

MEMBUDAYAKAN HIDUP BERSIH DAN SEHAT MELALUI GERAKAN MASYARAKAT HIDUP SEHAT (GERMAS) DI DESA JEPANGREJO, BLORA

Civilize Clean And Healthy Lives Through Germas Healthy Program In Jepangrejo Village, Blora

Murti Ani¹, Krisdiana Wijayanti², Bekti Putri Harwijayanti³, Kuswanto⁴

^{1,2,3,4}Prodi DIII Kebidanan Blora Poltekkes Kemenkes Semarang

Jalan Ahmad Yani, PO BOX 2 Blora, Jawa Tengah, 58219, Indonesia

Email : animurti89@gmail.com

Abstrak

Pencegahan penyakit dan promosi kesehatan merupakan upaya esensial disaat masih tingginya kejadian penyakit menular dan semakin meningkatnya penyakit tidak menular (PTM). Permasalahan yang terjadi di Desa Jepangrejo, Kecamatan Blora, Kabupaten Blora adalah kurangnya pengetahuan, sikap dan perilaku tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) dalam kehidupan sehari-hari. Hal inilah yang menjadi alasan dibuatnya program pengabdian masyarakat oleh mahasiswa beserta dosen yang dituangkan dalam beberapa kegiatan, yaitu : penyuluhan GERMAS, penyuluhan PHBS, kegiatan senam sehat, pemeriksaan tensi gratis, penyuluhan cuci tangan pakai sabun dan penyuluhan tentang pemenuhan gizi seimbang. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan warga tentang pentingnya menjaga kesehatan dan kebersihan, meningkatkan sikap yang positif terhadap perilaku hidup bersih dan sehat, serta meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari. Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah penyuluhan, komunikasi persuasif dan demonstrasi. Dalam proses penyuluhan dilakukan evaluasi hasil penyuluhan dengan instrumen kuisisioner tanya jawab, hasil kuisisioner dianalisis deskriptif. Hasil dari pengabdian masyarakat ini adalah meningkatnya pengetahuan, sikap, dan perilaku warga Desa Jepangrejo untuk menerapkan budaya hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Kata Kunci: PHBS, GERMAS, Masyarakat

Abstract

Disease prevention and health promotion are essential challenges when communicable diseases are getting higher and non-communicable diseases are increasing. The problem that occurs in the village of Jepangrejo, Blora Subdistrict, Blora Regency is the lack of knowledge, attitudes and behavior about the Healthy Living Community Movement (GERMAS) in daily life. This is the reason for making community service programs by students and lecturers as outlined in several activities, namely: GERMAS counseling, healthy life styles (PHBS) counseling, healthy exercise activities, free blood pressure checks, hand washing with soap counseling and fulfilling balanced nutrition counseling. The aim of community service is to increase citizens' knowledge about the importance of maintaining health and hygiene, increasing positive attitudes towards clean and healthy living behaviors, and improving clean and healthy living behaviors in daily life. The methods used in this community service are counseling, persuasive communication and demonstrations. In the counseling process an evaluation of the results of the counseling was conducted with a question and answer questionnaire instrument, the results of the questionnaire verified as descriptive. The result of this community service is the increased knowledge, attitudes, and behavior of the residents of Jepangrejo Village to apply a culture of clean and healthy living in everyday life.

Keywords: PHBS, GERMAS, Society

PENDAHULUAN

Kesehatan adalah keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Untuk dapat hidup sehat setiap individu harus mempunyai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). PHBS adalah sekumpulan perilaku yang dipraktekkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat (Simbolon dan Simorangkir, 2018).

Menciptakan hidup sehat sebenarnya sangatlah mudah serta murah, apabila dibandingkan dengan biaya yang harus dikeluarkan untuk pengobatan apabila mengalami gangguan kesehatan cukup mahal. Hidup sehat merupakan hal yang seharusnya diterapkan oleh setiap orang, mengingat manfaat yang ditimbulkan akan sangat banyak, mulai dari konsentrasi kerja, kesehatan dan kecerdasan anak sampai dengan keharmonisan keluarga (Natsir, 2019).

