruk (Asydhad, 2006). Sehingga berbagai upaya dilakukan sesuai standar meliputi pemantauan pertumbuhan minimal 8 kali setahun, pemantauan perkembangan minimal 2 kali setahun dan

pemberian vitamin A 2 kali setahun (Bulan Februari dan Agustus).



Gbr 4 Penyuluhan tentang penimbangan anak Balita

Adapun program yang dijalankan untuk mencegah pertumbuhan yang terhambat pada masa pertumbuhan anak balita adalah :

1. Menjangkau anak dan perempuan dengan pelayanan kesehatan
2. Menyediakan dasar-dasar kehidupan seperti tersedia air bersih, sanitasi dasar dan kebersihan yang layak, makanan yang memenuhi standar kesehatan yang layak
3. Mengubah sikap dan perilaku kehidupan masyarakat sehari-hari dengan pendidikan kesehatan
4. Partisipasi dan peran serta masyarakat secara aktif
5. Memberikan perkembangan anak usia dini dengan komponen pendekatan meliputi stimulasi awal, perkembangan dini, gizi, dan kesehatan serta berbagai perlindungan terhadap anak.

#### KESIMPULAN

1. Dengan metode pendidikan kesehatan, masyarakat dapat meningkatkan pengetahuan pentingnya tentang perilaku hidup bersih dan sehat dalam tatanan kehidupan keluarga berdasarkan 10 indikator PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat ).
2. Dengan metode pendidikan kesehatan dapat menciptakan kesadaran masyarakat secara khusus ibu-ibu dapat menjaga dan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat keluarga berdasarkan 10 indikator PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat ).
3. Dengan metode pendidikan kesehatan ibu-ibu dapat memahami pentingnya kesehatan reproduksi yang berkaitan dengan program keluarga berencana agar terciptanya kesadaran masyarakat khususnya ibu dalam mengikuti

program KB demi terwujud keluarga kecil sehat bahagia dan sejahtera.

4. Dengan metode pendidikan kesehatan ibu-ibu dapat melakukan pemantauan dan pertumbuhan perkembangan anak balita sesuai usia.
5. Dengan metode penyuluhan ibu memahami penting penimbangan anak setiap bulan secara berkala untuk memantau pertumbuhan dan perkembangan anak balita sesuai usia

#### SARAN

1. Bagi masyarakat secara khusus ibu-ibu agar terlibat aktif dalam berbagai kegiatan di bidang kesehatan agar dapat meningkatkan pengetahuan pentingnya tentang perilaku hidup bersih dan sehat dalam tatanan keluarga.
2. Bagi masyarakat secara khusus ibu-ibu dapat menciptakan kesadaran tentang pentingnya hidup sehat, menjaga dan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam tatanan keluarga.
3. Bagi masyarakat secara khusus ibu-ibu untuk mengetahui pentingnya dan menciptakan kesadaran tentang pentingnya menjaga kesehatan reproduksi dengan mengikuti program KB.
4. Bagi ibu-ibu agar lebih aktif mengikuti kegiatan posyandu yang dilaksanakan setiap bulan dengan membawa anak balita untuk dilakukan penimbangan untuk memantau pertumbuhan dan perkembangan anak.

#### DAFTAR PUSTAKA

- A.K. A. Suci Musvita Ayu, Arif Kurniawan, M. Ainul Yaqin Ahsan, "Peningkatan Kesehatan Melalui Perilaku Hidup Sehat," *J. Pemberdaya. Publ. Has. Pengabd. Kpd. Masy.*, vol. 2, no.1, pp. 20–27, 2018.
- Booth, ME., Elder PJ., Graeff AJ., (1993), *Komunikasi Untuk Kesehatan dan Perubahan Perilaku*, Gadjah Mada University Press, Yogyakarta.
- Cangara (2005), *Pengantar Ilmu Komunikasi*, PT Radja Grafindo Persada Jakarta.
- Departemen Kesehatan RI. 2008. *Pedoman Pengelolaan Promosi kesehatan dalam Pencapaian*

*Perilaku hidup Bersih dan Sehat (PHBS).*  
Jakarta: Pusat Promosi Kesehatan.

Departemen Kesehatan RI. (2006). *Promosi Kesehatan: Buku Saku Bidan Poskesdes.* Jakarta. Departemen Kesehatan RI.

Green,. WL., & Kreuter, WM., (2000), *Health Promotion Planning An Education and Enviromental Approach,* Mayfield Publishing Company, Colombia.

Rachimah. T.H.N. 2009. *Evaluasi pelaksanaan kampanye sosial perilaku hidup bersih dan sehat untuk menurunkan angka diare di Kabupaten Kulonprogo.* *Jurnal Ilmu Komunikasi,* Volume 6, Nomor 1, Juni 2009, UAJY, Yogyakarta. Hal : 65-85.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2013. *Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan semester I.* Jakarta : Kemenkes RI

Notoatmodjo, soekidjo. 2011. *Kesehatan masyarakat Ilmu dan seni.* Jakarta: Rineka Cipta.

Padila.2013. *Keperawatan Gerontik.* Yogyakarta: Nuha medika.

Suprajitno. 2014. *Asuhan keperawatan Keluarga: Aplikasi dalam Praktik.* Jakarta : EGC

Sarwono, S., (1997), *Sosiologi Kesehatan : Beberapa Konsep Beserta Aplikasinya,* Gadjah Mada University Press, Yogyakarta