

---

## Penyuluhan Kesehatan Sebagai Strategi Promotif Dalam Penguatan Pengetahuan Masyarakat Di Wilayah Kerja Puskesmas Kayon Palangka Raya

*Health Education for Strengthening Community Knowledge in the Working Area of Kayon Public Health Center, Palangka Raya*

Ravenalla Abdurrahman Al Hakim Sampurna Putra S<sup>1\*</sup>, Trilianty Lestaris<sup>1</sup>, Astri Widiarti<sup>1</sup>, Dian Mutiasari<sup>1</sup>, Aprillia Rahmadina<sup>2</sup>, Sania Zahra<sup>1</sup>, Dea Mura Epatni<sup>1</sup>, Tania Chrislovenia Aritonang<sup>1</sup>, Putri Adeli<sup>1</sup>, Viviliani Anandita Dewani<sup>1</sup>, Daniel Yuantara<sup>1</sup>, Yossia W. Amit<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Kedokteran, Universitas Palangka Raya

<sup>2</sup>Program Studi Profesi Apoteker, Universitas Borneo Lestari

\*Korespondensi: [raven.abdurahman@med.upr.ac.id](mailto:raven.abdurahman@med.upr.ac.id)

---

### ABSTRAK

**Pendahuluan:** Permasalahan kesehatan masyarakat baik penyakit menular maupun penyakit tidak menular masih menjadi perhatian di wilayah kerja Puskesmas Kayon Palangka Raya. Tingkat pengetahuan masyarakat mengenai faktor risiko, tanda bahaya penyakit, serta upaya pencegahan menjadi salah satu faktor yang dapat memengaruhi status kesehatan masyarakat. Oleh karena itu, diperlukan kegiatan promosi kesehatan melalui penyuluhan sebagai upaya promotif dalam memperkuat pengetahuan masyarakat mengenai berbagai masalah kesehatan yang sering dijumpai di lingkungan masyarakat.

**Tujuan:** Kegiatan penyuluhan kesehatan ini bertujuan untuk memberikan edukasi kesehatan serta memperkuat pengetahuan masyarakat terkait berbagai permasalahan kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Kayon Palangka Raya, meliputi hipertensi, pendidikan kesehatan seksual pada anak dan remaja, myalgia, diare, keluarga berencana, pencegahan stunting, gastritis, serta tanda bahaya Demam Berdarah Dengue (DBD).

**Metode:** Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui metode penyuluhan kesehatan menggunakan media leaflet dan diskusi interaktif. Kegiatan dilaksanakan secara tatap muka pada beberapa lokasi di wilayah kerja Puskesmas Kayon Palangka Raya, meliputi puskesmas, posyandu, dan panti sosial. Kegiatan penyuluhan terdiri dari delapan tema kesehatan yang dilaksanakan menyesuaikan karakteristik sasaran masyarakat.

**Hasil:** Kegiatan penyuluhan kesehatan berjalan dengan baik dan mendapat partisipasi aktif dari masyarakat. Masyarakat menunjukkan antusiasme selama kegiatan berlangsung melalui sesi diskusi dan tanya jawab. Penyampaian materi secara interaktif dengan media edukatif membantu masyarakat lebih mudah memahami informasi kesehatan yang diberikan.

**Simpulan:** Penyuluhan kesehatan sebagai strategi promotif dapat menjadi upaya efektif dalam memperkuat pengetahuan masyarakat mengenai berbagai masalah kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Kayon Palangka Raya. Kegiatan edukasi kesehatan yang dilaksanakan secara berkelanjutan dan sesuai karakteristik sasaran masyarakat diharapkan mampu mendukung upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat.

**Kata kunci:** Promosi kesehatan, penyuluhan kesehatan, edukasi kesehatan, pengetahuan masyarakat

---

### ABSTRACT

**Introduction:** Public health problems, including both communicable and non-communicable diseases, remain a concern in the working area of Kayon Public Health Center, Palangka Raya. The level of community knowledge regarding risk factors, danger signs of diseases, and prevention efforts is one of the factors that may influence community health status. Therefore, health promotion activities through health counseling are needed as a promotive effort to strengthen community knowledge regarding various health problems commonly encountered in the community.

