



STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

GAMBARAN KEPATUHAN MASYARAKAT DALAM

MELAKSANAKAN PROGRAM GERAKAN MASYARAKAT

HIDUP SEHAT (GERMAS) DI KAMPUNG

GABUSAN TIMBULHARJO SEWON

BANTUL DAERAH ISTIMEWA

YOGYAKARYA

TAHUN 2025

NASKAH PUBLIKASI

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana
Keperawatan**

TIARA SELECTA PUTRI

1803086

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM
YOGYAKARTA 2025**

NASKAH PUBLIKASI

GAMBARAN KEPATUHAN MASYARAKAT DALAM
MELAKSANAKAN PROGRAM GERAKAN MASYARAKAT
HIDUP SEHAT (GERMAS) DI KAMPUNG
GABUSAN TIMBULHARJO SEWON
BANTUL DAERAH ISTIMEWA

YOGYAKARYA

TAHUN 2025

Disusun oleh:

TIARA SELECTA PUTRI

1803086

Telah melalui Sidang Skripsi pada: 14 Agustus 2025

Ketua Pengaji

Enik Listyaningsih, SKM.,
MPH

Pengaji I

Ignasia Yunita Sari, S.Kep.,
Ns, M.Kep

Pengaji II

Mei Rianita Elsrida Sinaga,
S.Kep., Ns., M.Kep



ABSTRACT

TIARA SELECTA PUTRI “*Description of Community Compliance in Implementing the Healthy Living Community Movement (Germas) Program in Gabusan Timbulharjo Sewon Bantul Special Region of Yogyakarta in 2025*”

Background In the village of Gabusan, several residents are found to suffer from non-communicable diseases such as diabetes mellitus, hypertension, heart disease, and stroke. Therefore, the GERMAS program is promoted in the village of Gabusan. GERMAS, the Healthy Living Community Movement, is one of the government programs launched to control non-communicable diseases, emphasizing promotional and preventive efforts without neglecting curative and rehabilitative efforts that involve all components of the nation in socializing a healthy paradigm.

Objectives: Knowing the community's compliance with the GERMAS program in Gabusan Timbulharjo Sewon Bantul Special Region of Yogyakarta in 2025.

Methods: Quantitative research with a descriptive design. The sampling technique is simple random sampling with 84 samples. The instrument used is a questionnaire. Univariate data processing uses frequency distribution and descriptive statistics.

Result: The mean score of the total public compliance is obtained at 62.8%, which is in the mean value category $Xi > 3$, so it can be said to be in the compliant category.

Conclusion: The research findings indicate that the community's compliance in implementing the healthy living community movement program (Germas) in Gabusan Timbulharjo Sewon Bantul, Special Region of Yogyakarta in 2025 is compliant.

Suggestion: The results of this study serve as a reference for the government, especially the Ministry of Health, to further promote the GERMAS program campaign, so that community compliance in implementing the GERMAS program increases.

Keywords: Community Movement for Healthy Living; Compliance

Bibliography: 29, 2012-2023

¹Student of Bachelor of Nursing, Bethesda Institute for Health Sciences

²Lecturer at Nursing Program, Bethesda Institute for Health Sciences

PENDAHULUAN

Di Indonesia, penyebab kematian teratas di Indonesia dalam jumlah per kematian per 100.000 penduduk adalah COVID 19 yaitu 210.7, stroke 140.8, penyakit jantung iskemik 90.4, tuberkulosis 48.9, sirosis hati 31.2, penyakit paru obstruktif kronis 28.8, diabetes melitus 21, hipertensi 20.9, diare 17.6, penyakit ginjal 15.8 (*World Health Organization, 2021*)

Mengatasi masalah kesehatan masih menjadi sebuah tantangan di Indonesia. Karena kini setidaknya masih ada *triple burden* atau tiga masalah kesehatan penting terkait pemberantasan penyakit yaitu infeksi, bertambahnya kasus penyakit tidak menular dan munculnya kembali jenis penyakit yang seharusnya telah berhasil diatasi. (Kemenkes, 2024)

Meningkatnya PTM menjadi faktor menurunnya produktivitas sumber daya manusia, bahkan kualitas generasi bangsa. Hal ini berpengaruh pada besarnya beban pemerintah karena penanganan PTM yang butuh biaya yang besar. Pada akhirnya, kesehatan akan sangat mempengaruhi pembangunan sosial dan ekonomi. Penduduk usia produktif dengan jumlah besar yang seharusnya memberikan kontribusi pada pembangunan, justru akan terancam apabila kesehatannya terganggu oleh PTM dan perilaku yang tidak sehat. (Kemenkes, 2024).

