

**IBM KELOMPOK IBU PKK KELURAHAN BANYURIP ALIT KECAMATAN
PEKALONGAN SELATAN DAN KELURAHAN KEPATIHAN
KECAMATAN WIRADESA****Dwi Edi Wibowo^{1*}, Nila Oktaviani², Nur Susanti³, Andung Maheswara⁴**¹Ilmu Hukum, Fakultas Hukum, Universitas Pekalongan

Jl. Sriwijaya No.3, Kota Pekalongan

²Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pekalongan

Jl. Sriwijaya No.3, Kota Pekalongan

³Jurusan Fisioterapi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pekalongan

Jl. Sriwijaya No.3, Kota Pekalongan

⁴Jurusan Fisioterapi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pekalongan

Jl. Sriwijaya No.3, Kota Pekalongan

*Email : dwiediwibowo@gmail.com**Abstrak**

Kondisi 2 (dua) mitra yaitu Kelurahan Banyurip Alit dan Kelurahan Kepatihan. Permasalahan dalam pengabdian masyarakat ini adalah pendidikan hukum yang masih rendah, kebutuhan air bersih yang masih kurang, masyarakat belum bisa menerapkan posisi atau sikap yang baik pada saat bekerja maupun beraktifitas dalam kehidupan sehari-hari yang mengakibatkan nyeri pinggang, potensi terjadinya stroke yang bisa dipengaruhi oleh banyak faktor salah satunya kondisi pekerjaan, lingkungan dan gaya hidup, metode yang digunakan untuk menyelesaikan masalah tersebut menggunakan metode penyuluhan hukum tentang perlindungan konsumen, anti korupsi, pendidikan karakter, pelatihan penjernihan air dengan biji kelor, penyuluhan dan pelatihan fisioterapi mengenai sikap duduk yang benar saat bekerja untuk menghindari nyeri pinggang, ceramah dan diskusi, simulasi dalam pencegahan penyakit stroke. Tujuan dari kegiatan ini adalah memberdayakan masyarakat supaya masyarakat berdaya dalam bidang hukum dan kesehatan, sehingga mereka bisa hidup lebih sehat dan melek hukum.

Kata Kunci : Ibu PKK, Penyuluhan Hukum, Pelatihan Kesehatan

PENDAHULUAN

Wilayah Kelurahan Banyurip Alit , Kecamatan Pekalongan Selatan terletak di dataran rendah Pantai Utara Jawa terletak antara : 109⁰ – 110⁰ BT dan 6⁰ – 7⁰ LS, dengan batas-batas Sebelah Utara Kelurahan Buaran, Sebelah Timur Kelurahan Kradenan, Sebelah Selatan Desa Kertijayan, Sebelah Barat Kelurahan Banyurip Ageng . Tinggi dataran di atas permukaan laut 2 meter , Suhu Maksimum 32⁰ C, Suhu Minimum 24⁰ C . Kelurahan Banyurip Alit terdiri atas 4 RW yang terdiri RW I ada 5 RT, RW II ada 4 RT, RW III ada 6 RT , RW IV ada 6 RT . Wilayah Kelurahan Kepatihan Kecamatan Wiradesa mempunyai luas wilayah 20,501 km² terdiri dari luas pemukiman 19,601 km², perkantoran 0,9 km², dengan batas-batas Sebelah Utara Kelurahan Mayangan , Sebelah Timur Kelurahan Pekuncen, Sebelah Selatan Desa Kauman, Sebelah Barat Kelurahan Gumawang. Kondisi 2 (dua) mitra yaitu Kelurahan Banyurip Alit dan Kelurahan Kepatihan hampir sama yaitu masyarakat yang masih rendah terhadap pemahaman hukum, terutama tentang pendidikan anti korupsi, dikarenakan sekarang korupsi tidak hanya dilakukan oleh pejabat di kota besar tapi korupsi sudah menjadi penyakit masyarakat di kalangan bawah, maka diperlukan suatu gerakan sadar hukum terutama Sosialisasi Undang-Undang Anti Korupsi, sehingga masyarakat tahu dan tidak akan melakukan tindakan korupsi. Selain itu untuk generasi muda di 2 (dua) kelurahan tersebut perlu diberikan sebuah pelatihan tentang pendidikan karakter dikarenakan sekarang banyak generasi muda sudah mengalami pergeseran budaya yang berpengaruh terhadap tingkah laku dan sopan santun, sikap anti sosial terhadap masyarakat sekitar, di sisi lain yang menjadi persoalan

