

Peran Mahasiswa KKN dalam Meningkatkan Kesehatan Masyarakat pada Masa Pandemi Covid-19

Sukma Dewi¹, Adiba Nazilla Hazeina Nasution², Rofikoh Lubis³,
Siti Ismahani⁴

^{1,2,3,4} Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan

e-mail: dewisukma257@gmail.com¹, adibanazilahazeina667@gmail.com²,
rofikohlubis6@gmail.com³, sitiismahani@uinsu.ac.id⁴

Abstrak

Pandemi Covid-19 di seluruh dunia, khususnya di Indonesia, telah menciptakan krisis baru di segala aspek kehidupan manusia. Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan kesehatan masyarakat masa pandemi, khususnya di bidang pendidikan dan ekonomi. Situasinya begitu serius sehingga pemerintah tidak dapat melanjutkan sendiri setelah menyelesaikan masalah Covid-19. Di masa mewabahnya Covid-19, masyarakat dihimbau untuk terlibat dan bekerja menuju tujuan bersama, yaitu berolahraga tiga atau empat kali per minggu selama minimal 30 menit. Peran mahasiswa sangat dibutuhkan untuk ikut berkontribusi dalam menangani covid-19 dengan menggunakan relawan covid-19, mereka menawarkan diri menjadi relawan covid-19 untuk membantu masyarakat umum. Pentingnya kehadiran Posyandu di masyarakat adalah sebagai pusat kegiatan masyarakat, di mana masyarakat secara keseluruhan bekerja untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif. Adapun Hasil penelitian menunjukkan bahwa masyarakat memiliki keinginan yang kuat untuk membantu dan memungkinkan untuk dilakukan saat ini, agar sebagian kecil masyarakat dapat membantu pemerintah dalam menangani Covid-19 dan kesehatan masyarakat dapat terjamin, sehingga tidak merugikan masyarakat di masa depan.

Kata kunci: *Kesehatan Masyarakat, Pandemi Covid-19, Peran Mahasiswa.*

Abstract

The Covid-19 pandemic around the world, especially in Indonesia, has created a new crisis in all aspects of human life. The purpose of this research is to improve public health during the pandemic, especially in the fields of education and the economy. The situation is so serious that the government cannot proceed on its own after solving the Covid-19 problem. During the Covid-19 outbreak, people are encouraged to get involved and work towards a common goal, which is to exercise three or four times per week for a minimum of 30 minutes. The role of students is very much needed to contribute in dealing with covid-19 by using covid-19 volunteers, they offer themselves to be covid-19 volunteers to help the general public. The importance of the presence of Posyandu in the community is as a center for community activities, where the community as a whole works to improve health and well-being. This research uses descriptive qualitative method. The results of the study show that the community has a strong desire to help and it is possible to do this now, so that a small part of the community can assist the government in dealing with Covid-19 and that public health can be guaranteed, so as not to harm the community in the future.

Keywords : *Public Health, Covid-19 Pandemic, The Role of Students.*

PENDAHULUAN

Masa pandemi COVID 19 saat ini adalah harus mampu memilah dan memilih sasaran dalam penyebarannya, salah satu upaya yang dilakukan adalah Senam aerobik dengan instensitas ringan adalah mudah, murah, dan dapat meriah serta bermanfaat karena mengurangi jumlah waktu yang dihabiskan untuk pelatihan aerobik. Di masa mewabahnya Covid-19, masyarakat dihimbau untuk terlibat dan bekerja menuju tujuan bersama, yaitu berolahraga tiga atau empat kali per minggu selama minimal 30 menit. Senam adalah salah satu olahraga yang sangat baik untuk tubuh dan kebugaran jasmani seseorang jika kita melakukan olahraga tersebut dengan benar serta dapat memacu jantung dan peredaran darah. Salah satu yang paling umum adalah latihan aerobik.

Di masa Pandemi, pemerintah telah berjanji untuk melakukan langkah-langkah seperti mencegah orang keluar rumah, mewajibkan mereka memakai masker jika tidak bisa bekerja, dan menyediakan fasilitas cuci tangan setiap saat, bahkan sampai memesan tempat. pembangunan desa tanggap Covid-19 sesuai dengan surat edaran Menteri desa No 8 Tahun 2020 Tentang Desa Tanggap Covid-19 dan Penegasan PKTD Dalam edaran sebelumnya disebutkan bahwa Membentuk Relawan Desa Lawan Covid-19.

