

PENYULUHAN PENCEGAHAN PENYAKIT DAN POLA HIDUP SEHAT BAGI KELUARGA PRA SEJAHTERA DI DESA PALASARI

Agie Nugraha Pratama^{1*}, Widianjani², M. Rizal Solihin³

¹²Program Studi Teknik Informatika, Fakultas Teknik, Universitas Putra Indonesia, Cianjur, Indonesia

³Desa Palasari, Kec. Cipanas, Cianjur, Indonesia

*Penulis Korespondensi : agienugrahapratama1992@gmail.com

Abstrak

Kesehatan merupakan faktor penting dalam meningkatkan kualitas hidup masyarakat, khususnya bagi keluarga pra sejahtera yang rentan terhadap berbagai penyakit akibat keterbatasan ekonomi dan kurangnya pengetahuan tentang pola hidup sehat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran keluarga pra sejahtera di Desa Palasari mengenai pentingnya pencegahan penyakit dan penerapan pola hidup sehat. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah penyuluhan dan diskusi interaktif yang melibatkan partisipasi aktif warga, serta pembagian media edukatif berupa brosur dan poster. Materi yang disampaikan mencakup upaya pencegahan penyakit menular dan tidak menular, pentingnya sanitasi lingkungan, kebersihan pribadi, asupan gizi seimbang, dan aktivitas fisik. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman masyarakat tentang cara menjaga kesehatan, yang ditunjukkan melalui antusiasme peserta dalam sesi tanya jawab serta hasil evaluasi berupa kuisioner yang menunjukkan peningkatan pengetahuan sebesar 99,6%. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi langkah awal dalam membangun kesadaran kolektif masyarakat Desa Palasari untuk menerapkan gaya hidup sehat secara berkelanjutan.

Kata kunci: Kesehatan, Keluarga, Penyakit, Palasari.

Abstract

Health is a crucial factor in improving the quality of life, especially for underprivileged families who are vulnerable to various diseases due to economic limitations and lack of knowledge about healthy lifestyles. This community service activity aims to enhance the understanding and awareness of underprivileged families in Palasari Village regarding the importance of disease prevention and the adoption of a healthy lifestyle. The methods used in this activity include counseling sessions and interactive discussions involving active community participation, as well as the distribution of educational media such as brochures and posters. The materials delivered covered the prevention of both communicable and non-communicable diseases, the importance of environmental sanitation, personal hygiene, balanced nutrition, and physical activity. The results of the activity indicated an increase in community understanding of how to maintain health, as demonstrated by participants' enthusiasm during the Q&A sessions and evaluation results through questionnaires showing a 99,6% improvement in knowledge. This activity is expected to be an initial step in building collective awareness among the residents of Palasari Village to adopt a sustainable healthy lifestyle.

Keywords: Health, Family, Disease, Palasari.