masyarakat adalah pengadaan kebutuhan air bersih, disebabkan banyaknya limbah batik yang tidak dibuatkan pembuangan yang maksimal, maka limbah itu otomatis mencemari sumber mata air, sehingga diperlukan suatu sosialisasi untuk memenuhi kebutuhan air bersih. Masyarakat yang sebagian besar adalah pekerja yang banyak menggunakan tenaga secara maksimal, sering tidak memperdulikan kesehatan dirinya sendiri, sakit yang dirasakan secara menahun akan menumpuk, kalau ini dibiarkan akan mempengaruhi aktifitas mereka sebagai pekerja, yang sering dirasakan oleh masyarakat sebagai pekerja atau buruh adalah nyeri pinggang dikarenakan banyak duduk dengan posisi menetap dan kurang olahraga. Masih ada sebagian masyarakat yang kurang peduli terhadap kesehatan yang dapat memicu terjadinya penyakit stroke. Semakin menumpuknya beban hidup masyarakat, makan makanan yang tidak bergizi, serta lingkungan kerja yang tidak nyaman merupakan salah satu faktor pemicu terjadinya penyakit stroke.

Permasalahan

1. Pendidikan hukum yang masih rendah maka dilakukan penyuluhan tentang pendidikan anti korupsi untuk masyarakat, dan penyuluhan tentang pendidikan karakter bagi generasi muda.
2. Kebutuhan air bersih yang masih kurang, diberikan penyuluhan tentang program penjernihan air yang praktis dan biaya murah dengan memanfaatkan biji daun kelor
3. Masyarakat belum bisa menerapkan posisi atau sikap yang baik pada saat bekerja maupun beraktifitas dalam kehidupan sehari-hari yang mengakibatkan nyeri pinggang maka diberikan penyuluhan fisioterapi bagaimana sikap yang benar pada saat bekerja atau beraktifitas dan cara menghindari keluhan sakit pinggang.
4. Adanya potensi terjadinya stroke yang bisa dipengaruhi oleh banyak faktor salah satunya kondisi pekerjaan, lingkungan dan gaya hidup. Dengan adanya pemberian pengetahuan tentang penyakit stroke diharapkan masyarakat dapat mengetahui proses terjadinya stroke, bagaimana mencegah terjadinya stroke dan penanganan stroke oleh fisioterapi sehingga diharapkan masyarakat dapat menjaga kesehatan dan dapat mengurangi resiko terkena stroke.

Tujuan

Meningkatkan kualitas pengabdian pada masyarakat yang mendukung perkembangan IPTEKS dan memiliki efektivitas nilai guna yang tinggi.

Manfaat

1. Perubahan sikap dan meningkatnya kesadaran hukum masyarakat.
2. Masyarakat paham bagaimana cara menjernihkan air dengan cara yang murah dan praktis
3. Dengan diberikan pelatihan fisioterapi mengenai posisi/sikap tubuh yang benar pada saat bekerja ataupun beraktifitas dalam kehidupan sehari hari dan diberikan pelatihan berupa latihan fisioterapi untuk mengurangi nyeri pinggang bawah diharapkan setelah mengikuti program kegiatan ini masyarakat dapat menerapkan bagaimana posisi/sikap tubuh yang benar pada saat beraktifitas dalam kehidupan sehari hari, sehingga angka kejadian terjadinya keluhan nyeri pinggang bawah. Dan diharapkan nantinya masyarakat bisa melakukan secara mandiri apabila keluhan nyeri pinggang bawah tersebut kambuh sehingga keluhan nyeri yang dirasakan berkurang.
4. Masyarakat dapat memahami, dan mengerti tentang penyakit stroke, pencegahan dan penanganan terhadap penyakit stroke, sehingga diharapkan dapat mengurangi resiko terjadinya stroke di kalangan masyarakat dan mewujudkan masyarakat yang sehat

