



## Perbedaan Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Sikap Kader Posyandu Lansia Tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS)

Catur Retno Lestari<sup>1\*</sup>; Nunung Eni Elawati<sup>1</sup>; Martha Aulia Marco<sup>2</sup>)

<sup>1</sup> Program Studi Sains Biomedis, Fakultas Kesehatan, Universitas Ivet Semarang

<sup>2</sup> Program Studi Sains Biomedis, Fakultas Kesehatan, Universitas Ivet Semarang

### ARTICLE INFO

#### Article history:

Received 21 January 2022

Accepted 29 March 2022

Published 25 April 2022

#### Keyword:

Health Education  
Knowledge  
Attitude  
Elderly Posyandu Cadre  
Germas

### ABSTRACT

Knowledge and attitudes are one of the factors in GERMAS health education for posyandu cadres as community facilitators. Knowledge and attitude of GERMAS to perform physical activity, consumption of vegetables and fruit, as well as regular health checks. One form of delivering messages in communication and providing health education is counseling. The purpose of this study was to determine health education on the knowledge and attitudes of elderly posyandu cadres about GERMAS. This research is quantitative research using pre-test and post-test designs. The technique used in this research is Total Sampling, where the entire population becomes the research sample. The analysis in this study used the non-parametric Wilcoxon Sign Test. The average level of knowledge and attitudes of elderly posyandu cadres before health education was carried out in Jangli Village, Semarang City was 5.03 and 7.10, respectively. The average level of knowledge and attitudes of elderly posyandu cadres after health education was carried out in Jangli Village, Semarang City was 8.53 and 9.10, respectively. There is an effect of providing health education on the knowledge and attitudes of elderly posyandu cadres in Jangli Village, Semarang City,  $p$ -value = 0.000 and  $p$ -value = 0.000. Suggestions for posyandu cadres can apply a GERMAS attitude and invite the community to be more concerned with health and maintain health and spirituality, so as to prevent disease and carry out regular health checks.

This open access article is under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



#### Kata kunci:

Pendidikan Kesehatan  
Pengetahuan  
Sikap  
Kader Posyandu Lansia  
Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas)

#### \*) corresponding author

Catur Retno Lestari  
Program Studi Sains Biomedis, Fakultas  
Kesehatan, Universitas Ivet Semarang

Email: [caturretno.lestari@gmail.com](mailto:caturretno.lestari@gmail.com)

DOI: [10.47679/makein.202256](https://doi.org/10.47679/makein.202256)

Copyright@author(s)

### ABSTRAK

Pengetahuan dan sikap merupakan salah satu faktor dalam pendidikan kesehatan Germas pada kader posyandu sebagai fasilitator masyarakat. Pengetahuan dan sikap pada Germas untuk melakukan aktifitas fisik, konsumsi sayur dan buah, serta cek kesehatan secara berkala. Salah satu bentuk penyampaian pesan dalam komunikasi dan pemberian pendidikan kesehatan adalah penyuluhan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap kader posyandu lansia tentang Germas. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain *Pre Eksperiment pre test* dan *post test*. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Total Sampling*, dimana seluruh populasi menjadi sampel penelitian. Analisis dalam penelitian ini menggunakan uji non parametric *Wilcoxon Sign Test*. Rata-rata tingkat pengetahuan dan sikap kader posyandu lansia sebelum dilakukan pendidikan kesehatan di Kelurahan Jangli Kota Semarang sebesar 5,03 dan 7,10. Rata-rata tingkat pengetahuan dan sikap kader posyandu lansia sesudah dilakukan pendidikan kesehatan di Kelurahan Jangli Kota Semarang sebesar 8,53 dan 9,10. Ada pengaruh pemberian pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap kader posyandu lansia di Kelurahan Jangli Kota Semarang  $p$  value = 0,000 dan  $p$  value = 0,000. Saran bagi kader

posyandu dapat melakukan penerapan sikap germas dan mengajak masyarakat untuk lebih peduli dengan kesehatan dan menjaga kesehatan dan rohani, sehingga mencegah terjadinya penyakit serta melaksanakan pemeriksaan kesehatan secara berkala.

