

Penguatan Resiliensi Kesehatan Masyarakat Sukabumi melalui Inovasi Pemanfaatan Sumber Daya Lokal

(Strengthening Community Health Resilience through Innovation in Utilizing Local Resources in Sukabumi)

Wulan Tri Wahyuni^{1,2*}, Irmanida Batubara^{1,2}, Trivadila¹, Eka Widya Nugraha³, Yusuf Ryadi³, Waras Nurcholis^{2,1}

¹ Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, IPB University, Bogor, Jawa barat, Indonesia 16680

² Pusat Studi Biopharmaka, IPB University, Bogor, Jawa barat, Indonesia 16128

³ Fakultas Kedokteran, IPB University, Bogor, Jawa barat, Indonesia 16680

*Penulis Korespondensi: wulantriws@apps.ipb.ac.id

ABSTRAK

Program Dosen Mengabdi Pulang Kampung tahun 2025 yang diselenggarakan di Desa Karangtengah, Kecamatan Cibadak, Kabupaten Sukabumi ini bertujuan memperkuat ketahanan kesehatan dengan meningkatkan pemahaman perempuan anggota pemberdayaan dan kesejahteraan keluarga (PKK) tentang hipertensi dan diabetes serta membangun keterampilan praktis untuk menyiapkan minuman kesehatan dan sabun cuci tangan dari bahan baku lokal. Dua puluh lima anggota PKK dari Desa Karangtengah berpartisipasi dalam sesi edukasi dan pelatihan yang diberikan oleh dokter dan dosen Fakultas Kedokteran serta Fakultas MIPA, IPB University. Kegiatan diawali dengan pemeriksaan tekanan darah dan glukosa oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran, dilanjutkan dengan sesi edukasi mengenai hipertensi dan diabetes, selanjutnya pelatihan pembuatan minuman kesehatan serta sabun pencuci tangan menggunakan sumber daya yang tersedia secara lokal. Peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta dinilai melalui pre- dan post-tes. Hasil pemeriksaan kesehatan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memiliki tekanan darah dan kadar glukosa yang tinggi, menunjukkan program yang dilaksanakan relevan dengan masalah di lapangan. Pengetahuan dan keterampilan peserta pada aspek faktor risiko, gejala awal, praktik gaya hidup preventif, dan pengenalan bahan herbal yang tersedia secara lokal seluruhnya mengalami peningkatan yang signifikan secara statistik dan menunjukkan transfer informasi yang efektif selama sesi edukasi. Pelatihan praktis semakin memperkuat kepercayaan diri peserta, sebagaimana dibuktikan oleh niat yang tinggi untuk mengadopsi keterampilan diajarkan. Secara keseluruhan, program ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan partisipatif berbasis masyarakat, dikombinasikan dengan pelatihan praktis yang sesuai dengan budaya, dapat meningkatkan pengetahuan, mendukung perilaku yang lebih sehat, dan mempromosikan praktik kesehatan rumah tangga yang berkelanjutan di masyarakat pedesaan.

Kata kunci: edukasi diabetes, literasi kesehatan, minuman herbal, pemberdayaan masyarakat, pencegahan hipertensi

ABSTRACT

This community engagement program aimed to strengthen health resilience among women in Sukabumi by improving their understanding of hypertension and diabetes and building practical skills for preparing local herbal drinks and natural handwash. Twenty-five PKK members from Karangtengah Village participated in structured education delivered by medical lecturers, baseline blood pressure and glucose screening, and hands-on training sessions using locally available resources. Knowledge was assessed through matched pre- and post-tests, and behavioural adoption was evaluated through post-intervention self-reports. Screening results showed that a meaningful proportion of participants presented elevated blood pressure or glucose values, underscoring the relevance of the program. Substantial gains in knowledge were observed across all domains, including risk factors, early symptoms, preventive lifestyle practices, and recognition of locally available herbal ingredients. All improvements were statistically significant, indicating effective transfer of health information. Practical training further strengthened participants' confidence, as evidenced by a high intention to adopt the taught practices. Overall, the program demonstrated that community-based, participatory health education, combined with culturally appropriate practical training, can enhance knowledge, support healthier behaviours, and promote sustainable household health practices in rural communities.

Keywords: community empowerment, diabetes education, herbal drinks, health literacy, hypertension prevention