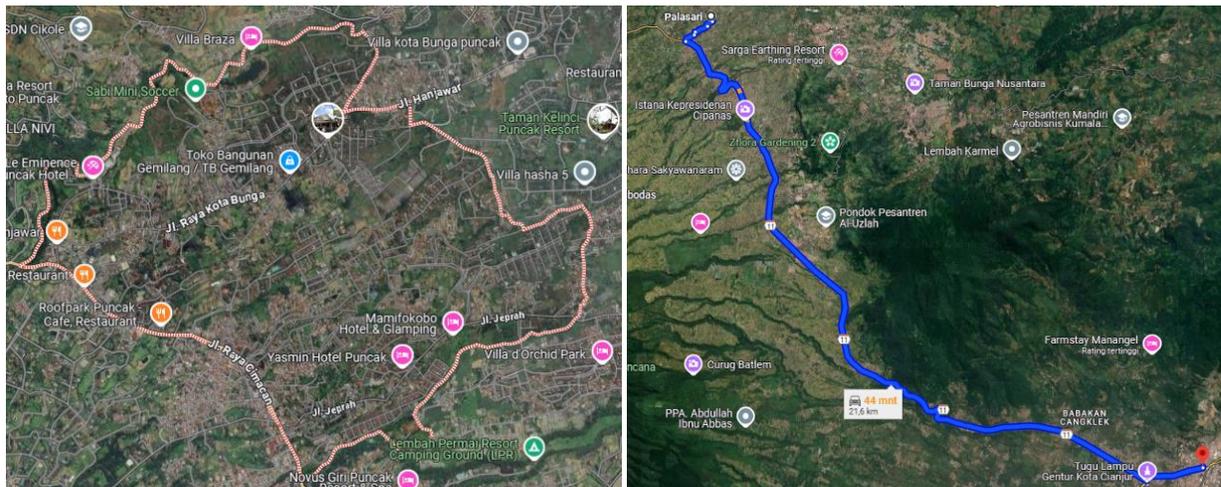
1. PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan kebutuhan dasar yang sangat penting dalam menunjang kualitas hidup masyarakat. Namun, pada kenyataannya, kelompok keluarga pra-sejahtera sering kali menghadapi berbagai kendala dalam menjaga kesehatan, mulai dari keterbatasan akses informasi, layanan kesehatan, hingga pola hidup yang belum sesuai dengan prinsip-prinsip kesehatan yang ideal [1][2]. Hal ini berdampak pada tingginya risiko penyakit menular maupun tidak menular yang dapat dicegah sejak dini melalui edukasi dan perubahan perilaku [3].

Desa Palasari merupakan salah satu wilayah dengan jumlah keluarga pra-sejahtera yang cukup banyak. Berdasarkan hasil observasi awal dan data dari aparat desa serta posyandu setempat, masih banyak warga yang belum memahami pentingnya pencegahan penyakit melalui pola hidup bersih dan sehat, seperti menjaga kebersihan lingkungan, konsumsi makanan bergizi, serta melakukan aktivitas fisik secara teratur [4].

Merespons kondisi tersebut, tim pengabdian masyarakat melakukan program penyuluhan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat Desa Palasari terhadap pentingnya pencegahan penyakit dan penerapan pola hidup sehat. Kegiatan ini diharapkan mampu mendorong perubahan perilaku dalam keluarga, memperkuat ketahanan kesehatan rumah tangga, serta mendukung tercapainya masyarakat desa yang lebih sehat dan produktif. Pengabdian ini juga menjadi bagian dari peran aktif perguruan tinggi dalam memberdayakan masyarakat secara langsung, khususnya dalam bidang kesehatan preventif, yang sejalan dengan upaya promotif yang sedang digalakkan oleh pemerintah [5].

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini merupakan kegiatan rutin civitas akademika UNPI yang dilaksanakan tiap tahun, kegiatan penyuluhan pencegahan penyakit dan pola hidup sehat di Palasari ini merupakan rangkaian KKN Angkatan IV Tahun akademik 2024/2025 Mahasiswa dan dosen UNPI dari berbagai prodi yang ada di UNPI, pada pelaksanaannya menggunakan metode pre dan pos tes untuk mengetahui tingkat keberhasilan dari penyuluhan yang dilaksanakan.



(a) Lokasi Desa Palasari

(b) Jarak UNPI ke Desa

Gambar 1. Kegiatan PkM, a. Lokasi Desa Palasari, b. Jarak UNPI ke Palasari [6]

2. BAHAN DAN METODE

Pada pelaksanaan kegiatan PkM di Desa Palasari ini diikuti dari berbagai prodi yang ada di UNPI, dengan latar belakang berbeda-beda sehingga tingkat pemahaman peserta pengabdian dengan program kerja berbeda-beda sehingga terdapat beberapa kegiatan yang diisi oleh narasumber dari luar peserta pengabdian bahkan dari luar UNPI, seperti penyuluhan kali ini di UNPI tidak ada yang kompeten pada bidang kesehatan sehingga narasumber diambil dari Puskesmas yang ada disekitar Desa Palasari, sehingga untuk kegiatan penyuluhan ini berikut merupakan bahan yang diperlukan.

