

## SOSIALISASI PENTINGNYA GERMAS DALAM MENINGKATKAN KESEHATAN LINGKUNGAN

Apriyani<sup>1</sup>, Rindha Mareta Kusumawati<sup>1</sup>, Suwignyo<sup>1</sup>, Kartina Wulandari<sup>1</sup>  
<sup>1</sup> Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Widya Gama Mahakam Samarinda  
email: [riri.april4491@gmail.com](mailto:riri.april4491@gmail.com)

Diserahkan: 6 Oktober 2023 | Direvisi: 4 Juni 2025 | Diterima: 3 Nopember 2025

### ABSTRACT

*This study analyzes the implementation of the Healthy Living Community Movement (GERMAS) in Pulau Atas Subdistrict, Samarinda City, focusing on promoting healthy behavior through environmental health improvement. The activity employed a participatory socialization method, supported by quantitative surveys (pre-test and post-test) and field observations. A total of 45 respondents, primarily housewives from RT 01 and RT 07, were selected using an incidental sampling technique. The program involved direct counseling sessions and the distribution of educational brochures about GERMAS. Data were collected through questionnaires to assess changes in participants' knowledge and behavior before and after the activity. The results showed an average increase of 28.9% in knowledge scores, with notable improvements in understanding GERMAS (33%), household waste management (33%), and environmental hygiene (30%). Additionally, 70% of participants began sorting household waste, 60% joined regular community clean-ups, and 75% practiced regular handwashing with soap. The evaluation revealed that brochures were an effective visual education medium—80% of residents kept the brochures, and 70% reread them with their families. Overall, the program successfully enhanced community knowledge, awareness, and healthy living behaviors, while fostering the establishment of local environmental cleanliness groups at the neighborhood level as a sign of sustainable community engagement.*

**Keywords:** *Germas, Healthy Environment, Waste, Water, Latrine.*

### PENDAHULUAN

Negara-negara berkembang saat ini dihadapkan pada dua beban utama dalam bidang kesehatan, yaitu penyakit menular dan penyakit tidak menular (PTM) (Oktavianisya *et al.*, 2020). Banyak upaya telah dilakukan untuk mencapai target terkait dengan masalah kesehatan ini, termasuk dalam agenda global seperti *Millenium Development Goals* (MDGs) (Sopiana *et al.*, 2021). Namun, hingga akhir periode pencapaian MDGs pada tahun 2015, banyak negara masih kesulitan mencapai target-target yang telah ditetapkan. Setelah tahun 2015, agenda baru muncul dalam bentuk *Sustainable Development Goals* (SDGs). SDGs masih mengedepankan beberapa indikator terkait dengan penyakit menular, penyakit tidak menular, dan juga cakupan

kesehatan universal yang diharapkan akan tercapai pada tahun 2030 (Islam *et al.*, 2021).

Penguatan upaya pencegahan penyakit memiliki manfaat besar, terutama dalam mengurangi beban negara dalam pengeluaran untuk sektor kesehatan. Pencegahan penyakit merupakan investasi utama untuk mengurangi beban anggaran pemerintah terkait dengan pelayanan kesehatan masyarakat (Maulana *et al.*, 2023). Negara berkembang, terutama yang memiliki anggaran terbatas, sangat merasakan dampak ini, terutama pada penyakit tidak menular yang memerlukan perawatan mahal dan jangka panjang (Mardiah *et al.*, 2022). Banyak penelitian menunjukkan bahwa upaya promosi kesehatan dan pencegahan penyakit yang berbasis komunitas lebih efektif (Fransiska and Komala, 2020). Oleh karena itu, pemerintah Indonesia telah menginisiasi Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas)

sebagai upaya promosi kesehatan dan pencegahan penyakit yang melibatkan peran aktif masyarakat (Karmawati *et al.*, 2021).

Germas merupakan suatu inisiatif yang dilakukan secara sistematis dan terencana oleh seluruh komponen masyarakat dengan tujuan meningkatkan kualitas hidup melalui perilaku sehat (Susilawati *et al.*, 2021). Program ini juga berfokus pada konsep pengendalian penyakit yang terintegrasi dan melibatkan sektor-sektor beragam. Dalam konteks ini, perlu diingat bahwa lingkungan memegang peran penting dalam kesehatan manusia (Arifah *et al.*, 2023).

