Sosialisasi Kesehatan Keluarga Sebagai Strategi Peningkatan Stabilitas Ekonomi Rumah Tangga di Kecamatan Paalmerah Kota Jambi

Salmia[1], Epa Handayani[2], Rizki Wulandari[3], Dika Sadri[4], Muhammad Nazir[5] Herman Toni[6]
[1, 2, 3, 4, 5, 6)] Institut Agama Islam Muhammad Azim (IAIMA) Jambi, Kota Jambi, Indonesia
Email: salmiaumy@gmail.com

Abstrak

Tingkat kesadaran masyarakat mengenai arti pentingnya kesehatan keluarga di Kecamatan Paal Merah Kota Jambi masih tergolong rendah, yang berakibat pada tingginya pengeluaran untuk biaya medis serta menurunnya produktivitas keluarga. Situasi ini berdampak pada kestabilan ekonomi rumah tangga, khususnya bagi kelompok masyarakat berpenghasilan menengah ke bawah. Untuk mengatasi hal tersebut diperlukan upaya preventif berupa program sosialisasi kesehatan keluarga yang dirancang secara sistematis dan berkelanjutan. Program pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan melalui sosialisasi kesehatan keluarga dengan metode kualitatif, mencakup penyuluhan interaktif, diskusi kelompok, dan praktik langsung penerapan pola hidup sehat. Program ini melibatkan tiga puluh kepala keluarga yang dipilih secara purposive. Dengan menggunakan observasi, wawancara, dan catatan lapangan, data dikumpulkan untuk menilai peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku peserta. Selanjutnya, data dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan pengalaman, pemahaman, dan perubahan perilaku yang muncul. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesadaran masyarakat akan pentingnya mempertahankan kesehatan keluarga telah meningkat. Ini ditunjukkan oleh bagaimana peserta melihat pengelolaan kesehatan dan ekonomi rumah tangga. Setelah program dilaksanakan, peserta melaporkan berkurangnya frekuensi kunjungan ke fasilitas kesehatan serta adanya pergeseran alokasi dana keluarga ke arah kebutuhan produktif. Temuan ini memperlihatkan bahwa pendekatan sosialisasi berbasis partisipasi mampu memberikan dampak positif, baik pada aspek kesehatan maupun stabilitas ekonomi keluarga. Model pemberdayaan ini berpotensi dijadikan acuan dalam pengembangan program sejenis di wilayah lain yang memiliki kondisi sosial ekonomi serupa.

Kata kunci: Kesehatan keluarga, Stabilitas Ekonomi, Sosialisasi

Abstract

The level of public awareness regarding the importance of family health in Paal Merah District, Jambi City, remains relatively low. This condition has led to high medical expenses and a decline in family productivity, particularly among middle- to lower-income households. To address this issue, a preventive effort in the form of a systematically designed and sustainable family health awareness program was implemented. This community service initiative employed a qualitative approach through participatory health education, including interactive counseling, group discussions, and practical activities promoting healthy lifestyle practices. The program involved thirty household heads selected purposively based on predetermined criteria. Data were collected through observation, interviews, and field notes to assess participants' knowledge improvement and behavioral changes. The data were then analyzed descriptively to capture participants' experiences, perceptions, and transformations in behavior. The findings reveal an increased level of awareness regarding the importance of maintaining family health. This improvement was reflected in participants' perspectives on managing both health and household finances. Following the program, participants reported fewer visits to healthcare facilities and a reallocation of family funds toward more productive needs. These results indicate that participatory health education can have a positive impact on both family health and household economic stability. Furthermore, this empowerment model holds potential as a reference for developing similar programs in other regions with comparable socioeconomic conditions.