METODE

Dalam menentukan permasalahan yang ada di Kelurahan Banyurip Alit dan Kelurahan Kepatihan TIM melakukan berbagai tahapan yaitu:

1. Survei Pendahuluan

Sebelum usulan kegiatan ini dibuat oleh TIM , maka TIM melakukan survei lokasi yaitu datang ke kantor Kelurahan Banyurip Alit dan Kelurahan Kepatihan bertemu dengan Lurah dan beberapa staff untuk melakukan wawancara dan untuk menggali apa aja permasalahan dan hambatan yang di rasakan oleh pihak Kelurahan Banyurip Alit dan Kelurahan Kepatihan sebagai mitra, selain itu juga untuk mengetahui situasi dan kondisi mitra . Dari survei yang dilakukan, maka akan TIM memperoleh data dan informasi sebagai acuan melakukan kegiatan. Kemudian data dan informasi tersebut di diskusikan dan di pilah-pilah untuk merumuskan program kegiatan sebagai bahan diskusi dan koordinasi dengan mitra .

2. Koordinasi dengan Mitra

Setelah melakukan survei dan mendapatkan data serta informasi , dilakukanlah koordinasi dengan Lurah, Pengurus PKK, Ketua RW, Ketua RT untuk merumuskan permasalahan-permasalahan yang kemungkinan akan dijadikan sebagai program kegiatan .

3. Penentuan Prioritas Permasalahan

Dari rumusan permasalahan yang berhasil terkumpul akan didiskusikan oleh TIM untuk menentukan prioritas permasalahan yang akan diangkat sesuai dengan disiplin ilmu yang dimiliki oleh TIM .

Solusi yang ditawarkan

Penyelesaian permasalahan Mitra, maka TIM melakukan solusi dengan berbagai kegiatan yaitu:

1. Sosialisasi kegiatan

Sosialisasi adalah pengenalan awal bahwa nanti akan ada kegiatan yang akan dilakukan oleh TIM dengan Kelurahan Banyurip Alit dan Kelurahan Kepatihan sebagai mitra, tujuan sosialisasi agar pihak Kelurahan, Staff kelurahan, Ketua PKK, Ketua RW, Ketua RT dan masyarakat mengetahui keseluruhan rencana kegiatan yang akan dilakukan. Diharapkan mitra telah siap untuk bersama-sama melaksanakan seluruh rangkaian kegiatan.

2. Penyuluhan Hukum

Pendidikan hukum masyarakat yang masih rendah maka TIM akan melakukan penyuluhan tentang pendidikan anti korupsi untuk masyarakat, dan penyuluhan tentang pendidikan karakter bagi generasi muda di lingkungan masyarakat Kelurahan Banyurip Alit dan Kelurahan Kepatihan. Metode yang digunakan dalam kegiatan penyuluhan ini dengan metode ceramah, permainan dan direncanakan juga ada penyelesaian kasus –kasus hukum sehingga masyarakat tertarik dan tidak membosankan . Kegiatan penyuluhan ini rencana akan diikuti seluruh masyarakat dengan pembagian waktu yang telah TIM koordinasikan dengan Lurah, diharapkan sampai selesai kegiatan, seluruh masyarakat bisa mengikuti penyuluhan hukum.