Masalah kesehatan saat ini Indonesia menghadapi tantangan besar yakni tiga beban penyakit (*triple burden*), karena masih ada penyakit infeksi, meningkatnya penyakit tidak menular dan penyakit-penyakit yang seharusnya sudah teratasi muncul kembali (Kuswenda, 2017). Penyebab kesakitan dan kematian terbesar sejak 2010 adalah penyakit tidak menular (PTM). Penyakit tidak menular di Indonesia di prediksi akan mengalami peningkatan yang signifikan pada tahun 2030. Angka kesakitan dan kematian serta permintaan pelayanan kesehatan (pengobatan) diperkirakan terus meningkat. Hal ini didorong oleh perubahan pola hidup masyarakat yang cenderung kurang aktif secara fisik, konsumsi buah dan sayur yang rendah, dan kurangnya kepedulian dalam memeriksakan atau mendeteksi dini penyakit (Susanti, 2019).

Upaya promosi kesehatan dan pencegahan penyakit memiliki karakteristik yang berbeda dengan upaya kuratif, karena manfaatnya tidak didapatkan dalam waktu dekat. Promosi kesehatan dan pencegahan penyakit merupakan investasi utama untuk mengurangi beban negara dalam membiayai layanan kesehatan bagi masyarakat. Pencegahan penyakit dan promosi kesehatan merupakan upaya esensial di saat masih tingginya kejadian penyakit menular juga diiringi dengan semakin meningkatnya masalah penyakit tidak menular (Kurniawati, 2019).

Permasalahan kesehatan yang timbul saat ini merupakan akibat dari perilaku hidup yang tidak sehat ditambah sanitasi lingkungan serta ketersediaan air bersih yang masih kurang memadai di beberapa tempat. Hal tersebut sebenarnya dapat dicegah bila fokus upaya kesehatan kemandirian keluarga dan masyarakat untuk berperilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Hasil pembangunan kesehatan cukup mengembirakan, namun terobosan atau kebijakan baru dalam akselerasi program mutlak dibutuhkan. Terobosan tersebut salah satunya melalui Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) dan program keluarga sehat melalui pendekatan keluarga (Suryani, 2018).

Upaya peningkatan PHBS dilakukan untuk memberdayakan masyarakat dalam memelihara, meningkatkan dan melindungi kesehatan sehingga masyarakat sadar, mau dan mampu secara mandiri ikut aktif dalam meningkatkan status kesehatannya. Kita menyadari bahwa upaya tersebut bukanlah hal yang mudah karena berkaitan erat dengan masalah perilaku sedangkan masalah perilaku merupakan masalah yang kompleks (Febriani, 2019).

Permasalahan yang terjadi di Desa Jepangrejo, Kecamatan Blora, Kabupaten Blora adalah kurangnya pengetahuan, sikap

dan perilaku tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) dalam kehidupan sehari-hari. Hal inilah yang menjadi alasan dibuatnya program pengabdian masyarakat.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan di Desa Jepangrejo, Kecamatan Blora, Kabupaten Blora pada Bulan November 2019 yang dilaksanakan selama 6 kali kegiatan. Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah penyuluhan, komunikasi persuasif dan demonstrasi. Bentuk kegiatan yang dilakukan adalah : penyuluhan GERMAS, penyuluhan PHBS, kegiatan senam sehat, pemeriksaan tensi gratis, penyuluhan cuci tangan pakai sabun dan penyuluhan tentang pemenuhan gizi seimbang. Dalam proses penyuluhan dilakukan evaluasi hasil penyuluhan dengan instrumen kuisisioner tanya jawab, hasil kuisisioner dianalisis deskriptif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Desa Jepangrejo, Kecamatan Blora, Kabupaten Blora memiliki jumlah keluarga sebanyak 914 KK, dengan jumlah penduduk 2.875 jiwa, laki-laki sebanyak 1465 jiwa dan perempuan 1410 jiwa. Bentuk kegiatan yang dilakukan yaitu :

A. Penyuluhan GERMAS

Germas bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan masyarakat untuk berperilaku sehat dalam upaya meningkatkan kualitas hidup. Langkah yang bisa dilakukan masyarakat dalam rangka membiasakan pola hidup sehat adalah: melakukan aktivitas fisik, mengonsumsi sayur dan buah, tidak merokok, tidak mengonsumsi alkohol, memeriksakan kesehatan secara rutin, membersihkan lingkungan, menggunakan jamban.