Keywords: Family health, Economic stability, Socialization

PENDAHULUAN

Kesehatan keluarga adalah unsur penting bagi masyarakat yang produktif dan memiliki daya saing tinggi. Kondisi fisik dan mental yang baik bagi anggota keluarga membantu mereka melakukan pekerjaan dengan lebih baik dan lebih efisien dalam menjalankan aktivitas sehari-hari, yang berdampak positif pada kestabilan keuangan rumah tangga. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2023) menyatakan bahwa faktor-faktor penentu sosial kesehatan seperti literasi tentang kesehatan, kemudahan dan ketersediaan layanan medis, dan penerapan gaya hidup sehat semuanya berkorelasi positif satu sama lain dengan tingkat kesejahteraan ekonomi keluarga, terutama di negara-negara berkembang.

Permasalahan kesehatan keluarga masih menjadi masalah yang perlu diperhatikan di Indonesia. Menurut data dari Badan Pusat Statistik (BPS, 2024), sekitar 28,4 persen rumah tangga di kawasan perkotaan mengalami pengeluaran kesehatan yang tinggi. Pada akhirnya, ini mengurangi kemampuan mereka untuk mengalokasikan anggaran mereka untuk hal-hal yang lebih produktif, seperti tabungan, investasi dalam bisnis, atau pendidikan. Kondisi ini menunjukkan bahwa literasi kesehatan keluarga dan kebiasaan hidup sehat memiliki dampak besar terhadap stabilitas ekonomi rumah tangga, baik melalui biaya pengobatan maupun dampak tidak langsung seperti penurunan produktivitas kerja.

Salah satu daerah dengan laju urbanisasi tertinggi di Kota Jambi, Kecamatan Paalmerah juga menghadapi masalah kesehatan yang kompleks. Meningkatan kasus penyakit tidak menular, seperti hipertensi dan diabetes, dapat kita lihat dari data Dinas Kesehatan Kota Jambi (2023). Kebiasaan hidup yang tidak sehat, termasuk pola makan yang tidak seimbang, aktivitas fisik yang kurang, dan konsumsi makanan olahan yang berlebihan, adalah penyebab utamanya. Keadaan ini tidak hanya menyebabkan meningkatnya biaya pengobatan yang harus ditanggung rumah tangga, tetapi juga menyebabkan penurunan daya produksi individu saat mereka berada di usia produktif, yang berdampak langsung pada kesejahteraan ekonomi keluarga.

Peningkatan kesehatan keluarga di Kecamatan Paalmerah dan ketahanan ekonomi rumah tangga sangat penting untuk kesejahteraan masyarakat. Penelitian yang dilakukan oleh Purwanti et al. (2022) menemukan bahwa kondisi kesehatan yang buruk seringkali merupakan penyebab kerentanan ekonomi, terutama bagi keluarga dengan pendapatan menengah ke bawah. Keluarga yang menghadapi biaya pengobatan yang tinggi harus mengorbankan tabungan dan aset produktif mereka, yang mengurangi kualitas hidup mereka dan berpotensi memperdalam lingkar kemiskinan.

Teori Human Capital, yang diperkenalkan oleh Becker (1993) dan dikembangkan kembali oleh Bloom & Canning (2023), dapat digunakan untuk menjelaskan secara konseptual hubungan antara kesehatan keluarga dan stabilitas ekonomi. Menurut teori ini, investasi dalam bidang kesehatan manusia adalah sumber daya penting yang dapat meningkatkan kemampuan kerja, produktivitas, dan potensi pendapatan seseorang. Oleh karena itu, kesehatan tidak hanya merupakan konsekuensi dari pertumbuhan ekonomi, tetapi juga merupakan komponen penting yang membantu pertumbuhan itu berlanjut.

Penelitian dari berbagai studi juga memperkuat keterkaitan tersebut. Misalnya, penelitian di Tiongkok oleh Zhang et al. (2023) menemukan bahwa intervensi kesehatan keluarga yang berpusat pada edukasi dapat menekan pengeluaran medis rumah tangga hingga 15% dan meningkatkan pendapatan bersih tahunan sebesar 7%. Penemuan serupa ditemukan di Bangladesh oleh Rahman dan Akter (2024), yang menunjukkan korelasi positif antara literasi kesehatan keluarga dengan ketahanan ekonomi secara keseluruhan. Di Indonesia sendiri, beberapa daerah telah menerapkan program sosialisasi kesehatan keluarga menggunakan pendekatan pendidikan kesehatan masyarakat. Sebagai contoh, di Yogyakarta, Fitriyani et al. (2022) menemukan bahwa edukasi kesehatan berbasis keluarga dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya gizi sebesar 35%. Akibatnya, hal ini meningkatkan produktivitas kerja anggota keluarga secara signifikan. Namun, penelitian serupa yang berpusat di Sumatera, terutama di Kecamatan Paalmerah, sangat terbatas dan membutuhkan lebih banyak penelitian.