This open access article is under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



## PENDAHULUAN

Kondisi kesehatan masyarakat di Indonesia kini semakin kompleks, hal ini disebabkan karena saat ini Indonesia mengalami perubahan pola penyakit yang biasa disebut dengan transisi epidemiologi. Transisi epidemiologi timbul karena terjadinya perubahan pola perilaku dan pola penyakit pada masyarakat Indonesia yang disebabkan karena pola gaya hidup modern (Tedi, Fadly, & R, 2018). Salah satu upaya meningkatkan derajat kesehatan masyarakat melalui pendidikan kesehatan sebagai bentuk intervensi terhadap salah satu faktor yang mempengaruhi derajat kesehatan yaitu perilaku. Salah satu faktor yang terpenting untuk terbentuknya perilaku seseorang didasari oleh pengetahuan. Jika kita memiliki pengetahuan yang baik, maka kita tidak mudah terpengaruh akan objek yang ada di sekitar kita dan kita akan memiliki perilaku yang baik yang akan berlangsung lama (Suryani, Nurdjanah, & Jumadil, 2018). Pengetahuan dan sikap seseorang akan berpengaruh terhadap perilaku, termasuk didalam hal ini adalah pengetahuan dan sikap yang berpengaruh dalam perubahan perilaku (Panghiyangan et al., 2018).

Indonesia mulai mengalami perubahan pola penyakit yang disebut transisi epidemiologi yang ditandai dengan meningkatnya kematian dan kesakitan akibat penyakit tidak menular (PTM) seperti, stroke, jantung, diabetes, dan lain-lain. Meningkatnya kejadian PTM berdampak pada meningkatnya pembiayaan pelayanan kesehatan yang harus ditanggung oleh masyarakat dan pemerintah. Selain itu menurunnya produktivitas masyarakat, menurunnya daya saing negara, dan pada akhirnya mempengaruhi kondisi sosial ekonomi masyarakat itu sendiri. Data menunjukkan bahwa periode 1990-2015, kematian akibat PTM meningkat dari 37% menjadi 57%. Peningkatan kematian terjadi akibat penyakit tidak menular tinggi. Prevalensi penyakit tidak menular mengalami peningkatan seperti kanker mencapai 1,8%, stroke 10,9%, penyakit ginjal kronik sebesar 3,8%, diabetes melitus 8,5%, dan hipertensi 34,1%. Peningkatan prevalensi penyakit tidak menular ini karena adanya perubahan pola hidup, dalam Riskesdas 2018 disebutkan bahwa prevalensi merokok pada remaja (10-18 tahun) mencapai 9,1%, mengonsumsi alkohol 3,3%, kurang melakukan aktivitas fisik 33,5% (Kemenkes RI, 2018). Ketika usia produktif mengalami penyakit tidak menular maka akan mengganggu produktivitas kerja. Sehingga diperlukannya tindakan pencegahan dan penanggulangan dalam menghadapi masalah penyakit tidak menular. Salah satunya dalam mengendalikan PTM yang efisien dan efektif adalah pemberdayaan dan peningkatan peran serta masyarakat. Kementerian kesehatan RI secara khusus mengingatkan masyarakat untuk menjaga kesehatan melalui gerakan masyarakat hidup sehat (GERMAS) (Nuraisyah et al., 2022).

Germas menurut buku panduan Germas 2017 adalah suatu tindakan sistematis dan terencana yang dilakukan secara bersama-sama oleh seluruh komponen bangsa dengan kesadaran, kemauan, dan kemampuan berperilaku sehat

untuk meningkatkan kualitas hidup. Germas merupakan gerakan nasional sebagai upaya promotif dan preventif, tanpa mengesampingkan upaya kuratif-rehabilitatif (Kemenkes RI, 2019). Germas bertujuan agar masyarakat berperilaku sehat, sehingga akan berdampak pada kesehatan kerja, produktif, lingkungan bersih dan biaya untuk berobat berkurang. Germas membutuhkan peran semua pihak, tidak hanya kementerian kesehatan saja, tetapi juga peran kementerian dan lembaga lainnya serta seluruh lapisan masyarakat. Adanya hubungan yang signifikan terhadap kebiasaan hidup masyarakat yang telah/belum mengetahui atau mendapatkan sosialisasi tentang Germas (Nuraisyah et al., 2022).