Menteri Kesehatan telah menyusun Rencana Strategis Kementerian Kesehatan 2015-2019 dengan mengusung Program Indonesia Sehat. Beberapa agenda pun dikoordinasikan hingga ke tingkat provinsi, di antaranya Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas). (Kemenkes, 2017). GERMAS (Gerakan Masyarakat Hidup Sehat) adalah salah satu program pemerintah yang di canangkan untuk mengendalikan PTM yang mengutamakan upaya *promotif* dan *preventif* tanpa mengesampingkan upaya *kuratif* dan *rehabilitatif* yang melibatkan seluruh komponen bangsa dalam memasyarakatkan paradigma sehat.

Hampir seluruh wilayah di Indonesia sudah mencanangkan program GERMAS salah satunya adalah kampung Gabusan. Seperti banyak daerah lain, di kampung

Gabusan juga didapati beberapa warga yang menderita penyakit tidak menular yaitu diabetes melitus, hipertensi, penyakit jantung dan stroke. Peningkatan PTM ini tidak hanya berdampak pada individu saja, tetapi juga menjadi perhatian layanan kesehatan seperti POSYANDU dan PUSKESMAS. Program Germas pertama kali mulai dicanangkan di kampung Gabusan pada tahun 2017 pada saat kegiatan Hari Gizi Nasional. Sejak saat itu sampai sekarang kegiatan-kegiatan yang mendukung program Germas mulai dilaksanakan di Kampung Gabusan

Secara bersama-sama, masyarakat berperan aktif dalam membangun komitmen untuk menerapkan Program Germas tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Meskipun pada kenyataannya, masih ada beberapa warga yang kurang sadar dan patuh terhadap program tersebut. Karena hal di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui secara lebih mendalam terkait gambaran kepatuhan perilaku masyarakat dalam melaksanakan Program Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) di Kampung Gabusan Timbulharjo Sewon Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta.

METODE PENELITIAN

Penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif. Teknik sampel adalah *simple random sampling* dengan 84 sampel. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner. Pengolahan data univariat menggunakan distribusi frekuensi dan statistik deskriptif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Tabel 1.

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kampung Gabusan Timbulharjo Sewon Bantul Yogyakarta Tahun 2025

No.	Karakteristik	Frekuensi	Percentase (%)
		Umur	
1	<20	11	12,10
	20-29	20	23,81
	30-39	22	26,19
	>40	31	36,90

	Total	84	100
Jenis Kelamin			
2	Laki-laki	39	46,43
	Perempuan	37	53,57
		Total	100
Pekerjaan			
3	Pelajar/mahasiswa	21	25,00
	Bekerja	57	67,86
	Tidak bekerja	6	7,14
		Total	100
Pendidikan			
4	Tidak sekolah	3	3,57
	SD	3	3,57
	SMP	2	2,39
	SMA	49	58,33
	DIPLOMA/SARJANA	27	32,14
		Total	100

Sumber: Data Primer Terolah (2025)

a. Usia

Berdasarkan karakteristik usia responden penelitian sebagian besar responden masuk dalam usia >40 berjumlah 31 (36,90%) yang masuk dalam kategori usia dewasa awal. Pada usia ini manusia akan mengalami aging process atau proses penuaan merupakan suatu proses biologis yang tidak dapat dihindari dan akan dialami oleh setiap orang. Mewarnai adalah suatu proses menghilangnya secara perlahan-lahan (gradual) kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti serta mempertahankan struktur dan fungsi secara normal, ketahanan terhadap cedera, termasuk adanya infeksi. (Mubarak, 2017)

b. Jenis kelamin

Dalam penelitian ini sebagian besar Perempuan sebanyak 45 responden (53,57%). Jenis kelamin adalah faktor predisposing atau faktor pemudah seseorang untuk berperilaku (Notoatmodjo, 2012). Pada umumnya seorang perempuan lebih rajin dibandingkan dengan seorang laki-laki dalam menjaga kebersihan. Di dalam budaya timur pada kehidupan sehari-hari, biasanya perempuan diwajibkan untuk menjaga kebersihan dirinya dan lingkungan. Sebagai contoh yaitu seorang perempuan biasanya sudah

dibiasakan untuk menyapu dengan tujuan menjaga kebersihan lingkungan atau menjaga kebersihan diri dengan gosok gigi hingga rajin memotong kuku guna menjaga penampilan (Wati & Ridlo, I. A., 2020).