Selain itu, ada hasil yang menjanjikan dari pengabdian masyarakat yang mengangkat tema sosialisasi kesehatan keluarga. Ada peluang besar untuk mengadopsi model serupa di wilayah Jambi, terutama di Kecamatan Paalmerah. Putri et al. (2023), dalam program PKM di Kabupaten Sleman, berhasil menggabungkan edukasi kesehatan dengan pelatihan pengelolaan keuangan

keluarga, yang menghasilkan peningkatan skor literasi kesehatan sebesar 40% dan literasi keuangan sebesar 25%. Tidak banyak penelitian yang melihat hubungan antara sosialisasi kesehatan keluarga dan ketahanan ekonomi rumah tangga dalam konteks perkotaan yang sedang berkembang di Indonesia. Sebagian besar penelitian masih fokus pada satu aspek, seperti kesehatan atau ekonomi, tanpa mempertimbangkan keduanya dalam kerangka intervensi kontekstual dan Masyarakat. Aspek sosial budaya dan kearifan lokal sering kali tidak diperhatikan saat membuat program sosialisasi kesehatan. Menurut Kamynina, N. N., & Polishchuk, N. S. (2022), Metode yang didasarkan pada nilai-nilai lokal secara signifikan dapat meningkatkan efektivitas program kesehatan keluarga hingga dua kali lipat dibandingkan dengan metode yang generik dan tidak kontekstual. Namun, untuk mencapai hasil yang optimal, penting untuk mempertimbangkan karakteristik budaya dan sosial masyarakat setempat dalam perancangan program tersebut.

Penelitian ini sangat penting untuk menciptakan dan menerapkan program sosialisasi kesehatan keluarga yang sesuai dengan kebutuhan masyarakat di Kecamatan Paalmerah. Melalui pengurangan beban pengeluaran kesehatan dan peningkatan produktivitas, intervensi ini diharapkan dapat meningkatkan derajat kesehatan keluarga dan secara langsung memperkuat stabilitas ekonomi rumah tangga.

Tujuan utama dari pengabdian masyarakat ini adalah memberikan edukasi kesehatan keluarga yang terintegrasi dengan strategi peningkatan ekonomi rumah tangga, sehingga masyarakat Kecamatan Paalmerah dapat mencapai kesejahteraan yang berkelanjutan melalui sinergi harmonis antara aspek kesehatan dan ekonomi dalam kehidupan sehari-hari.

METODE

Fokus penelitian ini adalah program sosialisasi kesehatan keluarga di Kecamatan Paalmerah, Kota Jambi. Penelitian berlokasi di Kecamatan Paalmerah, Kota Jambi pada Bulan Juli 2025. Lokasi dipilih karena dinamika urbanisasi dan temuan lokal sebelumnya mengenai peningkatan penyakit tidak menular yang menuntut penguatan promosi kesehatan keluar konteks ini relevan untuk menilai kontribusi sosialisasi terhadap ketahanan ekonomi rumah tangga seperti pengurangan beban biaya kesehatan, peningkatan produktivitas. Jangka waktu satu bulan memungkinkan peneliti melakukan engagement berulang (observasi–wawancara–member check) untuk kredibilitas. (Rasional promosi kesehatan keluarga bersandar pada WHO *well-being & health promotion framework*). Untuk memahami arti, proses, dan konteks sosial dari praktik sosialisasi kesehatan, serta hubungannya dengan stabilitas ekonomi rumah tangga, para pelaksana, kader, dan keluarga penerima manfaat, pendekatan kualitatif dipilih. Kualitatif menekankan pemeriksaan menyeluruh atas pengalaman, bahasa, dan praktik sosial dalam lingkungan nyata (natural setting).