Upaya pendidikan kesehatan menjadi alternatif pemberian informasi kesehatan. Pendidikan kesehatan merupakan bagian dari program pembangunan kesehatan yang ditujukan untuk pemberdayaan individu, keluarga dan masyarakat agar tumbuh perilaku hidup sehat yang bersumber pada masyarakat (Nurfitriani & Anggraini, 2019). Pendidikan kesehatan sebagai proses tindakan secara mandiri ataupun bersama-sama berdasarkan pengetahuan untuk mempengaruhi kesehatan individu atau orang lain sebagai peningkatan kemampuan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan dengan kesadaran. Memberikan pendidikan kesehatan dapat memberikan perubahan perilaku. Proses perubahan perilaku sehat melalui pendidikan kesehatan bukan sekedar mentransfer ilmu pengetahuan dan sikap dari guru, tetapi bagaimana siswa dapat berperilaku dengan mewujudkan keseimbangan antara lingkungan, perilaku, dan manusia (Sari, 2013). Peran pendidikan kesehatan membutuhkan media sebagai komunikasi. Media dalam proses komunikasi merupakan salah satu komponen yang harus ada, yaitu komunikator, pesan (informasi), komunikan, dan media serta adanya umpan balik (D. T. Wahyudi, 2020). Salah satu bentuk penyampaian pesan dalam komunikasi dan pemberian pendidikan kesehatan adalah penyuluhan. Penyuluhan dengan metode ceramah memiliki tingkat persentase lebih tinggi untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap dibanding dengan metode lainnya (Panghiyangan et al., 2018). Berdasarkan penelitian Muthia, Fitriangga, & Yanti (2015), didapatkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara tingkat pengetahuan awal dengan tingkat pengetahuan akhir pada responden yang mendapat penyuluhan kesehatan. Penyuluhan kesehatan merupakan suatu kegiatan yang dapat mempengaruhi perubahan perilaku responden, salah satunya perubahan pengetahuan. Setelah diberikannya penyuluhan maka responden mendapat pembelajaran yang menghasilkan suatu perubahan dari yang semula belum mengetahui menjadi mengetahui dan yang dahulu belum memahami menjadi memahami serta diharapkan adanya perubahan sikap dan perilaku. Berdasarkan uraian diatas, sehingga penelitian dilakukan untuk mengetahui perbedaan pemberian pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap kader posyandu lansia tentang Germas.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain *Pre Eksperiment pre test* dan *post test*, dimana hanya ada kelompok intervensi (perlakuan) saja yang bertujuan untuk mengetahui perbedaan pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap kader posyandu lansia tentang Germas. Peneliti melakukan observasi sebanyak 2x yaitu sebelum (*pre test*) mengisi formulir kuesioner sebelum pemberian pendidikan kesehatan, memberikan edukasi terkait dengan sikap ibu kader terkait PHBS dan sesudah (*post test*) diberikan kembali kuesioner dan mengisi formulir terkait perubahan sikap yang sudah dilakukan, penelitian ini dilaksanakan pada bulan Oktober 2021 di Kelurahan Jangli Kota Semarang.

Pada penelitian ini yang menjadi populasi adalah seluruh kader posyandu lansia di wilayah RW 03 Kelurahan Jangli sebanyak 30 orang. Sampel pada penelitian ini yaitu seluruh kader posyandu lansia yang ada di Kelurahan Jangli pada saat penelitian berlangsung yang sesuai dengan kriteria inklusi sebanyak 30 orang. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Total Sampling*, dimana seluruh populasi menjadi sampel penelitian. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah kader posyandu lansia dan bersedia menjadi responden serta dapat mengikuti kegiatan dilakukan selama seminggu. Variabel independen dalam penelitian ini pendidikan kesehatan dan variabel dependen pengetahuan dan sikap kader posyandu lansia.

Pengumpulan data dilakukan peneliti dengan cara mengumpulkan kader posyandu lansia, setelah berkumpul peneliti menjelaskan tujuan penelitian dan maksud penelitian yang akan dilaksanakan, selanjutnya peneliti akan membagikan *informed consent* dan menjelaskan isi dari *informed consent*, jika setuju menjadi responden kader posyandu lansia akan menandatangani pada lembar *informed consent*. Peneliti melakukan wawancara yang berkaitan tentang pengetahuan dan sikap tentang Germas. Setelah melakukan wawancara, peneliti membuat jadwal untuk pertemuan dan pendidikan kesehatan, setelah jadwal disepakati maka peneliti bisa memberikan edukasi pendidikan kesehatan yang terdiri dari pendidikan kesehatan terkait PHBS, program Germas, Aupan Gizi Seimbang, pentingnya aktivitas sehari-hari dan berolahraga 3-4x/minggu pada kader posyandu lansia melalui persentasi atau ceramah dengan media power point dengan masing-masing waktu persentasi selama 10-15 menit dan materi dalam bentuk *hard copy* kemudian diikuti dengan diskusi dan sesi tanya jawab mengenai pengetahuan dan sikap kader posyandu lansia tentang Germas dengan sesi waktu 25 menit. Selanjutnya, peneliti meminta kader posyandu lansia untuk datang kembali sesuai dengan jadwal yang telah disepakati dan peneliti menilai kembali pengetahuan dan sikap kader posyandu lansia menggunakan lembar kuesioner dan *checklist* yang sama.

