

Darkes (Health Awareness) Socialization for the Community of Karangpuri Wonoayu District

Sosialisasi Darkes (Sadar Kesehatan) untuk Warga Desa Karangpuri Kecamatan Wonoayu

Eka Kurnia Darisman^{*1}, Anisa Rindu Firdausi², Kavita Chrisna Pramudya³, Nur Maula Ardhi⁴, Deva Sanggrita Putri⁵, Helma Amalia⁶, Cellin Retang⁷, Fransisca de Elis⁸

^{1,2,3,4,5,6,7,8}Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

E-mail: ekakurniadarisman@unipapsby.ac.id

Abstract

The Darkes (Health Awareness) socialization program was carried out in Karangpuri Village, Wonoayu District, as an effort to raise public awareness of the importance of a healthy lifestyle. This activity was motivated by the condition of villagers, most of whom work as farmers with limited health knowledge and a low habit of undergoing regular medical check-ups. The method of implementation consisted of health education using a participatory approach and free health screenings, including blood pressure, blood sugar, and cholesterol checks. The results showed strong enthusiasm from the community, as reflected in their active participation in discussions and health tests. The screening data revealed that several villagers were at risk of hypertension, pre-diabetes, and high cholesterol, conditions that had previously gone unnoticed. This activity not only increased public knowledge but also fostered collective awareness to maintain health through dietary changes, regular exercise, and environmental hygiene. Overall, the Darkes socialization proved effective in providing education, early detection, and building a collective movement towards a healthier and more prosperous rural community.

Keywords: Health Socialization; Darkes; Rural Community; Early Detection; Healthy Lifestyle

Abstrak

Kegiatan sosialisasi Darkes (Sadar Kesehatan) dilaksanakan di Desa Karangpuri Kecamatan Wonoayu sebagai upaya meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pola hidup sehat. Latar belakang kegiatan ini didasari oleh kondisi masyarakat desa yang sebagian besar berprofesi sebagai petani dengan tingkat pengetahuan kesehatan yang masih terbatas, serta masih rendahnya kebiasaan melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Metode kegiatan meliputi penyuluhan kesehatan dengan pendekatan partisipatif dan pelayanan pemeriksaan kesehatan gratis, meliputi pengecekan tekanan darah, kadar gula darah, dan kolesterol. Hasil kegiatan menunjukkan antusiasme tinggi dari masyarakat yang terlihat dari keaktifan mereka dalam diskusi serta partisipasi dalam tes kesehatan. Data pemeriksaan mengungkapkan adanya warga dengan gejala hipertensi, pre-diabetes, serta kadar kolesterol tinggi yang sebelumnya belum disadari. Kegiatan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan masyarakat, tetapi juga menumbuhkan kesadaran kolektif untuk menjaga kesehatan melalui perubahan pola makan, olahraga teratur, dan kepedulian terhadap kebersihan lingkungan. Secara keseluruhan, sosialisasi Darkes terbukti efektif dalam memberikan edukasi, deteksi dini, serta membangun gerakan bersama menuju masyarakat desa yang lebih sehat dan sejahtera.

Kata kunci: Sosialisasi Kesehatan; Darkes; Masyarakat Desa; Deteksi Dini; Pola Hidup Sehat

1. PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan salah satu aspek fundamental dalam kehidupan masyarakat yang menentukan kualitas sumber daya manusia (Wahyu et al., 2022). Masyarakat yang sehat akan lebih produktif, mampu berkontribusi secara optimal dalam kegiatan ekonomi, sosial, maupun pendidikan, serta dapat meningkatkan kesejahteraan keluarga dan lingkungannya. Namun demikian, kesadaran akan pentingnya kesehatan sering kali masih rendah di tingkat pedesaan. Banyak masyarakat yang baru menyadari pentingnya menjaga kesehatan ketika sudah muncul penyakit, bukan melalui upaya pencegahan yang berkesinambungan. Kondisi ini tentu

mebutuhkan intervensi berupa kegiatan edukasi kesehatan yang menyeluruh, agar masyarakat pedesaan dapat memahami pentingnya gaya hidup sehat, pola makan yang seimbang, serta perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari (Hafid et al., 2022).