**Objectives:** This health counseling activity aimed to provide health education and strengthen community knowledge regarding various health problems in the working area of Kayon Public Health Center, Palangka Raya, including hypertension, sexual health education for children and adolescents, myalgia, diarrhea, family planning, stunting prevention, gastritis, and warning signs of Dengue Hemorrhagic Fever (DHF).

**Methods:** The activities were carried out through health counseling methods using leaflet media and interactive discussions. The activities were conducted face-to-face at several locations within the working area of Kayon Public Health Center, Palangka Raya, including the public health center, integrated health service posts (posyandu), and social institutions. The counseling activities consisted of eight health topics implemented according to the characteristics of the target community.

**Results:** The health counseling activities were conducted successfully and received active participation from the community. Participants showed enthusiasm throughout the activities through discussion and question-and-answer sessions. The delivery of material interactively using educational media helped the community better understand the health information provided.

**Conclusion:** Health counseling as a promotive strategy can be an effective effort to strengthen community knowledge regarding various health problems in the working area of Kayon Public Health Center, Palangka Raya. Continuous health education activities implemented according to the characteristics of the target community are expected to support promotive and preventive efforts in improving community health status.

**Keywords:** health promotion, health counseling, health education, community knowledge

## PENDAHULUAN

Pembangunan kesehatan merupakan bagian penting dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan masyarakat melalui pendekatan promotif dan preventif yang dilaksanakan secara berkesinambungan. Indonesia hingga saat ini masih menghadapi tantangan kesehatan masyarakat berupa tingginya kejadian penyakit menular maupun penyakit tidak menular yang dipengaruhi oleh faktor perilaku, lingkungan, dan rendahnya literasi kesehatan masyarakat. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa upaya promotif melalui edukasi kesehatan masih menjadi kebutuhan penting dalam mendukung peningkatan kualitas kesehatan masyarakat (Sumampouw et al, 2023).

Promosi kesehatan merupakan salah satu strategi dalam kesehatan masyarakat yang bertujuan meningkatkan kemampuan individu maupun kelompok dalam mengenali, mencegah, dan mengendalikan faktor risiko kesehatan. Penyuluhan kesehatan menjadi metode yang banyak digunakan dalam kegiatan promosi kesehatan karena mampu meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan partisipasi masyarakat terhadap perilaku hidup sehat. Penyampaian informasi kesehatan secara edukatif dan interaktif diketahui dapat memberikan pengaruh positif terhadap perubahan pengetahuan dan perilaku kesehatan masyarakat (Suprpto et al, 2021; Sumarni & Rosidin, 2024).

Promosi kesehatan berbasis penyuluhan dan pemberdayaan masyarakat telah banyak dikembangkan sebagai strategi promotif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai berbagai permasalahan kesehatan. Kegiatan edukasi kesehatan yang dilakukan secara langsung kepada kader kesehatan maupun masyarakat terbukti mampu meningkatkan pemahaman masyarakat terkait pencegahan penyakit, perilaku hidup sehat, serta deteksi dini masalah kesehatan di lingkungan masyarakat. Pendekatan edukatif melalui penyuluhan interaktif juga dinilai efektif dalam mendukung keterlibatan aktif masyarakat dalam upaya peningkatan derajat kesehatan secara mandiri. (Saputri et al, 2023; Mustaqimah et al, 2023; Maulani et al, 2023).

Puskesmas sebagai fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama memiliki peran strategis dalam pelaksanaan upaya kesehatan masyarakat, khususnya pada aspek promotif dan preventif berbasis masyarakat. Kegiatan promosi kesehatan melalui penyuluhan menjadi salah satu bentuk intervensi yang rutin dilakukan dalam rangka meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai faktor risiko penyakit, perilaku hidup bersih dan sehat, serta upaya pencegahan penyakit di lingkungan masyarakat. Pelaksanaan promosi kesehatan yang disesuaikan dengan karakteristik sasaran masyarakat dinilai mampu

meningkatkan efektivitas penyampaian informasi kesehatan. (Lestyoningsih & Ula, 2022; Sumampouw et al, 2023).

