

PENGANTAR KESEHATAN MASYARAKAT



Tim Penulis

**Aisyah Noer Auliyah Madani Pertiwi, Purwika Widayati, Cindy Rozza
Bella, Rahsunji Intan Nurvitasari, Aurina Firda Kusuma
Wardani, Ferliani Fransisca Sa'pang, Erlingga Prihandani, Fauziah
Shinta Anindita, Galuh Wulansari**

UU No 28 tahun 2014 tentang Hak Cipta

Fungsi dan sifat hak cipta Pasal 4

Hak Cipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 3 huruf a merupakan hak eksklusif yang terdiri atas hak moral dan hak ekonomi.

Pembatasan Pelindungan Pasal 26

Ketentuan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 23, Pasal 24, dan Pasal 25 tidak berlaku terhadap:

- i. penggunaan kutipan singkat Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait untuk pelaporan peristiwa aktual yang ditujukan hanya untuk keperluan penyediaan informasi aktual;
- ii. Penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk kepentingan penelitian ilmu pengetahuan;
- iii. Penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk keperluan pengajaran, kecuali pertunjukan dan Fonogram yang telah dilakukan Pengumuman sebagai bahan ajar; dan
- iv. penggunaan untuk kepentingan pendidikan dan pengembangan ilmu pengetahuan yang memungkinkan suatu Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait dapat digunakan tanpa izin Pelaku Pertunjukan, Produser Fonogram, atau Lembaga Penyiaran.

Sanksi Pelanggaran Pasal 113

1. Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000 (seratus juta rupiah).
2. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).

PENGANTAR KESEHATAN MASYARAKAT

Tim Penulis

Aisyah Noer Auliyah Madani Pertiwi, Purwika Widayati,
Cindy Rozza Bella, Rahsunji Intan Nurvitasari, Aurina
Firda Kusuma Wardani, Ferliani Fransisca Sa'pang,
Erlingga Prihandani, Fauziah Shinta Anindita, Galuh
Wulansari



PENERBIT NABA EDUKASI INDONESIA

PENGANTAR KESEHATAN MASYARAKAT

**Aisyah Noer Auliyah Madani Pertiwi, Purwika Widayati, Cindy Rozza Bella, Rahsunji
Intan Nurvitasari, Aurina Firda Kusuma Wardani, Ferliani Fransisca Sa'pang, Erlingga
Prihandani, Fauziah Shinta Anindita, Galuh Wulansari**

Desain Cover :
Tim NABA EDUKASI INDONESIA

Tata Letak :
Tim NABA EDUKASI INDONESIA

Proofreader :
Abdul Latip

Ukuran :
Uk: 15.5x23 cm

ISBN :
978-623-10-8150-6

Cetakan Pertama:
Maret 2025

Hak Cipta 2025, Pada Penulis

Isi diluar tanggung jawab percetakan

Copyright © 2025 by NEI
All Right Reserved

Hak cipta dilindungi undang-undang
Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau
memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini
tanpa izin tertulis dari Penerbit.



PENERBIT NABA EDUKASI INDONESIA

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kami panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas tersusunnya buku *Pengantar Kesehatan Masyarakat* ini. Buku ini disusun sebagai referensi bagi mahasiswa, akademisi, serta praktisi kesehatan masyarakat dalam memahami konsep dasar, ruang lingkup, serta peran strategis kesehatan masyarakat dalam meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan populasi.

Buku ini mengupas berbagai aspek mendasar dalam kesehatan masyarakat, mulai dari konsep dasar, determinan kesehatan, epidemiologi, promosi kesehatan, hingga administrasi dan kebijakan kesehatan. Setiap bab disajikan dengan pendekatan berbasis bukti yang diharapkan dapat memperkaya wawasan pembaca dalam memahami tantangan dan solusi kesehatan di tingkat individu maupun komunitas.

Kami mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam penyusunan buku ini, baik dalam bentuk saran, dukungan, maupun referensi ilmiah yang digunakan. Semoga buku ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca serta menjadi referensi yang bermanfaat dalam pengembangan ilmu kesehatan masyarakat di Indonesia.

Selamat membaca!

Tim Penulis

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vi
BAB 1 KONSEP DASAR KESEHATAN MASYARAKAT	1
BAB 2 DETERMINAN KESEHATAN.....	15
BAB 3 EPIDEMOLOGI DALAM KESEHATAN MASYARAKAT	27
BAB 4 PROMOSI KESEHATAN DAN PERILAKU KESEHATAN	44
BAB 5 KESEHATAN LINGKUNGAN DAN SANITASI.....	56
BAB 6 KESEHATAN IBU DAN ANAK (KIA)	71
BAB 7 GIZI DAN KESEHATAN MASYARAKAT	89
BAB 8 PENYAKIT MENULAR DAN TIDAK MENULAR DALAM KESEHATAN MASYARAKAT	108
BAB 9 MANAJEMEN DAN KEBIJAKAN KESEHATAN	119

BAB 1

KONSEP DASAR KESEHATAN MASYARAKAT

Penulis: Aisyah Noer Auliyah Madani Pertiwi, S.KM., M. Epid.

