Junie Suriawati

Rev GERMAS

GERMAS

PKM

Jurusan Analis Farmasi dan Makanan

Document Details

Submission ID

trn:oid:::1:3633510046

Submission Date

Aug 26, 2026, 8:14 AM GMT+7

Download Date

Aug 26, 2026, 8:34 AM GMT+7

File Name

Rev_Manuskrip_Germas.pdf

File Size

623.4 KB

7 Pages

2,322 Words

15,073 Characters

13% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Filtered from the Report

- Bibliography
- Quoted Text

Exclusions

- 7 Excluded Matches

Top Sources

11% Internet sources
7% Publications
3% Submitted works (Student Papers)

Integrity Flags

0 Integrity Flags for Review

No suspicious text manipulations found.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.

Top Sources

11% Internet sources
7% Publications
3% Submitted works (Student Papers)

Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1 Internet
journal.universitaspahlawan.ac.id 1%

2 Internet
www.popbela.com <1%

3 Student papers
Universitas Negeri Jakarta <1%

4 Student papers
LL Dikti IX Turnitin Consortium <1%

5 Publication
Renita Renita, Siti Helmyati, Digna Niken Purwaningrum, Nova Lidia Sitorus, Char... <1%

6 Internet
ejurnalmalahayati.ac.id <1%

7 Internet
jurnal.unismuhpalu.ac.id <1%

8 Publication
Ita Astit Karmawati, Tarwoto Tarwoto, Ita Yulita, Sri Handayani, Elsye Rahmawaty... <1%

9 Internet
infobisnis.id <1%

10 Internet
kes.ojs.co.id <1%

11 Publication
Ridha Hafid, Rini Wahyuni Mohamad, Andi Mursyidah. "Pencegahan Angka Kejadi... <1%

12 Internet

infopublik.id <1%

13 Internet

makassar.antaranews.com <1%

14 Publication

Erinda Keysha Mardiarini, Ardiana Priharwanti, Dewi Nugraheni Restu Mastuti. "I... <1%

15 Publication

Malisa Ariani. "Determinan Penyebab Kejadian Stunting Pada Balita: Tinjauan Lit... <1%

16 Publication

Nenden Evi Wulandari, Yusman Faisal. "EFEKTIVITAS PROGRAM PEMBERIAN MAK... <1%

17 Internet

berkas.dpr.go.id <1%

18 Internet

docu.bkkbndiy.id <1%

19 Internet

metropolis.id <1%

20 Internet

prokopim.bengkaliskab.go.id <1%

Sosialisasi Gerakan Masyarakat Hidup Sehat Dalam Upaya Pencegahan *Stunting* Dan Penyakit Tidak Menular Menuju Indonesia Emas Tahun 2045 Di Kota Bekasi Jawa Barat

Reni Chairani[1], Junie Suriawati[2]*, Syarifah Miftahul El Jannah[3], Paula Krisanty[4], Ade Kartika Harahap[5], Siti Mutia Rahmawati[6], Gede Ketut Wirakamboja[7], Rinda Nur Hidayati[8], Lukky Jayadi[9], Tugiyo[10], Ruth Elenora Kristanty[11], Sriyatun[12], Fadli Asrori[13]

[1,4,5] *Direktorat, Poltekkes Kemenkes Jakarta II, Jakarta, Indonesia*
[2,11] *Jurusan Analisis Farmasi dan Makanan, Poltekkes Kemenkes Jakarta II, Jakarta, Indonesia*
[3,10] *Jurusan Kesehatan Lingkungan, Poltekkes Kemenkes Jakarta II, Jakarta, Indonesia*
[6,7] *Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Jakarta II, Jakarta, Indonesia*
[8] *Jurusan Teknik Elektromedik, Poltekkes Kemenkes Jakarta II, Jakarta, Indonesia*
[9] *Jurusan Farmasi, Poltekkes Kemenkes Jakarta II, Jakarta, Indonesia*
[12,13] *Jurusan Teknik Radiodiagnostik, Poltekkes Kemenkes Jakarta II, Jakarta, Indonesia*

