

Sosialisasi Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) di Masyarakat Kawasan DAS Citarum Melalui Pemberdayaan Mahasiswa KKN sebagai Media Edukasi Kesehatan

Sandey Tantra Paramitha¹, Leni Anggraeni², Muhammad Gilang Ramadhan³, Agung Wahyudi⁴, Taj Cyrila Aprila Syahda Difa⁵

¹ Program Studi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia

² Program Studi Kewarganegaraan, Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Universitas Pendidikan Indonesia

³ Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta.

⁴ Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang.

⁵ Program Studi Pendidikan Sosiologi, Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Universitas Pendidikan Indonesia

*sandeytantra18@upi.edu

ABSTRACT

Health problems are still a serious challenge, especially in the Citarum watershed area. Changes in people's increasingly modern lifestyles are one of the foundations of GERMAS. A movement that aims to promote a culture of healthy living and abandon unhealthy habits and behavior in society. This GERMAS action was also followed by promoting clean and healthy living behavior and support for community-based infrastructure programs, which were synergized with the implementation of KKN carried out by students at the Indonesian University of Education. This program has several focuses, such as building access to meet drinking water needs, public health installations. Both are basic infrastructure that is the foundation of the healthy living community movement, especially for people living in the Citarum watershed area. The method used in implementing this empowerment program is a participatory action research method because this empowerment program is carried out as a medium for health education and socialization of the Healthy Living Community Movement (GERMAS). This service is in Ketapang District, Bandung Regency by empowering KKN students, the community and the government. The results of this program found that increased access to meet drinking water needs, increased understanding of healthy living. The implication of this program is that people's behavior that ignores the importance of healthy and clean living can be overcome.

Keywords: *Citarum Watershed; Health Education; KKN Students*

ABSTRAK

Masalah kesehatan masih menjadi sebuah tantangan serius khususnya di kawasan DAS Citarum. Perubahan pola hidup masyarakat yang makin modern menjadi salah satu dasar GERMAS. Sebuah gerakan yang bertujuan untuk memasyarakatkan **budaya hidup sehat** serta meninggalkan kebiasaan dan perilaku masyarakat yang kurang sehat. Aksi GERMAS ini juga diikuti dengan memasyarakatkan perilaku hidup bersih sehat dan dukungan untuk program infrastruktur dengan basis masyarakat, yang disinergikan dengan pelaksanaan KKN yang dilaksanakan oleh mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia. Program ini memiliki beberapa fokus seperti membangun akses untuk memenuhi kebutuhan air minum, instalasi kesehatan masyarakat. Keduanya merupakan infrastruktur dasar yang menjadi pondasi dari gerakan masyarakat hidup sehat khususnya bagi masyarakat yang tinggal di kawasan DAS Citarum. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan program pemberdayaan ini adalah metode kajitindak partisipatif karena program pemberdayaan ini dilakukan sebagai media edukasi kesehatan dan sosialisasi Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS). Pengabdian ini berada di Kecamatan Ketapang, Kabupaten Bandung dengan memberdayakan mahasiswa KKN, masyarakat dan pemerintah. Hasil dari program ini ditemukan bahwa terbangunnya akses untuk memenuhi kebutuhan air minum, meningkatnya pemahaman mengenai hidup sehat. Implikasi dari program ini adalah perilaku masyarakat yang abai terhadap pentingnya hidup sehat dan bersih bisa teratasi.

Kata Kunci: *DAS Citarum; Edukasi Kesehatan; Mahasiswa KKN*

PENDAHULUAN

Sungai Citarum, yang merupakan sungai terpanjang dan terbesar di tatar tanah Pasundan Provinsi Jawa Barat, tengah menjadi sorotan global karena permasalahan sampah yang menumpuk (Bukit & Yusuf, 2002). Sungai ini mengalir dari Gunung Wayang selatan Kota Bandung ke utara, bermuara di laut Jawa, dan mengalir 12 wilayah administrasi kabupaten/kota (Yudo, 2010; Wangsaatmadja, 2007). Pemanfaatan sungai ini meliputi kebutuhan rumah tangga, irigasi, pertanian, peternakan, dan industri (Hidayat et al., 2013). Meskipun demikian, dampak perkembangan industri di sepanjang DAS Citarum dan kurangnya pengelolaan limbah industri menjadi penyebab pencemaran yang signifikan (Bukit & Yusuf, 2002).