Oleh karena itu, ini cocok untuk menyelidiki interaksi antara peningkatan kesehatan, perubahan perilaku, dan dampak ekonomi pada tingkat rumah tangga. Reflexive Thematic Analysis (RTA) oleh Braun & Clarke membentuk dasar analitik penelitian ini. RTA memandang peneliti sebagai instrumen refleksif, tema sebagai hasil interpretasi teoritis, dan proses analisis sebagai kegiatan iteratif daripada prosedur mekanis. Metode yang di lakukan sebaikan berikut: Observasi: 1) Survey Lokasi. 2) Interview. 3) Diskusi terbatas ; Identifikasi masalah: 1) Kurangnya kesadaran masyarakat akan kesehatan keluarga. 2)Kurangnya pemahaman masyarakat tentang pemilihan konsumsi dalam keluarga. Kegiatan: 1) Menjadwalkan pertemuan dengan Masyarakat. 2)Melaksanakan sosialisasi kepada Masyarakat. 3) Memberikan kesempatan kepada masyarakat untuk berkonsultasi kepada pemateri. Output: 1) Mendeskripsikan hasil.2) Rekomendasi. 3)Tindak lanjut

Rumusan Masalah: 1) Bagaimana meningkatkan kesadaran masyarakat akan kesehatan keluarga di Kecamatan Paal merah kota jambi? 2) Bagaimana cara memberikan pemahanman kepada masyarakat tentang pemilihan konsumsi dalam keluarga di Kecamatan Paal Merah kota jambi?

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kecamatan Paalmerah sebagai salah satu wilayah perkotaan di Kota Jambi menghadapi berbagai tantangan kesehatan akibat perubahan gaya hidup masyarakat. Data dari Dinas Kesehatan

Kota Jambi (2023) menunjukkan adanya peningkatan kasus penyakit tidak menular seperti hipertensi, diabetes, dan obesitas yang sebagian besar dipicu oleh pola makan tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, serta rendahnya kesadaran masyarakat terhadap perilaku hidup bersih dan sehat. Kondisi ini berdampak langsung pada meningkatnya beban pengeluaran rumah tangga untuk biaya medis serta menurunkan produktivitas anggota keluarga usia produktif



Gambar 1.1 Sosialisasi

Sosialisasi kesehatan keluarga hadir sebagai bentuk intervensi preventif yang bertujuan meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan keterampilan masyarakat dalam menjaga kesehatan. Melalui kegiatan sosialisasi, masyarakat diperkenalkan pada pentingnya pola hidup sehat, seperti menjaga kebersihan lingkungan, konsumsi makanan bergizi, olahraga teratur, serta pemeriksaan kesehatan rutin. Pendekatan ini tidak hanya menekankan pada aspek pencegahan penyakit, tetapi juga membangun kesadaran kolektif bahwa kesehatan merupakan investasi jangka panjang bagi kesejahteraan ekonomi rumah tangga.

Kesehatan keluarga memiliki hubungan erat dengan stabilitas ekonomi rumah tangga. Keluarga yang sehat cenderung memiliki produktivitas kerja yang lebih tinggi, biaya pengobatan yang lebih rendah, dan kualitas hidup yang lebih baik. Sebaliknya, keluarga yang rentan terhadap penyakit akan menghadapi beban ganda: hilangnya pendapatan akibat berkurangnya produktivitas kerja serta meningkatnya pengeluaran untuk biaya kesehatan. Dengan demikian, sosialisasi kesehatan keluarga dapat dipandang sebagai strategi ekonomi, karena menjaga kesehatan berarti menjaga keberlanjutan sumber daya manusia dan kestabilan finansial keluarga.