PENULIS KORESPONDENSI
Junie Suriawati
junie.suriawati@poltekkesjkt2.ac.id.
+62 8129023210
Jurusan Analisis Farmasi dan Makanan, Poltekkes Kemenkes Jakarta II, Jakarta, Indonesia

ABSTRAK

Pendahuluan: *Stunting* serta penyakit tidak menular (PTM) ialah dua tantangan utama dalam pembagunan kesehatan warga di Indonesia yang berpotensi memengaruhi mutu sumber daya manusia mengarah Indonesia Emas 2045. Upaya promotif serta preventif lewat Gerakan masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) jadi salah satu strategi untuk meningkatkan kesadaran dan perilaku hidup sehat di masyarakat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman warga tentang pencegahan *stunting* dan PTM melalui sosialisasi GERMAS di kota Bekasi, Jawa Barat.

Metode: Metode pelaksanaan pengabdian ini meliputi penyuluhan, edukasi interaktif, dan diskusi. Sasaran kegiatan adalah masyarakat umum, pasangan usia subur, ibu hamil, kader kesehatan, serta tokoh masyarakat yang tinggal di Kota Bekasi Jawa Barat. Evaluasi dilakukan dengan pengamatan partisipasi peserta dalam kegiatan.

Hasil: Hasil kegiatan menunjukkan adanya antusiasme peserta selama kegiatan berlangsung dan sosialisasi menjadi media edukasi yang efektif dalam membangun kesadaran masyarakat untuk menerapkan pola hidup sehat secara berkelanjutan. Kegiatan ini memperkuat peran keluarga dan masyarakat dalam mendukung upaya promotif dan preventif di bidang kesehatan.

Kesimpulan: Sosialisasi GERMAS di Kota Bekasi Jawa Barat memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan literasi kesehatan masyarakat sebagai salah satu langkah strategis untuk menurunkan prevalensi *stunting* dan PTM.

Kata kunci: GERMAS, *Stunting*, PTM, Kota Bekasi Jawa Barat

I. PENDAHULUAN

Pembangunan sumber daya manusia merupakan pilar utama dalam mewujudkan Indonesia Emas 2045, yaitu visi besar Indonesia untuk menjadi negara maju tepat pada 100 tahun kemerdekaan. Untuk

menggapai tujuan tersebut, diperlukan warga yang sehat, pintar, serta produktif. Kesehatan menjadi dasar dari seluruh upaya pembangunan, karena tanpa keadaan raga serta mental yang sehat, manusia tidak bisa berpartisipasi secara maksimaldalam pembangunan nasional (Kementerian PPN/Bappenas, 2019; Nasution et al., 2025).

Namun, Indonesia dikala ini masih mengalami dua tantangan besar dalam bidang kesehatan, yakni *stunting* serta penyakit tidak menular (PTM). *Stunting*, atau keadaan kandas berkembang pada anak akibat kekurangan gizi kronis, masih menjadi masalah serius di berbagai wilayah. Anak-anak yang mengalami *stunting* berisiko mempunyai keahlian kognitif yang lebih rendah, kendala kesehatan di masa depan, serta rendahnya produktivitas kerja (Sauri et al., 2024). Hasil survei Status Gizi Indonesia (SSGI) pada tahun 2022 prevalensi *stunting* di Indonesia sebesar 21,6%, masih jauh di atas ambang batasan 14% yang diresmikan oleh WHO (Kemenkes, 2022). Sedangkan Kota Bekasi mencatat capaian yang lumayan baik dengan prevalensi *stunting* sebesar 2,99% bersumber pada informasi e-PPGBM tahun 2023, menjadikannya salah satu wilayah dengan angka *stunting* terendah di Jawa Barat. Walaupun demikian, angka tersebut masih membutuhkan perhatian serius karena berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi *stunting* di Kota Bekasi masih berada pada kisaran 10,3%. Perihal ini menampilkan terdapatnya perbandingan tata cara pengukuran sekalian menunjukkan bahwa upaya pencegahan harus terus ditingkatkan (Munira, 2023).