Pengumpulan data dilakukan dengan cara kader posyandu lansia menjawab setiap pertanyaan yang diberikan oleh peneliti dan responden melakukan *checklist* pada lembar sikap yang telah disediakan. Instrumen pengetahuan ada 10 pertanyaan berkaitan dengan kegiatan Germas yang terdiri pertanyaan positif dan negatif. Ada 7 pertanyaan positif dan pertanyaan negatif ada 3, serta 10 pernyataan *checklist*. Skala pengukuran jawaban menggunakan skala *Guttman* dimana pernyataan berupa benar dan salah, jika pada pernyataan positif menjawab benar maka diberi nilai 1 dan jika menjawab salah diberi nilai 0. Pernyataan negatif jika dijawab benar diberi nilai 1 dan jika salah diberi nilai 0.

Analisis penelitian yang dilakukan adalah Analisis Univariat yaitu dimaksudkan untuk mengetahui distribusi frekuensi dari sub variabel yang diamati sehingga dapat mengetahui gambaran dari variabel yang diteliti, dan Analisis bivariat. Pada penelitian ini hasil sebaran selisih yang dihitung tidak normal sehingga analisis bivariante dalam penelitian ini menggunakan uji non parametric *Wilcoxon Sign Test*.

## HASIL DAN DISKUSI

**Tabel 1.**  
**Distribusi Frekuensi Usia, Pendidikan Kader Posyandu Lansia**

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
20-35 Tahun	10	33,3
>35 Tahun	20	66,7
<b>Pendidikan</b>		
SD	9	30,0
SMP	9	30,0
SMA	9	30,0
PT	3	10,0
<b>Jumlah</b>	<b>30</b>	<b>100,0</b>

Tabel 1 menunjukkan sebagian besar responden berusia >35 tahun sebanyak 20 orang (66,7%), sebagian besar pendidikan responden yaitu SD sebanyak 9 orang (30%), SMP sebanyak 9 orang (30%), dan SMA sebanyak 9 orang (30%).

**Tabel 2.**  
**Uji Normalitas**

Variabel	Standar Error	Sig.	95% CI
Pretest Pengetahuan	0,217	0,020	4,59-5,48
Posttest Pengetahuan	0,184	0,003	8,16-8,91
Pretest Sikap	0,297	0,019	6,49-7,71
Posttest Sikap	0,205	0,000	8,68-9,52

Tabel 2 menunjukkan bahwa hasil 95% *confidence interval* tingkat pengetahuan kader posyandu lansia sebelum dilakukan pendidikan yaitu 4,59-5,48 dengan uji normalitas data 0,020 sehingga hasil uji normalitas <0,05. Hasil tingkat pengetahuan kader posyandu lansia setelah diberikan pendidikan kesehatan hasil 95% *confidence interval* yaitu 8,16-8,91 dengan hasil uji normalitas data 0,003 sehingga hasil uji normalitas <0,05 maka dapat disimpulkan tingkat pengetahuan kader posyandu lansia tentang Germas sebelum dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan berdistribusi tidak normal. Sedangkan, hasil 95% *confidence interval* sikap kader posyandu lansia sebelum dilakukan pendidikan yaitu 6,49-7,71 dengan uji normalitas data 0,019 sehingga hasil uji normalitas <0,05. Hasil tingkat sikap kader posyandu lansia setelah diberikan pendidikan kesehatan hasil 95% *confidence interval* yaitu 8,68-9,52 dengan hasil uji normalitas data 0,000 sehingga hasil uji normalitas <0,05 maka dapat disimpulkan sikap kader posyandu lansia tentang Germas sebelum dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan berdistribusi tidak normal. Pengetahuan dan sikap memiliki hasil uji normalitas yang tidak berdistribusi normal.

**Tabel 3.**  
**Pengaruh Pemberian Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Sikap Kader Posyandu Lansia**

Pendidikan	N	Mean	P Value
Pretest Pengetahuan	30	5,03	0,000
Posttest Pengetahuan	30	8,53	
<b>Sikap</b>			
Pretest Sikap	30	7,10	0,000
Posttest Sikap	30	9,10	

Hasil analisis berdasarkan Tabel 3 dari 30 orang responden diperoleh hasil rata-rata tingkat pengetahuan sebelum dilakukan pendidikan kesehatan adalah 5,03 dan tingkat pengetahuan setelah dilakukan pendidikan kesehatan adalah 8,53. Nilai signifikansi diperoleh sebesar 0,000, oleh karena itu  $p\ value = 0,000 < 0,05$  maka dapat dinyatakan terdapat pengaruh tingkat pengetahuan pada kader posyandu lansia antara sebelum dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan. Sedangkan, hasil rata-rata sikap sebelum dilakukan pendidikan kesehatan adalah 7,10 dan sikap setelah dilakukan pendidikan kesehatan adalah 9,10. Nilai signifikansi diperoleh sebesar 0,000, oleh karena itu  $p\ value = 0,000 < 0,05$  maka dapat dinyatakan terdapat pengaruh peningkatan sikap pada kader posyandu lansia antara sebelum dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan berpengaruh terhadap pengetahuan dan sikap kader posyandu lansia di Kelurahan Jangli Kota Semarang.

## PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

### Karakteristik Berdasarkan Usia Responden

Berdasarkan Tabel 1. Sebagian besar responden mempunyai usia 35-55 Tahun yaitu sebesar 66,7%. Ini menunjukkan bahwa kader posyandu lansia di Kelurahan Jangli memiliki usia yang bervariasi, meskipun terdapat beberapa yang sudah tidak produktif namun pemberian pendidikan kesehatan melalui penyuluhan dapat diterima secara informatif dan lebih berpengalaman.

### Karakteristik Berdasarkan Pendidikan Responden

Berdasarkan Tabel 1. Sebagian besar responden menyelesaikan pendidikan di jenjang SD, SMP, SMP masing-masing sebesar 30%. Ini menunjukkan bahwa kader posyandu lansia di Kelurahan Jangli pendidikan yang bervariasi ternyata juga dapat menerima informasi baru terkait Germas. Pendidikan dapat mempengaruhi cara pandang seseorang terhadap informasi baru yang diterimanya.

### Perbedaan Pemberian Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Kader Posyandu Lansia Tentang GERMAS

Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji statistik *Wilcoxon Sign Test* menunjukkan bahwa ada pengaruh yang bermakna antara pendidikan kesehatan kader posyandu lansia kelurahan Jangli Kota Semarang terhadap pengetahuan tentang Gerakan Masyarakat Hidup Bersih dan Sehat sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan.

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu yang muncul ketika seseorang menggunakan inderanya untuk menggali suatu benda atau kejadian tertentu yang belum pernah dilihat atau dirasakan sebelumnya. Pengetahuan erat hubungannya

dengan pendidikan seseorang, sehingga seorang yang pengetahuan luas maka akan mudah menerima informasi. peningkatan pendidikan bukan hanya dengan pendidikan formal tetapi bisa melalui non formal (Mediatrrix & Victoria, 2019). Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*over behavior*). Penyuluhan kesehatan atau edukasi adalah upaya untuk memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi bagi individu, kelompok dan masyarakat untuk menerapkan cara- cara hidup sehat (Taufik, 2019). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang di lakukan oleh Moku & Kolibu (2021) tetapi mempunyai hasil yang pengetahuan tentang Germas juga akan dapat diterima, begitu juga sebaliknya, dengan asumsi pengetahuan kurang berkaitan dengan daerah setempat akan menghindari melakukan Germas. Sebagian dari masalah yang terjadi antara lain banyak orang yang tidak tahu sama sekali apa itu program Germas sehingga orang lebih memilih untuk tidak berperan dalam menjalankan Germas. Pendidikan kesehatan dengan cara penyuluhan kesehatan sebagai bagian dalam promosi kesehatan memang diperlukan sebagai upaya meningkatkan kesadaran dan pengetahuan, disamping pengetahuan sikap dan perbuatan. Oleh karena itu, tentu diperlukan upaya penyediaan dan penyampaian informasi, makan setelah dilakukan penyuluhan kesehatan seharusnya akan terjadi peningkatan pengetahuan oleh masyarakat (Muthia et al., 2015). Pengetahuan yang baik akan mengubah pola pikir dan kesadaran masyarakat itu untuk menjaga kesehatan tubuh dan menerapkan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam menjaga hidup sehat. Pengetahuan yang baik akan membuat sikap masyarakat menjadi baik terhadap pentingnya menerapkan PHBS dan program Germas yang dilakukan oleh pemerintah secara tidk langsung melakukan atau mempraktekkan langsung tahapan-tahapan Germas untuk mewujudkan masyarakat yag sehat dan mengubah perilaku yang buruk menjadi baik (Suryani et al., 2018). Tanpa pengetahuan, seseorang tidak memiliki alasan untuk memastikan dan memutuskan langkah pada isu-isu saat ini. pengetahuan masyarakat tentang Germas sangat mempengaruhi perilaku individu, khususnya dalam pelaksanaan Germas (Mokalu & Kolibu, 2021).

Pendidikan kesehatan didefinisikan sebagai usaha atau kegiatan untuk membantu individu, kelompok, atau masyarakat dalam meningkatkan kemampuan perilaku mereka untuk mencapai tingkat kesehatannya secara optimal (Lubis & Suriyani, 2016). Efektivitas pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan kader posyandu lansia sesuai dengan penelitian lain yang mendukung adalah penelitian dari Pangaribuan (2017) "Pengaruh media pendidikan kesehatan tentang Bantuan Hidup Dasar (BHD) terhadap pengetahuan studi Eksperimen pada perawat pelaksana di Rumah Sakit Tk. II Putri Hijau Medan Penelitian memberikan intervensi berupa memperlihatkan audio Visual dan pantom pada responden. Hasil penelitian ada pengaruh yang bermakna antara intervensi audio visual dan pantom dengan tingkat pengetahuan ( $p=0,05$ ) dan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan.