A. Definisi dan Ruang Lingkup Kesehatan Masyarakat

Kesehatan masyarakat adalah bidang ilmu yang berfokus dalam upaya mencegah penyakit, menjaga, memulihkan, dan meningkatkan kesehatan populasi, serta memperpanjang harapan hidup. Upaya ini dilakukan secara terorganisir dengan pendekatan berbasis informasi oleh berbagai pihak, termasuk masyarakat, organisasi pemerintah dan swasta, komunitas, serta individu (Murti, 2018). Definisi kesehatan masyarakat telah berkembang dari waktu ke waktu. Beberapa definisi kesehatan masyarakat yang umum digunakan sebagai berikut (Nuryadin et al., 2022):

1. Winslow, 1920: Ilmu dan seni mencegah penyakit, memperpanjang usia, serta meningkatkan kesehatan dan efisiensi melalui upaya masyarakat yang terorganisir.
2. AMA (*American Medical Association*), 1948: Kesehatan masyarakat adalah ilmu dan seni memelihara, melindungi, dan meningkatkan kesehatan masyarakat melalui usaha-usaha pengorganisasian masyarakat.
3. Leavell dan Clark, 1958: Kesehatan masyarakat adalah ilmu dan seni mencegah penyakit, memperpanjang hidup, dan meningkatkan kesehatan melalui usaha-usaha pengorganisasian masyarakat untuk perbaikan sanitasi lingkungan, pemberantasan penyakit-penyakit menular, pendidikan untuk kebersihan perorangan, perorganisasian pelayanan medis, perawatan, diagnosis dini, dan pengobatan, pengembangan aspek sosial untuk menjamin setiap orang terpenuhi kebutuhan hidup yang layak dalam memelihara kesehatan.

Ilmu kesehatan masyarakat bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan dan kesejahteraan populasi secara menyeluruh. Fokus utamanya mencakup aspek fisik, mental, dan sosial agar

BAB 2

DETERMINAN KESEHATAN

Penulis: Purwika Widayati, S.Tr. Keb., M.K.M

A. Konsep Determinan Kesehatan

Istilah determinan kesehatan diperkenalkan pada tahun 1970-an dan mengacu pada faktor-faktor yang memiliki pengaruh signifikan, baik positif maupun negatif, terhadap kesehatan. Kesehatan adalah hasil dari berbagai faktor termasuk faktor genetik, biologis, dan gaya hidup yang berkaitan dengan individu dan faktor-faktor yang berkaitan dengan struktur masyarakat dan kebijakannya. Faktor penentu kesehatan dapat berupa faktor biologis, perilaku, sosial budaya, ekonomi, dan ekologi. Secara umum, faktor penentu kesehatan dapat dibagi menjadi empat kategori inti: nutrisi, gaya hidup, lingkungan, dan genetika, yang merupakan empat pilar pondasi. Ketika salah satu pilar faktor penentu kesehatan menjadi lemah, diperlukan sistem pendukung (Lawrence, 2014).

Determinan merupakan faktor yang menentukan atau membentuk perilaku (Notoatmodjo, 2018). Determinan kesehatan menurut World Health Organization (WHO) adalah faktor yang mempengaruhi kesehatan individu dan masyarakat. Seseorang dikatakan sehat atau tidak ditentukan oleh lingkungan sosial, ekonomi, keadaan fisik, karakteristik dan perilaku individu. Selain faktor tersebut ada faktor lain yang menentukan yaitu pendapatan dan status sosial, pendidikan, lingkungan fisik, dukungan sosial, genetik, layanan kesehatan dan jenis kelamin (WHO, 2024).

Teori H.L Blum menjelaskan ada empat faktor utama yang mempengaruhi derajat kesehatan masyarakat. Keempat faktor tersebut merupakan faktor determinan timbulnya masalah kesehatan. Keempat faktor tersebut terdiri dari faktor perilaku/gaya hidup (life style), faktor lingkungan (sosial, ekonomi, politik, budaya), faktor pelayanan kesehatan (jenis cakupan dan kualitasnya) dan faktor genetik (keturunan). Keempat faktor

BAB 3

EPIDEMIOLOGI DALAM KESEHATAN MASYARAKAT

Penulis: Cindy Rozza Bella, SHG., MPH., AAK

A. Definisi dan Peran Epidemiologi

Epidemiologi berasal dari Bahasa Yunani. “*epi*” berarti “*pada, atas, atau menimpa*”. “*demos*” berarti “*masyarakat*”. “*logos*” berarti “*studi mengenai*”. Oleh karena itu, epidemiologi mengacu pada studi mengenai penyakit, kejadian, atau kondisi yang menimpa masyarakat. Studi ini kemudian membantu mengidentifikasi penyebab dari kondisi atau kejadian yang berhubungan dengan Kesehatan dan membantu upaya pencegahan.