A. Bahan

Pada pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini tentang pencegahan penyakit dan pola hidup sehat ini, digunakan beberapa bahan pendukung, antara lain:

1. Materi Penyuluhan:

- Modul pencegahan penyakit menular dan tidak menular.
- Materi tentang pola hidup bersih dan sehat (PHBS).
- Panduan gizi seimbang dan kebiasaan makan sehat keluarga.
- Informasi dasar tentang sanitasi lingkungan dan pengelolaan limbah rumah tangga.

2. Media dan Alat Bantu:

- *PowerPoint* dan *video edukasi* interaktif.
- *Poster* dan *leaflet* informasi kesehatan.
- Alat peraga kebersihan dan demonstrasi cuci tangan pakai sabun.
- Formulir *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur pemahaman peserta.

3. **Dokumentasi dan Evaluasi:**

- Kamera dokumentasi.
- Kuesioner umpan balik peserta.
- Grup *WhatsApp* sebagai media komunikasi dan tindak lanjut.

B. Metode

Kegiatan pengabdian dilakukan dengan metode partisipatif-edukatif, yang menekankan keterlibatan aktif peserta dalam memahami dan menerapkan materi penyuluhan [7]. Adapun tahapan kegiatan meliputi:

1. **Identifikasi Masalah dan Kebutuhan**

- Survei awal & wawancara dengan aparat desa, kader posyandu & perwakilan keluarga pra-sejahtera.
- Identifikasi jenis penyakit yang sering terjadi serta pola hidup masyarakat yang berisiko.

2. **Perencanaan dan Penyusunan Materi**

- Penyusunan materi yang mudah dipahami sesuai dengan kondisi sosial budaya masyarakat setempat.
- Persiapan alat bantu visual dan modul penyuluhan.

3. **Pelaksanaan Penyuluhan**

- Kegiatan dilakukan secara tatap muka dalam bentuk kelas kecil di balai desa dan posyandu.
- Penyuluhan disampaikan secara interaktif dengan diskusi, simulasi, dan tanya jawab.
- Demonstrasi langsung cara mencuci tangan yang benar, menjaga kebersihan makanan, dan pengolahan limbah rumah tangga.

4. **Evaluasi dan Tindak Lanjut**

- Dilakukan *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur peningkatan pemahaman peserta.
- Kuesioner evaluasi untuk menilai kepuasan dan efektivitas kegiatan.
- Pembentukan grup komunikasi sebagai forum berbagi informasi dan konsultasi lanjutan.

Metode ini diharapkan tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mampu mengubah perilaku keluarga pra-sejahtera menuju gaya hidup yang lebih sehat dan preventif dalam menghadapi risiko penyakit.

3. **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian dilaksanakan sebagai bagian dari rangkaian kegiatan KKN angkatan ke 1V UNPI Tahun akademik 2024/2025, kegiatan penyuluhan pencegahan penyakit dan membangun pola hidup sehat di Desa Palasari ini merupakan salah satu kegiatannya yang melibatkan Puskesmas, peserta Pengabdian (Dosen & Mahasiswa) serta Pemerintah Desa Palasari, kegiatan ini muncul sebagai program hasil dari observasi yang dilakukan oleh peserta pengabdian yang telah diketahui desa dan disetujui oleh masyarakat, pada beberapa daerah di Desa Palasari kesadaran dalam pencegahan penyakit dan pola hidup perlu di tingkatkan, sehingga berdarakan hal ini, sesuai metode pelaksanaan pengabdian maka berikut rangkaian penyuluhan yang dilakukan para pengabdian yang dibantu petugas puskesmas dan pemerintah desa:

A. **Identifikasi masalah dan kebutuhan**

Tahap pendahuluan pelaksanaan pengabdian, merupakan identifikasi permasalahan yang dihadapi oleh masyarakat ditempat pengabdian, kondisi dan keadaan, atau hal apa yang diperlukan oleh masyarakat [8]. Berikutnya setelah seluruh permasalahan teridentifikasi dibuat *list* prioritas dan hal yang mungkin dapat diselesaikan oleh peserta pengabdian dengan kemampuan dan kebutuhan yang ada. Hal ini dilakukan para pengabdian pada saat awal-awal pelaksanaan pengabdian