Wilayah kerja Puskesmas Kayon Palangka Raya masih menghadapi berbagai permasalahan kesehatan masyarakat, baik penyakit menular maupun penyakit tidak menular. Permasalahan kesehatan yang masih menjadi perhatian meliputi hipertensi, diare, gastritis, myalgia, Demam Berdarah Dengue (DBD), pencegahan stunting, kesehatan reproduksi remaja, serta keluarga berencana. Berbagai masalah kesehatan tersebut berkaitan dengan perilaku kesehatan masyarakat, kurangnya pemahaman mengenai faktor risiko penyakit, serta masih terbatasnya pengetahuan masyarakat mengenai upaya pencegahan dan deteksi dini penyakit.

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan implementasi promosi kesehatan melalui kegiatan penyuluhan sebagai strategi promotif dalam penguatan pengetahuan masyarakat. Kegiatan penyuluhan kesehatan diharapkan mampu meningkatkan pemahaman masyarakat terkait berbagai permasalahan kesehatan yang sering dijumpai di lingkungan masyarakat sehingga dapat mendukung upaya promotif dan preventif dalam peningkatan derajat kesehatan masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Kayon Palangka Raya.

## **METODE**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk promosi kesehatan melalui metode penyuluhan kesehatan secara tatap muka di wilayah kerja Puskesmas Kayon Kota Palangka Raya. Metode penyuluhan dilakukan secara edukatif dan partisipatif melalui ceramah, diskusi interaktif, sesi tanya jawab, serta penggunaan media edukasi berupa leaflet yang disesuaikan dengan tema penyuluhan dan karakteristik sasaran masyarakat. Kegiatan promosi kesehatan terdiri atas beberapa kegiatan penyuluhan dengan tema hipertensi, myalgia, diare, keluarga berencana, pencegahan stunting, pengenalan tanda bahaya Demam Berdarah Dengue (DBD), gastritis. Kegiatan penyuluhan dilaksanakan di beberapa lokasi dalam wilayah kerja Puskesmas Kayon, meliputi ruang tunggu puskesmas, posyandu, dan Panti Sosial Karya Wanita. Sasaran kegiatan terdiri atas masyarakat umum, pasien dewasa dan lansia, ibu hamil, serta masyarakat di lingkungan wilayah kerja Puskesmas Kayon. Rangkaian kegiatan penyuluhan dilaksanakan pada rentang waktu 19 – 27 Agustus 2025. Tahapan pelaksanaan kegiatan meliputi tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi kegiatan. Tahap persiapan dilakukan melalui identifikasi permasalahan kesehatan masyarakat, penentuan tema penyuluhan, penyusunan materi edukasi, serta persiapan media penyuluhan. Tahap pelaksanaan dilakukan dengan penyampaian materi kesehatan menggunakan bahasa sederhana yang mudah dipahami masyarakat, dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan promosi kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Kayon Kota Palangka Raya dilaksanakan pada periode 19–27 Agustus 2025 melalui beberapa kegiatan penyuluhan kesehatan dengan tema hipertensi, myalgia, diare, keluarga berencana, pencegahan stunting, pengenalan tanda bahaya Demam Berdarah Dengue (DBD), dan gastritis. Kegiatan dilaksanakan secara tatap muka di beberapa lokasi, meliputi ruang tunggu puskesmas, posyandu, dan Panti Sosial Karya Wanita dengan sasaran masyarakat

umum, pasien dewasa dan lansia, ibu hamil, serta masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Kayon. Secara umum, seluruh kegiatan penyuluhan berjalan dengan baik dan mendapat partisipasi aktif dari masyarakat. Peserta menunjukkan antusiasme selama kegiatan berlangsung melalui sesi diskusi dan tanya jawab yang dilakukan setelah penyampaian materi edukasi kesehatan.

