

## GAMBARAN PELAKSANAAN GERAKAN MASYARAKAT HIDUP SEHAT DI DESA TLOGOREJO KECAMATAN BUTUH KABUPATEN PURWOREJO

Nindya Kurniawati<sup>1</sup>, Siti Amanah<sup>2</sup>

<sup>1</sup> <sup>2</sup>Institut Teknologi Bisnis dan Kesehatan Bhakti Putra Bangsa Indonesia  
Jl. Soekarno Hatta Borokulon, Banyuurip, Purworejo, Jawa Tengah  
[ininindi@gmail.com](mailto:ininindi@gmail.com)

### ABSTAK

Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) menjadi pilihan dalam mewujudkan derajat kesehatan masyarakat yang lebih baik. Dari hasil studi pendahuluan dari 10 Kepala Keluarga didapatkan 7 diantaranya belum melaksanakan gerakan masyarakat hidup sehat dengan baik. Mengetahui Gambaran Pelaksanaan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat di Desa Tlogorejo Kecamatan Butuh Kabupaten Purworejo berdasarkan karakteristik responden. Jenis penelitian ini menggunakan metode Deskriptif. Jumlah populasi yaitu sebanyak 133 Kepala Keluarga dan sampel sebanyak 100 Kepala Keluarga, pengambilan sampel dengan Tehnik *Simple Random Sampling*. Data dikumpulkan melalui observasi checklist. Teknik analisis data menggunakan teknik analisis univariat dengan rumus prosentase. Pelaksanaan gerakan masyarakat hidup sehat di Desa Tlogorejo Kecamatan Butuh Kabupaten Purworejo yang dilakukan oleh masyarakat yang sesuai dengan teori yaitu sebanyak 27 Kepala Keluarga (27.0%) dan yang belum melaksanakan keseluruhan yaitu sebanyak 73 Kepala Keluarga (73.0%). Terdapat kesesuaian teori pelaksanaan gerakan masyarakat hidup sehat yaitu sebanyak 27 Kepala Keluarga (27.0%) yang sudah melakukan gerakan masyarakat hidup sehat dengan baik dan secara keseluruhan. Bagi masyarakat agar dapat memahami dan meningkatkan perilaku gerakan masyarakat hidup sehat serta dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

**Kata Kunci** : pelaksanaan, gerakan masyarakat hidup sehat

### ABSTRACT

*The Healthy Living Community Movement (GERMAS) is an option in realizing a better level of public health. From the results of a preliminary study of 10 heads of families, it was found that 7 of them had not implemented the healthy living community movement properly. Knowing the description of the implementation of the Healthy Living Community Movement in Tlogorejo Village, Butuh District, Purworejo Regency based on the characteristics of respondents. This type of research uses descriptive methods. The population was 133 heads of families and a sample of 100 heads of families, sampling with the Simple Random Sampling technique. Data were collected through checklist observation. Data analysis techniques using univariate analysis techniques with percentage formulas. The implementation of the healthy living community movement in Tlogorejo Village, Butuh Subdistrict, Purworejo Regency, which is carried out by the community in accordance with the theory, is 27 Heads of Families (27.0%) and those who have not implemented the whole are 73 Heads of Families (73.0%). There is conformity with the theory of the implementation of the healthy living community movement, namely 27 heads of families (27.0%) who have carried out the healthy living community movement properly and as a whole. For the community to understand and improve the behavior of healthy living community movement and can apply it in everyday life.*

**Keywords:** *implementation, healthy living community movement*

## PENDAHULUAN

Kementrian Kesehatan RI secara khusus meningkatkan masyarakat untuk menjaga kesehatan melalui Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) yaitu ada beberapa program Infrastruktur Berbasis Masyarakat (IBM) Kementrian Pekerja Umum dan Perumahan Rakyat yang berfokus pada pembangunan akses air minum, sanitasi, dan pemukiman layak huni untuk menciptakan Indonesia sehat yang merupakan cara untuk mengajak individu, keluarga, dan masyarakat dalam mempraktekkan hidup sehat (Depkes, 2016).