Berbagai faktor yang mungkin berpengaruh pada penyuluhan adalah penyuluh, materi yang diberikan, media penyuluhan serta sasaran yang disuluh. Materi yang disampaikan cukup menarik dilihat dari antusias responden, media pada metode ceramah pun menggunakan media power point dimana peneliti mencoba memaksimalkan semua panca indra dalam penelitian ini baik penglihatan maupun pendengaran (Dewi, Rustiawati, & Sulastri, 2020). Hal ini dapat terjadi karena karakteristik responden penelitian yang kelompok kami lakukan mayoritas memiliki tingkat

pendidikan menengah dan tinggi serta pengalaman sehingga memungkinkan mereka memiliki pengetahuan yang baik pula dalam upaya melakukan Germas. Variasi karakteristik responden, utamanya tingkat pendidikan diperlukan untuk mendapatkan hasil yang lebih signifikan.

### Pengaruh Pemberian Pendidikan Kesehatan Terhadap Sikap Kader Posyandu Lansia Tentang GERMAS

Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji statistik *Wilcoxon Sign Test* menunjukkan bahwa ada pengaruh yang bermakna antara pemberian pendidikan kesehatan kader posyandu lansia Kelurahan Jangli Kota Semarang terhadap sikap tentang Gerakan Masyarakat Hidup Bersih dan Sehat dengan signifikansi  $p\text{ value} = 0,000$ . Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang lainnya, Menurut Nurmadani, Sari, Muti' atunnisa, & Anisya (2021) menunjukkan hasil bahwa sikap memiliki hubungan dengan GERMAS, dimana sikap dan perilaku tidak dapat didefinisikan karena terdapat nilai yang konstan. Sikap merupakan kesiapan atau ketersediaan untuk bertindak, dan bukan merupakan pelaksanaan motif tertentu. Sikap belum merupakan suatu tindakan atau aktivitas, akan tetapi masih merupakan predisposisi tindakan suatu perilaku. Sikap seseorang akan memengaruhi tindakan kesehatan, minat untuk bertindak positif seseorang akan menghasilkan tindakan kesehatan yang positif pula (Rustika & Burase, 2018). Sikap merupakan kesiapan atau ketersediaan untuk bertindak, dan bukan merupakan pelaksanaan motif tertentu. Sikap belum merupakan suatu tindakan atau aktivitas, akan tetapi masih merupakan predisposisi tindakan suatu perilaku. Sikap seseorang akan memengaruhi tindakan kesehatan, minat untuk bertindak positif seseorang akan menghasilkan tindakan kesehatan yang positif pula (Khomsah & Sukmawati, 2021). Sikap terhadap kesehatan adalah pendapat atau penilaian seseorang terhadap hal-hal yang berkaitan dengan pemeliharaan kesehatan, seperti sikap terhadap penyakit menular dan tidak menular, sikap terhadap faktor-faktor yang terkait dan atau mempengaruhi kesehatan, sikap tentang fasilitas pelayanan kesehatan, dan sikap untuk menghindari kecelakaan (Yarmaliza & Zakiyuddin, 2019).

Pengetahuan dan sikap dapat dipengaruhi oleh pendidikan kesehatan. Terjadinya peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap kader posyandu lansia setelah dilakukannya pendidikan kesehatan ini yang dapat dipengaruhi antara lain usia ibu kader posyandu lansia, pendidikan kader posyandu lansia, dan juga penyerapan serta penerapan dari informasi yang didapatkan. Guna mencapai perilaku positif tentang hidup bersih dan sehat melalui Germas terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi proses perubahan tersebut, yaitu *predisposing factors*, *enabling factors*, dan *reinforcing factors*. *Factor predisposing* mencakup pengetahuan dan sikap masyarakat terhadap kesehatan, sistem nilai yang dianut masyarakat, tingkat pendidikan, tingkat social ekonomi. *Factor enabling* yaitu tersedianya sumber-sumber yang diperlukan khususnya untuk mendukung terjadinya perubahan perilaku tersebut seperti adanya fasilitas bagi petugas, terjangkaunya fasilitas tersebut dari pemukiman masyarakat. *Factor reinforcing* yaitu sikap dan perilaku dari petugas yang bertanggungjawab terhadap perubahan perilaku masyarakat yang menjadi sasaran. Selain itu proses perubahan perilaku juga didahului oleh perubahan pengetahuan, perubahan sikap atau persuasi, pengambilan keputusan, sehingga pada akhirnya akan tercapai tahap implementasi dan konfirmasi (Ani, Wijayanti, & Harwijayanti, 2020). Germas yang dapat dilakukan dengan cara: melakukan aktifitas fisik, mengkonsumsi sayur dan