Krisis air di Sungai Citarum termanifestasi dalam tercemarnya air oleh berbagai limbah, terutama limbah kimia beracun dan berbahaya dari industri (Said, 2008). Keadaan ini mencerminkan ketidakmampuan pengelolaan air permukaan di Indonesia (Suganda et al., 2009). Masalah semakin diperparah oleh kebiasaan masyarakat sekitar yang sering membuang sampah sembarangan dan kurangnya kesadaran hidup sehat dan bersih. Ini menciptakan tantangan kesehatan serius, menjadi dasar untuk Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS), sebuah gerakan yang bertujuan memasyarakatkan budaya hidup sehat dan meninggalkan kebiasaan tidak sehat.

Upaya GERMAS diimplementasikan melalui pendekatan pemberdayaan masyarakat dengan melibatkan mahasiswa KKN. Program ini difokuskan pada pembangunan infrastruktur dasar, seperti akses air minum, instalasi kesehatan masyarakat, dan

pemukiman yang layak huni. Selain itu, pemberdayaan melibatkan upaya memasyarakatkan olahraga untuk menciptakan kesadaran akan pentingnya pola hidup sehat (Mukarromah, 2014). Dalam konteks ini, usulan pemberdayaan mahasiswa KKN sebagai media edukasi kesehatan dan sosialisasi GERMAS menjadi relevan.

Dengan berdasarkan analisis situasi dan permasalahan yang diidentifikasi, usulan pemberdayaan ini bertujuan untuk mendorong semangat edukasi kesehatan, memperkuat peran disiplin ilmu, memberikan feedback bagi UPI, dan membekali pengetahuan serta keterampilan dalam pengembangan pemberdayaan masyarakat (Salim, 2019). Diharapkan, langkah ini dapat mengatasi tantangan kesehatan di Kawasan DAS Citarum dan memberikan kontribusi positif dalam mendukung visi dan misi universitas (Ekasari, 2022).

Berdasarkan analisis situasi khalayak sasaran yang telah dikemukakan di atas, permasalahan yang dapat diidentifikasi sebagai berikut:

- a) Mendorong terciptanya semangat dalam mengedukasi kesehatan dan sosialisasi pada masyarakat di Kawasan DAS Citarum, yang mengacu pada pengembangan bidang ilmu, untuk memastikan bahwa praktik pemberdayaan masyarakat tidak keluar dari ruh yang melandasi kehadirannya sebagai alat bagi transformasi masyarakat ke arah yang lebih baik.
- b) Membuka peluang bagi peningkatan peran dan fungsi disiplin ilmu untuk melakukan recovery dalam pemberdayaan masyarakat.
- c) Memberikan feed back bagi UPI dalam meningkatkan kualitas dan relevansi

pengembangan model pengabdian kepada masyarakat yang bermakna bagi penguatan visi dan misi universitas.

- d) Membekali pengetahuan dan keterampilan dalam menyusun, menerapkan dan mengembangkan pemberdayaan masyarakat yang tepat sasaran, untuk meningkatkan efektivitas penyebaran pesan pendidikan dan pentingnya hidup sehat bagi masyarakat di Jawa Barat dari aspek teoritis dan kerangka ilmu pengetahuan.

METODE

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan program pemberdayaan ini adalah metode kaji tindak partisipatif karena program pemberdayaan ini dilakukan sebagai media edukasi kesehatan dan sosialisasi pada masyarakat di kawasan DAS Citarum, khususnya di Kecamatan Katapang (Prasetyo, 2015). Dengan menggunakan metode kaji tindak partisipatif diharapkan dapat mendorong upaya program Citarum Harum yang diprogramkan baik itu oleh pemerintah pusat maupun pemerintah daerah terealisasi. Metode penelitian kaji tindak lanjut dalam artikel ini dilakukan dengan pendekatan campuran (mixed methods), menggabungkan data kuantitatif dan kualitatif untuk mendapatkan pemahaman yang komprehensif (Senjaya, 2018). Langkah pertama melibatkan survei terstruktur yang diberikan kepada responden masyarakat di Kawasan Das Citarum, sebelum, selama, dan setelah implementasi program pemberdayaan (Simatupang, 2020). Survei ini dirancang untuk mengukur perubahan pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat terkait GERMAS. Selain itu, wawancara mendalam dengan beberapa responden dipilih untuk mendapatkan perspektif mendalam tentang

pengalaman mereka dalam mengikuti program pemberdayaan (Tamtanus, 2020).