Desa Karangpuri yang berada di Kecamatan Wonoayu merupakan salah satu desa dengan karakteristik masyarakat pedesaan tradisional. Mayoritas warga desa berprofesi sebagai petani dan buruh tani, sehingga aktivitas sehari-hari mereka sangat dekat dengan lingkungan pertanian dan lahan persawahan. Kegiatan bertani tentu menuntut stamina fisik yang prima, namun sering kali kesehatan para petani terabaikan akibat beban kerja yang berat, pola makan yang tidak teratur, dan kurangnya perhatian terhadap aspek higienitas. Tidak jarang masyarakat juga masih mengandalkan pengobatan tradisional atau menunda pemeriksaan ke fasilitas kesehatan hingga kondisi penyakit sudah parah.

Selain itu, tingkat pengetahuan masyarakat Desa Karangpuri mengenai pola hidup sehat masih perlu ditingkatkan. Beberapa kebiasaan seperti konsumsi makanan yang tinggi karbohidrat tetapi rendah asupan protein dan vitamin masih jamak ditemukan. Gaya hidup masyarakat yang sebagian besar bekerja di sektor informal membuat mereka cenderung lebih fokus pada pemenuhan kebutuhan ekonomi sehari-hari dibandingkan dengan memperhatikan kesehatan jangka panjang. Faktor ekonomi juga menjadi salah satu penyebab mengapa sebagian masyarakat masih enggan memeriksakan diri ke puskesmas atau fasilitas kesehatan terdekat, meskipun layanan kesehatan sebenarnya tersedia di tingkat desa maupun kecamatan.

Masalah lain yang juga perlu diperhatikan adalah minimnya kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga kebersihan lingkungan. Masih ditemukan praktik pembuangan sampah sembarangan di beberapa titik desa, serta kebiasaan tidak mencuci tangan dengan benar sebelum makan. Kondisi ini dapat memicu munculnya penyakit menular seperti diare, infeksi saluran pernapasan akut, dan penyakit kulit. Pada anak-anak, kurangnya kesadaran akan pola hidup bersih dan sehat juga dapat berdampak pada tumbuh kembang serta prestasi belajar mereka di sekolah.

Melihat kondisi tersebut, maka program sosialisasi *Darkes* (Sadar Kesehatan) menjadi sangat relevan untuk dilaksanakan di Desa Karangpuri. *Darkes* merupakan suatu gerakan edukasi kesehatan yang menekankan pada peningkatan kesadaran masyarakat untuk menjaga kesehatan melalui perilaku hidup sehat, pola makan bergizi, olahraga teratur, serta upaya pencegahan penyakit. Sosialisasi ini diharapkan tidak hanya memberikan pengetahuan, tetapi juga menumbuhkan kesadaran kritis masyarakat akan pentingnya kesehatan sebagai modal utama dalam menjalankan aktivitas sehari-hari, khususnya bagi masyarakat petani yang memerlukan kondisi fisik yang kuat.

Selain faktor kesehatan fisik, perhatian juga perlu diberikan pada aspek kesehatan mental. Warga pedesaan sering kali menghadapi tekanan hidup terkait ketidakstabilan hasil pertanian, keterbatasan ekonomi, serta kurangnya akses hiburan dan rekreasi (Palupi et al., 2022). Kondisi tersebut dapat menimbulkan stres yang berdampak pada kesehatan secara keseluruhan. Oleh karena itu, sosialisasi *Darkes* juga menekankan pentingnya menjaga keseimbangan antara kesehatan fisik dan kesehatan mental, misalnya melalui aktivitas sosial, olahraga bersama, serta menjaga keharmonisan keluarga.

