

PEMBERDAYAAN MASYARAKAT MELALUI EDUKASI KELUARGA, GIZI, DAN HUNIAN SEHAT UNTUK MENDUKUNG SDGs

Sri Jumini¹, Muafani², Ika Purnamasari³, Rifqi Aulia⁴

¹ Pendidikan Fisika, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Sains Al-Qur'an

² Arsitektur, Fakultas Teknik dan Ilmu Komputer, Universitas Sains Al-Qur'an

³ Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sains Al-Qur'an

⁴ Pendidikan Bahasa Arab, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Sains Al-Qur'an

*Corresponding author : srijumini@unsiq.ac.id

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel :

Diterima : 11 Juli 2026

Direvisi : 17 Oktober 2026

Disetujui : 18 Oktober 2026

Diterbitkan : 22 Oktober 2026

Kata Kunci :

Pendidikan keluarga, gizi seimbang, perilaku hidup bersih dan sehat, hunian sehat, pemberdayaan masyarakat, SDGs.

ABSTRAK

Keluarga merupakan unit utama dalam mewujudkan masyarakat yang sehat dan sejahtera sesuai dengan tujuan Sustainable Development Goals (SDGs). Rendahnya pemahaman masyarakat mengenai pendidikan keluarga, gizi seimbang, perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), serta penataan hunian sehat menjadi tantangan dalam meningkatkan kualitas hidup keluarga. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat melalui edukasi tentang pendidikan keluarga, kesehatan gizi, PHBS, dan hunian sehat. Kegiatan dilaksanakan di Desa Kongs, Kecamatan Mojotengah, Kabupaten Wonosobo dengan sasaran 26 anggota PKK. Metode pelaksanaan meliputi persiapan, penyuluhan, diskusi interaktif, dan evaluasi menggunakan pretest dan posttest. Hasil kegiatan menunjukkan antusiasme dan partisipasi aktif peserta selama penyuluhan. Evaluasi memperlihatkan peningkatan rata-rata nilai tes 9,79 yang mengindikasikan meningkatnya pemahaman peserta terhadap materi yang diberikan. Selain meningkatkan pengetahuan, kegiatan ini juga mendorong kesadaran masyarakat untuk menerapkan pola hidup sehat, mengonsumsi makanan bergizi seimbang, serta menciptakan lingkungan hunian yang sehat dan nyaman. Dengan demikian, program pengabdian ini berkontribusi dalam pemberdayaan masyarakat untuk mewujudkan keluarga sejahtera serta mendukung pencapaian SDGs, khususnya pada aspek kesehatan, pendidikan, dan lingkungan permukiman berkelanjutan.

ARTICLE INFO

Riwayat Artikel :

Received : July 11, 2026

Revised : October 17, 2026

Accepted : October 18, 2026

Published : October 22, 2026

Keywords:

family education, balanced nutrition, clean and healthy living behavior, healthy housing, community empowerment, SDGs.

ABSTRACT

The family is the primary unit in realizing a healthy and prosperous society in accordance with the objectives of the Sustainable Development Goals (SDGs). The low public understanding of family education, balanced nutrition, clean and healthy living behaviors (PHBS), and healthy housing arrangements is a challenge in improving the quality of family life. This community service activity aims to increase public knowledge and awareness through education on family education, nutritional health, PHBS, and healthy housing. The activity was carried out in Kongs Village, Mojotengah District, Wonosobo Regency, targeting 26 PKK members. The implementation method included preparation, counseling, interactive discussions, and evaluation using pretests and posttests. The results of the activity demonstrated the enthusiasm and active participation of participants during the counseling. The evaluation showed an increase in the average test score of 9.79, indicating an increase in participants' understanding of the material provided. In addition to increasing knowledge, this activity also encouraged public awareness to adopt a healthy lifestyle, consume a balanced nutritious diet, and create a healthy and comfortable residential environment. Thus, this community service program contributes to community empowerment to realize prosperous families and supports the achievement of the SDGs, especially in the aspects of health, education, and sustainable residential environments.

1. PENDAHULUAN

Pendidikan Pembangunan berkelanjutan atau *Sustainable Development Goals (SDGs)* menjadi agenda global yang menekankan pentingnya peningkatan kualitas hidup masyarakat melalui aspek pendidikan, kesehatan, lingkungan, dan kesejahteraan sosial (United Nations, 2023; UNDP, 2024). Dalam konteks pembangunan masyarakat, keluarga memiliki peran strategis sebagai unit terkecil yang menentukan kualitas sumber daya manusia. Keluarga yang sehat, terdidik, dan memiliki lingkungan hunian yang layak akan berkontribusi besar terhadap terciptanya masyarakat yang produktif dan berkelanjutan (Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat, 2023).