Masyarakat adalah sekelompok manusia yang terjalin erat karena sistem, tradisi, konvensi, dan hukum yang sama, serta mengarah pada kolektif kehidupan. Harus dipahami bahwa hidup kolektif tidak berarti bahwa setiap individu harus hidup di area yang sama, mendapat manfaat dari iklim yang sama, dan mengonsumsi makanan yang sama.

Mahasiswa sebagai agen perubahan akan memiliki peran penting dalam menyelesaikan krisis Covid-19 di Indonesia. Meski hanya surat kepada pemerintah, tidak menutup kemungkinan keluarnya Covid-19 dalam waktu dekat. Alhasil, warga berkesempatan untuk mempercepat kemajuan dengan membantu pemerintah mengatasi krisis Covid-19 melalui sektor pendidikan dan ekonomi. Poin kedua adalah bahwa baik pemerintah maupun rakyat sangat diuntungkan.

Untuk meningkatkan nilai sumber daya manusia sebagai alat untuk pembangunan ekonomi dan swasembada, harus ada upaya bersama dari pemerintah dan masyarakat umum. Oleh karena itu, guna posyandu pendekatan strategis untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia harus segera dilaksanakan. Untuk meningkatkan nilai Posyandu sebagai pelayanan KB-Kesehatan untuk dan oleh masyarakat, perlu dikembangkan jangkauan pelayanan KB-Kesehatan yang lebih luas, serta masyarakat yang lebih aktif dalam LKMD. Untuk meningkatkan mutu pengelolaan Posyandu, koordinasi dan pembinaan keterpaduan harus dikurangi di semua tingkat pemerintahan.

Senam adalah salah satu olahraga yang sangat baik untuk tubuh dan kebugaran jasmani seseorang jika kita melakukan olahraga tersebut dengan benar serta dapat memacu jantung dan peredaran darah. Salah satu yang paling umum adalah latihan aerobik (Irianto, 1997).

COVID 19 memilah dan memilih sasaran dalam penyebarannya salah satu upaya yang dilakukan adalah dengan Senam aerobik dengan instensitas ringan adalah mudah, murah, dan dapat meriah serta bermanfaat karena dapat dilakukan dimana saja dan jantung masuk ke dalam zona pelatihan untuk mempersiapkan pelatihan senam aerobik. Di masa pandemi Covid-19, masyarakat umum dihimbau untuk berlatih senam dan gigih dalam mencapai tujuannya, antara lain latih tiga atau lima kali per minggu dengan minimal Latihan 30 menit.

Virus Corona adalah virus yang menyebabkan infeksi covid-19. Virus Corona yang pertama kali diidentifikasi pada bulan Desember 2019 di Wuhan, China ini memiliki sifat yang sangat mudah diisolasi sehingga virus tersebut dapat menyebar ke seluruh dunia dalam hitungan jam. COVID-19 digambarkan oleh WHO sebagai pandemi global, sedangkan Pemerintah Indonesia menggambarkannya sebagai bencana non-alam penyakit yang memerlukan penanggulangan terpadu melalui berbagai metode, termasuk keterlibatan semua komponen masyarakat.

Kasus Covid juga terus bertambah di wilayah Jawa Timur, dengan jumlah pasien terkonfirmasi sebanyak 958 orang, meninggal 157 orang, meninggal 96 orang hingga akhir

bulan April. Sementara itu, dari wilayah Kota Kediri hingga 15 Mei lalu, sebanyak 25 orang terkonfirmasi positif, sedangkan negatif nol.

Influenza seperti demam, batuk, pilek, pusing, dan dalam kondisi berat dapat mengalami sesak napas yang berat, sebagian besar kasus infeksi virus corona memiliki tanda dan gejala seperti demam, batuk, pilek, pusing, dan dalam kondisi melihat tanda dan gejala tersebut di atas, maka fokus untuk menurunkan angka kasus covid-19 adalah dengan menggunakan protokol covid-19 untuk menekan angka kasus covid-19.

Posyandu adalah wadah komunikasi alih teknologi dalam pelayanan kesehatan masyarakat oleh masyarakat dan untuk masyarakat dengan dukungan pelayanan serta pembinaan teknis dari petugas kesehatan dan keluarga (Sembiring, 2004). Posyandu ialah dasar terbentuk dari Winslow's definisi ilmu Kesehatan Masyarakat, yang mana disebutkan bahwa diharapkan masyarakat itu berusia untuk dapat menanggulangi kesehatannya sendiri.