Sementara itu, penyakit tidak menular seperti hipertensi, diabet, stroke, serta penyakit jantung saat ini jadi pemicu kematian paling tinggi di Indonesia. Gaya hidup tidak sehat, kurang kegiatan olah raga, mengkonsumsi santapan tidak bergizi, serta paparan rokok menjadi aspek risiko utama penyebaran PTM. Keadaan ini mengancam produktivitas serta membebani sistem pelayanan kesehatan nasional (Kemenkes, 2018; Veriza & Triana, 2022).

Kota Bekasi sebagai salah satu wilayah urban di Provinsi Jawa Barat menghadapi tantangan tersediri terkait permasalahan kesehatan tersebut. Urbanisasi yang pesat, perubahan pola konsumsi masyarakat, serta gaya hidup modern turut berkontribusi terhadap meningkatnya risiko *stunting* dan PTM. Oleh karena itu diperlukan intervensi yang komprehensif melalui sosialisasi dan edukasi kepada masyarakat mengenai pentingnya penerapan perilaku hidup sehat sejak dini (Nugraha, 2025).

Sosialisasi Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) menjadi langkah strategis dalam tingkatkan pemahaman, keinginan, dan keahlian warga dalam mempraktikkan pola hidup sehat untuk menjaga kesehatan. GERMAS menekankan pentingnya peran aktif masyarakat dalam pencegahan penyakit melalui kebiasaan positif, seperti melaksanakan kegiatan olah raga, konsumsi sayur serta buah, mengecek kesehatan secara berkala, serta pengendalian faktor risiko PTM seperti tidak merokok serta tidak konsumsi alkohol. Upaya ini diharapkan dapat merendahkan prevalensi *stunting* serta PTM secara signifikan (Kemenkes, 2018; Kementerian PPN/Bappenas, 2019; Nugraha, 2025).

Dengan demikian, pelaksanaan sosialisasi Gerakan Masyarakat Hidup Sehat dalam upaya pencegahan *stunting* dan penyakit tidak menular di Kota Bekasi menjadi sangat penting sebagai bagian upaya promotif dan preventif dari intervensi jangka panjang dalam pembangunan sumber daya manusia. Hal ini sejalan dalam upaya pemerintah dalam mempersiapkan generasi unggul menuju Indonesia Emas 2045.

2. METODE

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini dalam bentuk sosialisasi GERMAS dihadiri oleh 600 peserta, dimana sasarannya adalah masyarakat di daerah kota Bekasi, Jawa Barat. Lokasi pengabdian dilaksanakan di Gedung Sartika, Jl. Pramuka No.63 RT 006 / RW 006 Marga Jaya, Kecamatan Bekasi selatan Kota Bekasi Jawa Barat. Metode pelaksanaan pengabdian ini meliputi penyuluhan, edukasi interaktif, dan diskusi. Tahapan kegiatannya terdiri dari persiapan, pelaksanaan,

dan pembuatan laporan kegiatan. Masyarakat yang hadir membawa undangan pelaksanaan GERMAS dan mengisi daftar hadir. Berikut susunan acara kegiatan pengabdian:

1. Pembukaan acara
2. Menyanyikan lagu Indonesia Raya
3. Pembacaan doa
4. Foto bersama
5. Sambutan dan sosialisasi GERMAS dari Anggota DPR RI Komisi IX
6. Sambutan Wakil Direktur I Poltekkes Kemenkes Jakarta II
7. Materi GERMAS dari Dinas Kesehatan Kota Bekasi
8. Materi GERMAS dari Puskesmas Marga Jaya
9. Penutupan foto bersama

3. HASIL

Peserta di lobi gedung Sartika mengisi daftar dan akan memperoleh *goodybag* berisi kaos Germas dan *snack* (Gambar 1) serta foto bersama (Gambar 2).