Dari segi demografis, Desa Karangpuri memiliki penduduk dengan tingkat pendidikan yang beragam, mulai dari lulusan sekolah dasar hingga perguruan tinggi, meskipun sebagian besar hanya mengenyam pendidikan menengah pertama. Tingkat pendidikan yang masih relatif rendah berpengaruh pada pemahaman warga mengenai informasi kesehatan. Banyak dari mereka yang masih menerima informasi dari mulut ke mulut atau berdasarkan pengalaman orang tua terdahulu. Hal ini sering menyebabkan adanya kesalahpahaman atau praktik kesehatan yang kurang tepat. Dengan adanya sosialisasi *Darkes*, diharapkan masyarakat dapat memperoleh informasi kesehatan yang benar, berbasis ilmu pengetahuan, dan mudah dipahami untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Selain itu, karakter masyarakat Desa Karangpuri yang dikenal komunal dan memiliki ikatan sosial yang kuat menjadi modal yang baik untuk pelaksanaan sosialisasi. Budaya gotong royong yang masih terjaga dapat dimanfaatkan untuk mendorong masyarakat bersama-sama

menjaga kebersihan lingkungan, mengelola sampah rumah tangga, serta saling mengingatkan akan pentingnya pola hidup sehat. Dalam konteks ini, sosialisasi Darkes tidak hanya dimaksudkan sebagai kegiatan penyampaian informasi satu arah, melainkan juga sebagai ruang dialog partisipatif di mana warga dapat menyampaikan pengalaman, kendala, dan solusi terkait kesehatan mereka.

Program sosialisasi ini juga diharapkan dapat memberikan dampak jangka panjang, yaitu membentuk kebiasaan hidup sehat yang berkelanjutan di masyarakat Desa Karangpuri. Dengan meningkatnya kesadaran kesehatan, warga dapat lebih tanggap dalam menjaga pola makan, rutin melakukan pemeriksaan kesehatan, serta lebih peduli terhadap kebersihan lingkungan. Perubahan perilaku ini pada akhirnya akan berkontribusi terhadap peningkatan kualitas hidup masyarakat desa secara keseluruhan.

Dengan demikian, latar belakang pelaksanaan kegiatan *Sosialisasi Darkes (Sadar Kesehatan)* di Desa Karangpuri Kecamatan Wonoayu berangkat dari adanya permasalahan rendahnya kesadaran masyarakat terhadap kesehatan, baik fisik maupun mental, serta masih terbatasnya pengetahuan mereka mengenai perilaku hidup sehat. Karakter masyarakat yang mayoritas berprofesi sebagai petani dengan tingkat pendidikan dan ekonomi menengah ke bawah menjadi salah satu tantangan dalam meningkatkan kesadaran kesehatan. Namun, potensi sosial berupa budaya gotong royong dan ikatan sosial yang kuat dapat menjadi faktor pendukung dalam keberhasilan kegiatan ini. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat menjadi langkah strategis untuk membangun masyarakat Desa Karangpuri yang lebih sadar kesehatan, sehingga mereka mampu hidup lebih sehat, produktif, dan sejahtera.

2. METODE

Metode pelaksanaan kegiatan *Sosialisasi Darkes (Sadar Kesehatan)* di Desa Karangpuri Kecamatan Wonoayu dirancang secara partisipatif dan aplikatif, dengan tujuan agar masyarakat dapat terlibat secara aktif sekaligus memperoleh manfaat nyata dari kegiatan yang dilakukan. Pendekatan partisipatif ini dipilih karena karakter masyarakat pedesaan yang komunal serta memiliki tradisi gotong royong yang kuat, sehingga dengan melibatkan warga secara langsung akan memperkuat rasa kepemilikan terhadap program dan mendorong keberlanjutan setelah kegiatan selesai.

Kegiatan ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan yang saling berkesinambungan. Tahap pertama dimulai dengan koordinasi bersama perangkat desa dan tokoh masyarakat untuk menyampaikan tujuan, manfaat, serta rencana pelaksanaan sosialisasi. Melalui koordinasi awal ini, warga mendapatkan pemahaman mengenai pentingnya kegiatan Darkes sekaligus diundang untuk berpartisipasi aktif. Sosialisasi dilakukan di balai desa sebagai pusat kegiatan masyarakat agar mudah dijangkau dan menghadirkan suasana yang inklusif.