Kualitas pelayanan yang diberikan oleh Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) masih perlu ditingkatkan. Seperti halnya Polindes, Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) memiliki tingkat pengembalian yang bervariasi berdasarkan jumlah dan jenis indikator yang digunakan di setiap strata (Punikasari, 2010).

Pentingnya kehadiran Posyandu di masyarakat adalah sebagai pusat kegiatan masyarakat, di mana masyarakat secara keseluruhan bekerja untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan. Selain itu wahana dapat digunakan sebagai sarana pengumpulan informasi, menambah wawasan, dan mengatasi hambatan serta musyawarah untuk membantu berbagai masalah yang dihadapi, baik masalah keluarga atau masalah masyarakat itu. Yayasan Posyandu didasarkan pada definisi Winslow tentang pendidikan kesehatan manusia, yang menyatakan bahwa diharapkan populasi manusia akan bekerja keras untuk meningkatkan kesehatan mereka sendiri. Selanjutnya dikemukakan bahwa pelayanan kesehatan yang ideal bagi masyarakat umum disediakan oleh berbagai peran, serta oleh anggota masyarakat umum yang berkecukupan dan berpendidikan. Menurut informasi yang diberikan, cara terbaik untuk menjangkau masyarakat adalah dengan menggunakan kata "Posyandu".

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif kualitatif, yaitu peningkatan kualitas tulisan dengan menitikberatkan pada kondisi yang mungkin terjadi dan sesuai dengan yang sudah ada. Waktu penelitian pada saat sedang melaksanakan KKN di Desa Sinunukan Laru Lombang, Panyabungan. Di mana sasaran penelitian ini adalah masyarakat setempat. Prosedur atau instrime dalam penelitian melalui wawancara/partisipan masyarakat berkaitan dengan judul penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

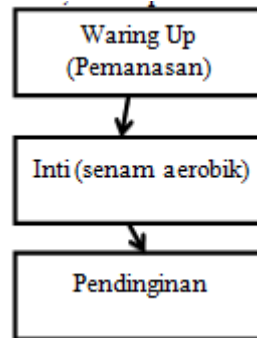
Senam Aerobic

Meiria Zuraida & Ifwandi (2016) mengatakan "*Senam aerobik merupakan aktivitas fisik yang dapat memacu jantung dan peredaran darah serta pernafasan yang dilakukan dalam jangka waktu yang lama sehingga menghasilkan perbaikan dan manfaat bagi tubuh*". Semakin banyak aktivitas fisik yang dilakukan, laju peluruhan tubulus meningkat. Setiap aktivitas fisik yang menggunakan banyak otot-otot tubuh akan meningkatkan kinerja jantung dan paru-paru, yang disebut aerobik.

Aktivitas aerobik akan mengakibatkan penurunan tekanan darah akibat penurunan proporsi tubular. Menurut (Brown & Lee, 2014), metode latihan aerobik atau komposisi tubuh adalah perbandingan lemak tertimbang memiliki ciri-ciri latihan dengan konsistensi, bau yang menyenangkan, dan otot-otot yang besar, senam aerobik pelaksanaannya selalu menggunakan alat musik atau sound system untuk mengiringi Gerakan yang dilakukan dan dihitung dengan ritme 1-8 dan ulang dua kali untuk setiap gerakannya.

Manfaat Aerobik, ada banyak manfaat menggunakan pesawat terbang, antara lain:

1. Fisik Preventive (mencegah penyakit akibat kebugaran/peningkatan kualitas fisik), promotor (peningkatan kebugaran/peningkatan kualitas fisik), tetapi dan rehabilitasi (asma, diabetes, kegemukan, penyimpangan bentuk tubuh, dan lain-lain).
 2. Segi sosial Jika dilakukan secara bersama-sama akan menjadi media komunikasi, informasi, dan pada akhirnya akan meningkatkan kesehatan masyarakat.
 3. Segi psikologis Meningkatkan dan mengurangi kegembiraan.
 4. Segi ekonomis Meningkatkan biaya pelayanan kesehatan
- Menurut Djoko Pekik Irianto, sistem penamaan aerobik diawali dengan:



Senam aerobik diciptakan karena senam aerobik tanpa biaya, dan bila dilakukan bersama dengan banyak orang akan sangat meriah hampir semua orang dapat melakukannya, gerakannya mudah.