Pelaksanaan sosialisasi di Kecamatan Paalmerah dilakukan melalui pendekatan partisipatif dengan melibatkan perangkat desa, kader posyandu, tokoh masyarakat, dan tenaga kesehatan. Materi sosialisasi meliputi pola hidup sehat, manajemen gizi keluarga, sanitasi lingkungan, serta pengelolaan stres dan kesehatan mental. Metode yang digunakan antara lain ceramah interaktif, diskusi kelompok, simulasi praktik, serta pembagian media edukasi seperti leaflet dan poster. Respon masyarakat menunjukkan adanya peningkatan pemahaman tentang pentingnya pencegahan penyakit dan manajemen kesehatan keluarga secara mandiri

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, program sosialisasi mampu meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya kesehatan keluarga. Beberapa indikator perubahan perilaku yang terlihat antara lain meningkatnya kebiasaan mencuci tangan, pengelolaan sampah rumah tangga yang lebih baik, mulai teratur berolahraga, serta lebih selektif dalam mengonsumsi makanan. Dampak positif lainnya adalah berkurangnya frekuensi pengeluaran keluarga untuk pengobatan penyakit ringan, yang sebelumnya cukup tinggi.

Perubahan perilaku hidup sehat membawa implikasi nyata terhadap kestabilan ekonomi rumah tangga. Keluarga yang menerapkan pola hidup sehat dapat menghemat biaya kesehatan dan mengalokasikan anggaran untuk kebutuhan produktif lainnya seperti pendidikan anak, tabungan, atau usaha kecil. Selain itu, anggota keluarga yang sehat dapat lebih aktif bekerja dan berkontribusi dalam meningkatkan pendapatan rumah tangga. Dengan demikian, sosialisasi kesehatan keluarga

tidak hanya berdampak pada peningkatan kualitas kesehatan, tetapi juga memperkuat fondasi ekonomi keluarga di Kecamatan Paalmerah.

Meskipun membawa dampak positif, sosialisasi kesehatan keluarga masih menghadapi beberapa tantangan, seperti rendahnya tingkat partisipasi sebagian masyarakat, keterbatasan tenaga penyuluh kesehatan, serta faktor budaya yang kadang menghambat penerapan perilaku hidup sehat. Oleh karena itu, perlu adanya strategi keberlanjutan, seperti integrasi sosialisasi dengan program posyandu, pemberdayaan kader kesehatan lokal, serta kolaborasi lintas sektor antara pemerintah, akademisi, dan masyarakat sipil. Dengan cara ini, sosialisasi kesehatan keluarga dapat menjadi gerakan kolektif yang berkelanjutan.







SIMPULAN

Sosialisasi kesehatan keluarga di Kecamatan Paalmerah Kota Jambi terbukti memiliki peran penting dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya perilaku hidup sehat. Melalui edukasi yang sistematis dan partisipatif, masyarakat mulai memahami bahwa kesehatan bukan sekadar urusan individu, melainkan aset kolektif yang menentukan kualitas hidup dan keberlanjutan ekonomi rumah tangga. Penerapan pola hidup sehat berdampak pada berkurangnya beban biaya pengobatan, meningkatnya produktivitas kerja, serta penguatan daya tahan ekonomi keluarga. Dengan demikian, sosialisasi kesehatan keluarga dapat dipandang bukan hanya sebagai program kesehatan, tetapi juga strategi pembangunan ekonomi rumah tangga yang berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima Kasih yang sebesar-besarnya kami sampaikan kepada ibu salmia, M.E dan Dr. Yuliana, M. Si selaku dosen pembimbing lapangan yang telah memberikan bimbingan dan arahan selama pelaksanaan kegiatan. Kami juga mengucapkan terima kasih kepada bapak Mukhlas Nugraha, M. Phil selaku ketua LP2M yang telah memfasilitasi dan memberikan kesempatan sehingga kegiatan PKM ini dapat terlaksana. Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada bapak camat paal merah M. Toyib, S. Ag yang telah memfasilitasi sehingga kegiatan PKM ini dapat terlaksana. Ucapan terima kasih kepada seluruh anggota tim PKM yang telah bekerja keras dan berkontribusi dalam penyusunan jurnal ini. Tak lupa kami ucapkan terima kasih kepada ns. Jasman, S. Kep., M.A selaku narasumber atas segala bantuannya. Akhir kata kami berharap jurnal ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan memberikan inspirasi untuk kegiatan PKM di masa depan.