c. Pekerjaan

Karakteristik pekerjaan responden sebagian besar adalah bekerja sebanyak 57 responden (67,86%). Berbeda dengan penelitian Yulia yang sebagian besar adalah ibu rumah tangga, pelajar, mahasiswa, pensiunan, dan yang belum memiliki pekerjaan. Individu memiliki banyak peran (pekerja, orang tua, pasangan). Pekerjaan bisa meningkatkan kedekatannya pada kesehatan karena kesehatan diperlukan untuk menjalankan semua peran itu. Robert K. Merton (1968) dalam Soerjono Soekanto (2015).

d. Pendidikan

Karakteristik berdasarkan pendidikan yaitu SMA sebanyak 49 (58,33%). Apabila seseorang mempunyai pendidikan formal yang baik, maka kesadaran dalam menjaga keselamatan lingkungan termasuk pemahamannya mengenai penerapan prinsip-prinsip PHBS juga semakin baik. Pendidikan merupakan serangkaian proses dalam membentuk perilaku pada individu (Mubarak, 2017).

Tabel 2.

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Kepatuhan Terhadap Kampung Gabusan Timbulharjo Sewon Bantul Yogyakarta Tahun 2025

Indikator	Mean	%	Kategori
1. Melaksanakan aktivitas atau latihan fisik	2,69	53,8	Patuh
2. Melaksanakan aktivitas atau latihan fisik	3,19	63,8	Patuh
3. Konsumsi sayur dan buah	2,58	51,6	Patuh
4. Tidak merokok	3,47	69,4	Patuh
5. Pemeriksaan kesehatan secara rutin	3,53	70,6	Patuh
6. Menjaga kebersihan lingkungan	3,42	68,4	Patuh
7. Menggunakan Jamban	3,12	62,4	Patuh
Total	3,14	62,8	Patuh

a. Tingkat aktifitas fisik dalam melaksanakan program Germas.

Pada indikator aktifitas fisik memiliki rata-rata jawaban yang berada dalam kategori patuh, tingkat kepatuhan 53,8% responden sudah cukup baik dalam melakukan aktifitas fisik (olahraga) di rumah/di sekolah/di tempat kerja setiap hari. Aktivitas fisik secara teratur memiliki efek yang menguntungkan terhadap kesehatan yaitu terhindar dari penyakit jantung, stroke, osteoporosis, kanker, tekanan darah tinggi, kencing manis, dan lain-lain, berat badan terkendali, otot lebih lentur dan tulang lebih kuat, bentuk tubuh menjadi ideal dan proporsional, lebih percaya diri, lebih bertenaga dan bugar, secara keseluruhan keadaan kesehatan menjadi lebih baik (Kemenkes RI, 2017).

7. Tingkat konsumsi buah dan sayur dalam melaksanakan program Germas

Pada indikator konsumsi buah dan sayur hasil penelitian ini memiliki rata-rata jawaban yang berada dalam kategori patuh dengan nilai mean sebesar 63,8% responden sudah patuh. Konsumsi buah dan sayur setiap hari menjadi salah satu kegiatan dalam mensukseskan GERMAS. Sebuah studi mengungkapkan bahwa rutin mengkonsumsi buah dan sayur dapat meningkatkan kekuatan dan ketahanan tubuh 3 kali lebih besar dibanding yang hanya rutin mengkonsumsi daging (Kemenkes, 2017). Sekitar dua-pertiga dari jumlah anjuran konsumsi sayuran dan buah-buahan tersebut adalah porsi sayur. Konsumsi buah dan sayur dianjurkan sebanyak 2 porsi setiap hari, dalam satu kali makan mengandung 1/3 untuk makanan pokok, 1/3 untuk sayuran, dan 1/3 untuk lauk dan buah akan membantu mencegah penyakit tidak menular kronik seperti kanker usus (Kemenkes, 2016).