Epidemiologi adalah disiplin ilmu yang mempelajari distribusi dan determinan kejadian atau kondisi yang berkaitan dengan kesehatan dalam populasi tertentu, serta penerapan studi tersebut untuk mengendalikan masalah kesehatan.

Aspek Utama Epidemiologi:

- 1) Distribusi: Analisis pola penyebaran penyakit atau kondisi kesehatan berdasarkan variabel seperti waktu, tempat, dan karakteristik individu.
- 2) Determinasi: Identifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi munculnya atau perubahan status kesehatan, termasuk agen penyebab, faktor risiko, dan kondisi lingkungan.
- 3) Aplikasi: Penggunaan temuan epidemiologis untuk merancang, mengimplementasikan, dan mengevaluasi intervensi yang bertujuan mencegah atau mengendalikan masalah kesehatan dalam masyarakat.

Tujuan Epidemiologi:

- 1) Mempelajari Riwayat Alamiah Penyakit: Memahami perkembangan dan perjalanan penyakit dari tahap awal hingga resolusi atau kematian.

- 2) Identifikasi Penyebab Penyakit: Menentukan faktor-faktor yang berkontribusi terhadap timbulnya penyakit.
- 3) Evaluasi Intervensi Kesehatan: Menilai efektivitas program atau kebijakan kesehatan dalam mencegah atau mengendalikan penyakit.
- 4) Perencanaan Layanan Kesehatan: Menyediakan data dan analisis untuk pengembangan kebijakan dan distribusi sumber daya kesehatan yang efektif.

Definisi epidemiologi telah berevolusi seiring waktu. Pada awalnya, epidemiologi difokuskan pada studi tentang wabah penyakit menular. Namun, dengan perubahan pola penyakit dan tantangan kesehatan, cakupan epidemiologi telah meluas mencakup penyakit tidak menular, cedera, dan bahkan kondisi kesehatan mental. Pendekatan modern menekankan pada pemahaman multifaktorial dari determinan kesehatan dan penerapan intervensi berbasis bukti untuk meningkatkan kesehatan populasi.

Epidemiologi memainkan peran krusial dalam kesehatan masyarakat, khususnya di Indonesia. Berikut adalah peran utama epidemiologi dalam kesehatan masyarakat:

1. Identifikasi Faktor Risiko Penyakit

Epidemiologi membantu mengidentifikasi faktor-faktor yang meningkatkan risiko terjadinya penyakit dalam populasi. Dengan memahami faktor risiko ini, intervensi pencegahan dapat dirancang secara efektif. Contoh kasus: Penelitian di Indonesia menemukan bahwa perilaku merokok dan pola makan tinggi lemak merupakan faktor risiko utama penyakit jantung koroner.

2. Deteksi dan Pengendalian Wabah

Epidemiologi berperan dalam mendeteksi dini munculnya wabah penyakit dan mengembangkan strategi pengendalian untuk mencegah penyebarannya lebih lanjut. Contoh kasus: Selama pandemi COVID-19, analisis epidemiologi di Indonesia membantu dalam pemantauan penyebaran virus dan

BAB 4

PROMOSI KESEHATAN DAN PERILAKU KESEHATAN

Penulis: Rahsunji Intan Nurvitasari, S.H.G., M.K.M

A. Konsep dan Strategi Promosi Kesehatan

Promosi kesehatan didefinisikan sebagai suatu proses yang memungkinkan individu untuk meningkatkan kendali atas faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mereka serta meningkatkan kondisi kesehatan secara keseluruhan (Quilling et al., 2022). Secara lebih spesifik, promosi kesehatan merupakan strategi kolektif yang bertujuan menciptakan kondisi sosial dan lingkungan fisik yang mendukung pada tingkat individu, institusi dan masyarakat. Strategi ini berfokus pada peningkatan determinan kesehatan serta pemberdayaan individu dalam mengontrol faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan mereka, tanpa hanya berfokus pada spek pengobatan (Caron et al., 2024).