Kegiatan ini dilakukan melalui lima tahap, yakni:

Tabel 1. Lima tahap pemberdayaan

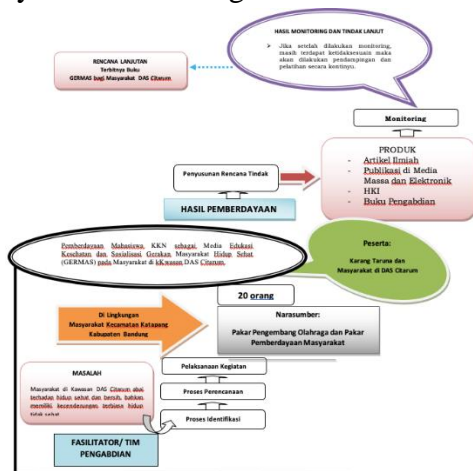
TAHAPAN	DESKRIPSI
Proses Identifikasi	Kegiatan ini dilakukan untuk menganalisa kebutuhan dan masalah yang ada, penyebab munculnya masalah serta analisa potensi masyarakat tempat akan dilaksanakannya kegiatan pemberdayaan
Perencanaan Kegiatan	Perencanaan kegiatan merupakan strategi yang disusun dengan maksud untuk mengatasi masalah yang ada, kegiatan ini mencakup perancangan jenis kegiatan, waktu pelaksanaan kegiatan, dan metode pelaksanaan kegiatan berdasarkan hasil dari proses identifikasi.
Pelaksanaan kegiatan	Kegiatan pada tahap ini merupakan tindak lanjut atau implementasi dari rencana kegiatan yang telah disusun. Kegiatan ini mencakup pemberian materi, praktik oleh mahasiswa KKN, diskusi dan evaluasi
Penyusunan rencana tindak	<i>Penyusunan rencana tindak dilakukan sebagai follow up dari kegiatan pemberdayaan dan pengoptimalan Mahasiswa KKN sebagai media edukasi kesehatan dan</i>

sosialisasi Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) pada masyarakat di kawasan DAS Citarum

Monitoring Monitoring dilakukan sebagai upaya untuk memantau tingkat keberhasilan rencana tindak yang telah dilakukan.

Berdasarkan tahapan yang telah dideskripsikan diatas, maka secara singkat pelaksanaan program pemberdayaan ini nampak pada peta aktivitas berikut ini (Zunariyah, 2021). Peta aktivitas pemberdayaan merupakan gambaran pelaksanaan program yang akan dilakukan dalam upaya untuk mencapai target yang telah ditetapkan, yakni memberdayakan mahasiswa KKN sebagai media edukasi kesehatan dan sosialisasi pada masyarakat di kawasan DAS Citarum.

Peta aktivitas pemberdayaan sebagaimana dimaksud diatas dapat dilihat pada roadmap proses aplikasi ilmu dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi khalayak sasaran sebagai berikut:

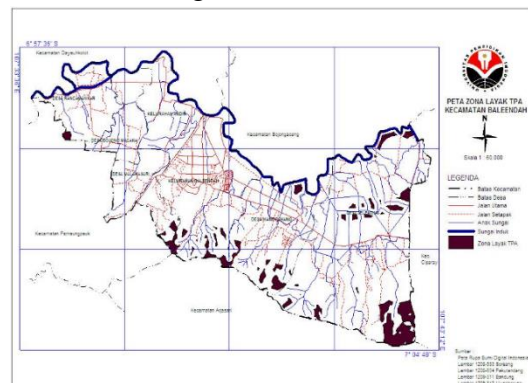


Gambar 1. Peta Aktivitas Pemberdayaan (Diolah oleh Peneliti, 2020)

Program pengabdian pada masyarakat ini akan dilaksanakan selama 8 (delapan) bulan, yakni pada bulan Mei sampai bulan Oktober 2020. Wilayah dalam pengabdian ini dilakukan di kawasan DAS Citarum Kecamatan Katapang Kabupaten Bandung.