buah, tidak merokok, tidak mengkonsumsi alkohol, memeriksa kesehatan secara rutin, membersihkan lingkungan, dan menggunakan jamban. Pada tahap awal, GERMAS secara nasional dimulai dengan berfokus pada tiga kegiatan, yaitu: melakukan aktivitas fisik 30 menit per hari, mengkonsumsi buah dan sayur; dan memeriksakan kesehatan secara rutin (Kemenkes RI, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian dan teori diatas, seluruh ibu kader posyandu lansia yang telah dilakukan penilaian sikap dan diberikan pendidikan kesehatan khususnya terkait PHBS, konsumsi buah dan sayur, aktivitas fisik, pemeriksaan kesehatan secara rutin, hasilnya menunjukkan terjadi perubahan sikap secara positif meskipun tidak semua mengalami perubahan sikap dengan total nilai 10. Tetapi secara kuantitatif hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian pendidikan kesehatan dapat memperbaiki sikap kader posyandu lansia yang berhubungan dengan Germas. Pentingnya pendidikan kesehatan dilaksanakan secara berkala yaitu untuk mengingatkan dan memonitoring serta mengevaluasi perubahan sikap kearah yang positif.

### KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Rata-rata tingkat pengetahuan dan sikap kader posyandu lansia sebelum dilakukan pendidikan kesehatan di Kelurahan Jangli Kota Semarang sebesar 5,03 dan 7,10. Rata-rata tingkat pengetahuan dan sikap kader posyandu lansia sesudah dilakukan pendidikan kesehatan di Kelurahan Jangli Kota Semarang sebesar 8,53 dan 9,10. Terdapat perbedaan sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap kader posyandu lansia di Kelurahan Jangli Kota Semarang  $p\text{ value} = 0,000$  dan  $p\text{ value} = 0,000$ .

Diharapkan kader posyandu dapat melakukan penerapan sikap germas dan mengajak masyarakat untuk lebih peduli dengan kesehatan dan menjaga kesehatan dan rohani, sehingga mencegah terjadinya penyakit serta melaksanakan pemeriksaan kesehatan secara berkala.

### Funding Statement

The authors did not receive support from any organization for the submitted work and No funding was received to assist with the preparation of this manuscript

### Conflict of Interest statement

Penulis yang namanya tercantum tepat di bawah ini menyatakan bahwa tidak memiliki afiliasi atau keterlibatan dengan pihak luar manapun dan tulisan ini murni dari sumber yang dicantumkan di daftar pustaka serta tidak mengandung plagiarisme dari jurnal artikel manapun. Sumber tulisan telah dicantumkan seluruhnya di daftar pustaka.

### REFERENCES

- Ani, M., Wijayanti, K., & Harwijayanti, B. P. (2020). Membudayakan Hidup Bersih Dan Sehat Melalui Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) Di Desa Jepangrejo, Blera. *Jurnal Abdimas Madani*, 2(2), 25–32.
- Dewi, N. H., Rustiawati, E., & Sulastri, T. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Bantuan Hidup Dasar Pada Perawat dan Bidan di Puskesmas