Piagam Ottawa, yang lahir dari Deklarasi Alma-Ata, mendefinisikan promosi kesehatan sebagai suatu proses yang memungkinkan individu untuk memiliki kendali atas kesehatan mereka dan meningkatkannya. Guna mencapai kesejahteraan fisik, mental, dan sosial yang optimal, individu atau kelompok harus mampu mengidentifikasi dan mewujudkan aspirasi mereka, memenuhi kebutuhan serta beradaptasi atau mengatasi tantangan lingkungan yang dihadapi. Piagam Ottawa menjadi dokumen fundamental dalam pembentukan konsep promosi kesehatan (Haugan & Eriksson, 2021). Tujuan utama promosi kesehatan adalah memberikan kendali yang lebih besar kepada individu terhadap determinan kesehatan, yaitu faktor-faktor yang dapat mengancam, mendukung, atau melindungi kondisi kesehatan mereka (Quilling et al., 2022). Promosi kesehatan bersifat positif dan dinamis, serta memperluas cakupan kesehatan sebagai kegiatan sosial yang inklusif, bukan hanya sebagai praktik profesional yang eksklusif. Hal ini juga memperluas perspektif dalam pendidikan

kesehatan dan strategis pencegahan secara keseluruhan (Haugan & Eriksson, 2021).

Menurut Haugan & Eriksson (2021), terdapat tiga prinsip dasar dalam promosi kesehatan yaitu:

1. Advokasi (*Advocate*)

Faktor politik, ekonomi, sosial, budaya, lingkungan, perilaku, dan biologis dapat berperan sebagai pendukung atau penghambat kesehatan. Oleh karena itu, promosi kesehatan bertujuan untuk memastikan bahwa faktor-faktor tersebut dikondisikan agar mendukung kesehatan melalui advokasi kebijakan kesehatan yang tepat.

2. Pemberdayaan (*Enable*)

Promosi kesehatan bertujuan untuk mencapai kesetaraan dalam kesehatan dengan mengurangi kesenjangan dalam status kesehatan dan memastikan bahwa setiap individu memiliki akses yang sama terhadap sumber daya dan kesempatan guna mencapai kesehatan optimal. Hal ini mencakup lingkungan yang mendukung, akses terhadap informasi, keterampilan hidup serta peluang untuk membuat pilihan yang lebih sehat. Individu tidak dapat mencapai kesehatan yang optimal jika mereka tidak memiliki daya kendali atas faktor-faktor yang memengaruhi kesehatannya.

3. Mediasi (*Mediate*)

Peningkatan kesehatan tidak hanya menjadi tanggung jawab sektor kesehatan semata. Kelompok profesional, komunitas sosial, dan tenaga kesehatan memiliki peran penting dalam memediasi berbagai kepentingan yang ada dalam masyarakat guna memastikan tercapainya kondisi kesehatan yang lebih baik bagi semua.

Piagam Ottawa menekankan bahwa tujuan utama promosi kesehatan adalah mencapai kesetaraan dalam kesehatan dengan memberikan kesempatan bagi setiap individu untuk mencapai potensi kesehatan mereka secara penuh. Untuk mewujudkan tujuan ini, terdapat lima strategi utama yang telah diidentifikasi dalam promosi kesehatan (Haugan & Eriksson, 2021), yaitu

BAB 5

KESEHATAN LINGKUNGAN DAN SANITASI

Penulis: Aurina Firda Kusuma Wardani, S.K.M., M.K.M

A. Hubungan Lingkungan dengan Sanitasi

Lingkungan adalah segala sesuatu yang berada disekitar kita, dengan kata lain faktor atau segala sesuatu yang dapat mempengaruhi pertumbuhan, kesehatan, kemajuan dan fungsi seseorang atau sesuatu baik itu biotik maupun abiotik. Faktor tersebut bisa berupa fisik, biologi, kimia, ekonomi bahkan sosial.

Sanitasi berarti pencegahan kontak manusia dengan limbah untuk tujuan kebersihan. Berarti juga meningkatkan kesehatan melalui pencegahan kontak manusia dengan bahaya terkait dengan kurangnya makanan sehat, air bersih dan perumahan yang sehat dan kebersihan lingkungan.

Sanitasi menurut kamus bahasa Indonesia diartikan sebagai “pemelihara kesehatan”. Menurut WHO, sanitasi lingkungan (*environmental sanitation*) adalah upaya pengendalian semua faktor lingkungan fisik manusia yang mungkin menimbulkan atau dapat menimbulkan hal-hal yang merugikan bagi perkembangan fisik, kesehatan dan daya tahan hidup manusia.

Sanitasi Lingkungan adalah peningkatan kebersihan dan pencegahan penyakit serta akibat buruk lainnya yang berkaitan dengan faktor lingkungan. Untuk memungkinkan transmisi agen infeksius, mereka harus ada di lingkungan terdekat manusia, paparan harus terjadi, dan penularan harus terjadi melalui penyerapan agen melalui praktik yang tidak aman. Untuk menghentikan penularan, sanitasi lingkungan dapat bertindak untuk mengurangi paparan terhadap agen infeksi dengan membatasi kontak dengan limbah atau media yang tercemar, dan dengan mengubah praktik kebersihan dan sosial budaya (Mellor et al., 2016).