Program pengabdian pada masyarakat “Pemberdayaan Mahasiswa KKN sebagai Media Edukasi Kesehatan dan Sosialisasi pada Masyarakat di kawasan DAS Citarum (Kirana, 2019). Berlokasi di Sektor 7 Wilayah Citarum, Kecamatan Katapang Kabupaten Bandung, Provinsi Jawa Barat.

Dimana sungai Citarum, yang terletak di Jawa Barat, Indonesia, menghadapi kondisi lingkungan yang sangat mengkhawatirkan (Nuraeni, 2019). Tingginya tingkat pencemaran air, terutama akibat limbah industri, domestik, dan pertanian, telah merugikan ekosistem sungai ini. Sampah plastik dan limbah padat juga menjadi masalah serius, menghambat aliran air dan mengancam keberlanjutan ekosistem sungai (Irawan, 2017). Selain itu, deforestasi di sekitar sungai telah meningkatkan erosi tanah, menyebabkan peningkatan sedimentasi dan mengurangi kualitas air. Upaya untuk memulihkan kondisi Sungai Citarum menjadi prioritas utama bagi pemerintah dan organisasi lingkungan demi menjaga keberlanjutan dan kesehatan ekosistem sungai ini (Rennata, 2018).



Gambar 2. Peta Lokasi Pemberdayaan (Diolah oleh Peneliti, 2020)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada masyarakat berbasis kepakaran bidang ilmu berjalan tidak sesuai dengan jadwal yang telah direncanakan pada awal penyusunan proposal pengabdian. Dimana pengabdian kali ini cukup berbeda dengan tahun-tahun sebelumnya. Pelaksanaan dilakukan dengan terbatas mengingat Pandemi Covid-19 masuk ke Indonesia terhitung sejak awal maret 2020. Akibatnya, setiap aktivitas yang dilakukan mulai terbatas, bahkan terhenti secara total. Kendala tersebut adalah salah satu di antara berbagai kendala yang dihadapi tim pengabdian dalam menjalankan program pengabdian. Kendala umum yang dihadapi dalam pengabdian ini adalah adanya Pandemi Covid-19 yang mengakibatkan sulitnya tim pengabdian untuk melakukan pelaksanaan program pembinaan sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan. Desain program yang telah dibuat sejak bulan Juni 2020 sempat tidak dapat direalisasikan karena kondisi Pandemi pada kurun waktu bulan Maret-Juli. Hal tersebut disebabkan oleh adanya kebijakan untuk menghentikan berbagai aktivitas baik ekonomi, hiburan, dan maupun pendidikan. Terhitung sejak 16 Maret 2020, sekolah-sekolah baik tingkat dasar, tingkat menengah maupun tingkat atas (Perguruan Tinggi) diliburkan. Belum lagi, adanya pembatasan sosial berskala besar (PSBB), membuat perizinan sulit dilakukan. Pelaksanaan pengabdian dihentikan sejenak. Alasan pandemi menjadi kendala umum yang mempengaruhi pelaksanaan.

Dalam implementasinya, mahasiswa KKN mengadakan berbagai kegiatan, seperti penyuluhan kesehatan, demonstrasi praktik hidup sehat, dan kampanye kebersihan lingkungan. Melalui pendekatan ini, masyarakat di Kawasan Das Citarum secara

langsung terlibat dalam proses pembelajaran, meningkatkan pemahaman mereka tentang pentingnya GERMAS. Pemberdayaan ini juga mencakup upaya pengembangan kapasitas masyarakat lokal, termasuk keterlibatan mereka dalam perencanaan dan pelaksanaan kegiatan kesehatan. Dengan demikian, diharapkan partisipasi aktif masyarakat dapat menciptakan dampak positif jangka panjang terhadap kesehatan dan kesejahteraan di wilayah tersebut.