Germas merupakan gerakan nasional yang diprakarsai oleh Presiden RI yang mengedepankan upaya promotif dan *preventif* tanpa mengesampingkan upaya *kuratif* dan *rehabilitative* dengan melibatkan seluruh komponen bangsa dalam memasyarakatkan paradigma sehat. Secara khusus, GERMAS diharapkan dapat meningkatkan partisipasi dan peran serta masyarakat untuk hidup sehat, meningkatkan produktivitas masyarakat dan mengurangi beban kesehatan (Depkes, 2016).

Menurut Kemenkes RI dalam Fitri (2018) permasalahan kesehatan yang saat ini sedang timbul yaitu akibat dari perilaku hidup sehat dan ditambah dengan sanitasi lingkungan dan ketersediaan air yang kurang memadai di beberapa tempat.

Menurut Dinkes dalam Fitri (2018) melihat kondisi diatas pelaksana program Indonesia sehat dengan pendekatan keluarga tentunya tidak berhasil jika tidak didukung oleh semua pihak baik lintas program maupun lintas sektor dan yang terpenting. Untuk itu diperlukan koordinasi dengan Dinas Kesehatan

Kabupaten/Kota dan lintas terkait dalam rangka implementasi Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga di Provinsi Jawa Tengah dan monitoring serta evaluasi implementasi Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga agar masalah dapat diperbaiki untuk kelancaran pelaksanaan di tahun berikutnya. Pertemuan diikuti pengelola program Keluarga Sehat di 35 Kabupaten/Kota.

Dari studi pendahuluan yang dilakukan di Desa Tlogorejo Kecamatan Butuh Kabupaten Purworejo pada tanggal 28 November 2019 didapatkan bahwa desa Tlogorejo Kabupaten Purworejo ada 4 RT dan 2 RW dengan jumlah total 133 Kepala Keluarga. Dari hasil Studi pendahuluan yang dilakukan pada 10 Kepala Keluarga 7 Kepala Keluarga diantaranya belum melaksanakan GERMAS dengan baik.

Dari data uraian diatas masih ada masyarakat atau warga yang belum mengetahui pelaksanaan gerakan masyarakat hidup sehat sehingga peneliti tertarik untuk meneliti "Gambaran Pelaksanaan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat di Desa Tlogorejo Kecamatan Butuh Kabupaten Purworejo".

## METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan metode pendekatan Deskriptif. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh kepala keluarga yaitu sebanyak 133 kepala keluarga. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 100 kepala keluarga, dengan menggunakan Teknik Sampling *Simple Random Sampling* atau pengambilan sampel secara acak.

Instrument yang digunakan pada penelitian ini menggunakan Checklist yang

Pendidikan	Frekuensi	Prosentase	
			%
1 SD	47		47.0%
2 SMP	19		19.0%
3 SMA	26		26.0%
4 Perguruan Tinggi	8		8.0%
Jumlah	100		100.0%

tidak memerlukan uji validitas dan uji reliabilitas karena sudah berdasarkan pada kebijakan pelaksanaan Germas dalam Surat Keputusan peraturan Bupati Purworejo No.100 tahun 2018 tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) di Kabupaten Purworejo. Analisis data pada penelitian ini ada dua yaitu :

1. Analisis Univariat
2. Central Tendency
  - a. Mean
  - b. M

No	Usia	Frekuensi	Prosentase (%)
1	<35 tahun	7	7.0%
2	35-50 tahun	19	19.0%
3	>50 tahun	74	74.0%
Jumlah		100	100.0%

## HASIL PENELITIAN

### 1. KARAKTERISTIK RESPONDEN

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan umur

Berdasarkan tabel diatas diketahui responden sebanyak 100 kepala keluarga yang pada umumnya berumur >50 tahun (74.0%) sedangkan yang paling sedikit

kategori yang berumur <35 tahun yaitu (7.0%).

Tabel 2. Karakteristik responden berdasarkan pendidikan

Berdasarkan tabel diatas diketahui sebanyak 100 kepala keluarga lebih banyak pendidikan SD yaitu sebanyak (47.0%) dan paling sedikit yaitu dengan prosentase (8.0%) yang berpendidikan perguruan tinggi.

Tabel 3. Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan

Mengacu pada tabel diatas diketahui yaitu sebanyak 100 responden bekerja sebagai petani sebanyak (38.0%) sedangkan paling sedikit bekerja menjadi pensiunan yaitu sebanyak (6.0%).