B. **Perencanaan dan penyusunan materi**

Setelah seluruh permasalahan teridentifikasi dan kebutuhan masyarakat diketahui serta telah disusun berdasarkan list dan prioritas utama kebutuhan, selanjutnya disusunlah program kerja, program kerja menjadi acuan para pelaksana pengabdian agar kerja dalam pengabdian terencana sesuai dengan rule dan grand tema pengabdian yang di susun LPPM, Program kerja disusun dilaporkan kepada LPPM, kepada Pemerintah Desa

lalu di sosialisasikan kepada masyarakat yang menerima manfaat dari program kerja tersebut. Kegiatan penyuluhan ini merupakan salah satu kegiatan prioritas program kerja para pengabdian di Desa Palasari ini, sehingga setelah program kerja di setujui oleh LPPM dan Pemerintah Desa, maka para pengabdian melanjutkan persiapan dengan menyusun materi kebutuhan dalam kegiatan penyuluhan ini, seperti menunjuk penanggungjawab utama kegiatan, menyusun jadwal dan kegiatan sehingga penanggungjawab tadi bisa melaksanakan kegiatan secara baik.

C. Pelaksanaan penyuluhan

Pelaksanaan penyuluhan merupakan kegiatan ini dari program ini, maka berdasarkan rencana kegiatan yang disusun maka berikut ini merupakan rincian kegiatan pelaksanaan penyuluhan ditampilkan tabel 1 dibawah ini.

Tabel 1. Kegiatan penyuluhan

No	Nama Kegiatan	Jam	Pelaksana
1	Registrasi peserta	07.00-08.00	Panitia PkM
2	Pembukaan kegiatan		Moderator
	a. Sambutan/Laporan Penanggungjawab kegiatan	08.00-08.10	Ka. Panitia
	b. Sambutan perwakilan LPPM	08.10-08.20	Ka. LPPM
	c. Sambutan perwakilan Desa	08.20-08.30	Kades
3	Pre tes	08.30-08.50	Panitia
4	Materi penyuluhan		
	a. Upaya pencegahan penyakit	08.50-10.00	Puskesmas
	b. Pola hidup sehat	10.00-11.10	Dinkes Cianjur
5	Pos tes	11.10-11.30	Panitia
4	Penutup	11.30-ss	Moderator

Maka berdasarkan tabel 1 ini kegiatan PkM yang dilakukan di Desa Palasari ini, pada saat pelaksanaan kegiatan penyuluhan dimulai dengan:

1. Pre tes

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan didahului dengan pre tes terlebih dahulu mengetahui tingkat pemahaman para peserta penyuluhan terhadap materi penyuluhan, maka berikut hasilnya:

Tabel 2. Hasil pre tes

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Maksud pencegahan penyakit	30%
2	Langkah-langkah pencegahan penyakit	15%
3	Imunisasi & pentingnya imunisasi	5%
4	Kebiasaan hidup sehat	5%
5	Gejala demam berdarah	5%
6	Pernah mendapat informasi pencegahan penyakit	5%
7	Maksud pola hidup sehat	5%
8	Konsumsi sayur dan buah dalam seminggu	70%
9	Olah raga dalam seminggu	0%
10	Mencuci tangan sebelum makan dan setelah dari toilet	10%
11	Lama waktu tidur ideal	50%
12	Merokok	85%
13	Rutin cek kesehatan	0%

Berdasarkan data tabel diatas maka peserta penyuluhan sangat kurang sekali menyadari pentingnya kesehatan dalam kehidupan, sehingga berdasarkan tabel 2 diatas penyuluhan pertanian sangat penting dilakukan di Desa Palasari.

2. Pencegahan penyakit

Berikut adalah tata cara mencegah atau menanggulangi terjangkit penyakit pada lingkungan keluarga, yang bisa diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, Tata Cara Mencegah dan Menanggulangi Penyakit di Lingkungan Keluarga:

a. Menjaga Kebersihan Lingkungan

- Rutin membersihkan rumah dan halaman dari sampah dan genangan air.
- Menutup tempat penyimpanan air agar tidak menjadi sarang nyamuk.
- Mengelola sampah rumah tangga dengan benar: dipisah, dibakar, atau dikubur.

b. Menerapkan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

- Mencuci tangan dengan sabun sebelum makan dan setelah buang air.
- Menggunakan air bersih untuk keperluan rumah tangga.
- Menjaga kebersihan alat makan dan memasak.