Lingkungan dan sanitasi memiliki hubungan yang erat dimana lingkungan adalah bagian dari sanitasi itu sendiri. Sanitasi dan

kebersihan lingkungan dapat memberikan perbaikan dalam kesehatan masyarakat dalam skala besar. Sanitasi lingkungan akan memungkinkan intervensi untuk mempertimbangkan faktor-faktor di tingkat komunitas yang berkontribusi terhadap infeksi untuk mentransformasikan layanan secara memadai dan meningkatkan kesehatan di masyarakat.

Sustainable Development Goals (SDGs) pada poin ke enam menyatakan *clean water and sanitation* (air bersih dan sanitasi), bahwa pada tahun 2030 memastikan ketersediaan dan manajemen air bersih yang berkelanjutan dan sanitasi bagi semua masyarakat. Hal inilah yang mendorong baik masyarakat ataupun pemerintah untuk berpartisipasi aktif dalam pembangunan berkelanjutan SDGs khususnya pada sanitasi lingkungannya.

Dalam konteks kesehatan manusia, lingkungan yang sehat menjadi faktor kunci untuk mencegah penyakit dan mempromosikan kesehatan. Pencemaran udara; air yang tidak bersih; paparan zat kimia berbahaya; serta perubahan lingkungan secara umum telah terbukti menjadi penyebab penyakit serius, seperti gangguan pernapasan; penyakit kulit; kanker; dan masalah kesehatan lainnya. Pentingnya kesehatan lingkungan telah diakui secara luas oleh komunitas global. Berbagai organisasi; pemerintah; dan individu bekerja sama untuk mengidentifikasi; mengurangi; dan mencegah ancaman terhadap kesehatan lingkungan (Sutrio, 2024).

B. Pengelolaan Air Bersih dan Sanitasi

Sanitasi dasar adalah sanitasi minimum yang diperlukan untuk menyediakan lingkungan sehat yang memenuhi syarat kesehatan yang menitikberatkan pada pengawasan berbagai faktor lingkungan yang mempengaruhi derajat kesehatan manusia. Air merupakan salah satu yang dibutuhkan oleh manusia untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Air erat hubungan dengan kesehatan manusia sebab air dapat menjadi media perantara penularan penyakit, untuk memperoleh air bersih perlu dilakukan

BAB 6

KESEHATAN IBU DAN ANAK (KIA)

Penulis: Ferliani Fransisca Sa' pang, S.Tr.Gz., M.Gz.

A. Pentingnya Kesehatan Ibu dan Anak

Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) merupakan aspek fundamental dalam meningkatkan derajat Kesehatan suatu negara karena berperan penting dalam menentukan kualitas hidup generasi mendatang. Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) juga salah satu indikator pada Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (TPB) dalam hal “Menjamin Kehidupan Sehat dan Mendukung Kesejahteraan bagi Semua di Segala Usia”. Tujuan yang ketiga dalam TPB yang berkaitan dengan KIA ialah mengurangi rasio kematian ibu kurang dari 70 per 100.000 kelahiran hidup serta mengakhiri kematian bayi baru lahir dan balita.

Angka kematian ibu (AKI) di beberapa negara maju berada pada 12 kematian per 100.000 kelahiran hidup sedangkan di negara miskin hingga 546 kematian per 100.000 kelahiran hidup. Berdasarkan data TPB di wilayah Asia Tenggara terdapat hingga 176 kematian per 100.000 kelahiran hidup. Data Badan Pusat Statistik pada tahun 2023 mencatat terdapat kasus kematian ibu hingga di atas 100 kematian per 100.000 kelahiran hidup di Indonesia. AKI yang tinggi di beberapa wilayah Indonesia terjadi pada wilayah dengan akses Kesehatan yang rendah, ibu dengan Tingkat Pendidikan yang rendah dan ibu yang melahirkan di usia muda maupun terlalu tua.

Masalah Kesehatan ibu dan anak masih menjadi masalah Kesehatan yang mendapatkan perhatian khusus di Indonesia. Pentingnya indikator Kesehatan ibu dan anak di Indonesia ditunjukkan melalui Peraturan Menteri Kesehatan No 21 Tahun 2021 yang mengatur mengenai Kesehatan ibu pada masa pra konsepsi, masa konsepsi hingga pasca konsepsi. Selain itu diatur

pula mengenai mengenai penyelenggaraan Kesehatan kontrasepsi hingga Kesehatan seksual remaja yang kelak akan menjadi calon ibu. Hal lain yang mendasari pentingnya Kesehatan ibu dan anak ialah memperoleh generasi mendatang yang berkualitas. Ibu yang sehat akan melahirkan generasi yang sehat sehingga konsep Kesehatan perlu diperkenalkan pada anak pada usia dini. Ibu dan anak yang sehat berkaitan erat dengan kesejahteraan suatu bangsa.