Gambar.1 Penyuluhan GERMAS

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Tedi, Fadly, Ridho (2018) warga yang telah mendapatkan sosialisasi program germas akan memiliki kebiasaan hidup yang baik seperti melakukan aktivitas fisik setiap hari, penyediaan pangan sehat, pemeriksaan kesehatan secara rutin. Penelitian yang serupa juga dilakukan oleh Sidaria dan Hidayati (2019) bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan dan peran petugas kesehatan dengan penerapan Germas.

Oleh karena itu, upaya peningkatan penerapan Germas pada masyarakat dilakukan dengan melakukan penyuluhan. Dari evaluasi kegiatan didapatkan hasil bahwa pengetahuan tentang gerakan masyarakat hidup sehat warga desa Jepangrejo meningkat. Pengetahuan merupakan hasil “tahu” dan terjadi setelah seseorang mengadakan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang, yaitu termasuk partisipasi dalam suatu kegiatan (Notoatmodjo, 2012). Salah satu hal yang mempengaruhi pengetahuan adalah informasi, kemudahan untuk memperoleh informasi membantu mempercepat seseorang memperoleh pengetahuan yang baru (Mubarak, 2011).

B. Penyuluhan PHBS



Gambar.2 Penyuluhan PHBS

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat merupakan cerminan pola hidup keluarga yang senantiasa memerhatikan dan menjaga kesehatan WPHBS diberikan melalui penyuluhan. Penyuluhan merupakan serangkaian kegiatan komunikasi dengan menggunakan media dalam memberikan bantuan terhadap pengembangan potensi, yaitu fisik, emosi, sosial, sikap dan pengetahuan semaksimal mungkin sebagai upaya untuk meningkatkan atau memelihara kesehatan (Notoadmojo, 2010).

Setelah dilakukan penyuluhan, didapatkan hasil pengetahuan warga Desa Jepangrejo tentang PHBS meningkat. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wati (2011) bahwa penyuluhan tentang PHBS memiliki pengaruh terhadap pengetahuan dan sikap.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di tatanan rumah tangga yang dilakukan oleh keluarga meliputi : melaksanakan persalinan oleh tenaga kesehatan, ASI eksklusif, anak di bawah 5 tahun ditimbang setiap bulan, menggunakan air bersih, mencuci tangan dengan air bersih dan sabun, menggunakan jamban sehat, memberantas jentik nyamuk, makan sayur dan buah setiap hari, melakukan aktivitas fisik setiap hari dan tidak merokok di dalam rumah (Raksanagara, 2015).

C. Kegiatan Senam Sehat



Gambar.3 Senam Sehat

Agar dapat melaksanakan gerakan masyarakat sehat yaitu rutin melakukan senam peregangan diperlukan dukungan sarana dan prasarana (Zainul dan Nasrul, 2019). Oleh karena itu, pengabdian memfasilitasi kegiatan senam sehat guna menumbuhkan kesadaran akan pentingnya aktivitas fisik. Aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang meningkatkan pengeluaran tenaga dan energi atau pembakaran kalori (Infodatin, 2015).

D. Pemeriksaan Tensi Gratis



Gambar.4 Pemeriksaan Tensi Gratis

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Susanti, Hastuti dan Iqmah (2019) tentang gambaran gerakan masyarakat hidup sehat (GERMAS) diketahui bahwa responden takut untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin karena takut dengan hasil pemeriksaan dan adanya biaya yang perlu dikeluarkan.

Teknis pemeriksaan tekanan darah

pada kegiatan pengabmas ini dilakukan secara gratis, dengan menggunakan tensimeter dan melakukan konseling. Pemeriksaan tekanan darah pada kegiatan ini bertujuan untuk memantau atau mengontrol tekanan darah dan meningkatkan kualitas hidup lansia. Dengan adanya program ini sangat membantu dalam memberikan pelayanan kesehatan kepada masyarakat dan para lansia merasa senang.