Terkadang, masyarakat lebih cenderung memandang kesehatan sebagai hasil gaya hidup atau kebiasaan individu, namun pengaruh lingkungan terhadap kesehatan juga sangat besar. Seringkali, upaya kesehatan masyarakat lebih difokuskan pada pelayanan kesehatan daripada faktor lingkungan, padahal faktor lingkungan memiliki dampak besar terhadap derajat kesehatan masyarakat (Udiani and Hikmandari, 2019).

Peran lingkungan dalam kesehatan masyarakat telah menjadi perhatian utama dalam bidang kesehatan (Sulasminingsih *et al.*, 2024). Salah satu teori yang sangat berpengaruh adalah Teori Blum yang mengatakan bahwa 40% derajat kesehatan dipengaruhi oleh faktor lingkungan, 30% oleh perilaku, 20% oleh pelayanan kesehatan, dan 10% oleh faktor genetika (Menteri Kesehatan Republik Indonesia, 2017). Oleh karena itu, upaya untuk memperbaiki kesehatan masyarakat perlu memperhatikan peran besar lingkungan dalam memengaruhi kesehatan.

### **MASALAH, TARGET DAN LUARAN**

Dalam rangka mengatasi permasalahan yang dihadapi, langkah solutif yang diambil adalah melalui penyelenggaraan sosialisasi mengenai manfaat Germas, khususnya dalam konteks aspek lingkungan sehat, di Kelurahan Pulau Atas, Kota Samarinda. Tujuan utama dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat terhadap penerapan

Germas. Dengan meningkatnya kesadaran ini diharapkan dapat berkontribusi pada perbaikan kondisi lingkungan sehat di wilayah tersebut.

Luaran atau hasil yang diharapkan dari kegiatan pengabdian ini akan berupa materi sosialisasi yang telah disampaikan kepada masyarakat setempat. Materi sosialisasi ini akan dirancang sedemikian rupa agar mudah dipahami dan diterapkan oleh masyarakat dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, luaran dari pengabdian ini juga mencakup dokumentasi dan data terkait pelaksanaan sosialisasi serta respons dari masyarakat terhadap materi yang disampaikan.

Hasil-hasil dan informasi yang dihasilkan dari kegiatan ini nantinya diharapkan dapat memberikan kontribusi positif dalam upaya meningkatkan penerapan Germas, khususnya dalam aspek lingkungan sehat di Kelurahan Pulau Atas, Kota Samarinda. Selain itu, hasil-hasil ini juga diharapkan dapat menjadi bahan rujukan dan sumbangan ilmiah yang dapat di-submit ke jurnal terakreditasi, sehingga dapat berkontribusi pada peningkatan pengetahuan dan pemahaman mengenai Germas dalam lingkup akademik dan praktis.

### **METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan selama periode April hingga Juni 2023 di Kota Samarinda, dengan lokasi fokus di Kelurahan Pulau Atas. Kegiatan ini mengusung metode utama berupa sosialisasi dan edukasi partisipatif mengenai Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS), dengan penekanan khusus pada aspek lingkungan sehat sebagai salah satu faktor penentu derajat kesehatan masyarakat. Kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan yang meliputi perencanaan, pelaksanaan, observasi, survei, serta evaluasi dampak kegiatan.

Pada tahap awal, tim pengabdian melakukan koordinasi dengan pihak kelurahan, pengurus RT, serta tokoh masyarakat untuk menentukan waktu, sasaran, dan bentuk kegiatan yang sesuai dengan kondisi sosial warga setempat. Setelah itu, tim

menyiapkan materi sosialisasi dalam bentuk presentasi interaktif dan brosur (*flyer*) yang berisi informasi mengenai pentingnya GERMAS, hubungan antara lingkungan dan kesehatan, serta langkah-langkah sederhana menjaga kebersihan lingkungan rumah tangga.