Gambar 1. Peserta mengisi daftar hadir dan kondisi gedung Sartika



Gambar 2. Foto Bersama

Pelaksanaan kegiatan GERMAS dimulai dengan menyanyikan lagu Indonesia Raya, sambutan, serta pemberian materi dari Dinas Kesehatan Kota Bekasi dan Puskesmas Marga Jaya (Gambar 3).



Gambar 3. Pelaksanaan GERMAS

4. PEMBAHASAN

Acara sosialisasi diadakan pada hari Senin, tanggal 04 Agustus 2025. Sosialisasi GERMAS dilaksanakan di halaman Gedung Sartika Kota Bekasi Jawa Barat. Kegiatan ini dihadiri oleh masyarakat Kota Bekasi, Jawa Barat. Peserta yang hadir adalah masyarakat yang memperoleh undangan dari tim ahli anggota DPR RI komisi IX.

Stunting serta penyakit tidak menular (PTM) masih menjadi kasus kesehatan warga yang membutuhkan atensi sungguh-sungguh di Indonesia sebab berakibat terhadap mutu sumber daya manusia, produktivitas, serta daya saing bangsa. Dalam mewujudkan visi Indonesia Emas 2045, pembangunan kesehatan tidak hanya berorientasi pada upaya kuratif, namun pula menitikberatkan pada pendekatan promotif serta preventif melalui pemberdayaan warga. Salah satu strategi yang dikembangkan pemerintah adalah Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS), yaitu gerakan nasional yang bertujuan membangun budaya hidup sehat melalui peningkatan kegiatan olah raga, mengkonsumsi pangan bergizi, deteksi dini penyakit, serta perbaikan kualitas lingkungan. Berbagai riset menampilkan bahwa implementasi GERMAS berkontribusi terhadap peningkatan perilaku hidup sehat warga, walaupun tingkatan partisipasi warga masih bervariasi antar wilayah (Bin Badarali et al., 2025; Palupi et al., 2021).

Pelaksanaan kegiatan sosialisasi di Kota Bekasi menampilkan bahwa partisipan memberikan respons positif terhadap materi yang diinformasikan. Tingginya partisipasi dalam tahap dialog serta tanya jawab mengindikasikan bahwa warga memiliki kebutuhan yang besar terhadap informasi kesehatan yang gampang dimegerti serta bisa diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Keadaan tersebut

sejalan dengan riset mengenai implementasi GERMAS di Indonesia yang menampilkan bahwa pengetahuan warga merupakan aspek utama yang mempengaruhi partisipasi dalam program promosi kesehatan. Orang yang memiliki pemahaman lebih baik mengenai khasiat kegiatan olah raga, mengkonsumsi buah serta sayur, dan pengecekan kesehatan berkala cenderung mempunyai sikap hidup sehat yang lebih baik dibanding mereka yang mempunyai tingkatan pengetahuan rendah (Bin Badarali et al., 2025).

Materi sosialisasi mengenai stunting difokuskan pada pentingnya pemenuhan gizi sejak masa kehamilan hingga usia dua tahun atau periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Periode ini merupakan fase kritis pertumbuhan sehingga gangguan gizi yang terjadi pada masa tersebut dapat menyebabkan hambatan pertumbuhan fisik maupun perkembangan kognitif yang bersifat jangka panjang. Penelitian nasional yang menggunakan data Survei Status Gizi Indonesia menunjukkan bahwa berat badan lahir rendah, kondisi sosial ekonomi keluarga, Pendidikan ibu, dan akses pelayanan kesehatan merupakan determinan utama kejadian *stunting* pada balita di Indonesia (Rahmadiani et al., 2017). Oleh karena itu upaya pencegahan *stunting* harus dilakukan secara komprehensif melalui intervensi gizi spesifik dan intervensi gizi sensitif yang melibatkan berbagai sektor.

