

## Kesehatan Masyarakat, Tensi dan Kebersihan Lingkungan

Aprian Subhananto, M.Pd<sup>1</sup>, Fanisa Yulia Putri<sup>2</sup>, Widya Putri Jenny<sup>3</sup>, Rahmad Munsia<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Universitas Bina Bangsa Getsempena

\*Corresponding author

E-mail: Aprian@stkipgetsempena.ac.id

### Article History:

Received: 2024-06-04

Revised: 2024-07-03

Accepted: 2025-06-30

### Abstract:

*Menjaga kebersihan lingkungan sekitar merupakan kewajiban setiap masyarakat. Selain itu, menjaga kebersihan lingkungan merupakan suatu hal yang terindah. Karena dengan menjaga kebersihan lingkungan keluarga dan masyarakat lainnya dapat hidup sehat, aman dan damai. Dengan demikian dalam keadaan yang harus kita usahakan, perlu banyak nya edukasi dan contoh pengabdian kita terhadap masyarakat karena itu sangat berpengaruh bagi kesehatan. Contoh nya saja tensi (Tekanan Darah) yang mana dengan adanya mengukur tekanan darah diharapkan masyarakat lebih sadar untuk berupaya mengontrol atau menurunkan tekanan darah.*

Tekanan darah, masyarakat, edukasi

### Keywords:

## Pendahuluan

Kesehatan lingkungan sangat berarti bagi kehidupan sehari-hari. Dalam ini kami sebelumnya mengucapkan terimakasih atas dukungan serta restu orang sekitar, di dalam artikel ini kami menggunakan metode terjun kelapangan dan melibatkan warga sekitar. Di dalam materi yang berjudul “ Tensi Dan Kebersihan Lingkungan” yang mencakup perihal masalah dan solusi.

Dalam program pengabdian kepada masyarakat, kami langsung terjun dan melihat kondisi desa sekitar tepat nya di gampong lambhuk kecamatan ulee kareng, Kota Banda Aceh. Secara garis besar desa ini memiliki penduduk kurang lebih 5324 jiwa, di desa ini kurang nya edukasi kebersihan lingkungan yang mana dengan itu kami datang dan mengedukasi dengan beberapa masyarakat sekitar serta ikut kerja sama dalam membersihkan lingkungan sekitar. Tujuan pencapaian akhir dalam kegiatan pengabdian ini yaitu dengan adanya edukasi dan kerja sama masyarakat

lebih peduli dengan lingkungan sekitar, Dan adanya Gaya hidup sehat akan memberikan banyak manfaat, mulai dari peningkatan kualitas kesehatan serta berkurangnya resiko untuk tidak sakit.

Dalam pengabdian ini tentunya penting nya mengambil membaca beberapa artikel untuk di jadikan inovasi dan motivasi, dan tentunya di metode pengabdian ini banyak nya rincian yang kami peroleh sehingga dapat di laksanakan.

## **Metode**

Pada bagian ini digunakan melalui metode observasi atau penelitian lapangan yang mana mengumpulkan data-data masyarakat sekitar. Di desa ini kami mengumpulkan beberapa informasi setelah mewawancarai beberapa warga sekitar, tentang kesehatan dan kebersihan lingkungan. Setelah mewawancarai warga sekitar kami langsung survei tempat, serta mendokumentasi dan bersosialisasi dengan masyarakat. Kami juga mempelajari budaya yang ada di desa ini, belajar sejarah dan hasil mata pencarian di desa ini. Dalam metode pengabdian kepada masyarakat, edukasi dan praktik di terapkan sehingga dapat terlaksana pengabdian ini lebih baik.

## **Hasil dan Diskusi**

Pengabdian kepada masyarakat adalah kegiatan yang memanfaatkan ilmu pengetahuan dan teknologi untuk memajukan kesejahteraan dan kecerdasan masyarakat. Dalam pengabdian ini dapat berubahnya pula pola pikir masyarakat sekitar apalagi tentang kebersihan lingkungan dan pentingnya menjaga tekanan darah. Pelaksanaan progam ini juga diawali dengan edukasi yang mana edukasi itu menambahnya ilmu tentang kesehatan mereka sehingga dapat berdampak baik bagi kehidupan bermasyarakat.

Praktik kegiatan ini kami mulai dengan mensurvei warga sekitar, yang mana kami sedikit kesulitan bersosialisasi karena perbedaan umur. Akan tetapi dilanjutkan pengabdian ini di bantu dengan warga sekitar, di desa ini banyak nya penduduk yang berusia 40 tahun ke atas, dengan ini kami mendata satu persatu rumah untuk mengedukasi dan mempraktikan hal hal tentang kebersihan lingkungan dan tekanan darah. Dari 10 rumah yang dimasuki hanya 10% yang melakukan dan mengontrol tekanan darah, di sini langsung di praktikan kegiatan ini yaitu mengukur tekanan darah terhadap masyarakat yang mana jikalau rutin melakukan ini makan akan mengurangi resiko stroke, jantung, hingga gagal ginjal. Dan sejumlah penyakit yang muncul akibat tekanan darah. Disini juga di edukasinya untuk kita harus mengontrol pola makan kita agar tekanan darah dapat berjalan dengan normal.

Setelah mengedukasi, kami terjun kelapangan untuk mengajak warga sekitar bergotong royong bersama sama, membersihkan teras rumah dsb. Dengan ini terciptanya lingkungan bersih dan sehat. Dalam proses pengabdian ini juga masyarakat dapat memperoleh hal yang baik dan bagus untuk di contohkan.

### Gambar

Dokumentasi ketika terjun kelapangan melakukan pengabdian terhadap masyarakat yang mana ini adalah dokumentasi ketika kami mengedukasi dan ikut gotong royong bersama



Gambar 01: Pemeriksaan Tekanan Darah



Gambar 02 : Gotong royong bersama

Dalam dokumentasi diatas adalah pengabdian di Gampong lambhuk, yang mencakup edukasi, sosialisasi dan praktik.

### Kesimpulan

Progam pengabdian kepada masyarakat sangat membantu mereka mulai dari menambah ilmu dan menjaga lingkungan sekitar, dalam hal ini kami sudah mengedukasi serta mempraktikan hal hal yang penting tentang kesehatan dan lingkungan. Disini memiliki kekurangan yaitu sedikit nya relasi dan tidak bisa penuh satu desa. Dengan demikian setidaknya ada 20% masyarakat yang kami bantu. Progam ini di selenggarakan di Gampong lambhuk, Kecamatan ulee kareng, Kota Banda Aceh.

Terimakasih kami ucapkan kepada masyarakat yang telah memberi dukungan financial terhadap pengabdian ini.

## **Daftar Referensi**

Jurnal Biomedik : JBM 2022; Vol. 14 No. 1: 96 - 101 | 97 berpengaruh terhadap tekanan darah.

Artikel dan Future Mahasiswa KKN Alternatif 63 Divisi II.A.3 Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta.

Anonim. 2012. Pengantar Kesehatan Lingkungan. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Banjarmasin.

Jurnal Pengelola kebersihan dan kesehatan lingkungan masyarakat

Kalicari Kec Pedurungan Kota Semarang Ary Susatyo Nugroho, Fibria Kaswnarni Dan Prasetyo

Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia (JAMSI) Vol. 3, No. 4 Juli 2023, Hal. 1111-1116  
<https://jamsi.jurnal-id.com>