Gambar 2. Langkah cuci tangan [9]

c. Konsumsi Makanan Bergizi dan Aman

- Mengonsumsi makanan seimbang: karbohidrat, protein, vitamin, dan mineral.
- Memastikan makanan dimasak dengan matang dan tidak kadaluarsa.
- Menghindari jajanan yang tidak terjamin kebersihannya.

d. Olahraga dan Istirahat yang Cukup

- Melakukan aktivitas fisik ringan atau olahraga minimal 30 menit per hari.
- Tidur cukup (6–8 jam/hari untuk dewasa, lebih untuk anak-anak).

e. Vaksinasi dan Pemeriksaan Kesehatan Berkala

- Memastikan anak-anak mendapat imunisasi lengkap.
- Melakukan pemeriksaan kesehatan rutin (tensi, gula darah, kolesterol, dll).

f. Edukasi Keluarga tentang Gejala dan Pencegahan Penyakit

- Memberi pemahaman tentang gejala awal penyakit seperti DBD, diare, ISPA & lainnya.
- Mengajarkan anggota keluarga cara merespons saat ada gejala (misal, segera Puskesmas/dokter).

g. Menghindari Kebiasaan Buruk

- Tidak merokok di dalam rumah.
- Tidak mengonsumsi alkohol atau obat-obatan tanpa resep.
- Menghindari stres berlebihan melalui manajemen emosi yang sehat.

h. Meningkatkan Sirkulasi Udara di Rumah

- Membuka jendela secara rutin untuk ventilasi udara yang baik.
- Menjemur kasur atau alat tidur secara berkala agar tidak lembap.

Tindakan-tindakan ini dapat secara signifikan menurunkan risiko penyakit menular maupun tidak menular dalam keluarga.

3. Pola hidup sehat

Berikut adalah tata cara mencegah atau menanggulangi terjangkit penyakit pada lingkungan keluarga, yang bisa diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, Tata Cara Mencegah dan Menanggulangi Penyakit di Lingkungan Keluarga

- a. Menjaga Kebersihan Lingkungan
 - Rutin membersihkan rumah dan halaman dari sampah dan genangan air.
 - Menutup tempat penyimpanan air agar tidak menjadi sarang nyamuk.
 - Mengelola sampah rumah tangga dengan benar: dipisah, dibakar, atau dikubur.
- b. Menerapkan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)
 - Mencuci tangan dengan sabun sebelum makan dan setelah buang air.
 - Menggunakan air bersih untuk keperluan rumah tangga.
 - Menjaga kebersihan alat makan dan memasak.
- c. Konsumsi Makanan Bergizi dan Aman
 - Mengonsumsi makanan seimbang: karbohidrat, protein, vitamin, dan mineral.
 - Memastikan makanan dimasak dengan matang dan tidak kadaluarsa.
 - Menghindari jajanan yang tidak terjamin kebersihannya.
- d. Olahraga dan Istirahat yang Cukup
 - Melakukan aktivitas fisik ringan atau olahraga minimal 30 menit per hari.
 - Tidur cukup (6–8 jam/hari untuk dewasa, lebih untuk anak-anak).
- e. Vaksinasi dan Pemeriksaan Kesehatan Berkala
 - Memastikan anak-anak mendapat imunisasi lengkap.
 - Melakukan pemeriksaan kesehatan rutin (tensi, gula darah, kolesterol, dll).
- f. Edukasi Keluarga tentang Gejala dan Pencegahan Penyakit
 - Memberi pemahaman tentang gejala awal penyakit seperti demam berdarah, diare, ISPA, dan lainnya.
 - Mengajarkan anggota keluarga cara merespons saat ada gejala (misalnya, segera ke Puskesmas atau dokter).
- g. Menghindari Kebiasaan Buruk
 - Tidak merokok di dalam rumah.
 - Tidak mengonsumsi alkohol atau obat-obatan tanpa resep.
 - Menghindari stres berlebihan melalui manajemen emosi yang sehat.
- h. Meningkatkan Sirkulasi Udara di Rumah
 - Membuka jendela secara rutin untuk ventilasi udara yang baik.
 - Menjemur kasur atau alat tidur secara berkala agar tidak lembap.