E. Penyuluhan Cuci Tangan Pakai Sabun



Gambar.5 Penyuluhan CTPS

Kegiatan ini dilakukan dengan memberikan penyuluhan kepada siswa SD Desa Jepangrejo mengenai pentingnya mencuci tangan, manfaat mencuci tangan dan akibat atau dampak dari tidak mencuci tangan terhadap kesehatan, dan kapan harus cuci tangan. Selain itu juga dilakukan demonstrasi atau praktik cuci tangan dengan langkah yang baik dan benar menggunakan sabun cuci tangan dan air mengalir.

Berdasarkan hasil evaluasi kegiatan, terjadi perubahan pengetahuan sebelum diberikan penyuluhan dibandingkan dengan setelah diberikan penyuluhan. Menurut Ambarwati dan Prihastuti (2019), dengan penyuluhan akan menciptakan sikap yang positif terhadap pesan yang disampaikan yang akan mempengaruhi perilaku.

Materi penyuluhan disampaikan dengan berbagai macam metode. Selain menggunakan metode ceramah, penyuluhan juga dilakukan dengan menggunakan metode demonstrasi. Metode demonstrasi yaitu memperlihatkan dan memperagakan sesuatu secara nyata yang disertai dengan penjelasan verbal, sehingga pengetahuan

peserta meningkat dan kemampuan mengingat akan semakin baik. Materi akan lebih mudah melekat dan dapat tergugah untuk menyenangkan suatu objek dan akan memberikan motivasi untuk menyenangkan lebih lanjut. Demonstrasi sangat berguna karena orang sering merasa terpengaruhi oleh apa yang mereka lihat, apa yang mereka lakukan dan apa yang orang lain lakukan.

G. Penyuluhan pemenuhan gizi seimbang



Gambar.6 Penyuluhan Pemenuhan Gizi Seimbang

Pengetahuan ibu dalam pengaturan konsumsi makan dengan pola makan seimbang sangat diperlukan untuk menjadikan balita memiliki status gizi baik (Pratiwi dan Puspitasari, 2017). Pengetahuan gizi ibu meliputi mampu membuat makanan yang memiliki komposisi beraneka ragam atau bervariasi untuk dikonsumsi balita sehingga kebutuhan zat gizi balita dapat tercukupi (Veriyal, 2010).

Penyuluhan gizi merupakan pendekatan edukatif untuk menghasilkan perilaku individu atau masyarakat yang diperlukan dalam peningkatan derajat kesehatan dan mempertahankan gizi baik (Tuzzahroh, 2015). Penyuluhan kegiatan ini dilakukan dengan metode ceramah menggunakan media leaflet. Berdasarkan evaluasi di akhir kegiatan, didapatkan hasil terjadi peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang oleh responden.

Hal ini didukung oleh Wulan (2012) bahwa ada perubahan pengetahuan tentang

gizi seimbang setelah diberi penyuluhan dengan metode ceramah melalui media leaflet. Penyuluhan gizi merupakan suatu proses, proses tersebut meliputi masukan (input) dan keluaran (output). Masukan (input) yang dimaksud adalah penyuluhan tentang gizi seimbang dengan menggunakan metode ceramah melalui media leaflet. Keluaran (output) yang dimaksud adalah perubahan perilaku responden yang telah diberi penyuluhan gizi seimbang dengan media leaflet menjadi lebih baik dari sebelumnya.

Guna mencapai perilaku positif tentang hidup bersih dan sehat melalui Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (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 (Notoadmojo, 2012).

Penyampaian pesan harus dilakukan berulang kali agar pemahaman dapat sejalan dengan praktik perilaku tersebut. Perilaku yang diharapkan tidak terbatas pada peningkatan pengetahuan, namun menciptakan sikap yang positif terhadap pesan yang disampaikan. Hal ini sesuai dengan tujuan spesifik dari pendidikan kesehatan yaitu perubahan kognitif, perubahan motivasi dan perubahan perilaku (Notoadmojo, 2010).

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Upaya peningkatan PHBS dilakukan untuk memberdayakan masyarakat dalam memelihara, meningkatkan dan melindungi kesehatan sehingga masyarakat sadar, mau dan mampu secara mandiri ikut aktif dalam meningkatkan status kesehatannya. Meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku masyarakat tentang hidup bersih dan sehat melalui Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) dapat dilakukan dengan kegiatan penyuluhan dan demonstrasi.