Metode utama yang digunakan dalam sosialisasi adalah penyuluhan kesehatan dengan pendekatan komunikatif. Narasumber pada kesempatan kali ini adalah Dr. Eka Kurnia Darisman, S.Pd., M.Pd., AIFO FIT yang memberikan materi terkait pola hidup sehat, pentingnya menjaga pola makan seimbang, kebiasaan olahraga teratur, menjaga kebersihan lingkungan, serta pengendalian stres untuk menjaga kesehatan mental. Materi disampaikan secara sederhana dan kontekstual dengan kondisi masyarakat Desa Karangpuri, sehingga mudah dipahami dan dapat langsung diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Untuk memperkuat pemahaman, penyampaian materi dilengkapi dengan media visual seperti poster, leaflet, dan tayangan singkat, serta sesi tanya jawab yang memungkinkan warga berinteraksi langsung dengan narasumber.

Selain penyuluhan, kegiatan ini juga disertai dengan praktik langsung berupa tes kesehatan gratis bagi seluruh peserta. Pemeriksaan kesehatan ini meliputi pengukuran tekanan darah, pemeriksaan gula darah, dan tes kolesterol. Layanan pemeriksaan kesehatan ini sangat diminati oleh warga karena memberikan kesempatan untuk mengetahui kondisi kesehatan mereka secara langsung tanpa harus mengeluarkan biaya tambahan. Sebagian besar warga Desa Karangpuri belum terbiasa melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin karena keterbatasan waktu, biaya, maupun kurangnya kesadaran akan pentingnya deteksi dini (Manulu et al., 2024). Oleh karena itu, layanan tes kesehatan ini menjadi bentuk nyata dari kegiatan pengabdian yang

memberikan manfaat praktis sekaligus mendukung pesan utama sosialisasi Darkes, yakni pentingnya kesadaran kesehatan sejak dini.

Hasil pemeriksaan kesehatan kemudian didiskusikan secara singkat oleh tim pelaksana dengan setiap peserta. Mereka diberikan penjelasan mengenai arti hasil tes, langkah-langkah sederhana yang dapat dilakukan untuk menjaga kesehatan, serta anjuran untuk melakukan pemeriksaan lebih lanjut di fasilitas kesehatan bila ditemukan kondisi yang berisiko. Dengan cara ini, kegiatan tidak hanya berhenti pada penyampaian pengetahuan, tetapi juga memberikan dampak nyata berupa data kesehatan awal yang dapat menjadi dasar bagi warga untuk lebih memperhatikan kondisi kesehatannya masing-masing (Made et al., 2021).

Untuk mendukung keberhasilan kegiatan, pelaksanaan sosialisasi juga melibatkan mahasiswa dan relawan sebagai fasilitator. Mereka bertugas membantu proses registrasi peserta, mendampingi warga selama pemeriksaan kesehatan, serta memfasilitasi jalannya diskusi kelompok kecil. Kehadiran mahasiswa sebagai bagian dari tim pelaksana juga memberi kesempatan bagi mereka untuk belajar langsung berinteraksi dengan masyarakat, sekaligus mengaplikasikan ilmu yang mereka miliki dalam bidang kesehatan maupun non-kesehatan (Manulu et al., 2024).

Pelaksanaan kegiatan berlangsung dalam suasana yang hangat dan partisipatif. Warga yang hadir bukan hanya mendengarkan paparan materi, tetapi juga diajak untuk berbagi pengalaman mereka dalam menjaga kesehatan, membicarakan tantangan yang mereka hadapi, dan mencari solusi bersama. Beberapa warga menyampaikan pengalaman mereka terkait kebiasaan makan, pola kerja di sawah, hingga keluhan kesehatan yang sering muncul. Diskusi ini semakin memperkaya pemahaman warga karena mereka merasa lebih dekat dengan permasalahan yang nyata dan solusinya.