Kegiatan pertama berupa penyuluhan kesehatan mengenai hipertensi yang dilaksanakan pada tanggal 19 Agustus 2025 di ruang tunggu Puskesmas Kayon dengan jumlah peserta sekitar 25 orang yang sebagian besar merupakan pasien dewasa dan lansia. Materi yang disampaikan meliputi pengertian hipertensi, faktor risiko, komplikasi, pencegahan, serta pentingnya kepatuhan pengobatan dan penerapan pola hidup sehat. Penyampaian materi dilakukan menggunakan media leaflet dan diskusi interaktif sehingga peserta lebih mudah memahami informasi kesehatan yang diberikan. Selama kegiatan berlangsung, peserta terlihat aktif mengajukan pertanyaan mengenai pola makan, konsumsi garam, serta pengendalian tekanan darah sehari-hari. Kegiatan penyuluhan kesehatan seperti ini dinilai efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan penyakit tidak menular, khususnya hipertensi.



Gambar 1. Pemberian penyuluhan mengenai hipertensi di ruang tunggu Puskesmas Kayon

Kegiatan kedua berupa penyuluhan mengenai myalgia yang dilaksanakan pada tanggal 19 Agustus 2025 di Posyandu Kasih Bunda dengan jumlah peserta sebanyak 12 orang. Materi penyuluhan meliputi pengertian myalgia, faktor risiko, keluhan nyeri otot, penanganan awal, serta pentingnya aktivitas fisik dan istirahat yang cukup. Kegiatan dilakukan melalui metode ceramah dan diskusi interaktif sehingga peserta dapat memahami materi yang diberikan dengan lebih baik. Peserta menunjukkan antusiasme selama kegiatan berlangsung melalui sesi tanya jawab mengenai keluhan nyeri otot yang sering dialami dalam aktivitas sehari-hari. Penyampaian edukasi kesehatan secara langsung kepada masyarakat dapat membantu meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap upaya pencegahan dan penanganan awal masalah kesehatan secara mandiri.



Gambar 2. Pemberian penyuluhan mengenai myalgia di Posyandu Kasih Bunda Palangka Raya

Kegiatan ketiga berupa penyuluhan mengenai diare yang juga dilaksanakan pada tanggal 19 Agustus 2025 di Posyandu Kasih Bunda dengan jumlah peserta sebanyak 12 orang. Materi edukasi yang disampaikan meliputi penyebab diare, tanda dan gejala, upaya pencegahan, perilaku hidup bersih dan sehat, serta penanganan awal untuk mencegah dehidrasi. Peserta terlihat aktif selama kegiatan berlangsung dan mampu mengikuti diskusi dengan baik. Penyuluhan kesehatan mengenai diare penting dilakukan sebagai upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya sanitasi dan kebersihan lingkungan dalam pencegahan penyakit infeksi.



Gambar 3. Pemberian penyuluhan mengenai diare di Posyandu Kasih Bunda Palangka Raya

Kegiatan keempat berupa penyuluhan mengenai keluarga berencana yang dilaksanakan pada tanggal 20 Agustus 2025 di ruang tunggu UPTD Puskesmas Kayon dengan jumlah peserta sebanyak 10 orang ibu hamil. Materi yang disampaikan meliputi pentingnya perencanaan kehamilan, manfaat keluarga berencana, serta jenis-jenis alat kontrasepsi yang dapat digunakan. Penyampaian materi dilakukan menggunakan media leaflet dan komunikasi interaktif sehingga peserta dapat memahami informasi kesehatan yang diberikan dengan lebih mudah. Edukasi kesehatan mengenai keluarga berencana memiliki peran penting dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai kesehatan reproduksi dan perencanaan keluarga yang sehat.