Menurut Monk dan Haditono (2002) awal mula kehidupan manusia secara biologis dimulai sejak masa konsepsi dan berkembang sesuai tahapan yang kompleks sehingga pada tahap awal kehidupan ini perlu dipastikan ibu berada pada kondisi kesehatan yang optimal. Kesehatan ibu mempengaruhi perkembangan janin, faktor lain seperti paparan zat berbahaya, kondisi mental yang tidak stabil, penyakit infeksi hingga kekurangan asupan gizi ibu selama mengandung dapat menyebabkan gangguan perkembangan janin. Kondisi Kesehatan ibu dan anak pada awal kehidupan (1.000 hari pertama) merupakan fondasi utama untuk pertumbuhan fisik, kognitif dan emosional yang optimal. Anak dengan kondisi Kesehatan yang optimal berpeluang menjadi individu dewasa yang produktif dan berkualitas. Individu yang produktif memiliki kualitas hidup yang optimal dalam berbagai aspek kehidupan sehingga dapat berkontribusi positif pada pertumbuhan ekonomi dan kesejahteraan masyarakat.

Kesehatan yang optimal pada usia dini tercermin pada status pertumbuhan dan perkembangan anak. Anak yang sehat mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sesuai tahapan pada usianya. Pertumbuhan secara fisik mencakup tinggi badan dan berat badan serta peningkatan ukuran dari seluruh organ-organ tubuh (Evan G. Graber, 2021). Sementara itu, perkembangan dapat dinilai melalui empat parameter yaitu tingkah laku sosial yang berhubungan dengan kemampuan mengamati sesuatu, kemampuan Bahasa yang berdampak pada respon yang diberikan terhadap perintah, gerakan motorik halus yang berkaitan dengan respon menggunakan gerakan

BAB 7
GIZI DAN KESEHATAN MASYARAKAT
Penulis: Erlingga Prihandani, S.Gz., M.K.M

KONSEP GIZI DALAM KESEHATAN MASYARAKAT

A. Pengertian Gizi dan Kesehatan Masyarakat

Gizi merupakan salah satu faktor penentu dalam status Kesehatan suatu individu dan masyarakat. Secara umum, gizi dapat diartikan sebagai proses pemanfaatan makanan yang dikonsumsi oleh tubuh untuk pertumbuhan dan perkembangan. Gizi yang baik merupakan suatu kunci untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal, jika individu mengalami kekurangan gizi dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan dalam jangka pendek maupun jangka panjang.

Sedangkan Kesehatan Masyarakat merupakan suatu ilmu atau seni yang bertujuan untuk mencegah suatu penyakit dan meningkatkan derajat kesehatan melalui upaya terorganisir dalam suatu masyarakat. Konsep gizi dalam kesehatan masyarakat menekankan pada upaya pencegahan masalah gizi melalui promosi, edukasi dan intervensi berbasis masyarakat.

Dapat diartikan bahwa Gizi Kesehatan Masyarakat merupakan suatu prinsip ilmu gizi dan kesehatan masyarakat untuk meningkatkan atau mempertahankan kesehatan yang optimal pada suatu populasi dan kelompok dengan melakukan perbaikan melalui program, sistem, kebijakan serta lingkungan.

B. Peran Gizi dalam Kesehatan Masyarakat

a. Pencegahan penyakit

Gizi yang baik dapat mencegah terjadinya suatu penyakit, seperti penyakit menular dan penyakit tidak menular.

- Pencegahan penyakit tidak menular

Penyakit tidak menular adalah penyakit kronis yang tidak dapat ditularkan dari individu ke individu lainnya. Penyakit tidak menular juga merupakan penyakit yang tidak ditularkan dan tidak ditransmisikan kepada orang lain dengan bentuk kontak apapun, penyakit tidak menular (PTM) dapat menyebabkan kematian. Contoh penyakit tidak menular seperti; obesitas, diabetes melitus, kardiovaskular dan kanker.