Selain itu, penelitian ini memberikan perhatian khusus pada evaluasi dampak jangka panjang dari kegiatan pemberdayaan ini terhadap perilaku masyarakat terkait GERMAS. Dengan mengumpulkan data sebelum, selama, dan setelah pelaksanaan program, penelitian ini bertujuan untuk mengukur perubahan dalam pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat terhadap GERMAS. Hasil evaluasi ini dapat menjadi dasar untuk pengembangan strategi lebih lanjut dalam meningkatkan efektivitas program pemberdayaan melalui KKN dalam konteks sosialisasi kesehatan masyarakat. Beberapa rencana yang seharusnya dilaksanakan sesuai jadwal menjadi terhambat dan direncanakan ulang menyesuaikan dengan kebijakan yang dikeluarkan oleh pemerintah pusat maupun pemerintah daerah Kota Bandung.

Kendala yang dihadapi baik secara umum maupun secara khusus diatasi dengan mengambil alternatif langkah lain sebagai penggantinya. Pandemi masih belum bisa diprediksi sampai kapan selesainya, namun tidak berarti program pengabdian ini terus berhenti. Banyak upaya yang dilakukan oleh tim pengabdian dalam mengatasi berbagai kendala yang dihadapi. Di antaranya memodifikasi metode pengabdian yang

disesuaikan dengan kondisi yang saat ini terjadi. Selain itu, tim pengabdian pun memanfaatkan berbagai aplikasi gawai yang dapat membantu berjalannya pengumpulan data seperti Zoom Meeting, aplikasi media sosial WhatsApps, Google Form dan Mentimeter. Sedangkan untuk keberlangsungan pelaksanaan program sosialisasi gerakan masyarakat hidup sehat (GERMAS) pada masyarakat di Kawasan DAS Citarum melalui pemberdayaan mahasiswa KKN sebagai media edukasi kesehatan, tim melaksanakannya dengan jumlah terbatas yaitu 25 mahasiswa perwakilan yang sedang melaksanakan Kuliah Kerja Nyata Tematik Covid-19 yang tinggal dilingkungan kampus, dan pelaksanaanyapun menggunakan protokoler kesehatan, dengan terlebih dahulu mengecek suhu tubuh mahasiswa, menggunakan masker dan hand sanitizer serta dengan posisi berjarak 2 meter antar peserta ketika proses pematerian dan praktik berlangsung. Harapan setelah dilakukan kegiatan, mahasiswa yang telah dibekali dan dilatih dapat mensosialisasikan GERMAS melalui beberapa program KKN tematik yang sedang ia laksanakan secara daring.

KESIMPULAN

Dalam pelaksanaan GERMAS ini didapatkan beberapa hal penting dalam menciptakan masyarakat hidup sehat. Seperti meningkatnya pemahaman serta informasi sasaran khalayak dalam memaknai dan mempraktikkan hidup sehat masyarakat di Kawasan DAS Citarum. Peran dan fungsi disiplin ilmu meningkat dalam hal melakukan recovery dalam pemberdayaan masyarakat. Terciptanya kualitas dan relevansi pengembangan model pengabdian kepada masyarakat yang bermakna bagi penguatan visi dan misi

universitas. Terlaksananya efektivitas penyebaran pesan pendidikan dan pentingnya hidup sehat bagi masyarakat di Jawa Barat dari aspek teoritis dan kerangka ilmu pengetahuan. Melalui partisipasi aktif mahasiswa dalam menyelenggarakan berbagai kegiatan edukatif, seperti penyuluhan kesehatan dan demonstrasi praktik hidup sehat, program ini berhasil meningkatkan pemahaman masyarakat terkait pentingnya gaya hidup sehat dan kebersihan lingkungan. Pemberdayaan masyarakat lokal juga telah terbukti efektif, dengan melibatkan mereka secara langsung dalam perencanaan dan pelaksanaan kegiatan. Evaluasi dampak jangka panjang menunjukkan perubahan positif dalam pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat terhadap GERMAS. Meskipun masih diperlukan upaya berkelanjutan untuk mengatasi tantangan kesehatan yang kompleks di Kawasan Das Citarum, penelitian ini memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan masyarakat melalui pemberdayaan mahasiswa sebagai agen perubahan.