8. Tingkat konsumsi rokok dalam melaksanakan program Germas.

Responden yang tidak merokok serta tidak menghirup asap rokok sebanyak 51,6% sudah patuh terhadap program GERMAS. Rokok memberikan efek yang negatif bagi tubuh seseorang dan sebagai sistem utama yang terkena asap rokok secara langsung, sebagian besar efek kesehatan terpusat pada saluran paru, yakni dapat menyebabkan iritasi pada saluran pernapasan atas dan bawah, bronkospasme dan batuk, serta reaksi inflamasi melalui stres oksidatif. Selain

pada saluran pernapasan, efek lain yang disebabkan oleh rokok yakni dapat menimbulkan penyakit jantung, kanker, menurunkan imun (sistem kekebalan tubuh), serta merusak sistem saraf dengan mengubah fungsi otak, mempengaruhi suasana hati, kemampuan belajar, memori, dan menyebabkan ketergantungan Saminan, S. (2016).

9. Tingkat konsumsi alkohol dalam melaksanakan program Germas

Pada indikator konsumsi alkohol memiliki rata-rata jawaban yang berada dalam kategori patuh dengan nilai mean sebesar 69,4 %. Mayoritas responden sudah cukup baik dalam menghindari alkohol, cukup baik dalam memperingatkan orang disekitar anda tentang bahaya alkohol dan memastikan bahwa keluarga mereka terhindar dari alkohol.

Kebiasaan minum minuman beralkohol sangat merugikan kesehatan. Terlalu banyak konsumsi alkohol sendiri dapat menurunkan kemampuan berpikir dan gangguan perilaku. Jika konsumsi berlebihan, bisa menyebabkan seseorang hilang kesadaran, kejang, hingga meninggal dunia. Penyakit serius lainnya yang disebabkan oleh alkohol diantaranya, tukak lambung, kerusakan pada hati, hingga komplikasi gangguan psikiatri berat. (Kemenkes, 2017)

10. Pengecekan Kesehatan berkala dalam melaksanakan program Germas.

Responden yang melakukan pengecekan Kesehatan berkala berada dalam kategori patuh dengan nilai mean sebesar 70,6% responden sudah baik dalam melakukan cek kesehatan rutin setiap 6 bulan sekali, melakukan cek rutin antropometri (tinggi badan/ berat badan/ lingkar perut), cek kadar gula darah/kolesterol/asam urat rutin. Pemeriksaan/skrining kesehatan secara rutin merupakan upaya *promotif* dan *preventif* dengan tujuan untuk: mendorong masyarakat mengenali faktor risiko PTM terkait perilaku dan melakukan upaya pengendalian segera ditingkat individu, keluarga dan masyarakat; mendorong penemuan faktor risiko fisiologis berpotensi PTM yaitu kelebihan berat badan dan obesitas, tensi darah tinggi, gula darah tinggi, gangguan indera dan gangguan mental; mendorong percepatan rujukan kasus berpotensi ke FKTP dan sistem rujukan lanjut (Kemenkes, 2017).

11. Tingkat penggunaan jamban dalam melaksanakan program Germas.

Pada indikator penggunaan jamban memiliki rata-rata jawaban yang berada dalam kategori patuh dengan nilai mean sebesar 68,4% responden memiliki jamban yang layak digunakan, baik dalam menjaga kebersihan jamban sehingga tidak mengundang serangga, baik dalam menyediakan pembuangan limbah di septik tank. Kotoran manusia banyak mengandung kuman yang dapat menyebabkan diare dan penyakit menular seperti kolera, tifus, disentri, hepatitis. Kuman ini dapat menyerang manusia, mulai dari anak sampai orang dewasa. Kemenkes(2017).

12. Tingkat menjaga kebersihan lingkungan dalam melaksanakan program Germas.

Pada indikator menjaga kebersihan lingkungan memiliki rata-rata jawaban yang berada dalam kategori patuh dengan nilai mean sebesar 62,4% responden sudah baik dalam menjaga kebersihan bangunan rumah, patuh baik dalam membuang sampah pada tempatnya, dan memilah jenis sampah (organik/nonorganik).

Parasit bisa masuk ke perut, misalnya melalui lalat yang hinggap di kotoran manusia atau kotoran hewan. Kotoran tersebut akan menempel di kaki dan mulut lalat. Jika makanan dan minuman di rumah tidak ditutup rapat, maka kotoran yang ada di kaki dan mulut lalat akan berpindah ke makanan atau minuman. Kemenkes.(2017).

KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa kepatuhan masyarakat dalam melaksanakan program gerakan masyarakat hidup sehat (Germas) di kampung Gabusan Timbulharjo Sewon Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta tahun 2025 yaitu “PATUH”. Pada semua masing-masing indikator berada dalam kategori patuh terhadap program Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS), melakukan aktivitas fisik, mengkonsumsi sayur dan buah, tidak merokok, tidak mengkonsumsi alkohol, memeriksakan kesehatan secara rutin, membersihkan lingkungan,dan menggunakan jamban.