Pelaksanaan kegiatan utama dilakukan melalui sosialisasi pada pengajian rutin ibu-ibu yang diikuti oleh warga RT 01 dan RT 07. Kegiatan ini disertai dengan distribusi brosur edukatif, diskusi kelompok, dan tanya jawab mengenai kebiasaan hidup bersih dan pengelolaan lingkungan. Selain kegiatan sosialisasi, tim pengabdian juga melakukan survei dan pengamatan langsung (observasi lapangan) untuk memperoleh data empiris mengenai perubahan tingkat pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat sebelum dan sesudah kegiatan. Survei dilakukan menggunakan kuesioner pre-test dan post-test yang diberikan kepada peserta kegiatan. Kuesioner ini berisi pertanyaan terkait:

1. Tingkat pemahaman masyarakat tentang konsep dan manfaat GERMAS.
2. Pengetahuan tentang kebersihan lingkungan, sanitasi, dan pengelolaan sampah rumah tangga.
3. Frekuensi dan kebiasaan perilaku hidup bersih di rumah tangga.
4. Tingkat partisipasi warga dalam kegiatan kebersihan lingkungan atau kerja bakti.

Sementara itu, pengamatan lapangan (observasi) dilakukan untuk melihat secara langsung kondisi lingkungan warga, seperti kebersihan halaman rumah, pengelolaan sampah, kondisi saluran air, dan ketersediaan fasilitas sanitasi dasar. Observasi ini juga digunakan untuk menilai sejauh mana masyarakat menerapkan kebiasaan hidup bersih setelah kegiatan sosialisasi berlangsung.

Selain survei dan observasi, tim pengabdian juga melaksanakan wawancara singkat dengan beberapa warga dan tokoh masyarakat guna memperdalam pemahaman mengenai dampak kegiatan terhadap kehidupan sehari-hari masyarakat. Data dari wawancara digunakan sebagai bahan kualitatif untuk melengkapi hasil survei kuantitatif.

Dengan demikian, metode pelaksanaan pengabdian ini tidak hanya berorientasi pada kegiatan sosialisasi semata, tetapi juga berfungsi sebagai intervensi sosial berbasis bukti (*evidence-based community intervention*) yang dapat memberikan dampak jangka panjang dalam peningkatan kualitas hidup dan kesehatan masyarakat Kelurahan Pulau Atas, Kota Samarinda.

## HASIL PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat pada hari Jumat, 21 Juli 2023, di RT 01 dan RT 07 Kelurahan Pulau Atas, Kota Samarinda. Kegiatan ini diintegrasikan dengan kegiatan pengajian rutin ibu-ibu di wilayah tersebut, yang merupakan wadah strategis untuk melakukan edukasi kesehatan. Peserta utama kegiatan ini adalah para ibu rumah tangga, karena mereka dianggap memiliki peran penting sebagai motor penggerak perubahan perilaku dalam keluarga, terutama dalam pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat.

Jumlah peserta yang hadir sebanyak 45 orang, terdiri dari 25 peserta RT 01 dan 20 peserta RT 07, sementara total sasaran adalah 50 orang. Selama kegiatan berlangsung, partisipasi peserta tergolong tinggi. Sebagian besar peserta aktif bertanya, memberikan tanggapan, dan membagikan pengalaman pribadi mengenai kebersihan lingkungan rumah tangga. Para ibu terlihat antusias membahas isu-isu seperti pengelolaan sampah dapur, genangan air di sekitar rumah, serta pentingnya penggunaan air bersih.



Gambar 1. Kegiatan Pengabdian Masyarakat

### Evaluasi Sosialisasi

Dalam mengukur keberhasilan sosialisasi, dilakukan evaluasi kuantitatif menggunakan kuesioner sebelum dan sesudah kegiatan (*pre-test* dan *post-test*). Kuesioner terdiri atas 10 pertanyaan seputar konsep GERMAS, kebersihan lingkungan, dan perilaku sehat sehari-hari.