Pelaksanaannya mudah karena hampir semua masyarakat ikut dalam pelaksanaan senam aerobic yaitu ibu-ibu, anak-anak dan lansia. Berikut tanggapan masyarakat dalam pelaksanaan senam aerobic masa pandemi:

No.	Partisipan	Usia
	Santi	10 Tahun
	Ibu Rudi	40 Tahun
	Nenek Tita	70 Tahun

Dalam melakukan latihan aerobik, setiap orang memiliki tempo yang berbeda-beda, namun semuanya memiliki tempo yang sama, yaitu 1-8 dan diulang sebanyak dua kali. Tanggapan peserta terhadap senam aerobik ini adalah sebagai tanggapan terhadap pencegahan penularan covid-19:

1. Apa efek samping yang dialami partisipan setelah dan sebelum melakukan senam aerobik?

Partisipan 1 (Santi)

“Saya merasa senang dan sangat bersemangat dengan diadakannya senam aerobik ini, karena sudah dua tahun, saya tidak pernah merasakan lagi karena epidemi Covid 19, dan saya merasa bahagia sekali, selain itu saya merasa”.

Partisipan 2 (Ibu Rudi)

“Saya merasa semangat setelah senam aerobik ini, karena gerakan tubuh saya juga bisa tertawa puas dengan rekan senam saya, karena suasana senam aeroknya sangat meriah, mungkin karena pemilihan suara musiknya, awalnya saya merasa”.

Partisipan 3 (nenek Tita)

“Saya merasa senang sekali dengan adanya senam aerobik ini, karena gerakannya mudah dan sesuai dengan detak jantung saya, berdegup kencang sekali, itu bagus karena itu bagus karena itu bagus karena itu bagus karena itu bagus”

Hasilnya, dapat disimpulkan bahwa salah satu cara terbaik untuk meningkatkan Covid 19 adalah dengan berlatih aerobik. Pasalnya, selain meningkatkan kesehatan mental, aerobik juga dapat meningkatkan kesehatan fisik.

2. Apakah mungkin senam aerobik jenis ini dimasukkan dalam program Kesehatan Masyarakat sebagai bagian dari kampanye Covid 19 Partisipan 1?

Partisipan 1 (santi)

“Iya, cocok sekali agar saya dan teman-teman saya bisa senam minimal 1 kali dalam seminggu, karena di sekolah kami tidak bisa senam lagi”.

Partisipan 2 (Ibu Rudi)

“Saya tidak percaya, karena program ini sangat bermanfaat sekali, terupaya pencegahan penularan covid, senam asli yang dilakukan memenuhi protokol Kesehatan”.

Partisipan 3 (nenek Tita)

“Mungkin saja, karena bagi keluarga saya, lari-lari atau senam aerobik itu sangat menyenangkan, dan bagus untuk jantung, dan peredaran darah, dan sangat menyenangkan untuk dilakukan setiap saat”.

PENCEGAHAN PENULARAN COVID 19

Peran Mahasiswa dalam Mengatasi Penyebaran Covid-19

Mahasiswa merupakan aset suatu bangsa karena mahasiswa merupakan kelompok masyarakat yang memiliki pendidikan dalam berbagai ilmu pengetahuan dan keterampilan. Sebagai anggota dari generasi yang buta huruf, mahasiswa akan semakin buta huruf dan harus mampu menghadapi berbagai persoalan yang akan muncul di masa depan (Habibah, 2016).

Poin terakhir merupakan salah satu fungsi dari mahasiswa, seperti pendidikan dan pengajaran, masyarakat penelitian dan pengembangan, dan pengabdian kepada, seperti pendidikan dan pengajaran, penelitian dan pengembangan, dan pengabdian kepada masyarakat. Mahasiswa memiliki tiga fungsi utama: agen perubahan, fasilitator pertumbuhan dalam komunitas, dan pembangkit ide-ide baru.

Hadirnya pandemi Covid-19 menjadi problematika yang besardisekitar kita. Berbagai bentuk pergolakan telah dilakukan oleh pemerintah suatu kota atau daerah. Meskipun demikian, apa yang dilakukan pemerintah tidak akan dilakukan secara tepat waktu dan efektif. Lebih khusus lagi, mahasiswa mempunyai peran pencegahan penyebaran Covid-19 di samping yang dilakukan oleh pemerintah.