Tindakan-tindakan ini dapat secara signifikan menurunkan risiko penyakit menular maupun tidak menular dalam keluarga. Bagaimana Pola Hidup sehat? Pola hidup sehat adalah cara hidup yang dijalani dengan kebiasaan-kebiasaan positif yang bertujuan untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan tubuh, mental, dan lingkungan secara menyeluruh. Pola hidup sehat bukan hanya tentang tidak sakit, tetapi juga menjaga tubuh tetap bugar, pikiran tenang, dan kualitas hidup yang baik.

Berikut ini adalah komponen utama pola hidup sehat:

- a. Konsumsi Makanan Bergizi Seimbang
 - Makan 3x sehari bermenu lengkap: karbohidrat, protein, lemak sehat, vitamin & mineral.
 - Perbanyak sayur dan buah segar.
 - Kurangi makanan berlemak tinggi, garam berlebih, dan gula berlebihan.
 - Minum air putih minimal 8 gelas sehari.
- b. Aktivitas Fisik dan Olahraga Rutin
 - Lakukan olahraga ringan sampai sedang minimal 30 menit per hari, 3–5 kali per minggu.
 - Bisa berupa jalan kaki, bersepeda, senam, atau aktivitas fisik lainnya sesuai kemampuan.

- c. Istirahat dan Tidur yang Cukup
 - Tidur 6–8 jam per malam untuk orang dewasa, lebih untuk anak-anak.
 - Hindari begadang jika tidak perlu.
 - Buat rutinitas tidur yang teratur.
- d. Menjaga Kebersihan Diri dan Lingkungan
 - Mandi minimal 2 kali sehari.
 - Cuci tangan pakai sabun sebelum makan dan setelah dari toilet.
 - Rutin membersihkan rumah, kamar mandi, dan area sekitar.
- e. Menghindari Kebiasaan Buruk
 - Tidak merokok.
 - Tidak mengonsumsi alkohol atau narkoba.
 - Hindari konsumsi makanan instan secara berlebihan.
- f. Kelola Stres dengan Baik
 - Luangkan waktu untuk istirahat dan relaksasi.
 - Ceritakan masalah kepada orang terpercaya.
 - Lakukan hobi atau kegiatan yang menyenangkan.
- g. Pemeriksaan Kesehatan Rutin
 - Cek kesehatan secara berkala ke puskesmas/dokter, seperti tensi darah, gula darah, kolesterol, dan lainnya.
 - Ikuti imunisasi dan program kesehatan yang dianjurkan pemerintah.

Pola hidup sehat adalah investasi jangka panjang. Jika dilakukan secara konsisten, hasilnya adalah tubuh yang lebih kuat, pikiran yang lebih tenang, dan umur yang lebih panjang.

4. Pos tes

Setelah kegiatan selesai dilaksanakan dan materi telah tersampaikan semua, selanjutnya untuk mengetahui tingkat keberhasilan dari kegiatan penyuluhan ini maka dilakukan pos tes terhadap seluruh peserta dengan pertanyaan yang sama seperti pada saat pre tes, hasilnya:

Tabel 3. Hasil Pos Tes

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Maksud pencegahan penyakit	100%
2	Langkah-langkah pencegahan penyakit	100%
3	Imunisasi & pentingnya imunisasi	95%
4	Kebiasaan hidup sehat	100%
5	Gejala demam berdarah	100%
6	Pernah mendapat informasi pencegahan penyakit	100%
7	Maksud pola hidup sehat	100%
8	Konsumsi sayur dan buah dalam seminggu	100%
9	Olah raga dalam seminggu	100%
10	Mencuci tangan sebelum makan dan setelah dari toilet	100%
11	Lama waktu tidur ideal	100%
12	Bahaya Merokok	100%
13	Rutin cek kesehatan	100%
Total		99,6%

Tabel 3, hasil pos tes menunjukkan signifikannya hasil dari penyuluhan tentang pentingnya pencegahan penyakit dengan berlaku pola hidup sehat dalam keseharian.