Gambar 1. Cek Kesehatan

Secara keseluruhan, metode dan pelaksanaan kegiatan *Sosialisasi Darkes* di Desa Karangpuri berhasil menggabungkan antara edukasi, partisipasi aktif, dan pelayanan langsung melalui pemeriksaan kesehatan gratis. Dengan kombinasi tersebut, kegiatan ini tidak hanya menambah pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya menjaga kesehatan, tetapi juga memberikan pengalaman nyata dalam memeriksa kondisi fisik mereka (Putri & Putra Utama, 2021). Kegiatan ini diharapkan menjadi langkah awal yang mendorong masyarakat untuk lebih sadar kesehatan, menjadikan pola hidup sehat sebagai bagian dari rutinitas harian, serta lebih aktif memanfaatkan layanan kesehatan yang tersedia di desa maupun kecamatan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan Sosialisasi Darkes (Sadar Kesehatan) di Desa Karangpuri Kecamatan Wonoayu menjadi salah satu bentuk nyata upaya pengabdian masyarakat dalam bidang kesehatan. Antusiasme warga yang hadir dalam kegiatan ini menunjukkan bahwa kesehatan merupakan kebutuhan penting dan menyentuh hampir semua aspek kehidupan mereka. Dari awal pelaksanaan hingga penutupan kegiatan, terlihat bahwa warga memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, tidak hanya mengenai teori kesehatan tetapi juga terkait praktik langsung menjaga tubuh agar tetap bugar dalam menjalankan aktivitas sehari-hari.

Kegiatan dimulai dengan sesi pembukaan di balai desa, yang dihadiri oleh perangkat desa, tokoh masyarakat, serta warga dari berbagai kalangan. Balai desa yang biasanya hanya digunakan untuk rapat rutin atau acara seremonial, kali ini dipenuhi suasana berbeda, di mana warga hadir dengan penuh semangat untuk mendengarkan materi penyuluhan kesehatan. Jumlah peserta yang melampaui ekspektasi awal memberikan gambaran bahwa meskipun masyarakat pedesaan sering dianggap memiliki tingkat kesadaran rendah terhadap kesehatan, sebenarnya mereka memiliki minat yang besar bila diberikan akses dan kesempatan.

Sesi penyuluhan yang disampaikan narasumber berjalan interaktif. Warga tidak hanya mendengarkan, tetapi juga aktif bertanya dan memberikan komentar berdasarkan pengalaman sehari-hari. Misalnya, beberapa petani bertanya mengenai hubungan antara pola makan sederhana yang mereka jalani dengan stamina kerja di sawah. Ada pula ibu rumah tangga yang menanyakan tentang cara mengatur pola makan anak-anak agar tidak terlalu banyak mengonsumsi makanan instan. Pertanyaan-pertanyaan ini memperlihatkan bahwa isu kesehatan sebenarnya dekat dengan keseharian warga, hanya saja mereka masih membutuhkan informasi yang lebih jelas, ilmiah, dan mudah dipraktikkan.

Selain penyuluhan, kegiatan ini menjadi lebih bermakna dengan adanya tes kesehatan gratis. Pemeriksaan kesehatan meliputi pengecekan tekanan darah, kadar gula darah, dan kolesterol, yang semuanya dilakukan secara sederhana namun sistematis (Batubara et al., 2024). Kehadiran layanan pemeriksaan ini menjadi daya tarik utama, terbukti dengan adanya antrean panjang sejak pagi hari. Banyak warga yang bahkan datang lebih awal agar bisa mendapatkan giliran pertama.

Hasil pemeriksaan memberikan gambaran awal mengenai kondisi kesehatan masyarakat. Pada pemeriksaan tekanan darah, sebagian warga menunjukkan hasil normal, tetapi tidak sedikit pula yang ternyata mengalami tekanan darah tinggi. Temuan ini menarik karena sebagian besar warga tersebut mengaku tidak pernah melakukan pengecekan sebelumnya. Mereka merasa tubuh mereka baik-baik saja karena masih mampu bekerja di sawah setiap hari, padahal hasil medis menunjukkan adanya gejala hipertensi ringan yang berpotensi berbahaya jika tidak ditangani (Lawelai et al., 2021).