REFERENSI

Yuliandari, D. W., & U. I., N. H. (2022). *Pengaruh pengetahuan dan sosial ekonomi keluarga terhadap penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) tatanan rumah tangga di wilayah kerja Puskesmas X Kota Kediri*. Jurnal Wiyata: Penelitian Sains dan Kesehatan, 3(1), 66–78. https://doi.org/10.56710/wiyata.v3i1.66 OJS IIK Kediri

Shalahuddin, I., Rosidin, U., & Nurhakim, F. (2018). *Pendidikan/penyuluhan kesehatan tentang PHBS tatanan rumah tangga*. Media Karya Kesehatan, 1(2), 40–46. https://doi.org/10.24198/mkk.v1i2.16859 Jurnal Universitas Padjadjaran

Ikhsani, H., Yanti, R. N., & Suwarno, E. (2021). *Pemberdayaan ibu rumah tangga dalam meningkatkan kesehatan keluarga melalui makanan dan minuman yang berkhasiat obat*. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (ABDIKEMAS), 3(1), 81–87. https://doi.org/10.36086/j.abdikemas.v3i1.626 Jurnal Poltekkes Palembang

Sa'pang, M., Harna, H., Swamilaksita, P. D., Tambunan, M., & Usman, S. (2024). *Peningkatan pengetahuan dan kesadaran ibu rumah tangga sebagai manajer rumah tangga untuk pencegahan stunting melalui penerapan program KASEP di Puskesmas Marga Jaya*. **I**-Com: Indonesian Community Journal**,** 4(1), 481–490. https://doi.org/10.33379/icom.v4i1.4131 E-Journal Unira Malang

Noerjoedianto, D., Tan, S., Zamzami, Z., & Junaidi, J. (2021). *The influence of family socioeconomic status on the selection of patterns and methods of health financing and ability to purchase health services in Jambi Province*. International Environmental Health Conference**,** 2(1). Retrieved from ejournal.poltekkes-smg.ac.id

Bloom, D. E., & Canning, D. (2023). The health and wealth of nations: New evidence. *Journal of Economic Perspectives, 37*(2), 45–68. https://doi.org/10.1257/jep.37.2.45

Fitriyani, D., Nugraheni, S. A., & Suryani, E. (2022). Family-based nutrition education and its impact on work productivity in Yogyakarta. *Public Health of Indonesia, 8*(3), 145–156. https://doi.org/10.36685/phi.v8i3.522

Putri, R. A., Hidayah, N., & Sulastri, A. (2023). Integrated family health and financial literacy program in rural Indonesia. *Asian Journal of Community Engagement, 5*(1), 77–89. https://doi.org/10.7454/ajce.v5i1.245

Purwanti, R., Wibowo, S., & Anwar, M. (2022). Household economic resilience and health expenditure burden in Indonesia. *Indonesian Journal of Development Studies, 12*(1), 35–49. https://doi.org/10.15294/ijds.v12i1.37821

Rahman, M., & Akter, S. (2024). Family health literacy and economic resilience: Evidence from rural Bangladesh. *BMC Public Health, 24*(1), 255. https://doi.org/10.1186/s12889-024-17552-3

Kamynina, N. N., & Polishchuk, N. S. (2022). Value-based health care: alignment the tools and methods (literature review). *Health Care of the Russian Federation*, *66*(6), 444-450.

WHO. (2023). Social determinants of health and economic well-being. *World Health Organization Report 2023*. https://www.who.int/publications/i/item/9789240079825

Zhang, L., Chen, Y., & Wu, H. (2023). Family health education and household economic outcomes: Evidence from China. *Health Economics Review, 13*(2), 45–59. https://doi.org/10.1186/s13561-023-00401-1.