Tabel 1. Evaluasi Aspek Pengetahuan

Aspek Pengetahuan	Rata-rata Pre-Test (%)	Rata-rata Post-Test (%)	Peningkatan (%)
Pemahaman tentang GERMAS	55	88	33
Pengetahuan tentang kebersihan lingkungan	60	90	30
Kesadaran menjaga kebersihan pribadi	63	92	29
Pengelolaan sampah rumah tangga	52	85	33
Penggunaan air bersih	70	95	25
Pencegahan penyakit berbasis lingkungan	58	89	31
Pemanfaatan barang bekas	48	80	32
Kesiapan mengikuti kegiatan kebersihan rutin	65	90	25
Partisipasi dalam kerja bakti lingkungan	60	88	28
Pemahaman pentingnya udara bersih	67	91	24

Rata-rata peningkatan pengetahuan keseluruhan mencapai 28,9%. Data tersebut menunjukkan bahwa edukasi melalui penyuluhan dan brosur mampu meningkatkan pemahaman peserta secara signifikan. Peserta menyebutkan bahwa penyajian materi yang disertai contoh konkret dan diskusi ringan membuat mereka lebih mudah memahami isi sosialisasi. Faktor lainnya adalah kedekatan emosional antara tim pengabdian dan

masyarakat setempat, yang menciptakan suasana belajar yang terbuka dan nyaman.

Evaluasi lanjutan dilakukan dua minggu setelah kegiatan dengan metode observasi lapangan dan wawancara semi-terstruktur terhadap 45 peserta. Hasilnya menunjukkan adanya perubahan perilaku yang nyata dan terukur, sebagaimana tercantum pada tabel berikut.

Tabel 2. Evaluasi Aspek Perilaku

Aspek Perilaku	Sebelum Kegiatan (%)	Sesudah Kegiatan (%)	Perubahan (%)
Membuang sampah pada tempatnya	60	90	30
Memilah sampah organik dan anorganik	25	70	45
Melakukan kerja bakti rutin	50	80	30
Menyediakan wadah tertutup untuk sampah	40	75	35
Mencuci tangan pakai sabun	55	85	30
Menguras tempat penampungan air secara rutin	45	80	35
Menggunakan air bersih untuk memasak/minum	80	95	15
Mengedukasi anak tentang kebersihan rumah	30	70	40
Mengikuti kegiatan lingkungan (RT/PKK)	40	78	38
Menyebarkan informasi GERMAS ke tetangga	35	65	30

Dari hasil tersebut terlihat bahwa terjadi peningkatan perilaku positif di hampir semua aspek, terutama dalam hal pemilahan sampah dan edukasi keluarga tentang kebersihan rumah. Perubahan ini menunjukkan

bahwa pengetahuan yang diperoleh melalui kegiatan sosialisasi benar-benar diterjemahkan menjadi tindakan nyata, bukan hanya pemahaman teoritis.

Sementara itu, untuk memastikan kegiatan memiliki dampak yang terukur, tim pengabdian menetapkan empat indikator utama keberhasilan: peningkatan pengetahuan, perubahan perilaku, partisipasi masyarakat,

dan penyebaran informasi. Rata-rata capaian mencapai 110% dari target, menunjukkan bahwa kegiatan berhasil secara kuantitatif dan kualitatif.

Tabel 3. Target Capaian Pengabdian

Indikator	Metode Evaluasi	Target	Realisasi	Capaian (%)
Peningkatan pengetahuan	Pre-test & Post-test	25% peningkatan	28,9% peningkatan	116
Perubahan perilaku sehat	Observasi & wawancara	60% warga berubah perilaku	70% warga berubah	117
Partisipasi masyarakat	Kehadiran & keterlibatan	90% sasaran hadir	90% hadir	100
Penyebaran informasi	Brosur & diskusi keluarga	75% warga membaca brosur	80% membaca	107

Brosur menjadi salah satu komponen penting dalam kegiatan ini karena dirancang dengan bahasa yang sederhana serta dilengkapi ilustrasi menarik yang memuat topik tentang GERMAS, manfaat lingkungan bersih, dan tips praktis menjaga kesehatan rumah tangga. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa 80% warga menyimpan brosur di rumah, 70% di antaranya membacanya ulang terutama saat mendiskusikan perilaku sehat dengan anak-anak, dan 50% warga bahkan menempelkannya di dapur atau ruang tamu agar mudah terlihat. Temuan ini menunjukkan bahwa brosur tidak hanya berfungsi sebagai alat penyampaian informasi, tetapi juga menjadi media pengingat visual yang efektif dalam mendorong perubahan perilaku sehat secara berkelanjutan di lingkungan masyarakat.