Pada pemeriksaan gula darah, ditemukan beberapa warga dengan hasil pre-diabetes. Temuan ini cukup mengejutkan bagi mereka, karena sebelumnya tidak pernah terpikirkan bahwa pola konsumsi nasi putih yang dominan, disertai camilan manis seperti teh dan jajanan pasar, dapat memengaruhi kadar gula darah. Narasumber memberikan edukasi tambahan mengenai pentingnya mengurangi konsumsi gula berlebih dan menggantinya dengan makanan berserat tinggi. Sementara itu, hasil pemeriksaan kolesterol menunjukkan adanya sejumlah warga, terutama yang sudah lanjut usia, dengan kadar kolesterol di atas normal. Faktor usia, pola makan berlemak, dan kurangnya olahraga diduga menjadi penyebab utama (Kusuma et al., 2022).

Warga yang hasil pemeriksaannya menunjukkan adanya risiko kesehatan langsung mendapatkan arahan tindak lanjut. Tim pelaksana memberikan saran sederhana seperti mengurangi konsumsi makanan berlemak, memperbanyak sayur dan buah, serta rutin melakukan aktivitas fisik ringan. Bagi yang memiliki kondisi lebih serius, mereka disarankan untuk segera memeriksakan diri ke puskesmas atau rumah sakit terdekat. Dengan cara ini, kegiatan tidak hanya berhenti pada pemeriksaan, tetapi juga memberikan langkah preventif yang bisa langsung dijalankan (Küfeoğlu, 2022).

Respons warga terhadap hasil pemeriksaan juga menarik untuk dicermati. Beberapa warga tampak terkejut karena hasil tes menunjukkan kondisi yang tidak sesuai dengan perasaan

sehat mereka sehari-hari. Namun, ada juga yang merasa lega karena akhirnya mengetahui kondisi tubuh mereka dengan jelas. Dalam sesi diskusi setelah pemeriksaan, warga saling berbagi cerita mengenai kebiasaan makan, pengalaman sakit, hingga penggunaan obat tradisional. Suasana diskusi menjadi akrab karena warga merasa saling belajar dan mendapatkan pengalaman baru.

Peran mahasiswa dalam kegiatan ini juga sangat signifikan. Mereka bertugas membantu registrasi peserta, mendampingi pemeriksaan kesehatan, serta memfasilitasi diskusi kelompok. Mahasiswa juga berperan dalam mencatat data kesehatan warga secara sistematis agar dapat dianalisis lebih lanjut. Kehadiran mahasiswa tidak hanya memudahkan jalannya kegiatan, tetapi juga memberikan sentuhan edukatif yang lebih dekat dengan warga. Banyak warga yang merasa senang karena anak-anak muda turut peduli dengan kesehatan mereka, bahkan beberapa warga menyampaikan rasa bangga melihat mahasiswa mau turun langsung ke desa untuk berbagi ilmu.



Gambar 2. Mahasiswa membantu proses cek kesehatan

Dampak sosial kegiatan ini terlihat dari perubahan sikap warga setelah mengikuti rangkaian acara. Beberapa ibu rumah tangga menyampaikan niat untuk mengubah pola masak di rumah dengan mengurangi penggunaan minyak goreng berlebihan. Ada juga kelompok bapak-bapak yang mulai membicarakan rencana untuk melakukan olahraga pagi bersama di lapangan desa. Sementara itu, kalangan lansia merasa kegiatan ini memberi semangat baru untuk menjaga kesehatan agar tetap bisa beraktivitas mandiri tanpa bergantung pada keluarga.

Dari sisi akademis, kegiatan Sosialisasi Darkes memperlihatkan pentingnya kombinasi antara edukasi dan pelayanan langsung. Edukasi kesehatan memberikan pengetahuan teoritis yang dapat mengubah pola pikir, sementara tes kesehatan gratis memberikan pengalaman praktis yang dapat mengubah perilaku (Kang & He, 2021). Kombinasi keduanya menjadikan kegiatan ini lebih efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat. Temuan bahwa sebagian warga mengalami hipertensi, pre-diabetes, dan kolesterol tinggi juga menjadi bukti empiris bahwa masyarakat pedesaan tidak sepenuhnya bebas dari risiko penyakit tidak menular. Hal ini penting sebagai dasar untuk merancang program kesehatan berkelanjutan di desa.