Makna dan inovasi yang dapat dilakukan oleh masyarakat dalam mengatasi penyebaran Covid-19 dapat melalui sektor pendidikan dan ekonomi. Seperti yang dikatakan sebelumnya, pentingnya kedua sektor ini tidak dapat dilebih-lebihkan. Sistem pendidikan Indonesia sedang mengalami perubahan dramatis sebagai akibat dari percepatan belajar remaja. Peserta didik, baik siswa atau mahasiswa, terkait dengan daring pembelajaran, harus dituntut dengan cepat beradaptasi dengan sistem ini. Pembelajaran daring menghubungkan peserta didik dengan sumber belajarnya (data, pakar, dan perpustakaan) yang secara nyata terpisah, tetapi masih berkomunikasi dan berinteraksi, berani merupakan wujud dari pembelajaran jarak jauh yang sangat erat berinteraksi dengan telekomunikasi dan informasi teknologi (Sulia, 2020). Namun, sistem pembelajaran daring dinilai kurang efektif meskipun peserta didik tidak harus menggunakan sistem ini.

Di sisi lain, perekonomian Indonesia juga turut merosot akibat pandemi Covid-19. Tidak lagi terbatas di Indonesia, tetapi juga di seluruh dunia. Riset yang dilakukan oleh Bank

Dunia, dampak ekonomi dari pandemi Covid-19 ini akan melumpuhkan hampir 24 juta orang di kawasan Asia Pasifik. Selanjutnya, angka kemiskinan global meningkat, dengan 922 juta orang terkena dampaknya (Azwar Iskandar & Bayu Taufiq Possumah, 2020).

Di Indonesia, laju pertumbuhan ekonomi melambat, terutama bagi usaha kecil dan pengusaha. Imbasnya, angka meningkat tajam karena sebagian gulung tikar yang artinya harus di-PHK untuk pekerjaan di suatu perusahaan. Menurut Menteri Tenaga Kerja Ida Fauziyah, jumlah orang yang bekerja di Indonesia meningkat dari sekitar 2,6 juta menjadi 9,7 juta. Usahapara pedagang pun ikut terganggu dengan ditutupnya pasar masuk ke Indonesia pada awal-awal pandemi Covid-19. Mereka membutuhkan makanan untuk sisa hari itu. Di belahan dunia lain, beberapa negara menerapkan PSBB, yang berarti masyarakat tidak dapat beraktivitas karena perbedaan waktu.

Oleh karena itu, peran legislatif sangat penting dalam membantu pemerintah dalam menangani wabah Covid-19 di Indonesia. Tentu, selain meningkatkan kemampuan fisik, ide, bahkan gagasan yang berasal dari mahasiswa pemikiran sangatlah penting. Mahasiswa memiliki kemampuan untuk menyediakan semua alat yang diperlukan sekaligus membantu pemerintah. Ada beberapa hal yang dapat dilakukan guru, khususnya di bidang pendidikan dan ekonomi, karena dua yang terakhir sangat penting.

Peran Mahasiswa dalam Penyebaran Covid-19 di Sektor Pendidikan

Untuk memulai, mahasiswa bisa menyampaikan aspirasi kepada pihak sekolah dan pemimpin desa, agar memberikan kuota gratis kepada peserta didik untuk keberlangsungan berani belajar. Hingga saat ini, belum ada peningkatan jumlah orang yang mendaftar penerbangan gratis.

Selain itu, konektivitas internet yang buruk di daerah pedesaan, membuat pembelajaran menggunakan sistem komputer menjadi kurang efektif. Selain cita-cita untuk biaya kuliah gratis, para guru juga mungkin memiliki cita-cita untuk meningkatkan iuran kuliah atau dampak ekonomi turun dalam pandemi Covid-19 memungkinkan membayar iuran secara normal.

Ketiga, usulan yang bagus ke depan adalah memberikan WiFi gratis kepada siswa dengan tetap membatasi jaga jarak dan menggunakan masker selama berada di sana. Selain itu juga mengurangi jumlah siswa didik sehingga tidak terbebani. Hal ini bisa dikatakan efektif sebagai akibat dari kuota internet peserta didik.

Ketiga gagasan atau usulan mahasiswa KKN tersebut di atas mungkin sangat membantu dalam memastikan guru tetap menikmati pembelajaran dalam lingkungan yang santai, sehingga mereka tidak merasa terpaksa melakukannya secara rutin, yang berpotensi mengarah pada penerapan Covid-19 di sekolah, sekolah dan universitas.