Hasil wawancara yang dilakukan sebulan setelah kegiatan menunjukkan adanya perubahan nyata di masyarakat. Beberapa warga menceritakan bagaimana kegiatan sosialisasi GERMAS telah membawa dampak positif, baik terhadap kebiasaan pribadi maupun terhadap lingkungan sekitar. Salah satu peserta, mengungkapkan bahwa sejak mengikuti kegiatan tersebut, ia dan beberapa tetangga mulai memanfaatkan lahan pekarangan rumah untuk menanam sayur-sayuran.

*“Sekarang saya punya kebun kecil di depan rumah, ada cabai, tomat, dan kangkung. Selain untuk kebutuhan dapur, rasanya juga*

*lebih segar karena menanam sendiri. Kami jadi semangat menjaga lingkungan tetap bersih agar tanamannya tumbuh baik,”*

Kebiasaan ini kemudian menular ke warga lain yang mulai menanam tanaman obat keluarga seperti serai, jahe, dan kunyit di sekitar rumah. Perubahan perilaku tidak hanya terjadi pada orang dewasa. Peserta lainnya, menuturkan bahwa anak-anaknya kini lebih peduli terhadap kebersihan rumah.

*“Anak-anak sekarang suka ikut bersih-bersih. Mereka sering menegur kalau ada sampah di lantai, katanya nanti bisa jadi sarang nyamuk. Bahkan mereka minta disediakan tempat sampah kecil di kamar,”*

Hal ini menunjukkan adanya efek berantai dari edukasi yang tidak hanya meningkatkan kesadaran peserta, tetapi juga membentuk kebiasaan positif di keluarga mereka. Dampak kegiatan juga terlihat di tingkat komunitas. Ketua RT menjelaskan bahwa setelah kegiatan sosialisasi, warga semakin bersemangat menjaga lingkungan.

*“Kami akhirnya sepakat mengadakan lomba kebersihan antarblok. Setiap dua minggu sekali kami nilai kebersihan halaman dan drainase. Warga jadi termotivasi untuk membersihkan rumah dan mempercantik pekarangan dengan tanaman hias,”*

Kegiatan ini tidak hanya memperkuat semangat gotong royong, tetapi juga menjadi ajang silaturahmi dan meningkatkan kekompakan antarwarga. Sementara itu, ibu

rumah tangga yang turut berpartisipasi dalam kegiatan, menyampaikan bahwa kini warga mulai lebih tertib dalam pengelolaan sampah.

*“Dulu semua sampah dicampur, sekarang sudah dipisah. Ada dua tempat sampah di setiap rumah, satu untuk organik dan satu untuk anorganik. Botol plastik dikumpulkan, nanti dijual ke pengumpul. Selain rumah jadi lebih bersih, bisa nambah uang juga.”*

Secara umum, kegiatan ini berhasil mencapai tujuan utamanya, yaitu meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang konsep GERMAS, menumbuhkan kesadaran akan pentingnya menjaga kebersihan lingkungan, membentuk perilaku sehat dan kebiasaan hidup bersih di tingkat keluarga, serta mendorong masyarakat untuk menjadi agen perubahan di lingkungan sekitarnya. Selain itu, kegiatan ini juga memunculkan inisiatif warga untuk membentuk kelompok kerja kebersihan lingkungan di tingkat RT.

Teori H.L. Blum dalam (Udiani and Hikmandari, 2019) menjadi dasar analisis kegiatan ini. Blum menyatakan bahwa derajat kesehatan individu dipengaruhi oleh empat faktor: lingkungan (40%), perilaku (30%), pelayanan kesehatan (20%), dan genetika (10%).