Selain faktor gizi, peserta juga memperoleh pemahaman mengenai pentingnya sanitasi lingkungan, akses air bersih, serta perilaku hidup bersih dan sehat sebagai bagian dari pencegahan *stunting*. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa sanitasi lingkungan yang buruk dan paparan asap rokok di dalam rumah berhubungan siqnifikan dengan mengingkatnya risiko *stunting* pada balita. Anak yang tinggal pada lingkungan sanitasi tidak memadai lebih rentan mengalami infeksi berulang sehingga penyerapan zat gizi menjadi terganggu dan akhirnya memengaruhi pertumbuhan linier anak (Mashar et al., 2025). Temuan tersebut memperkuat pentingnya pendekatan GERMAS yang tidak hanya berfokus pada perubahan perilaku individu, tetapi juga pada penciptaan lingkungan yang sehat.

Tidak hanya pencegahan *stunting*, aktivitas ini juga memberikan bimbingan mengenai pengendalian aspek risiko penyakit tidak menular seperti hipertensi, diabet melitus, penyakit jantung, serta kegemukan. PTM tumbuh secara perlahan akibat akumulasi aspek risiko yang sebagain besar berkaitan dengan gaya hidup tidak sehat, seperti kurang kegiatan olah raga, mengkonsumsi makanan tinggi gula, garam, serta lemak, serta rendahnya mengkonsumsi buah serta sayur (Bin Badarali et al., 2025). Oleh sebab itu, bimbingan mengenai kegiatan olah raga, mengkonsumsi pangan gizi berseimbang, pembatasan mengkonsumsi gula, garam, serta lemak, penghentian kebiasaan merokok, dan pengecekan kesehatan berkala merupakan komponen utama yang diinformasikan dalam kegiatan sosialisasi. Bermacam riset menampilkan bahwa kenaikan pengetahuan melalui bimbingan kesehatan mampu tingkatkan pemahaman warga dalam mengendalikan aspek risiko PTM sehingga berpotensi merendahkan peristiwa penyakit di masa mendatang (Bin Badarali et al., 2025; Siramaneerat et al., 2024). Hasil pengabdian kepada masyarakat di Provinsi Jambi menampilkan bahwa bimbingan GERMAS yang dilakukan secara berulang sanggup tingkatkan sikap hidup bersih serta sehat pada ibu balita, terutama terkait konsumsi makanan bergizi, kebersihan diri, pemakaian jamban keluarga, dan pengecekan kesehatan berkala (Guspianto et al., 2024; Hidayat et al., 2023).

Keterlibatan kader kesehatan, tenaga kesehatan, pemerintah wilayah, dan perguruan tinggi dalam aktivitas ini merupakan salah satu kekuatan program. Kerja sama lintas sektor memungkinkan penyampaian informasi kesehatan menjadi lebih luas dan berkelanjutan. Kader kesehatan mempunyai kedudukan berarti selaku agen perubahan di masyarakat sebab berhubungan langsung dengan keluarga melalui kegiatan posyandu, pemantauan tumbuh kembang balita, bimbingan gizi, serta deteksi dini aspek risiko PTM. Pendekatan berbasis warga semacam ini teruji lebih efektif dalam meningkatkan kepatuhan masyarakat terhadap sikap hidup sehat dibandingkan intervensi yang hanya dilakukan di sarana pelayanan kesehatan (Guspianto et al., 2024; Hidayat et al., 2023).

5. KESIMPULAN

Sosialisasi GERMAS di Kota Bekasi Jawa Barat memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan literasi kesehatan masyarakat sebagai salah satu langkah strategis untuk menurunkan prevalensi *stunting* dan PTM menuju Indonesia Emas Tahun 2045.

6. DAFTAR PUSTAKA

Bin Badarali, M., Rungsihirunrat, K., & Herman, B. (2025). The Effect Of "Germas" Policy Implementation and Community Participation on Reducing The Risk Factors of Non-Communicable Diseases Due to Low Fruit and Vegetable Consumption in Riau Province, Indonesia. *Seejph*, *26*(1), 7120–7141.

Guspianto, Asparian, Kusmawan, D., Pramudiani, D., & Nurlinawati. (2024). Edukasi Gerkan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) untuk Percepatan Penurunan Stunting Sebagai Praktik Kampung Keluarga Berkualitas. *Jurnal Salam Sehat Masyarakat (JSSM)*, *6*(1), 53–62.