Gambar 4. Pemberian penyuluhan mengenai keluarga berencana di ruang tunggu Puskesmas Kayon

Kegiatan kelima berupa penyuluhan mengenai pencegahan stunting yang dilaksanakan pada tanggal 21 Agustus 2025 di Posyandu Pondok Sultan dengan jumlah peserta sebanyak 23 orang. Materi penyuluhan menekankan pentingnya pemenuhan gizi seimbang, pemberian ASI eksklusif, pemantauan pertumbuhan anak, serta pola asuh yang baik sebagai upaya pencegahan stunting. Kegiatan berlangsung dengan baik dan peserta menunjukkan ketertarikan terhadap materi yang disampaikan, terutama mengenai pemenuhan kebutuhan nutrisi anak pada masa pertumbuhan. Penyuluhan kesehatan mengenai stunting penting dilakukan sebagai upaya promotif dalam meningkatkan

pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan gangguan pertumbuhan pada anak sejak dini.



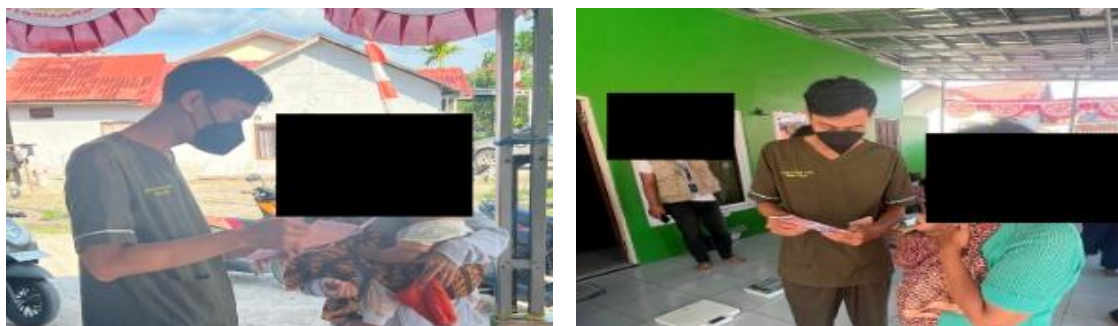
Gambar 5. Pemberian penyuluhan mengenai stunting di Posyandu Pondok Sultan Palangka Raya

Kegiatan keenam berupa penyuluhan mengenai “Kenali Tanda-Tanda Bahaya Demam Berdarah Dengue (DBD)” yang dilaksanakan pada tanggal 22 Agustus 2025 dan 27 Agustus 2025 di Panti Sosial Karya Wanita dengan jumlah peserta sebanyak 30 orang. Materi yang disampaikan meliputi tanda bahaya DBD, siklus hidup nyamuk *Aedes aegypti*, serta upaya pencegahan melalui pemberantasan sarang nyamuk dengan metode 3M Plus. Kegiatan dilakukan menggunakan media PowerPoint, leaflet, dan diskusi interaktif.



Gambar 6. Pemberian penyuluhan mengenai DBD di Panti Sosial Karya Wanita Palangka Raya

Kegiatan ketujuh berupa penyuluhan mengenai gastritis yang dilaksanakan pada tanggal 22 Agustus 2025 di Posyandu Integrasi Layanan Primer (ILP) Nusa Indah dengan jumlah peserta sebanyak 10 orang. Materi yang diberikan meliputi faktor risiko gastritis, pola makan sehat, gejala gastritis, serta upaya pencegahan kekambuhan. Peserta terlihat aktif selama kegiatan berlangsung dan mampu memahami pentingnya menjaga pola makan serta menghindari faktor risiko yang dapat memicu gastritis. Penyuluhan kesehatan secara langsung kepada masyarakat dinilai efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan penyakit melalui perubahan perilaku hidup sehat.



Gambar 7. Pemberian penyuluhan mengenai DBD di Panti Sosial Karya Wanita Palangka Raya