3. Penjernihan Air

Masyarakat yang sebagian besar mata pencahariannya di bidang industri rumah tangga dan mereka tidak memiliki penampungan limbah, sehingga limbah mencemari lingkungan sekitar termasuk air sumur yang digunakan untuk kebutuhan sehari-hari. Tercemarnya menyebabkan masyarakat terkena penyakit gatal-gatal. Apabila ini terus berlanjut akan menyebabkan menurunnya produksi, maka solusinya adalah membuat air yang digunakan untuk kebutuhan sehari-hari haruslah air yang bersih . Pelatihan penjernihan air ini merupakan solusi yang murah dan mudah , air dijernihkan dengan

menggunakan biji kelor. Biji kelor sudah terbukti dapat menjernihkan air, menurunkan mikroba dan mengikat bahan kimia yang akan terendam di bawah penampung air, dibandingkan dengan tawas, biji kelor tidak menimbulkan bau pada air.

4. Posisi Sikap Duduk Saat Bekerja

Masyarakat belum menerapkan sikap/posisi tubuh yang benar pada saat bekerja atau melakukan aktivitas di kehidupan sehari-hari yang mengakibatkan timbulnya keluhan nyeri pinggang. Maka dilakukan penyuluhan dan pelatihan fisioterapi mengenai sikap/posisi tubuh yang benar saat bekerja atau beraktivitas di kehidupan sehari-hari dan memberikan pelatihan untuk mengurangi keluhan nyeri pinggang bawah. Metode pendekatan menggunakan metode ceramah, diskusi dan praktek langsung. Metode praktek langsung diterapkan pada salah satu anggota masyarakat yang mengalami keluhan nyeri pinggang bawah, peserta yang lain juga bisa melakukan latihan yang diberikan secara bersama-sama. Alat yang digunakan berupa sinar infra merah dan latihan fisioterapi.

5. Masyarakat belum memahami tentang penyakit stroke.

Masih sedikit masyarakat yang memahami penyakit stroke, proses terjadinya stroke, gejala awal sakit, dan bagaimana memberikan penanganan terhadap penyakit stroke. Dengan diadakannya penyuluhan tentang pemahaman, pencegahan dan penanganan stroke diharapkan masyarakat banyurip memiliki informasi tentang penyakit stroke, bagaimana mencegah resiko terjadinya serangan stroke. Metode pendekatan yang digunakan dengan metode ceramah, diskusi, dan memberikan simulasi langsung bagaimana penanganan stroke oleh fisioterapi kepada masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Ada perubahan sikap dari masyarakat khususnya ibu PKK di Kelurahan Banyurip Alit dan Kelurahan Kepatihan setelah dilakukan kegiatan IbM (Iptek Bagi Masyarakat), setelah TIM kami melakukan penyuluhan dan pelatihan sudah tampak antusias masyarakat untuk mengikuti kegiatan tersebut. Dalam bidang penyuluhan hukum khususnya di bidang hukum perlindungan konsumen, setelah TIM menjelaskan tentang cerdas konsumen, masyarakat secara perlahan pola pikir berubah bahwa sebagai konsumen harus cerdas dalam memilih produk yang berkualitas. Penyuluhan dan pelatihan tentang penjernihan air dengan biji kelor, masyarakat juga sangat tertarik dan mencoba praktek di rumah, tolok ukur dari keberhasilan pelatihan penjernihan air bersih adalah banyak masyarakat yang mempraktekkan dengan membeli bahan baku dan berusaha mencari biji kelor tersebut. Pelatihan fisioterapi mengenai posisi/sikap tubuh ini sangat menarik karena ibu PKK di kelurahan tersebut banyak yang meminta dijadikan obyek pelatihan dengan dipijit dan dilakukan terapi oleh salah satu TIM, setelah itu mereka mempraktekkan dengan bantuan orang terdekat supaya terapi bisa berjalan dengan maksimal. Pelatihan fisioterapi selanjutnya adalah pencegahan stroke, dengan kegiatan ini banyak masyarakat konsultasi dengan salah satu TIM yang ahli di bidang stroke dan memberikan pelayanan fisioterapi.