Saran

Berdasarkan hasil evaluasi, disarankan warga masyarakat untuk senantiasa melakukan gerakan masyarakat hidup sehat (GERMAS) sehingga perilaku hidup bersih dan sehat menjadi kebiasaan sehari-hari. Petugas kesehatan diharapkan dapat mendorong pemberdayaan masyarakat dalam memelihara, meningkatkan dan melindungi kesehatan sehingga masyarakat sadar, mau dan mampu secara mandiri ikut aktif dalam meningkatkan status kesehatannya

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, E. R., & Prihastuti, P. (2019). Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) Mencuci Tangan Menggunakan Sabun Dan Air Mengalir Sebagai Upaya Untuk Menerapkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Sejak Dini. *Celebes Abdimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 45-52.
- Febriani, N.D., Sari, A.K., Ramadhan, G., Sari, G.A. and Purnamasari, O., 2019, December. Implementasi Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) Pada Warga Pamulang Barat, Tangerang Selatan. In *Prosiding Seminar Nasional*

Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ.

- Infodatin. (2015). *Pembinaan Kesehatan Olahraga Indonesia*. Kementerian Kesehatan RI. ISSN : 2442-7659
- Karuniawati, B., Fauziandari, E.N. and Wulandari, A., 2019. Peningkatan Aktivitas Fisik Dan Pemanfaatan Pekarangan Rumah Untuk Tanaman Sayur Dan Buah Sebagai Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS). *Jurnal Pengabdian Masyarakat Karya Husada (JPMKH)*, 1(2), pp.42-49.
- Kuswenda Dedi. (2017). Aksi Bersama Melakukan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat. Kemenkes, RI. Edisi 01 2017.
- Mubarak W.I., 2011. *Promosi Kesehatan untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika
- Natsir, M. F. (2019). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Tatanan Rumah Tangga Masyarakat Desa Parang Baddo. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan*, 1(3), 54-59.
- Notoadmodjo, S. (2010). *Promosi kesehatan teori dan aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S., (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Pratiwi, Y. F., & Puspitasari, D. I. (2017). Efektivitas Penggunaan Media Booklet Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Ibu Balita Gizi Kurang Di Kelurahan Semanggi Kecamatan Pasar Kliwon Kota Surakarta. *Jurnal Kesehatan*, 10(1), 58-67.
- Raksanagara, A. S., Ahyani, R. PHBS sebagai Determinan Kesehatan .Lyang Penting pada Tatanan Rumah Tangga di Kota Bandung. *JSK*. 2015; 1(1).
- Sidaria, S., & Hidayati, R. (2019). Tingkat Pengetahuan, Peran Petugas Kesehatan Dan Penerapan Germas Di RW 8 Kelurahan Marapalam. *Ensiklopedia of Journal*, 2(1).
- Simbolon, P., & Simorangkir, L. (2018). Penerapan UKS dengan PHBS di wilayah kerja Puskesmas Pancur Batu Kabupaten Deli Serdang. *Jurnal Kesehatan Lingkungan Indonesia*, 17(1), 16-25.
- Susanti, Y., Hastuti, N. P., & Iqomh, M. K. B. (2019). Gambaran Pelaksanaan Kegiatan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS). *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 9(2), 141-148.
- Suryani, D., Nurdjanah, E.P., Yogatama, Y. and Jumadil, M., 2018. Membudayakan Hidup Sehat Melalui Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) Di Dusun Mendang III, Jambu Dan Jrasah Kecamatan, Tanjungsari, Gunungkidul. *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), pp.65-74.
- Tedi, T., Fadly, F., & Ridho, 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.
- Tuzzahroh, F. (2015). *Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang dengan Media Video, Poster dan Permainan Kwartet Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi dan Status Gizi Siswa di Sekolah Dasar Negeri Karangasem III Kota*

Surakarta (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).

Wulan, M. A. P. (2012). Perubahan Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang Sesudah diberi Penyuluhan dengan Metode Ceramah melalui Media Leaflet pada Anak SD di SDN 1 Klego. *Jurnal. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta*.

Zainul, J., & Nasrul, M. (2019). Inisiasi Gerakan Masyarakat Sehat (Germas) Di Poltekkes Kemenkes Palu. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 13(1), 54-61.