### 2. ANALISIS UNIVARIAT

No	Pekerjaan	Frekuensi	Prosentase %
1	Petani	38	38.0%
2	IRT	13	13.0%
3	Buruh	12	12.0%
4	Wiraswasta Karyawan	12	12.0%
5	Swasta	12	12.0%
6	PNS	7	7.0%
7	Pensiunan	6	6.0%
Jumlah		100	100.0%

#### a. Melakukan aktivitas fisik

Tabel 4. Analisis univariat pada melakukan aktivitas fisik

	Melakukan Aktivitas Fisik	Frekuensi	Prosentase (100%)
Berdasarkan analisis	Ya	100	100.0%
	Tidak	0	0.0%
	Jumlah	100	100.0%

is tabel diatas frekuensi dari 100 kepala keluarga untuk gerakan masyarakat hidup sehat pada melakukan aktivitas fisik sudah

dilakukan dengan baik dengan prosentase (100%).

**b. Mengkonsumsi buah dan sayur**

Tabel 5. Analisis univariat pada mengkonsumsi buah dan sayur

Mengkonsumsi Buah dan Sayur	Frekuensi	Prosentase (100%)
Ya	73	73.0%
Tidak	27	27.0%
Jumlah	100	100.0%

Berdasarkan analisis tabel diatas frekuensi pada 100 kepala keluarga pada mengkonsumsi buah dan sayur yang dilakukan sebesar 73 kepala keluarga (73.0%) dan yang tidak dilakukan yaitu sebanyak 27 kepala keluarga (27.0%).

**c. Tidak merokok**

Tabel 6. Analisis univariat pada tidak merokok

Tidak Merokok	Frekuensi	Prosentase (100%)
Ya	42	42.0%
Tidak	58	58.0%
Jumlah	100	100.0%

Berdasarkan analisis tabel diatas

Menjaga Kebersihan Lingkungan	Frekuensi	Presentase (%)
Ya	98	98.0%
Tidak	2	2.0%
Jumlah	100	100.0%

frekuensi pada 100 kepala keluarga pada tidak merokok yang dilakukan sebesar 42 kepala keluarga (42.0%) dan yang tidak dilakukan yaitu sebanyak 58 kepala keluarga (58.0%).

**d. Tidak mengkonsumsi minuman beralkohol**

Tidak Mengkonsumsi minuman Beralkohol	Frekuensi	Prosentase (100%)
Ya	100	100.0%
Tidak	0	0.0%
Jumlah	100	100.0%

**minuman beralkohol**

Tabel 7. Analisis univariat pada tidak mengkonsumsi minuman beralkohol

Berdasarkan analisis tabel diatas frekuensi pada 100 kepala keluarga pada tidak mengkonsumsi minuman beralkohol sudah dilakukan dengan baik dengan presentase (100.0%). **Melakukan cek kesehatan berkala**

Tabel 8. Analisis univariat pada melakukan cek kesehatan berkala

Cek Kesehatan Berkala	Frekuensi	Prosentase (100%)
Ya	90	90.0%
Tidak	10	10.0%
Jumlah	100	100.0%

Berdasarkan analisis tabel diatas frekuensi pada 100 kepala keluarga pada melakukan cek kesehatan berkala yang dilakukan sebesar 90 kepala keluarga (90.0%) dan yang tidak dilakukan yaitu sebanyak 10 kepala keluarga (10.0%).

**e. Menjaga kebersihan lingkungan**

Tabel 9. Analisis univariat pada menjaga kebersihan lingkungan

Berdasarkan analisis tabel diatas dari 100 kepala keluarga pada menjaga kebersihan lingkungan yang dilakukan sebesar 98 kepala keluarga (98.0%) dan yang tidak dilakukan sebanyak 2 kepala keluarga (2.0%).

**f. Menggunakan jamban sehat**

N	Valid	100
	Missing	0
Mean		.73
Median		1.00
Mode		1
Minimum		3
Maximum		7

Tabel 10. Analisis univariat pada

N	Valid	100
	Missing	0
Mean		.42
Median		.00
Mode		0
Minimum		3
Maximum		7

N Valid 100 Missing 0  
Mean .98  
Median 1.00  
Mode 1  
Minimum 3  
Maximum 7

Berdasarkan analisis tabel diatas frekuensi dari 100 kepala keluarga pada menggunakan jamban sehat yang dilakukan sebesar 99 kepala keluarga (99.0%) dan yang tidak dilakukan yaitu sebanyak 1 kepala keluarga (1.0%).