Peran Mahasiswa dalam Penyebaran Covid-19 di Sektor Ekonomi

Untuk memulai, seorang pemimpin mungkin membantu seorang pedagang dalam mempromosikan produk atau jasa yang mereka kenal dengan menggunakan media sosial. Pembuatan poster dan video tentang produk dan layanan yang tersedia untuk pelanggan dapat dilakukan oleh administrator dengan santai.

Hal ini juga merupakan implementasi dari rencana pemerintah Indonesia untuk memasuki era 5.0, dimana hampir semua aspek kehidupan sehari-hari akan terpengaruh oleh kemajuan teknologi, khususnya internet.

Kedua, setelah meninjau promosi dan iklan media sosial, pemilik bisnis dapat membuat layanan berdasarkan jenis produk atau layanan yang dipromosikan. Selain menerima komisi dari penjualan, Ada faktor utama dalam penyelesaian wabah Covid-19, dan faktor itu adalah tidak adanya pembukaan di tempat-tempat umum, khususnya pasar dan tempat orang menjual barang dagangannya.

Hadirnya dua gagasan yang efektif untuk mengatasi penyebaran Covid-19. Pada bagian ini terdapat pengamanan agar Covid-19 tidak merantau ke tempat yang tidak diketahui, dan tuan juga dihargai dengan kehadiran upah dari pedagang karena kehadirannya barang dagangan, Layanan atau produk sedang dipromosikan. Selain itu, mereka mungkin mendapatkan uang dengan menggunakan layanan yang membandingkan harga berbagai produk.

Semua masalah di atas dapat diatasi tepat waktu, dan kita harus terus menghargai protokol perawatan kesehatan. Pemerintah selalu mencari cara untuk memperbaikinya hadirnya mahasiswa peran apabila 5 gagasan di atas dapat dilaksanakan. Selain mahasiswa, masyarakat umum juga bisa merasakan manfaatnya.

POSYANDU

Pengertian Posyandu

Pengertian Posyandu adalah wadah komunikasi alih teknologi dalam pelayanan kesehatan masyarakat oleh masyarakat dan untuk masyarakat dengan dukungan pelayanan serta pembinaan teknis dari petugas kesehatan dan keluarga (Sembiring, 2004). Ada tiga intervensi yang telah diidentifikasi terkait dengan strategi peningkatan modal manusia sejak awal, dan mereka adalah sebagai berikut:

- a. Pembinaan kelangsungan hidup anak yang ditujukan untuk menjaga kelangsungan hidup anak sejak janin dalam kandungan ibu sampai usia balita (*Child Survival*).
- b. Pembinaan perkembangan anak (*Child Development*) yang ditujukan untuk membina tumbuh/kembang anak secara sempurna, baik fisik atau mental, sehingga anak akan menjadi tangguh tenaga kerja.
- c. *Investing in human capital (Employment) in order to provide opportunities for learning and growth in the public and private sectors.*

Intervensi 1 dan 2 dapat dilaksanakan oleh masyarakat dengan berbagai bantuan dan pengarahan dari petugas penyelenggara dan pengembangan Posyandu merupakan tepat strategi untuk intervensi ini. Intervensi ketiga harus dilakukan dengan menekankan banyak aspek Poleksesbud.

Peran ikut serta mahasiswa KKN 172 dalam peanangan Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) dapat membantu 5 prioritas dan program prenatal care (ANC) Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) telah memberikan kontribusi yang signifikan untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan anak dan remaja, serta memiliki dampak yang signifikan terhadap pengurangan angka kematian bayi. Namun demikian, kualitas pelayanan yang diberikan oleh Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) masih perlu ditingkatkan. Seperti halnya Polindes, Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) memiliki tingkat pengembalian yang bervariasi berdasarkan jumlah dan jenis indikator yang digunakan di setiap strata (Punikasari, 2010).

Dasar pelaksanaan posyandu

Surat Keputusan Bersama: Mendagri/Menkes/BKKBN. Masing-masing No.23 tahun 1985. 21/Men.Kes/Inst.B./IV 1985, 112/HK-011/ A/1985 tentang Posyandu (Syarial, 1998) yaitu:

- a. Meningkatkan kerja sama lintas sektoral untuk menyelenggarakan Posyandu dalam ruang lingkup LKDM dan PKK.
- b. Meningkatkan peran dan masyarakat dalam, serta meningkatkan peran dan masyarakat dalam program-program pembangunan masyarakat desa
- c. Meningkatkan fungsi dan sumber daya LKMD PKK sekaligus menekan biaya pembangunan.
- d. Melaksanakan pembentukan Posyandu di wilayah/di daerah masing-masing dari melaksanakan paripurna pelayanan seperti petunjuk Depkes dan BKKBN.
- e. Undang-undang no. 23 tahun 1992, pasal 66, dana sehat sebagai cara penyelenggaraan dan pengelolaan pemeliharaan kesehatan secara pribadi.