Kegiatan ini juga memperlihatkan bagaimana keterlibatan berbagai pihak dapat menghasilkan sinergi yang positif. Pemerintah desa mendukung penuh dengan menyediakan fasilitas balai desa, warga memberikan partisipasi aktif, mahasiswa membantu pelaksanaan teknis, dan narasumber dari bidang kesehatan memberikan materi edukasi. Sinergi ini menjadikan kegiatan berjalan lancar dan memberikan manfaat yang lebih luas.

Secara umum, hasil kegiatan menunjukkan bahwa Sosialisasi Darkes tidak hanya berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai kesehatan, tetapi juga menumbuhkan kesadaran kolektif untuk menjaga pola hidup sehat. Kesadaran ini tidak berhenti pada individu,

tetapi juga berkembang menjadi gerakan komunitas yang saling mendukung. Warga mulai melihat kesehatan sebagai bagian penting dari kesejahteraan hidup, bukan hanya sekadar kebutuhan tambahan (Anam et al., 2024).

Dengan demikian, kegiatan Sosialisasi Darkes di Desa Karangpuri memberikan dampak nyata yang meliputi peningkatan pengetahuan, deteksi dini kondisi kesehatan, perubahan sikap, serta penguatan solidaritas sosial dalam bidang kesehatan. Hasil ini menunjukkan bahwa intervensi berbasis edukasi dan pelayanan langsung sangat efektif untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat pedesaan. Keberhasilan ini diharapkan dapat menjadi model yang bisa direplikasi di desa-desa lain dengan permasalahan serupa, sehingga gerakan sadar kesehatan dapat berkembang lebih luas dan berkelanjutan.

4. KESIMPULAN

Kegiatan *Sosialisasi Darkes (Sadar Kesehatan)* yang dilaksanakan di Desa Karangpuri Kecamatan Wonoayu memberikan hasil yang sangat positif dalam meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan perilaku masyarakat terkait pentingnya kesehatan. Kehadiran warga yang sangat antusias menjadi bukti bahwa masyarakat memiliki kebutuhan yang nyata terhadap informasi kesehatan yang jelas, mudah dipahami, serta dapat langsung diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Sesi penyuluhan berhasil membuka wawasan masyarakat mengenai keterkaitan antara pola makan, olahraga, kebersihan lingkungan, serta kesehatan mental dengan kualitas hidup secara keseluruhan. Warga yang sebelumnya hanya memiliki pemahaman terbatas kini lebih menyadari bahwa kesehatan tidak hanya berarti terbebas dari penyakit, tetapi juga mencakup usaha aktif untuk menjaga keseimbangan tubuh dan pikiran.

Pemeriksaan kesehatan gratis berupa pengecekan tekanan darah, gula darah, dan kolesterol menjadi salah satu hasil penting dari kegiatan ini. Data pemeriksaan menunjukkan adanya warga yang berisiko mengalami hipertensi, pre-diabetes, serta kadar kolesterol tinggi. Temuan tersebut menjadi titik awal yang mendorong masyarakat untuk lebih peduli terhadap kondisi kesehatan mereka dan segera mengambil langkah preventif maupun kuratif.

Selain manfaat secara individual, kegiatan ini juga menumbuhkan dampak sosial berupa kesadaran kolektif di tingkat komunitas. Warga mulai saling mengingatkan pentingnya menjaga kesehatan, bahkan muncul inisiatif untuk melakukan kegiatan bersama seperti olahraga pagi dan mengelola pola makan keluarga yang lebih sehat. Kegiatan ini juga memperlihatkan bahwa sinergi antara mahasiswa, pemerintah desa, narasumber kesehatan, dan warga dapat menghasilkan perubahan nyata dalam perilaku masyarakat.