Namun demikian, berbagai permasalahan masih dijumpai di masyarakat, khususnya terkait rendahnya pemahaman keluarga mengenai pola hidup sehat, konsumsi makanan bergizi, serta pentingnya penataan hunian yang sehat dan nyaman. Pola konsumsi masyarakat yang belum memperhatikan prinsip gizi seimbang, keterbatasan pengetahuan tentang kesehatan keluarga, serta kondisi lingkungan rumah yang kurang mendukung kesehatan menjadi faktor yang dapat memengaruhi kualitas hidup Masyarakat (Badan Pusat Statistik, 2024). Kondisi tersebut tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga pada perkembangan pendidikan, produktivitas, dan kesejahteraan keluarga secara menyeluruh.

Di sisi lain, aspek pendidikan keluarga masih memerlukan penguatan, terutama dalam membangun kesadaran tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat, pengelolaan konsumsi pangan bergizi, serta pemanfaatan ruang hunian yang sehat dan ramah lingkungan. Pendidikan keluarga yang baik dapat menjadi media pembentukan karakter, pola hidup sehat, serta penguatan ketahanan keluarga dalam menghadapi tantangan sosial dan ekonomi masyarakat modern (Lestari, 2018; Puspitawati, 2020).

Aspek kesehatan gizi juga menjadi perhatian penting dalam mendukung terciptanya generasi yang sehat dan berkualitas (Notoatmodjo, 2018; Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Konsumsi makanan sehat dan bergizi seimbang merupakan

kebutuhan dasar keluarga yang harus dipenuhi untuk menunjang pertumbuhan, perkembangan, dan produktivitas anggota keluarga (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024; Supriasa et al., 2019). Akan tetapi, masih banyak masyarakat yang belum memahami cara memilih, mengolah, dan mengonsumsi makanan bergizi dengan memanfaatkan potensi pangan lokal yang tersedia di lingkungan sekitar.

Selain itu, kondisi hunian masyarakat turut memengaruhi kualitas kesehatan keluarga. Penataan rumah yang kurang memperhatikan pencahayaan, ventilasi, sanitasi, dan kebersihan lingkungan dapat meningkatkan risiko berbagai gangguan Kesehatan (World Health Organization, 2018; Kementerian Pekerjaan Umum dan Perumahan Rakyat, 2022). Oleh karena itu, diperlukan edukasi mengenai konsep hunian sehat yang tidak hanya berorientasi pada estetika, tetapi juga pada keamanan, kenyamanan, kesehatan, dan keberlanjutan lingkungan.

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang mampu mengintegrasikan aspek pendidikan keluarga, kesehatan gizi, dan penataan hunian sehat melalui pendekatan pemberdayaan masyarakat. Program ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan keterampilan masyarakat dalam menerapkan pola hidup sehat dan berkelanjutan. Melalui kegiatan ini, masyarakat tidak hanya menjadi objek penerima program, tetapi juga menjadi subjek aktif dalam mewujudkan keluarga sejahtera yang mendukung pencapaian Sustainable Development Goals (SDGs), khususnya tujuan kehidupan sehat dan sejahtera (*Good Health and Well-being*), pendidikan berkualitas (*Quality Education*), kota dan permukiman berkelanjutan (*Sustainable Cities and Communities*), serta konsumsi dan produksi yang bertanggung jawab (*Responsible Consumption and Production*).

Berdasarkan hasil observasi dan identifikasi kondisi masyarakat desa, terdapat beberapa permasalahan utama yang menjadi perhatian dalam upaya mewujudkan keluarga sejahtera dan mendukung pembangunan berkelanjutan (*Sustainable Development Goals/SDGs*), yaitu: 1) masih rendahnya pemahaman masyarakat mengenai pentingnya pendidikan keluarga

dalam membentuk pola hidup sehat dan kesejahteraan keluarga; 2) Kurangnya kesadaran masyarakat terhadap penerapan pola konsumsi makanan sehat dan bergizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari; 3) Belum optimalnya penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan keluarga dan masyarakat; 4) Kondisi sebagian hunian masyarakat yang belum memenuhi aspek rumah sehat, seperti ventilasi, pencahayaan, sanitasi, dan penataan ruang yang memadai; 5) Minimnya edukasi dan pendampingan kepada masyarakat terkait pengelolaan lingkungan hunian sehat dan ramah lingkungan; 6) Rendahnya keterlibatan masyarakat dalam upaya menciptakan lingkungan keluarga yang sehat, nyaman, dan berkelanjutan sesuai dengan tujuan SDGs.