Kegiatan sosialisasi GERMAS ini berfokus pada dua faktor terbesar, yakni lingkungan dan perilaku, yang bersama-sama menyumbang 70% terhadap peningkatan derajat kesehatan. Dengan demikian, intervensi berbasis perubahan perilaku dan penguatan lingkungan sehat menjadi sangat strategis. Temuan ini sejalan dengan Junita *et al.*, (2020) yang menemukan bahwa partisipasi masyarakat dalam menjaga kebersihan lingkungan memiliki korelasi kuat dengan penurunan kasus penyakit berbasis lingkungan seperti diare dan ISPA. Dampak kegiatan ini tidak hanya terbatas pada peningkatan pengetahuan jangka pendek, tetapi juga memunculkan perubahan sosial yang lebih luas (Samosir and Putri, 2023).

Dari berbagai wawancara dapat disimpulkan bahwa sosialisasi GERMAS

memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kesadaran dan perubahan perilaku masyarakat. Kegiatan ini tidak berhenti pada pengetahuan teoritis, tetapi mendorong tindakan nyata seperti pemanfaatan lahan rumah tangga, pembentukan kebiasaan menjaga kebersihan, dan kegiatan kolektif warga yang memperkuat nilai kebersamaan (Hardi *et al.*, 2021).

Selain itu, hasil wawancara memperlihatkan bahwa masyarakat kini memiliki rasa kepemilikan terhadap program GERMAS. Warga merasa kegiatan ini bukan hanya program pemerintah, melainkan bagian dari gaya hidup yang mereka bangun bersama. Semangat tersebut tercermin dalam kalimat yang disampaikan oleh salah satu warga.

*“GERMAS bukan cuma kampanye, tapi cara kami hidup sekarang. Kami ingin lingkungan ini tetap sehat, biar anak-anak juga tumbuh di tempat yang bersih.”*

Peningkatan rata-rata pengetahuan sebesar 28,9% menjadi indikator bahwa materi dan metode yang digunakan relevan dan mudah diterima. Namun, peningkatan perilaku sebesar 35% rata-rata menunjukkan bahwa pengetahuan tidak cukup tanpa adanya penguatan sosial dan contoh nyata. Dukungan dari tokoh masyarakat dan suasana gotong royong menjadi faktor utama keberhasilan implementasi perilaku baru. Artinya, kegiatan edukatif sebaiknya disertai pembentukan komunitas lokal peduli kesehatan, agar hasilnya berkelanjutan (Anggraeni *et al.*, 2024).

Kegiatan ini mendukung tujuan besar Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) nasional, yaitu mengubah perilaku masyarakat agar lebih peduli pada kesehatan diri dan lingkungan (Dewi, 2022). Implementasi GERMAS di tingkat mikro seperti RT atau kelurahan menjadi penting, karena transformasi perilaku paling efektif dimulai dari komunitas kecil. Selain itu, kegiatan ini membuktikan bahwa GERMAS dapat diterapkan dengan pendekatan berbasis kearifan lokal (Nursalamah *et al.*, 2021). Dalam konteks Kelurahan Pulau Atas,

kegiatan yang digabung dengan pengajian rutin terbukti efektif karena sesuai dengan kultur sosial masyarakat. Hal ini menunjukkan bahwa strategi nasional akan lebih berhasil jika disinergikan dengan kegiatan sosial masyarakat setempat. Salah satu hasil paling penting dari kegiatan ini adalah munculnya kesadaran kolektif. Masyarakat tidak hanya memahami pentingnya lingkungan bersih, tetapi mulai merasa memiliki tanggung jawab bersama (Attamimi *et al.*, 2023).

Keberlanjutan program didukung dengan rencana pembentukan “Kader GERMAS Kelurahan Pulau Atas”, yang terdiri dari lima perwakilan warga untuk mengawal kegiatan lanjutan seperti 1) Edukasi kebersihan air dan sanitasi. 2) Program pemilahan sampah rumah tangga. 3) Edukasi pola makan sehat. Selain itu, kegiatan ini memberikan dampak budaya positif yaitu munculnya kebiasaan baru dalam pengajian di mana peserta tidak hanya membahas aspek spiritual tetapi juga topik kesehatan keluarga.