Dengan demikian, kegiatan *Sosialisasi Darkes* tidak hanya berhasil mencapai tujuan utamanya, yaitu meningkatkan kesadaran kesehatan masyarakat, tetapi juga memberikan dampak lanjutan berupa terciptanya gerakan bersama menuju kehidupan yang lebih sehat dan sejahtera.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas PGRI Adi Buana Surabaya yang telah memberi dukungan terhadap kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Anam, S., Mulyono, M., & Darisman, E. K. (2024). Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Sdn Bulukagung 2 Klampis Kabupaten Bangkalan. *Penjaga : Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 5(1), 24–30. <https://doi.org/10.55933/Pjga.V5i1.841>
- Hafid, A., Imam Saefulah, D., Ice Breaking Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Dalam Pendidikan Jasmani Olah Raga Dan Kesehatan, P., & Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Sekolah Tinggi Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Darussalam Cilacap, P. (N.D.). *Citius: Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan* (Vol. 4, Issue 2). <http://journal.unugiri.ac.id/index.php/citius>
- Ihsan Batubara, Aini Fadilah Daulay, Resti Agustina, Melda Junita Nst, Nur Padilah, Cahyani Aulia

- Fitri, Khodijah Nasution, & Siti Khairani. (2024). Peran Mahasiswa Kkn Dalam Pengembangan Pendidikan Anak-Anak Di Desa Pintu Padang. *Jurnal Informasi Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 104–114. <https://doi.org/10.47861/jipm-nalanda.v2i1.771>
- Kang, S.-J., & He, Z. (2021). The Effects Of Brazilian Jiu-Jitsu On Body Composition, Health Fitness, Functional Movement Screening In Non-Elite Healthy Young Adults. *The Asian Journal Of Kinesiology*, 23(3), 29–37. <https://doi.org/10.15758/Ajk.2021.23.3.29>
- Küfeoğlu, S. (2022). *Sdg-3 Good Health And Well-Being* (Pp. 229–253). https://doi.org/10.1007/978-3-031-07127-0_5
- Kusuma, A., Reni Handayani, A., & Maliga, I. (2022). Sosialisasi Germas (Gerakan Masyarakat Hidup Sehat) Pada Kader Posyandu Di Wilayah Kerja Puskesmas Alas. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*, 2(1), 20–24. <https://doi.org/10.29407/dimastara.v2i1.19094>
- Lawelai, H., Yanto, L., & Program Studi Ilmu Pemerintahan Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik, D. (2021). *Sosialisasi Desa Sehat Pada Karang Taruna* (Vol. 2, Issue 1). <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/Hmn>
- Made, P., Rawita Atmaja, Y., Ketut, I., Astra, B., & Suwiwa, I. G. (2021). Aktivitas Fisik Serta Pola Hidup Sehat Masyarakat Sebagai Upaya Menjaga Kesehatan Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 9(2), 128–135. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/jjik>
- Palupi, B. S., Rianita, M., Sinaga, E., Keperawatan, S., Tinggi, I., Kesehatan, B., & Yakkum, Y. (N.D.). *Hubungan Status Kesehatan Fisik Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Kabupaten Gunungkidul Yogyakarta*.
- Putri, A. R., & Putra Utama, D. D. (2021). Physical Fitness Of Elementary School Students: Which Is Better, Circuit Training A And Circuit Training B? *Jp.Jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 5(1), 91–100. <https://doi.org/10.33503/jp.jok.v5i1.1379>
- Rizki Bastanta B. Manulu, Aser Paul Nainggolan, Hasiholanta S Sinurat, Efranta Natanael Karo-Karo, & Juniedi P Ompusunggu. (2024). Pentingnya Menjaga Kebersihan Lingkungan Untuk Kesehatan Masyarakat Di Desa Doulu Kabupaten Karo. *Income: Indonesian Journal Of Community Service And Engagement*, 3(1), 24–30. <https://doi.org/10.56855/income.v3i1.937>
- Wahyu, A., Budi, S., Afik, A., Nurkhayati, S., Biantara, I., Studi, P., Keperawatan, I., Kedokteran, F., & Kesehatan, I. (2022). *Peduli Kesehatan Jantung Upaya Membangun Masyarakat Sadar Kesehatan Jantung Di Desa Ngawi Jawa Timur*. 6(3).