Gambar 3. Sosialisasi kegiatan PkM di Desa Palasari [10]

4. KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan pencegahan penyakit dan pola hidup sehat yang dilaksanakan di Desa Palasari memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan kesadaran keluarga pra-sejahtera mengenai pentingnya menjaga kesehatan secara preventif. Terjadi peningkatan pemahaman peserta dalam hal sanitasi, pola makan sehat, serta perilaku hidup bersih dan sehat. Penyuluhan yang dilaksanakan secara partisipatif dan komunikatif berhasil menjangkau peserta dari berbagai latar belakang, serta mendorong perubahan sikap ke arah yang lebih sehat. Meskipun terdapat beberapa kendala teknis, seperti perbedaan tingkat pemahaman dan keterbatasan fasilitas, kegiatan ini tetap mampu memberikan manfaat nyata bagi masyarakat. Keberlanjutan kegiatan melalui pembentukan grup komunikasi dan pelibatan kader kesehatan desa menjadi langkah strategis dalam memperkuat dampak jangka panjang program ini. Pengabdian ini membuktikan bahwa intervensi edukatif di tingkat keluarga dapat menjadi fondasi penting dalam membangun masyarakat desa yang sehat, mandiri, dan tangguh terhadap ancaman penyakit.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Fardiansyah, A dkk (2022) Konsep dasar manajemen kesehatan. STIKes Majapahit Mojokerto, ISBN 978-623-88230-0-0, Mojokerto Email: mojokertostikesmajapahit@gmail.com.
- [2] Pakpahan, M dkk (2021) Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Cetakan 1, Yayasan Kita Menulis, 2021, Februari 2021, ISBN: 978-623-6840-73-3
- [3] Suwanti, Iis dkk (2022) Sosialisasi Perilaku Cerdik Dalam Pengendalian Penyakit Tidak Menular (Ptm) Pada Masyarakat. JURNAL MASYARAKAT MANDIRI DAN BERDAYA Vol. I, No. 3, Tahun 2022 Available Online at : <https://e-journal.lppmdianhusada.ac.id/index.php/mbm>.
- [4] Zamzam, KF dkk (2022) Peranan posyandu untuk meningkatkan kesehatan ibu dan anak. JP2M Volume 5, Nomor 3, (2024) hlm. 416-423 pISSN 2721-5156 | eISSN 2721-5148 Terakreditasi Peringkat 4 - SK No. 225/E/KPT/2022 <https://riset.unisma.ac.id/index.php/jp2m/article/view/21880> DOI: 10.33474/jp2m.v5i3.21880
- [5] Rodiah, S (2018) Model Diseminasi Informasi Komunikasi Kesehatan Masyarakat Pedesaan di Kabupaten Bandung Barat. Jurnal Kajian Komunikasi, Volume 6, No. 2, Desember 2018, hlm.175-190.
- [6] <https://maps.app.goo.gl/13C6mR2gePWxp2BD9>
- [7] Apandi, A dkk (2022) Metodologi Pengabdian Masyarakat. Direktorat Pendidikan Tinggi Keagamaan Islam Direktorat Jenderal Pendidikan Islam Kementerian Agama RI. ISBN: 978-979-8442-71-1. Cetakan I: Oktober 2022.
- [8] Kosasih, FR dkk (2021) Pengembangan Taman Baca Digital Sebagai Sumber Belajar Bagi Masyarakat Pesona 2 Cilebut Barat – Kabupaten Bogor. JURNAL ABDIMAS BSI Vol. 4 No. 2 Agustus 2021 Hal. 335-345.
- [9] <https://tropmed.fk.ugm.ac.id/2020/03/13/media-cuci-tangan-6-tahap-10-detik/>
- [10] Laporan KKN (tidak terbit).