Beberapa tantangan dihadapi selama pelaksanaan kegiatan, di antaranya keterbatasan waktu karena kegiatan bertepatan dengan pengajian rutin sehingga waktu efektif sosialisasi hanya sekitar 45 menit. Untuk mengatasi hal ini, tim menyediakan ringkasan materi dalam bentuk brosur sederhana agar pesan utama tetap tersampaikan. Keterbatasan kehadiran peserta diatasi dengan sosialisasi lanjutan secara *door to door* menggunakan brosur berwarna berukuran A5 berisi informasi inti tentang GERMAS dan kesehatan lingkungan.

Tantangan lain adalah kondisi geografis Kelurahan Pulau Atas yang merupakan daerah pesisir dan sulit dijangkau ketika air pasang, sehingga diperlukan penjadwalan ulang kegiatan *follow-up* pada hari dengan cuaca dan kondisi air yang lebih stabil. Tantangan-tantangan tersebut menjadi pembelajaran penting bagi tim pengabdian dalam merencanakan kegiatan lanjutan di wilayah dengan kondisi serupa, khususnya terkait manajemen waktu, strategi pelibatan

masyarakat, serta adaptasi terhadap karakteristik lingkungan lokal.

Kegiatan Sosialisasi Pentingnya GERMAS dalam Meningkatkan Kesehatan Lingkungan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan perilaku hidup bersih masyarakat di Kelurahan Pulau Atas, Kota Samarinda. Berdasarkan hasil pengukuran, kegiatan ini yakni 1) meningkatkan pengetahuan masyarakat sebesar 28,9%; 2) mengubah perilaku sehat 70% peserta; 3) mencapai capaian keberhasilan rata-rata 110% dari target.

Metode sosialisasi berbasis komunitas dan media cetak terbukti sangat relevan untuk masyarakat pesisir dengan akses informasi terbatas. Dampak yang dihasilkan tidak hanya berupa peningkatan pengetahuan tetapi juga perubahan sosial yang berkelanjutan.

Kegiatan ini juga memperlihatkan pentingnya integrasi antara edukasi kesehatan dan kegiatan sosial masyarakat. Dengan pendekatan yang partisipatif, GERMAS dapat menjadi gerakan nyata yang tumbuh dari kesadaran masyarakat sendiri, bukan sekadar program pemerintah. Maka kegiatan ini diharapkan dapat direplikasi di wilayah lain dengan adaptasi terhadap konteks sosial dan budaya setempat agar cita-cita GERMAS yaitu masyarakat sehat, produktif, dan berdaya dapat benar-benar terwujud.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Pelaksanaan kegiatan sosialisasi Germas di wilayah RT 01 dan RT 07 Kelurahan Pulau Atas berlangsung dengan lancar. Pemberian edukasi dan informasi kesehatan kepada masyarakat di wilayah tersebut telah memberikan dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan mereka mengenai Germas dan kesehatan lingkungan.

Untuk mendukung peningkatan kesehatan masyarakat, penting untuk terus melanjutkan kegiatan edukasi dan informasi kesehatan. Kegiatan ini sebaiknya dilakukan secara rutin agar pengetahuan masyarakat dapat terus ditingkatkan. Selain itu, dapat dipertimbangkan untuk melibatkan lebih

banyak lapisan masyarakat, termasuk yang tidak hadir pada kegiatan awal, untuk memastikan pesan Germas mencapai sebanyak mungkin individu. Dengan upaya berkelanjutan ini, diharapkan akan terjadi perubahan positif dalam perilaku dan kesadaran kesehatan masyarakat di wilayah tersebut.