- Pencegahan penyakit menular

Penyakit menular adalah penyakit yang disebabkan oleh bakteri, virus atau parasit yang dapat ditularkan melalui media tertentu. Penyakit menular juga sering disebut sebagai penyakit infeksi karena penyakit ini diderita melalui infeksi virus, bakteri atau parasit yang ditularkan melalui berbagai macam media seperti udara, jarum suntik, transfusi darah, tempat makan atau minum dan lain-lain. Contoh penyakit menular seperti; Malaria, HIV/AIDS, Tuberkulosis dan lain-lain.

b. Peningkatan daya tahan tubuh

Sistem kekebalan tubuh memerlukan nutrisi yang cukup untuk dapat berfungsi secara optimal. Beberapa zat gizi penting yang berperan dalam meningkatkan imunitas seperti; Vitamin C, Vitamin D, Zink dan omega 3

c. Pertumbuhan dan perkembangan

Peran gizi dalam perkembangan dan pertumbuhan anak merupakan suatu faktor yang sangat penting, karena pada masa balita pertumbuhan dan perkembangan terjadi secara cepat sehingga nutrisi atau gizi pada masa balita harus terpenuhi. Kekurangan gizi dapat menyebabkan beberapa hal seperti terhambatnya pertumbuhan fisik balita.

BAB 8

PENYAKIT MENULAR DAN TIDAK MENULAR DALAM KESEHATAN MASYARAKAT

Penulis: Fauziah Shinta Anindita, S.Tr. Kes., M.K.M

A. Penyakit Menular: Definisi, Faktor Risiko, dan Pencegahan

Penyakit Menular merupakan jenis penyakit yang ditularkan atau disebarkan dari orang sakit ke orang yang sehat. Penyakit menular tidak terbatas hanya dari satu orang ke orang lain, namun bisa dari satu orang ke sekelompok orang. Penyakit menular tidak bisa diremehkan karena persebarannya yang cukup cepat dan sangat mudah melalui media kontak. Orang yang dalam kondisi sehat, apabila terpapar penyakit menular, maka dapat seketika tertular penyakit dan menularkan kembali penyakit tersebut pada orang sekitar. Kemudian, apakah sebenarnya yang disebut dengan penyakit menular?

Penyakit menular adalah penyakit infeksi yang disebabkan oleh mikroorganisme, seperti virus, bakteri, parasit, atau jamur, dan dapat berpindah ke orang lain yang sehat. Penyakit menular dapat ditularkan secara langsung maupun tidak langsung. Penularan secara langsung terjadi ketika kuman pada orang yang sakit berpindah melalui kontak fisik, misalnya lewat sentuhan dan ciuman, melalui udara saat bersin dan batuk, atau melalui kontak dengan cairan tubuh seperti urine dan darah. Orang yang menularkannya bisa saja tidak memperlihatkan gejala dan tidak tampak seperti orang sakit, apabila dia hanya sebagai pembawa (carrier) penyakit.

Penyakit menular dibagi menjadi tiga kelompok, antara lain:

1. Penyakit menular sangat berbahaya. Penyakit dapat disebut sangat berbahaya dikarenakan dapat menyebabkan angka kematian yang cukup tinggi. Beberapa penyakit menular

yang berbahaya di antaranya tuberkulosis, HIV/AIDS, Pneumonia, Difteri, demam berdarah dan tetanus.

2. Penyakit menular tertentu. Beberapa penyakit menular tertentu yaitu segala jenis penyakit yang menyebabkan kematian dan cacat namun akibatnya lebih ringan daripada jenis penyakit yang sangat berbahaya. Contoh dari kelompok ini adalah polio dan kusta.
3. Penyakit menular yang jarang menimbulkan kematian. Kelompok penyakit ini dapat berbentuk wabah yang terjadi secara langsung maupun tidak langsung. Contoh paling mudah dalam kelompok ini adalah covid-19.

Faktor Risiko merupakan hal-hal yang dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya suatu penyakit atau kondisi tertentu. Faktor risiko dapat berupa karakteristik, tanda, atau gejala pada individu yang sehat. Umumnya Penyakit menular memiliki faktor risiko tersendiri antara lain virus, bakteri, jamur, parasit dan darah. Pentingnya kewaspadaan bagi individu yang bekerja dengan paparan faktor risiko penyakit menular yang lebih sering daripada orang pada umumnya. Salah satu bentuk penularan penyakit melalui darah yaitu Human Immunodeficiency Virus (HIV), Hepatitis B, dan Hepatitis A. Faktor risiko dapat dikendalikan dengan cara-cara berikut:

1. Eliminasi dan substitusi

Dalam pengendalian paparan melalui darah dapat diminimalkan dengan menghilangkan benda tajam dan mengganti dengan yang tidak tajam sesegera mungkin setelah pemakaian. Dalam pengendalian paparan melalui kontak langsung, dapat menggunakan masker apabila sedang sakit dan membiasakan cuci tangan dengan air mengalir dan sabun untuk menghilangkan virus yang menempel di tangan.

2. Praktik kerja dan kontrol administratif

Kebijakan dan prosedur, baik di tempat umum maupun tempat kerja dapat melindungi paparan penyebab penyakit menular. Kebijakan tersebut dapat meliputi rencana

BAB 9

MANAJEMEN DAN KEBIJAKAN KESEHATAN

Penulis: Galuh Wulansari, S.KM., M.K.M.