Pada pelaksanaan posyandu ini, ibu-ibu sangat menyetujuinya sebagaimana dari ibu Nining: *Dengan adanya posyandu ini, alhamdulillah anak saya bisa imunisasi, melakukan penimbangan, pengukuran jadi berat badan dan tinggi badan si anak bisa diketahui perkembangannya setiap bulan. Posyandu ini buka sebulan sekali, dan saya selalu bawa anak saya ke posyandu ini untuk cek pertumbuhan dan perkembangan anak saya.*

Pengelolaan Posyandu

- a. Sebuah. Sesuai dengan (Inmendagri, 1990) tentang Peningkatan Posyandu Mutu Pembinaan, desa kelurahan. sebagai berikut:
 1. Ketua Umum LKMD (Kades/Lurah): Penanggungjawab Umum.
 2. Ketua I LKMD Penganggungjawab Operasional (Tokoh Masyarakat)
 3. Ketua Pelaksana: Ketua II LKMD/Ketua Seksi 10 LKMD (Ketua Tim Penggerak PKK).
 4. Ketua Seksi 7 LKMD Sekretaris
 5. Eksekusi: Kader PKK, yang dibantu
- b. Pokjanal posyandu
Pokjanal posyandu yang dibentuk disemua pemerintahan terdiri dari unsur Instansi dan Lembaga yang berkait secara langsung dalam pembinaan Posyandu yaitu :
 1. Propinsi Tingkat: -Bappeda-BKKBN-PMD (Pembinaan Masyarakat Desa) PKK Tim Penggerak, dan lain-lain.
 2. Tingkat Kab/Kodya No. 2: - Kantor Depkes/Kantor Dinkes - BKKBN - PMD – Bappeda.
 3. Tingkat Kecamatan
 4. Tingkat Pembina LKMD Kec (puskesmas, petugas Lapangan, KB, Kaur Bang (Kepala Urusan Pembangunan).
 5. KPD (Korea Police Department) (Kader Pembangunan Desa)
 6. Pokjanal
 7. data dan sasaran serta cakupan program.
 8. kader siap
 9. Masalah analisis dan penetapan alternatif pemecahan masalah.
 10. Rencana menyusun.
 11. Melaksanakan pelatihan dan bimbingan.
 12. Menginformasikan pihak berwenang/kelompok yang tepat tentang masalah tersebut.
 13. Mendelegasikan tugas kepada Ketua Harian Tim Pembina LKMD.
 14. Posyandu Pokok Kegiatan:
 - a) KIA
 - b) KB adalah singkatan dari Basis Pengetahuan.
 - c) Imunisasi Imunisasi Imunisasi Imuni.
 - d) Gizi adalah karakter keempat.
 - e) Diare Pengulangan.
 - f) Pembentukan Posyandu
 - g) Langkah-langkah Pembentukan:
 - 1) Melanjutkan program dan lintas sektoral lintas tingkat kecamatan.
 - 2) Survei swakelola yang dilakukan oleh pejabat PKK atas dasar teknologi dan pengetahuan yang berhubungan dengan kesehatan.
 - 3) Masyarakat desa musyawarah membicarakan survei mawas diri, sarana dan prasarana posyandu, biaya posyandu.
 - 4) Posyandu Kader Posyandu Posyandu Posyandu Posyandu Posyandu Posyandu Posyandu Pos
 - 5) Posyandu Kader Pelatihan Pembinaan adalah sebuah kata yang memiliki banyak arti berbeda tergantung pada siapa kamu bertanya
- c. Kriteria peningkatan Posyandu.
Posyandu sebaiknya tidak terlalu dekat dengan Puskesmas agar pendekatan pelayanan kesehatan terhadap masyarakat lebih tercapai, satu Posyandu melayani pembentukan 100 masyarakat.
- d. Kriteria kader posyandu:
 - 1) Mampu belajar dan menulis.
 - 2) Memiliki kehidupan sosial yang baik dan ingin bekerja dalam lingkungan yang santai.
 - 3) Mengakui adat istiadat serta bias sosial.