Pembahasan

1. Penyuluhan Hukum

Masyarakat di Kelurahan Banyurip Alit dan Kelurahan Kepatihan khususnya kelompok ibu PKK belum semua tahu apa itu konsumen cerdas, mereka paham sebagai konsumen karena setiap hari mereka memakai produk barang maupun jasa dari pelaku usaha, tapi mereka tidak tahu bagaimana menjadi konsumen yang cerdas. Maka kami TIM berusaha memberikan pengetahuan dan mengubah pola pikir agar mereka tahu caranya menjadi konsumen cerdas.

2. Penjernihan air

Di Kelurahan Banyurip Alit dan Kelurahan Kepatihan kebanyakan mereka bertempat tinggal di daerah yang dekat dengan usaha batik, karena di sana pembuangan limbah batik belum begitu baik, maka berpengaruh pada air di rumah tangga. TIM mempunyai ide untuk membantu mereka dengan menjernihkan air dengan biji kelor, yang jadi masalah adalah kesulitan untuk mencari biji kelor tersebut, maka TIM juga berusaha memberikan pengetahuan kepada masyarakat cara menanam kelor supaya ada bahan bakunya .

3. Pelatihan Fisioterapi

Di Kelurahan Banyurip Alit dan Kelurahan Kepatihan sangat tertarik dengan kegiatan ini, dikarenakan masih awam sekali dengan namanya fisioterapi, pengetahuan mereka hanya terbatas bahwa fisioterapi adalah pijat, masyarakat semangat dengan kedatangan TIM karena mereka tambah pengetahuan tentang penyakit stroke dan nyeri pinggang bawah dan penyembuhannya .

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kegiatan IbM (Iptek Bagi Masyarakat) salah satu kegiatan yang bisa diharapkan mengubah pola hidup masyarakat, memberikan pencerahan serta menambah ilmu pengetahuan bagi masyarakat, dengan kegiatan ini masyarakat akan lebih paham tentang hidup sehat terutama pencegahan penyakit stroke, menjaga kondisi tulang. Selain itu masyarakat belajar untuk mendapatkan air bersih dengan pola baru yang cukup mudah, ditambah lagi mendapat pengetahuan hukum tentang pendidikan karakter yang akan membentuk mental generasi muda lebih baik, ada pendidikan anti korupsi yang akan membentuk sikap jujur pada generasi muda .

Saran

Kegiatan IbM (Iptek Bagi Masyarakat) bisa sebagai wadah sosialisasi ilmu pengetahuan bagi masyarakat sehingga menjadi kreatif, cerdas. Masyarakat butuh ilmu pengetahuan dari perguruan tinggi, karena perguruan tinggi bukan menara gading yang tidak bisa tersentuh , tapi perguruan tinggi harus bisa kerjasama dengan masyarakat, dengan pengabdian masyarakat inilah terjadi komunikasi dan kerjasama . Kegiatan pengabdian ini harus ada kelanjutan dengan adanya monitoring dan evaluasi sehingga bisa terukur tingkat kemanfaatan bagi masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

Ikhtisar Nyeri Punggung Bawah (Low Back Pain)

Masde Aldiwanto, Tips Mencegah Stroke, Hipertensi, Jantung, Paradigma Yogyakarta 2005

Rizaldi Pincon, Awas Stroke !! Tindakan, Perawatan dan Pencegahan, Galaxi Bandung 2006

Urgensi Pendidikan Karakter di Indonesia, Akhmad Muhaimin Azzel, Ar. Ruzz Media Yogyakarta, 2006.

Teknologi Tepat Guna, Pengelolaan Air dan Sanitasi, Menristek Dikti 2004.