A. Konsep Manajemen Kesehatan

Manajemen berasal dari kata "manegie", yang berarti melaksanakan sesuatu dengan tangan. Dalam bahasa Inggris, kata "management" berasal dari kata kerja "to manage", yang berarti "mengatur". Secara khusus, istilah manajemen merujuk kepemimpinan pada individu yang menjalankan kegiatan memimpin, atau dikenal dengan sebutan "manajer" (Muninjaya, 2011). Menurut G.R. Terry (1960), menjelaskan bahwa manajemen merupakan sebuah proses yang dimulai dari perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan, dan pengendalian yang dilakukan untuk menentukan dan mencapai tujuan yang telah ditetapkan dengan memanfaatkan sumber daya manusia dan sumber daya lainnya.

Menurut Louis A. Allen dalam bukunya "The Profession of Management," manajemen adalah jenis pekerjaan khusus yang memerlukan upaya mental dan fisik untuk memimpin, merencanakan, mengorganisir, mengawasi, serta melakukan penelitian (Asriati et al., 2021). Menurut Allen, pekerjaan manajer mencakup empat fungsi utama, yakni:

1. Memimpin (*Leading*): Fungsi ini melibatkan usaha seorang manajer untuk mengarahkan orang lain agar bertindak sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan. Beberapa kegiatan dalam fungsi ini meliputi:
 - Mengambil keputusan
 - Mengadakan komunikasi
 - Memberikan motivasi
 - Memilih orang yang tepat
 - Mengembangkan orang yang ada dalam tim.
2. Merencanakan (*Planning*): Perencanaan melibatkan beberapa kegiatan penting, seperti:

- Meramalkan peristiwa atau keadaan yang akan datang.
 - Menetapkan tujuan dan sasaran yang jelas.
 - Menyusun urutan kegiatan yang diperlukan untuk mencapai tujuan.
 - Mengatur waktu secara efektif.
 - Menyusun anggaran untuk alokasi sumber daya.
 - Mengembangkan prosedur kerja dan menetapkan kebijakan.
3. Menyusun (*Organizing*): Fungsi ini berfokus pada pengaturan tugas dan struktur organisasi untuk memastikan pekerjaan dapat dilaksanakan dengan efektif. Beberapa kegiatan yang termasuk dalam fungsi ini adalah:
- Membagi tugas-tugas operasional
 - Mengelompokkan tugas-tugas ke dalam unit-unit kerja
 - Menentukan hubungan antar bagian dan posisi yang tepat untuk setiap individu
 - Menyediakan fasilitas yang mendukung bagi pegawai.
4. Pengawasan (*Controlling*): Fungsi pengawasan berfokus pada penilaian dan pengaturan pekerjaan yang telah dilakukan, meliputi:
- Membandingkan hasil pekerjaan dengan rencana awal.
 - Menilai hasil pekerjaan dan memeriksa penyimpangan yang ada.
 - Memberikan saran atau tindakan perbaikan jika diperlukan.

Selain itu, beberapa tokoh seperti Terry dan Koontz-O'Donel juga mengidentifikasi fungsi-fungsi manajemen yang lebih spesifik, seperti koordinasi, pengorganisasian sumber daya, serta penentuan tujuan yang jelas untuk mendukung kesuksesan organisasi (Ismail, 2009).

Tim Penulis

Aisyah Noer Auliyah Madani Pertiwi, Purwika Widayati, Cindy Rozza Bella, Rahsunji Intan Nurvitasari, Aurina Firda Kusuma Wardani, Ferliani Fransisca Sa'pang, Erlingga Prihandani, Fauziah Shinta Anindita, Galuh Wulansari



Kesehatan masyarakat bukan sekadar ilmu, tetapi juga seni dalam mencegah penyakit, meningkatkan kesehatan, serta memperpanjang usia harapan hidup manusia. Buku Pengantar Kesehatan Masyarakat ini menghadirkan pemahaman komprehensif tentang prinsip-prinsip kesehatan masyarakat, mulai dari epidemiologi, biostatistik, kesehatan lingkungan, promosi kesehatan, hingga kebijakan kesehatan.

Dilengkapi dengan contoh kasus dan pendekatan berbasis bukti, buku ini menjadi referensi yang ideal bagi mahasiswa, tenaga kesehatan, serta siapa saja yang ingin memahami bagaimana ilmu kesehatan masyarakat berperan dalam menciptakan masyarakat yang lebih sehat dan sejahtera.

Dengan bahasa yang mudah dipahami dan sistematika yang terstruktur, buku ini tidak hanya memberikan teori, tetapi juga aplikasi nyata dalam kehidupan sehari-hari. Bacaan wajib bagi siapa pun yang peduli terhadap kesehatan masyarakat!