- Gunung Sari Kabupaten Serang. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 25(1), 1–9.
- Kemkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementerian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Kemkes RI. (2019). Tiga Tahun GERMAS Lessons Learned. In *Kementerian Kesehatan RI* (pp. 1–122). Retrieved from [https://kesmas.kemkes.go.id/assets/uploads/contents/others/Buku\\_Tiga\\_Tahun\\_Germas\\_Lesson\\_Learned.pdf](https://kesmas.kemkes.go.id/assets/uploads/contents/others/Buku_Tiga_Tahun_Germas_Lesson_Learned.pdf)
- Khomsah, Y. S., & Sukmawati, E. (2021). Pengetahuan, Sikap Ibu, Sarana Kesehatan dan Sikap Petugas Kesehatan Tentang Pemeriksaan Kehamilan Selama Masa Pandemi Covid-19 Terhadap Perilaku Kunjungan Pemeriksaan Kehamilan. *Jurnal Bidang Komunitas*, 5(1), 42–50.
- Lubis, H. R., & Suriyani, D. (2016). Pengetahuan dan Penerapan GERMAS PIS-PIK Pada Keluarga Binaan Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Tahun 2020. *Jurnal Ilmiah Maksitek*, 4(1), 1–23.
- Mediatrrix, L., & Victoria, G. (2019). Pengetahuan dan Pelaksanaan Germas di Desa Negeri Lama Wilayah Kerja Puskesmas Passo. *Tunas-Tunas Riset Kesehatan*, 4(4), 387–393.
- Mokalu, J. A. W., & Kolibu, F. K. (2021). Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap dengan Implementasi Gerakan Masyarakat Hidup Sehat di Desa Pontak Kecamatan Ranoyapo Kabupaten Minahasa Selatan. *Jurnal KESMAS*, 19(8), 78–83.
- Muthia, F., Fitriangga, A., & Yanti, S. N. (2015). Perbedaan Efektifitas Penyuluhan Kesehatan menggunakan Metode Ceramah dan Media Audiovisual (Film) terhadap Pengetahuan Santri Madrasah Aliyah Pesantren Khulafaur Rasyidin tentang TB Paru T. *Jurnal Cerebellum*, 2(4), 646–656. Retrieved from <http://jurnal.untan.ac.id/index.php/jfk/article/viewFile/23546/18499>
- Nuraisyah, F., Purnama, J. S., Nuryanti, Y., Agustin, R. D., Desriani, R., & Putri, M. U. (2022). Edukasi Pengetahuan Penyakit Tidak Menular dan GERMAS Pada Usia Produktif di Dusun Karangbendo. *Panitra Abdi*, 4(1), 1–7. Retrieved from <http://journal.unhas.ac.id/index.php/panritaabdi>
- Nurfitriani, N., & Anggraini, E. (2019). Pengaruh Pengetahuan dan Motivasi Ibu Rumah Tangga Tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) di Kelurahan Talang Bakung Kota Jambi. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 19(3), 532. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v19i3.739>
- Nurmadani, L., Sari, A. N. L., Muti'atunnisa, A. F., & Anisya, A. (2021). Pengetahuan dan Sikap terhadap Perilaku Germas di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Pengmaskemas*, 1(2), 76–90.
- Pangaribuan, R. (2017). Peningkatan Pengetahuan Siswa Kelas Ix Tentang P3K Di Smp Tunas Karya Batang Kuis Tahun 2017 Pre Test O2 O3 O4. *Jurnal Riset Hesti Medan*, 2(2), 165–172.
- Panghiyangan, R., Arifin, S., Fakhriadi, R., Kholishotunnisa, S., Annisa, A., Nurhayani, S., & Herviana, N. S. (2018). Efektivitas Metode Penyuluhan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Tentang Pencegahan Keputihan Patalogis. *Jurnal Berkala Kesehatan*, 4(1), 18. <https://doi.org/10.20527/jbk.v4i1.5655>
- Rustika, R., & Burase, E. (2018). Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Penggunaan Masker Dalam Upaya Pencegahan Ispa Pada Jemaah Haji Indonesia Di Arab Saudi Tahun 2016. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 21(3), 179–187. <https://doi.org/10.22435/hsr.v21i3.469>
- Sari, I. P. T. P. (2013). Pendidikan Kesehatan Sekolah Sebagai Proses Perubahan Perilaku Siswa. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 9(2), 141–147. Retrieved from <https://journal.uny.ac.id/index.php/jpji/article/viewFile/3017/2510>
- Suryani, D., Nurdjanah, E. P., & Jumadil, M. (2018). Membudayakan Hidup Sehat Melalui Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) Di Dusun Mendang III, Jambu Dan Jarakah Kecamatan, Program Infrastruktur Berbasis Masyarakat (IBM) Kementerian Pekerjaan Umum dan. *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 65–74.
- Taufik, A. (2019). Peningkatan Pengetahuan Tentang Demensia Pada Kader Posyandu Lansia Di Kelurahan Mersi Melalui Kegiatan Penyuluhan Dan Pemberdayaan. *Prosiding Seminar Nasional*, 8(1), 26–33. Retrieved from <http://jurnal.lppm.unsoed.ac.id/ojs/index.php/Prosiding/article/view/696>
- Tedi, T., Fadly, F., & R, R. (2018). Hubungan Program Germas Terhadap Kebiasaan Hidup Masyarakat Yang Telah dan Belum Mendapatkan Sosialisasi di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Sukarame Palembang. *JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*, 13(1), 54–60. <https://doi.org/10.36086/jpp.v13i1.77>
- Wahyudi, D. T. (2020). Pendidikan Kesehatan Dengan Media Asbak Terhadap Persepsi Pencegahan Merokok Di Dalam Rumah Tangga. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 09(1), 52–58.
- Yarmaliza, Y., & Zakiyuddin, Z. (2019). Pencegahan Dini Terhadap Penyakit Tidak Menular (Ptm) Melalui Germas. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, 2(3), 168–175. <https://doi.org/10.36341/jpm.v2i3.794>