DAFTAR PUSTAKA

- Bukit, N. T., & Yusuf, I. a. (2002). Beban Pencemaran Limbah Industri Dan Status Kualitas Air Sungai Citarum. *Jurnal Teknologi Lingkungan*, 3(39), 98–106.
- Ekasari, A. M., Burhanudin, H., & Fardani, I. (2022). Analisis Kualitas Sub DAS Citarum Hulu. *Media Komunikasi Geografi*, 23(1), 44-57.
- Hidayat, Y., Murti Laksono, K., Wahjunie, E. D., & Panuju, D. R. (2013). Pencirian Debit Aliran Sungai Citarum Hulu (The Characteristics of River Discharge of Citarum Hulu). *Jurnal Ilmu Pertanian Indonesia*, 18(2), 109–114.
- Irawan, A., & Komara, E. F. (2017). Pengukuran Tingkat Kepuasan

- Masyarakat Terhadap Pelayanan Pemerintahan Kecamatan Katapang Kabupaten Bandung. *Jurnal Inspirasi Bisnis dan Manajemen*, 1(2), 123-134.
- Kirana, K. H., Novala, G. C., Fitriani, D., Agustine, E., Rahmaputri, M. D., Fathurrohman, F., ... & Mulyadi, Y. (2019). Identifikasi Kualitas Air Sungai Citarum Hulu Melalui Analisa Parameter Hidrologi Dan Kandungan Logam Berat (Studi Kasus: Sungai Citarum Sektor 7). *Wahana Fisika*, 4(2), 120-128.
- Nuraeni, R., Salmiyah, D., Putri, I. P., Hasanah, R., Ary, G. A., & Rohmah, Y. S. (2019). Media Kampanye Pemeliharaan Aliran Sungai Citarum di Desa Sukamukti Kecamatan Katapang Kabupaten Bandung. *Charity: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1).
- Prasetyo, P. E., & Marimin, M. (2015). Model Kaji Tindak Program Pembangunan Partisipatif Pengentasan Kemiskinan dan Rawan Pangan. *Jurnal Ekonomi Pembangunan: Kajian Masalah Ekonomi Dan Pembangunan*, 11(2), 217-235.
- Rennata, R. A., & Kusumaningrum, N. S. D. (2018). Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga dan Stres Emosional di Persatuan Diabetes Indonesia (Persadia) Unit Rumah Sakit Panti Wilasa Citarum Semarang. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 2(2), 87-93.
- Said, N. I. (2008). *Pencemaran Air Minum Dan Dampaknya Terhadap Kesehatan*. Buku Air MInum, 1-52.
- Salim, A. G., Dharmawan, I. W. S., & Narendra, B. H. (2019). Pengaruh luas tutupan lahan hutan terhadap karakteristik hidrologi DAS Citarum Hulu. *Jurnal Ilmu Lingkungan*, 17(2), 333-340.
- Senjaya, A. J. (2018). Tinjauan kritis terhadap istilah metode campuran (mixed method) dalam riset sosial. *Risâlah, Jurnal Pendidikan dan Studi Islam*, 4(1, March), 103-118.
- Simatupang, N. I., Sitohang, S. R. I., Situmorang, A. P., & Simatupang, I. M. (2020). Efektivitas pelaksanaan pengajaran online pada masa pandemi covid-19 dengan metode survey sederhana. *Jurnal Dinamika Pendidikan*, 13(2), 197-203.
- Suganda, E., Yatmo, Y. A., & Atmodiwirjo, P. (2009). Pengelolaan lingkungan dan kondisi masyarakat pada wilayah hilir sungai. *Makara, Sosial Humaniora*, 13(2), 143-153.
- Tamtanus, A. S. (2020). Metode Wawancara Dalam Pemahaman Mata Ajar Nasionalisme. *Untirta Civic Education Journal*, 5(1).
- Wangsaatmadja, S. (2007). Evaluasi Kebijakan Pengendalian Pencemaran Sungai Citarum Hulu Melalui Pendekatan Daerah Aliran Sungai Terpadu. *Jurnal Infrastruktur Dan Lingkungan Binaan*, 3(2), 68.
- Yudo, S. (2010). Kondisi Kualitas Air Sungai Ciliwung di Wilayah Dki Jakarta Ditinjau Dari Paramater Organik, Amoniak, Fosfat, Deterjen Dan Bakteri Coli. *Journal of Indonesian Water*, 6(1), 8.
- Zunariyah, S., Ramdhon, A., & Demartoto, A. (2021). Tahap pemberdayaan kampung wisata berbasis potensi dan kearifan lokal. *Jurnal Analisa Sosiologi*, 10(1).