- 4) Memiliki waktu yang cukup.
- 5) Menghabiskan waktu di wilayah Posyandu.
- 6) Memiliki percakapan yang panjang dan ramah.
- 7) Terima kasih kepada masyarakat Setempat.

Faktor yang mempengaruhi kesehatan

Menurut Soerjono Soekanto (2016), ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kesehatan masyarakat :

- a. Pendidikan, tingkat pendidikan seorang pada dasarnya mempengaruhi kesadaran masyarakat mengenai pola hidup sehat. Jika pemerintah menyadari bahwa kesehatan penduduk memburuk, pemerintah harus segera melaksanakan rencana untuk mengatasi masalah tersebut. Penyuluhan kesehatan masalah, pelaksanaan program kesehatan yang berkelanjutan, dan upaya lain yang dapat meningkatkan kesadaran masyarakat dalam bidang kesehatan.
- b. Kondisi sosial ekonomi, di negara-negara di mana pertumbuhan ekonomi mengalami percepatan, dapat diperburuk oleh ekonomi yang goyah.
- c. Budaya masyarakat, lingkungan sosial budaya masyarakat terutama dengan menyangkut tingkat kecerdasan rakyat secara mayoritas, kesadaran hukum yang masih rendah, dan kondisi sosial budaya lainnya akan sangat berpengaruh.

Letak geografis, kesehatan akan merata dengan masalah kependudukan yang ditandai dengan jumlah penduduk yang besar, pertumbuhannya yang cepat, penyebaran yang tidak, komposisi umur yang menunjukkan angka-angka.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa Senam aerobik diciptakan karena senam aerobik tanpa biaya, dan bila dilakukan bersama-sama dengan orang banyak akan hampir semuanya. Selama sesi, tiga peserta dipilih: bayi, dewasa, dan anak-anak. Peran mahasiswa dalam membentuk relawan yang dikelompokkan dalam upaya meminimalisir Covid-19. Mahasiswa suatu komunitas yang tergolong idealisme yang tidak tercekcoki oleh kepentingan-kepentingan organisasi dan lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar Iskandar, Bayu Taufiq Possumah, dan K. A. (2020). *Jurnal Sosial & Budaya Syar-i. Peran Ekonomi Dan Keuangan Sosial Islam Saat Pandemi Covid-19*, 7(626).
- Brown, W. J., & Lee, C. (2014). *Grandmothers on the move: benefits, barriers and best practice interventions for physical activity in older women*. 26–37. <https://doi.org/10.1016/B978-0-7506-5479-1.50005-4>
- Habibah, I. S. I. dan S. S. (2016). *Mewujudkan Peran Mahasiswa Sebagai ‘Agent of Change, Social Control, dan Iron Stock’*”, *Prosiding Seminar Nasional dan Call for Paper ke-2 ‘Pengintegritasan Nilai Karakter dalam Pembelajaran Kreatif di Era Masyarakat Ekonomi 1*.
- Inmendagri. (1990). *Tentang Peningkatan Pembinaan mutu Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu)*,. *Departemen Dalam Negeri: Instruksi Menteri Dalam Negeri No. 0 Tahun 1990*.
- Irianto, D. P. (1997). *Olahraga yang Aman dan Efektif untuk Kebugaran*. *Jurnal Cakrawala Pendidikan, XVI*, 115-127.
- Meiria Zuraida, Ifwandi, A. (2016). *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Motivasi Instrinsik Masyarakat Dalam Mengikuti Senam Aerobik Di Stadion Harapan Bangsa Banda Aceh Tahun 2015*.
- Punikasari, D. (2010). *Peran Posyandu dalam Meningkatkan Kualitas Kesehatan Masyarakat di Dusun Karangwatu, Desa Pucungrejo, Kecamatan Muntilan, Kabupaten Magelang. Skripsi*, 23–24. <https://core.ac.uk/download/pdf/33519083.pdf>

- Sembiring, N. (2004). POSYANDU SEBAGAI SARAN PERAN SERTA MASYARAKAT DALAM USAHA PENINGKATAN KESEHATAN MASYARAKAT. In *digitized usu digital library*.
- Soerjono Soekanto. (2016). *Sosiologi Kesehatan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo persada.
- Sulia, N. (2020). Jurnal Inovasi Teknologi Pembelajaran. *Persepsi Mahasiswa Terhadap Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19*, 7(125).
- Syarial, A. (1998). Pelaksanaan Posyandu di Tingkat II Kotamadya Medan. In *LKMD Propinsi Sumatera Utara*.