Secara keseluruhan, kegiatan promosi kesehatan yang dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Kayon Kota Palangka Raya memberikan dampak positif terhadap pengetahuan masyarakat mengenai berbagai masalah kesehatan. Penyuluhan kesehatan dengan metode edukatif dan interaktif mampu meningkatkan partisipasi masyarakat dalam kegiatan promosi kesehatan sehingga informasi kesehatan dapat diterima dengan lebih baik oleh masyarakat. Hasil kegiatan ini sejalan dengan penelitian Saputri et al. (2023) yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan menggunakan media leaflet efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi dan perilaku hidup sehat. Selain itu, Suprpto dan Arda (2021) juga menyatakan bahwa penyuluhan kesehatan berbasis pemberdayaan masyarakat mampu meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap penerapan perilaku hidup bersih dan sehat. Penelitian Sumarni dan Rosidin (2024) menyebutkan bahwa edukasi kesehatan secara langsung kepada masyarakat dapat meningkatkan pemahaman masyarakat dalam upaya promotif dan preventif kesehatan. Berdasarkan hal tersebut, kegiatan penyuluhan kesehatan yang dilaksanakan secara berkelanjutan dan sesuai dengan karakteristik sasaran masyarakat dapat menjadi salah satu strategi efektif dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat.

## SIMPULAN

Kegiatan promosi kesehatan melalui penyuluhan kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Kayon Kota Palangka Raya berjalan dengan baik dan mendapat partisipasi aktif dari masyarakat. Penyuluhan mengenai hipertensi, myalgia, diare, keluarga berencana, stunting, DBD, dan gastritis mampu meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai faktor risiko penyakit, upaya pencegahan, serta pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat. Metode ceramah, diskusi interaktif, dan penggunaan leaflet dinilai efektif dalam mendukung peningkatan pengetahuan masyarakat sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif kesehatan masyarakat.

## REFERENSI

- Lestyoningsih, I. H., Ula, W. S. D. (2022). Literatur Review: Promosi Kesehatan terhadap Pelaksanaan Screening Kesehatan Anak Usia Pendidikan Dasar Dampak Pandemi Covid-19. *Prosiding Seminar Kesehatan Nasional SEXOPHONE (Sex Education, Health Policy, and Nutrition)*. Volume 2, Tahun 2022, Halaman 91–102. <https://conference.um.ac.id/index.php/sexophone/article/view/3489>
- Maulani, E. F., Maharani, T. A., Gumarus, E. G., Hakim, A. R., Hidayat, A., Mustaqimah, M., & Saputri, R. (2023). Peningkatan Pengetahuan Bagi Kader Kesehatan Tentang Penyakit Gout. *Majalah Cendekia Mengabdi*, 1(4), 224–228. <https://doi.org/10.63004/mcm.v1i4.273>
- Mustaqimah, M., Saputri, R., Yanti, N., Ilahiya, S. N., Aryzki, S., Hakim, A. R., & Ariani, M. (2026). Peningkatan Pengetahuan Kader Kesehatan Tentang Batuk Pilek Di Desa Sungai Rangas Ulu. *Majalah Cendekia Mengabdi*, 4(1), 72–76. <https://doi.org/10.63004/mcm.v4i1.1021>
- Saputri, R., Hakim, A. R., Mustaqimah, M., Savitri, A. S., Ujuldah, A., Damayanti, A., Defitamira, O., Sari, R. N., & Vania, R. A. (2023). Pendidikan Tentang Hipertensi Dan Pelatihan Menggunakan Alat Tensimeter Digital Bagi Kader Kesehatan Desa Sungai Rangas Tengah. *Majalah Cendekia Mengabdi*, 1(2), 52–56. <https://doi.org/10.63004/mcm.v1i2.142>

- Sumarni, N., & Rosidin, U. (2024). Edukasi Penerapan Hidup Bersih dan Sehat sebagai Upaya Pencegahan Infeksi Laten Tuberkulosis di RW 19 Kelurahan Sukamentri Garut Kota. *Kreativitas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. Volume 7, Nomor 7, Juli 2024.  
<https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kreativitas/article/view/15293>
- Sumampouw, O. J., Pinontoan, O. R., & Nelwan, J. E. (2023). Edukasi dan Promosi Kesehatan dalam Upaya Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 1(9), 2081–2087.  
<https://doi.org/10.59837/jpmba.v1i9.471>
- Suprpto, S., & Arda, D. (2021). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Meningkatkan Derajat Kesehatan Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas*, 1(2), 77–87.  
<https://doi.org/10.25311/jpkk.Vol1.Iss2.957>



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