**g. Pelaksanaan keseluruhan**

Tabel 11. Analisis univariat pada pelaksanaan keseluruhan

Berdasarkan analisis tabel diatas dari 100 kepala keluarga dalam pelaksanaan keseluruhan dilakukan sebesar 27 kepala keluarga (27.0%) dan tidak dilakukan yaitu sebanyak 73 kepala keluarga (73.0%).

**3. CENTRAL TENDENCY**

**a. Melakukan aktivitas fisik**

Tabel 12. Pada melakukan aktivitas fisik

N	Valid	100
	Missing	0
Mean		1.00
Median		1.00
Mode		1
Minimum		3

Pelaksanaan Secara Lengkap	Frekuensi	Prosentase (100%)
Ya	27	27.0%
Tidak	73	73.0%
Jumlah	100	100.0%
Maximum		7

Dari tabel diatas bahwa adalah coding 1 yang berarti Dilakukan. Rata-rata nilai yang diperoleh yaitu 1.00, nilai minimal yang diperoleh yaitu 3 dan nilai maksimal yang diperoleh yaitu 7.

**b. Mengonsumsi buah dan sayur**

Tabel 13. Pada mengonsumsi buah dan sayur

Dari tabel diatas coding 1 yang berarti Dilakukan. Hasil rata-rata nilai diperoleh yaitu 73, nilai minimal yaitu 3 dan nilai maksimal yaitu 7.

**c. Tidak merokok**

Tabel 14. Pada tidak merokok

Dari tabel diatas coding 0 yang berarti Tidak Dilakukan. Hasil dari rata-rata pada tidak merokok yaitu 42. Dengan nilai minimal 3 dan nilai maksimal 7.

**d. Tidak mengonsumsi Miras**

Tabel 15. Pada tidak mengonsumsi

N	Valid	100
	Missing	0
Mean		.89
Median		1.00
Mode		1
Minimum		3
Maximum		7

Dari tabel diatas coding 1 yang berarti Dilakukan.. Dengan hasil rata-rata nilai 1.00, nilai minimalnya yaitu 3 dan nilai maksimal yaitu 7.

**e. Melakukan cek kesehatan berkala**

Tabel 16. Pada melakukan cek kesehatan berkala

Dari tabel diatas coding 1 yang berarti Dilakukan. Dengan hasil nilai rata-rata 89, nilai minimal yaitu 3, dan nilai maksimal yaitu 7.

**f. Menjaga kebersihan lingkungan**

Tabel 17. Pada menjaga kebersihan lingkungan

Dari tabel diatas dengan hasil coding 1 yaitu Dilakukan. Dengan hasil nilai rata-rata yaitu 98, nilai minimal yaitu 3 dan nilai maksimal 7.

**g. Menggunakan jamban sehat**

Tabel 18. Pada menggunakan jamban sehat

N	Valid	100
	Missing	0
Mean		.99
Median		1.00
Mode		1
Minimum		3
Maximum		7

Dari tabel diatas dapat coding 1 yang berarti Dilakukan. Dengan hasil nilai rata-rata 99, nilai minimal yaitu 3 dan nilai maksimal yaitu 7.

**h. Pelaksanaan keseluruhan**

Tabel 19. Pada pelaksanaan keseluruhan

Dari tabel diatas dapat coding 0 yang berarti Tidak Dilakukan. Dengan hasil nilai rata-rata yaitu 27, nilai minimal yaitu 3 dan nilai maksimal yaitu 7.