2. Saran

a. Bagi tenaga kesehatan di daerah Kampung Gabusian

Gerakan masyarakat hidup sehat dapat ditingkatkan dengan meningkatkan kreatifitas dalam berkampanye menggalakkan program GERMAS, terutama di media sosial agar menarik berbagai kalangan.

b. Bagi kepala desa dan kader desa

Dapat membuat program menarik berhadiah yang berhubungan dengan aktivitas hidup sehat seperti lomba kebersihan lingkungan antar RT, memaksimalkan peran kader dan petugas kesehatan untuk melaksanakan posyandu, posyandu lansia, posyandu remaja agar masyarakat konsisten dalam melaksanakan program GERMAS

c. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil ini diharapkan dapat menjadi dasar melakukan penelitian lebih lanjut yang berkaitan dengan masyarakat dalam melaksanakan program GERMAS.

UCAPAN TERIMAKASIH

1. Nurlia Ikaningtyas, S.Kep., Ns., M.Kep. Sp Kep.MB., Ph.D. NS, selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Yakkum Yogyakarta.
2. Ethic Palupi, S.Kep., Ns., MNS, selaku Wakil Ketua II Bidang Akademik STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta
3. Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Ketua Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
4. Mei Rianita Elfrida Sinaga, S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbng akaademik dan dosen pembimbing skripsi yang bersedia membimbing dalam pembuatan skripsi serta memberikan kritik dan saran untuk perbaikan skripsi.
5. Ignasia Yunita Sari, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Koordinator Skripsi STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta dan penguji yang telah memberikan masukan dalam penyusunan skripsi

6. Enik Listyaningsih, SKM., MPH selaku ketua penguji yang telah memberikan masukan dalam penyusunan skripsi
7. Orang tua dan suami peneliti yang selalu memberikan doa dan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Idayani, S., Tandea, G. A., & Adnyani, W. (2024). Skrining Kesehatan Pada Masyarakat Sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Tidak Menular. *PENA DIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1).
- Kemenkes RI. (2015). *Kesehatan dalam Kerangka Sustainable Development Goals (SDGs)*. Jakarta: Bakti Husada.
- Kemenkes.(2017). *Buku Panduan GERMAS Gerakan Masyarakat Hidup Sehat*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes.(2016). *GERMAS Wujudkan Indonesia Sehat*. diakses pada 29 Agustus 2019 <http://www.depkes.go.id/article/view/16111500002/germas-wujudkan-indonesia-sehat.html>
- Kujariningrum, O. B., Wulandari, R. L., Fathurohma, A., Pakpahan, V. E., Rahmawati, D., Sistikawati, H. I., ... & Dharminto, D. (2021). Community Compliance to Physical Distancing, Clean and Healthy Lifestyle, and Healthy Protocol during COVID-19 Pandemic. *Annals of Tropical Medicine & Public Health*, 24(01).
- Koentjaraningrat. (2009). *Pengantar Ilmu Antropologi*. Jakarta: RinekaCipta.
- Mansur, S., Saragih, N., & Aliagan, I. Z. (2021). Campaign for clean and healthy living behaviors on anxiety levels and compliance with clean and healthy living during the Covid-19 pandemic. *Jurnal Komunikasi Ikatan Sarjana Komunikasi Indonesia*, 6(2), 296-311.
- Mubarak, dkk.(2017). Ilmu Keperawatan Komunitas Konsep dan Aplikasi. Jakarta: Salemba Medika
- RISKESDAS. (2018). *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Indonesia: Kementerian Kesehatan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.

- Saminan, S. (2016). *Efek Perilaku Merokok Terhadap Saluran Pernapasan*, Jurnal Kedokteran Syiah Kuala, 16(3), 191-194.
- Susanti. (2022). *Implementasi GERMAS di Masyarakat*. Prosiding Seminar Informasi Kesehatan Nasional (SIKesNas)
- Tedi., Fadli., & Ridho. (2018). Hubungan Program Germas Terhadap Kebiasaan Hidup Masyarakat yang Telah dan Belum Mendapatkan Sosialisasi di wilayah Kerja Puskersmas Kecamatan Sukarame Palembang. *Jurnal Kesehatan Palembang*. 6(1),54-60.

STIKES BETHESDA YAKKUM