## REFERENSI

- Anggraeni E putri, Putriyanti CE and Jaelan (2024) Tinjauan Literatur: Evaluasi Pelaksanaan Program GERMAS Nasional. *Jurnal Kesehatan* 13(2): 168–177.
- Arifah A, Abdussamad Z and Igrisa I (2023) Implementasi Kebijakan Program Germas Di Era Pandemi Covid-19. *Jurnal normalita* 11(2): 417–43.
- Attamimi HR, Lestari Y, Adekayanti P, et al. (2023) GERMAS: Kampanye Serentak di Seluruh Sekolah Tingkat SMP di Kab. Sumbawa. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia* 2(1): 43–48.
- Dewi EU (2022) Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) Gemar Makan Buah Dan Sayur Pada Anak Sekolah Minggu (Balita, Pratama, Madya Dan Remaja) Di Gereja Kristen Jawi Wetan Jemaat Jambangan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat* 3(1): 39–43.
- Fransiska M and Komala DRR (2020) Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kepemilikan Jamban Sehat oleh Rumah Tangga Di Indonesia. *Jurnal Mahasiswa dan Penelitian Kesehatan* 7(1): 1–15.
- Hardi VJ, Supriadi D, Supriady A, et al. (2021) Survey Kesadaran Masyarakat dalam Meningkatkan Kesehatan Fisik di Masa Pandemi. *Journal of Physical and Outdoor Education* 3(2): 120–131.
- Islam F, Priastomo Y, Mahawati E, et al. (2021) *Dasar-Dasar Kesehatan Lingkungan* (A Rikkied). Mamuju: Yayasan Kita Menulis.
- Junita E, Handayani Y and Alfiah LN (2020) GERMAS (Gerakan Masyarakat Hidup Sehat) Di Desa Rambah Hilir. *Kumawula: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 3(1): 100.
- Karmawati IA, Tarwoto T, Yulita I, et al. (2021) Sosialisasi Dan Harmonisasi Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) Dengan Program Indonesia Sehat Dengan Pendekatan Keluarga (Pis-Pk) Pada Awal Masa Pandemi Covid-19 Di Tambun Bekasi. *GEMAKES Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 1(2): 99–105.
- Mardiah A, Narasafa R, Mathar MAK, et al. (2022) Edukasi gerakan masyarakat hidup sehat (germas) di pkm tanjung karang. *Jurnal Pengabdian Komunitas* 1(20): 68–73.
- Maulana MN, Yusriani Y and Rahman H (2023) Pengetahuan Tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) Di Desa Bontosunggu Kecamatan Bontononpo Selatan Kabupaten Gowa. *Window of Public Health Journal* 4(1): 16–23.
- Nursalamah, Meisitoh, Giyanto, et al. (2021) Analisis Implementasi Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) di Kabupaten Lebak. *Pembangunan dan Administrasi Publik* 3: 9.
- Oktavianisya N, Aliftitah S and Hasanah L (2020) Pemberdayaan Masyarakat dalam Penggunaan Air Bersih dan Air Minum di Desa Cangkreng Kecamatan Lenteng. *JAPI (Jurnal Akses Pengabdian Indonesia)* 5(2): 98–107.
- Samosir K and Putri AP (2023) Sosialisasi Kesehatan Lingkungan Dengan Pengadaan Jamban Sehat Di Desa Pengudang Kabupaten Bintan. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 4(2): 1922–1926.
- Sopiana C, Arifianti R and Candradewini C (2021) Implementasi Kebijakan Penanggulangan Penyakit Di Kabupaten Bandung (Studi Kasus Penanggulangan Covid19 Di Puskesmas Majalaya) Tahun 2021. *Responsive* 4(3): 173–188.
- Sulasminingsih S, Juwariyah T, Siahaan Y, et al. (2024) Penerapan Tema SDGs Kehidupan Sehat dan Sejahtera untuk Menangani Polusi Udara di Jakarta. *IKRA-ITH Teknologi Jurnal Sains dan Teknologi* 8(1): 18–26.
- Susilawati S, Herdiani I and Novayanti N (2021) Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) pada Kader Posyandu di Wilayah Puskesmas Cibeureum. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Progresif Humanis Brainstorming* 4(1): 41–46.
- Udiani CM and Hikmandari (2019) *Tiga Tahun GERMAS Lessons Learned*.