**PEMBAHASAN**

**1. Karakteristik Responden**

**a. Berdasarkan Umur**

Berdasarkan hasil pengolahan dan penelitian diketahui bahwa pelaksanaan gerakan masyarakat hidup sehat terhadap 100 kepala keluarga dapat diketahui paling sedikit pada usia <35 tahun sebanyak 7 kepala keluarga (7.0%) dan yang paling banyak berusia >50 tahun sebanyak 74 kepala keluarga (74.0%). Menurut penelitian Salamah (2018) karakteristik responden

N	Valid	100
	Missing	0
Mean		.27
Median		.00
Mode		0
Std. Deviation		.446
Minimum		3

N	Valid	100
	Missing	0
Mean		1.00
Median		1.00
Mode		1
Minimum		3
Maximum		7

berdasarkan umur dibagi menjadi 3 yaitu usia <35 tahun, usia 35-50 tahun, dan usia >50 tahun.

**b. Berdasarkan Pendidikan**

Berdasarkan hasil pengolahan dan penelitian diketahui pelaksanaan gerakan masyarakat hidup sehat

terhadap 100 kepala keluarga diketahui berpendidikan paling banyak yaitu lulus SD sebanyak (47.0%), dan yang paling sedikit berpendidikan perguruan tinggi yaitu sebanyak (8.0%). Berdasarkan hasil penelitian karakteristik responden berdasarkan pendidikan dibagi menjadi 4 yaitu tamat SD, SMP, SMA dan perguruan tinggi.

c. Berdasarkan Pekerjaan

Berdasarkan hasil pengolahan dan penelitian diketahui bahwa pelaksanaan gerakan masyarakat hidup sehat terhadap 100 kepala keluarga dapat diketahui responden yang paling banyak bekerja sebagai petani (38.0%), dan yang paling sedikit menjadi pensiunan (6.0%).

Berdasarkan penelitian karakteristik responden berdasarkan faktor pekerjaan dibagi menjadi 7 yaitu bekerja sebagai petani, IRT, buruh, wiraswasta, karawan swasta, PNS, dan sebagai pensiunan.

2. Tujuh Langkah Pelaksanaan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS)

a. Melakukan Aktivitas Fisik

Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa pada melakukan aktivitas fisik sudah dilakukan dengan baik dan sudah keseluruhan sudah melaksanakan aktivitas fisik setiap hari dengan baik dengan salah satunya melakukan pekerjaan yang dilakukan setiap hari seperti bekerja, dikebun dan melakukan pekerjaan rumah. Seluruh anggota keluarga melakukan aktivitas fisik minimal 30 menit setiap hari (Proeverawati,2012).

Seluruh masyarakat di desa tlogorejo sudah melakukan aktivitas fisik secara keseluruhan melakukan aktivitas fisik dilakukan oleh masyarakat minimal 30 menit dalam sehari, baik pada saat

setelah bangun tidur setidaknya sudah menyapu menyuci pakaian, dan juga untuk bapak-bapak biasanya sudah pergi kesawah.

b. Mengonsumsi Buah dan Sayur

Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa pelaksanaan pada mengonsumsi buah dan sayur yang melaksanakan yaitu sebanyak 73 kepala keluarga (73.0%).

Mengonsumsi buah dan sayur harus dimakan 2-3 porsi setiap hari dengan ukuran satu porsi sama dengan setengah mangkuk sayuran matang. Dan buah-buahan harus dimakan 2-3 porsi sehari atau dengan satu gelas jus ataupun satu buah jeruk, dll (Proeverawati,2012).

Masyarakat yang belum mengonsumsi buah dan sayur dengan keterangan setiap hari belum tentu ada buah dan sayur sehingga belum dapat mengonsumsi buah dan sayur setiap hari, karena banyaknya keluarga adanya masalah ekonomi.

c. Tidak Merokok

Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa pelaksanaan pada tidak merokok yang melaksanakan tidak merokok yaitu sebanyak 42 kepala keluarga dengan prosentase (42.0%).

Setiap anggota keluarga tidak boleh ada yang merokok, karena dalam satu batang rokok yang dihisap akan dikeluarkan sekitar 4.000 bahan kimia yang berbahaya yang dapat merusak jantung, aliran darah (Proeverawati,2012).

Masyarakat yang belum melaksanakan dengan baik dengan keterangan setiap hari masih belum bisa bebas dari rokok seutuhnya karena sikap keterbiasaan yang merokok.

d. Tidak Mengonsumsi Minuman Beralkohol

Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa pelaksanaan gerakan masyarakat hidup sehat (GERMAS) pada tidak mengonsumsi minuman beralkohol yang melakukan yaitu sudah baik dan keseluruhan.