Hidayat, M., Arifarahmi, A., Pranata, H., & Astuti, D. (2023). Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) di Kelurahan Legok Kota Jambi. *Prosiding Seminar …*, *2*, 10–15. https://prosiding.stikba.ac.id/index.php/prosidingbaiturrahim/article/view/77%0Ahttps://prosiding.stikba.ac.id/index.php/prosidingbaiturrahim/article/download/77/72

Kemenkes. (2018). Buku Panduan GERMAS (Gerakan Masyarakat Hidup Sehat). In *Warta Kesmas* (Vol. 1, Issue kesehatan masyarakat). http://www.kesmas.kemkes.go.id/

Kemenkes. (2022). Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022. *Kemenkes*, 1–150.

Kementerian PPN/Bappenas. (2019). Indonesia 2045: Berdaulat, Maju, Adil, dan Makmur. In *Kementerian PPN/Bappenas* (Vol. 32).

Mashar, S. A., Suhartono, S., & Budiyono, B. (2025). Hubungan Sanitasi Lingkungan dan Paparan Asap Rokok dengan Kejadian Stunting pada Balita Usia 25–60 Bulan di Kabupaten Pekalongan. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, *23*(1), 1–8. https://doi.org/10.14710/mkmi.23.1.1-8

Munira, S. L. (2023). Survei Kesehatan Indonesia 2023 (SKI) Dalam Angka. In *Kemenkes*.

Nasution, I. S., Maghirah, A. Al, Azkia, A. N., Panjaitan, A. N., & Sitorus, D. S. B. (2025). Germas Sebagai Strategi Nasional: Evaluasi Kebijakan Menuju Indonesia Sehat. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, *6*(2), 9166–9177. https://doi.org/10.31004/jkt.v6i2.45084

Nugraha, K. W. D. (2025). Profil Kesehatan Indonesia 2024. In *Kementerian Kesehatan RI*.

Palupi, F. H., Rosita, S. D., & Remedina, G. (2021). Optimalisasi GERMAS dalam Pencegahan Stunting di Desa Rejosari Kecamatan Polokarto Kabupaten Sukoharjo. *Abdi Geomedisains*, *1*(2), 79–86. https://doi.org/10.23917/abdigeomedisains.v1i2.203

Rahmadiani, I., Fibriana, A. I., Nisa, A. A., Shabbir, S. A., & Azam, M. (2017). Impact of Low Birth Weight and Other Determinants on Stunting in Children Under-Five Years Old: Evidence from Indonesia's Nutrition Status Survey. *International Journal of Preventive Medicine*, *16*(76), 1–8. https://doi.org/10.4103/ijpvm.IJPVM

Sauri, S., Nurhayati, N., Tini, Sulistia, S., Pratiwi, P. S., Tatang, & Fiqroh, N. (2024). Sosialisasi Pentingnya Pencegahan Stunting Untuk Mewujudkan Generasi Emas 2025 di Desa Cikalong Kecamatan Cibitung Pandeglang. *KALANDRA : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *03*(01), 44–52. https://doi.org/10.55266/jurnalkalandra.v3i1.359

Siramaneerat, I., Astutik, E., Agushybana, F., Bhumkittipich, P., & Lamprom, W. (2024). Examining Determinants of Stunting in Urban and Rural Indonesian: A Multilevel Analysis Using the Population-Based Indonesian Family Life Survey (IFLS). *BMC Public Health*, *24*(1), 1–13. https://doi.org/10.1186/s12889-024-18824-z

Veriza, E., & Triana, W. (2022). Ciptakan Desa Mandiri Melalui Gerakan Masyarakat Sehat dalam Pengendalian Penyakit Tidak Menular di Kawasan Sekoja Kota Jambi. *Jurnal Pengabdian Meambo, 1*(1), 34–39. https://doi.org/10.56742/jpm.v1i1.8