Semua anggota keluarga tidak ada yang mengonsumsi minuman beralkohol karena alkohol merupakan jenis minuman yang mengandung unsur kimia etil alkohol atau etanol (Wiarso,2013).

Seluruh masyarakat desa Tlogorejo sudah mengetahui dampak dan akibat apabila mengonsumsi minuman beralkohol, sehingga seluruh masyarakat tidak mengonsumsi minuman beralkohol.

e. Melakukan Cek Kesehatan Berkala

Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa pelaksanaan gerakan masyarakat hidup sehat (GERMAS) pada melakukan cek kesehatan berkala yang melaksanakan yaitu sebanyak 89 kepala keluarga (89.0%).

Semua anggota keluarga melakukan cek kesehatan secara rutin seperti tensi di tenaga kesehatan minimal 1 bulan sekali untuk memantau kondisi kesehatan tubuh (Kemenkes RI, 2017).

Masyarakat yang belum melaksanakan cek kesehatan berkala dengan baik dengan keterangan setiap ada acara cek kesehatan seperti posyandu, posbindu belum tentu dirumah masih sibuk bekerja dan responden terkadang sedang bepergian, ada juga keluarga yang lupa dengan jadwal cek kesehatan.

f. Menjaga Kebersihan Lingkungan.

Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa pelaksanaan gerakan masyarakat

hidup sehat (GERMAS) pada menjaga kebersihan lingkungan yang melaksanakan yaitu sebanyak 98 kepala keluarga dengan prosentase (98.0%).

Setiap rumah sudah membuang sampah dan memusnahkan sampah seperti ditanam, dibakar dan dijadikan pupuk (Notoatmodjo,2011).

Masyarakat yang belum melaksanakan pada menjaga lingkungan dengan baik dengan keterangan belum tersedianya tempat pembuangan sampah di sekitar rumah dan sampah masih dibuang di kebun baik sampah organik maupun anorganik, dan belum tersedianya pipa untuk pembuangan air limbah yang berasal dari rumah dan untuk air limbah masih dialirkan begitu saja tanpa menggunakan pipa.

g. Menggunakan Jamban Sehat

Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa pelaksanaan gerakan masyarakat hidup sehat (GERMAS) pada menggunakan jamban sehat yang melaksanakan yaitu sebanyak 99 kepala keluarga dengan prosentase (99.0%).

Jamban merupakan suatu ruangan yang mempunyai fasilitas pembuangan kotoran manusia yang terdiri atas tempat jongkok atau tempat duduk dengan leher angsa (cemplung) yang dilengkapi dengan unit penampungan kotoran dan air untuk membersihkannya (Maryunani,2013).

Masyarakat yang belum menggunakan jamban dengan keterangan belum tersedianya jamban dan untuk pembuangan kotoran masih di jamban empang dan responden mengatakan belum mendapatkan bantuan berupa alat jamban dari pemerintah karena adanya faktor ekonomi yang terjadi di keluarga.

h. Pelaksanaan secara keseluruhan

Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa dari 100 kepala keluarga dalam pelaksanaan gerakan masyarakat hidup sehat (GERMAS) secara keseluruhan yang melaksanakan yaitu sebanyak 27 kepala keluarga dengan prosentase (27.0%).

Germas atau gerakan masyarakat hidup sehat merupakan suatu tindakan sistematis dan terencana yang dilakukan secara bersama sama oleh seluruh komponen bangsa dengan kesabaran, kemauan dan kemampuan berperilaku sehat untuk meningkatkan kualitas hidup. Pelaksanaan GERMAS harus dimulai dari keluarga, karena keluarga merupakan bagian terkecil dari masyarakat yang membentuk kepribadian (Depkes RI, 2016).

GERMAS yang paling banyak dilakukan oleh masyarakat yaitu pada melakukan aktivitas fisik dan tidak mengkonsumsi minuman beralkohol yaitu sebanyak (100.0%) dan yang paling sedikit dilakukan yaitu pada tidak merokok yaitu sebanyak (42.0%) karena masih banyaknya keluarga yang masih merokok. Masyarakat yang belum melaksanakan gerakan masyarakat hidup sehat dengan keseluruhan dengan keterangan masih keterbatasan ekonomi dan juga kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gerakan masyarakat hidup sehat karena kebanyakan responden berpendidikan lulus SD sehingga masih kurang untuk pengetahuan.

### SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai gambaran pelaksanaan gerakan masyarakat hidup sehat di Desa Tlogorejo Kecamatan Butuh Kabupaten Purworejo dengan jumlah

sampel 100 kepala keluarga dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan gerakan masyarakat hidup sehat di Desa Tlogorejo Kecamatan Butuh Kabupaten Purworejo yang sudah melaksanakan gerakan masyarakat hidup sehat sebanyak 27 kepala keluarga dengan prosentase (27.0%) dan yang belum melakukan dengan keseluruhan yaitu sebanyak 73 kepala keluarga dengan prosentase (73.0%).

### SARAN

1. Bagi Instansi Pendidikan

Penulis menyarankan bagi instansi sekolah terutama untuk perguruan tinggi yang berjurusan kesehatan untuk lebih sering mengadakan berbagai macam penyuluhan tentang gerakan masyarakat hidup sehat agar mahasiswa mampu mengetahui dan meningkatkan pelaksanaan gerakan hidup sehat lebih baik lagi.

2. Bagi Puskesmas

Bagi Puskesmas penulis menyarankan agar terus melanjutkan program gerakan masyarakat hidup sehat (GERMAS) dan melakukan penyuluhan kepada masyarakat tentang gerakan masyarakat hidup sehat di desa agar kualitas hidup serta kesehatan masyarakat menjadi lebih baik lagi terutama tentang bahaya merokok.

3. Bagi Masyarakat

Bagi seluruh masyarakat penulis menyarankan agar dapat memahami pentingnya pelaksanaan gerakan masyarakat hidup sehat (GERMAS) serta penerapannya di masyarakat dan keluarga dalam kehidupan sehari-hari.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian dengan tema yang

sama agar dapat menambah referensi serta gambaran pada peneliti selanjutnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2013. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_. 2017. *Buku Panduan Bagi Penyuluh Kesehatan Germas*. Purworejo : Dinkes Purworejo
- Ilham, M. N, Siti Patimah, Muhamad Khidri Alwi. 2018. *Efektivitas Program Germas Dinkes Kota Makassar Dalam Peningkatan Status Kesehatan Jamaah Haji Tahun 2018*. Jurnal Kesehatan. Volume 2 No.2.
- Hidayat, A. 2014. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta : Salemba Medika
- Kemenkes RI. 2016. *Buku Panduan Germas (Gerakan Masyarakat Notoatmodjo, S. 2014. Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_. 2011. *Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Proeverawati, A . 2012. *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Riwidikdo, H. 2012. *Statistik Kesehatan*. Yogyakarta : Mitra Cendikia Press
- \_\_\_\_\_. 2019. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung : CV Alfabeta.
- \_\_\_\_\_. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Hidup Sehat*). Kemenkes RI : Diakses tanggal 1 Desember 2017 pukul 14.35 WIB.
- \_\_\_\_\_.2019. *Buku Pedoman Manajemen Penyakit Tidak Menular*. Kemenkes RI : Diakses tanggal 15 Oktober 2019 pukul 09:33 WIB
- Maryunani, A. 2013. *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*. Jakarta : CV. Trans Info Media
- Nursalam. 2015. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Depkes RI. 2016. *Germas Wujudkan Indonesia Sehat*. Depkes RI : Diakses tanggal 15 November 2016 pukul 00.00 WIB.
- Dinkes Purworejo. 2018. *Kampanye Germas Tingkat Kabupaten*. Dinkes Purworejo : Diakses tanggal 20 September 2018
- \_\_\_\_\_. Bandung : CV. Alfabeta
- Wulandari. Kurniawati. Salamah, F. 2018. *Pengaruh Penyuluhan Tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat Terhadap Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*. Karya Tulis Ilmiah, Program Studi DIII Kebidanan : Akademi Kebidanan Bhakti Putra Bangsa Purworejo.
- Hastuti, P.Kusumaningsih, T.P., Fatonah, S.H.H., Zulisa., E. (2023). *Buku Ajar Kebutuhan Asuhan Bayi dan Balita*. Jakarta; Mahakarya Citra utama.