Berdasarkan permasalahan yang telah diidentifikasi, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk: 1) meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya pendidikan keluarga dalam membentuk pola hidup sehat dan sejahtera; 2) meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang konsumsi makanan sehat dan bergizi seimbang bagi keluarga; 3) mendorong penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam kehidupan sehari-hari; 4) memberikan edukasi mengenai konsep hunian sehat yang memperhatikan aspek ventilasi, pencahayaan, sanitasi, dan kenyamanan lingkungan; 5) Meningkatkan kesadaran masyarakat dalam menjaga kebersihan dan kesehatan lingkungan tempat tinggal; 6) memberdayakan masyarakat agar mampu menciptakan lingkungan keluarga yang sehat, nyaman, dan berkelanjutan dalam mendukung pencapaian *Sustainable Development Goals (SDGs)*.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini membawa dampak yang sangat strategis bagi peningkatan kualitas hidup masyarakat mitra. Melalui pendekatan yang integratif, kegiatan ini tidak hanya menyentuh aspek fisik lingkungan berupa perbaikan tata ruang hunian, tetapi juga memperkuat fondasi nonfisik keluarga melalui edukasi nilai-nilai pengasuhan Islami serta pemenuhan gizi berbasis potensi lokal. Dengan menyasar ibu-ibu rumah tangga sebagai agen perubahan (*agent of change*), program ini berhasil mengonversi pengetahuan teoretis

menjadi aksi nyata yang berdampak langsung pada ketahanan keluarga, kesehatan anak, dan kelestarian lingkungan demi mendukung tercapainya tujuan pembangunan berkelanjutan (*Sustainable Development Goals/SDGs*).

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dirancang dalam bentuk program pemberdayaan (Mubarak et al., 2020; Jumini, et al, 2024) yang mengintegrasikan pendidikan keluarga, kesehatan gizi, dan penataan hunian sehat. Kegiatan difokuskan pada peningkatan pengetahuan, perubahan perilaku, serta penguatan keterampilan masyarakat dalam menerapkan pola hidup sehat dan berkelanjutan. Sasaran kegiatan adalah keluarga di desa Kongsy yang diharapkan dapat menjadi agen perubahan dalam menciptakan lingkungan keluarga yang sehat, nyaman, dan sesuai dengan prinsip *Sustainable Development Goals (SDGs)*.

Tahapan kegiatan yang akan dilaksanakan: 1) Tahap Persiapan dan Sosialisasi, pada tahap ini dilakukan koordinasi dengan pemerintah desa, tokoh masyarakat, dan mitra terkait. Selain itu, dilakukan identifikasi awal kondisi masyarakat, penyusunan materi edukasi, serta sosialisasi rencana kegiatan kepada sasaran program; 2) Tahap Analisis Kebutuhan (*Need Assessment*), Tim melakukan pengumpulan data awal melalui observasi dan diskusi kelompok terarah (FGD) untuk mengidentifikasi tingkat pengetahuan masyarakat terkait pendidikan keluarga, gizi, PHBS, dan kondisi hunian sehat; 3) Tahap Edukasi dan Pelatihan, Kegiatan inti berupa penyuluhan dan pelatihan kepada masyarakat mengenai pendidikan keluarga sejahtera, gizi seimbang dan makanan sehat, penerapan PHBS, serta konsep dasar hunian sehat (ventilasi, pencahayaan, sanitasi, dan tata ruang); 4) Tahap Pendampingan dan Implementasi, masyarakat didampingi dalam menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh, seperti praktik penyusunan menu gizi keluarga, penerapan kebersihan lingkungan, serta simulasi penataan rumah sehat; 5) Tahap Evaluasi dan Monitoring, evaluasi untuk mengukur peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku masyarakat melalui pre-test dan post-test, serta observasi langsung terhadap implementasi di lapangan; 6) Tahap

Keberlanjutan program, menyusun rekomendasi dan membentuk kader atau kelompok masyarakat sebagai agen keberlanjutan program agar praktik hidup sehat dan hunian sehat dapat terus dilaksanakan secara mandiri.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan Pendidikan keluarga, hunian sehat dan perilaku hidup bersih di Desa Kongsu Kabupaten Wonosobo dilaksanakan pada hari Sabtu, 29 Mei 2026, bertempat di rumah ibu windarti. Kegiatan ini berlangsung dari pukul 16.00 hingga 17.30 WIB, dengan rangkaian kegiatan yang mencakup pembukaan, penyampaian materi inti, sesi diskusi, serta evaluasi akhir. Pemilihan waktu dan lokasi kegiatan ini dirancang untuk memastikan kenyamanan peserta serta mendukung tercapainya tujuan program pengabdian. Kegiatan dilaksanakan pada waktu bersamaan dengan pertemuan rutin PKK, sehingga partisipasi peserta dapat optimal. Dengan tempat yang representatif dan fasilitas yang memadai, seluruh rangkaian kegiatan dapat berlangsung dengan lancar dan efektif.

Pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan tentang Pendidikan keluarga di Desa Kongsu Kabupaten Wonosobo dilaksanakan melalui tiga tahap yaitu: persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Adapun rincian kegiatan yang dilaksanakan sebagai berikut.

Persiapan dilakukan dengan: 1) Koordinasi dan perizinan pelaksanaan kegiatan dengan pihak ibu RT Desa Kongsu; 2) Penyusunan materi seminar yang mencakup Pendidikan keluarga oleh Dr. Sri Jumini, Pendidikan keluarga secara Islami oleh Rifqi Aulia, Hunian sehat oleh Muafani, dan hidup bersih dan sehat oleh Ns. Ika Purnamasari; 3) Penyiapan perangkat pendukung seperti proyektor, laptop, akses internet, dan bahan tayang presentasi; 4) Penyusunan soal tes untuk mengukur pemahaman peserta setelah mengikuti seminar.

Pelaksanaan dilakukan dengan: 1) Penyampaian materi mengenai pentingnya pendidikan dalam keluarga, hunian sehat dan perilaku bersih dan sehat; 2) Diskusi interaktif dan tanya jawab mengenai pendidikan dalam keluarga, hunian sehat dan perilaku bersih dan sehat; 3) Pemberian tes evaluasi untuk

mengetahui tingkat pemahaman peserta terhadap materi yang telah disampaikan.; 4) Penutupan kegiatan dengan refleksi bersama dan penyampaian tindak lanjut untuk implementasi hasil penyuluhan di lingkungan masing-masing. Evaluasi dilakukan oleh Tim Penilai PkM dengan memberikan soal posttest kepada peserta penyuluhan dan wawancara tidak langsung dalam diskusi.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema “Pemberdayaan Masyarakat melalui Pendidikan Keluarga, Kesehatan Gizi, dan Penataan Hunian Sehat untuk Mewujudkan Keluarga Sejahtera dalam Mendukung Pembangunan Berkelanjutan (SDGs)” telah dilaksanakan sesuai dengan rencana yang telah disusun dalam proposal kegiatan. Program ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan keterampilan masyarakat dalam menerapkan pola hidup sehat melalui pendidikan keluarga, pemenuhan gizi seimbang, serta penataan hunian sehat.

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan koordinasi bersama pemerintah desa dan tokoh masyarakat setempat untuk menentukan waktu, tempat, dan sasaran kegiatan. Setelah tahap koordinasi selesai, tim pengabdian melakukan persiapan materi penyuluhan, instrumen evaluasi, serta perangkat pendukung kegiatan lainnya. Sesi pembukaan menyesuaikan dengan rutinitas yang dilakukan oleh PKK yakni didahului dengan pembacaan asmaul husna dan tahlil bersama-sama, dilanjutkan dengan pembukaan oleh ketua tim Dr. Sri Jumini yang menjelaskan terkait tujuan kegiatan dan pentingnya Pendidikan dalam keluarga.



Gambar 1. Pembukaan

Kegiatan inti dilakukan dalam bentuk penyuluhan dan diskusi interaktif. Materi yang disampaikan meliputi konsep hunian sehat yang mencakup ventilasi, pencahayaan alami, sanitasi, dan kebersihan lingkungan oleh

Muafani, S. T., M.T. serta pentingnya pendidikan keluarga dalam membentuk perilaku hidup sehat prinsip gizi seimbang bagi keluarga, penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) oleh Ns. Ika Purnamasari, M. Kep.



Gambar 2. Penyampaian materi Hunian Sehat



Gambar 3. Penyampaian materi Perilaku hidup Bersih dan Sehat

Selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan antusiasme yang sangat tinggi dalam mengikuti seluruh rangkaian acara. Hal ini terlihat dari tingkat kehadiran peserta yang sesuai dengan target kegiatan serta keterlibatan aktif mereka selama sesi penyampaian materi. Peserta tampak fokus memperhatikan setiap materi yang disampaikan oleh narasumber, mulai dari topik pendidikan keluarga, kesehatan gizi, hingga penataan hunian sehat. Suasana kegiatan berlangsung tertib dan kondusif sehingga proses penyampaian materi dapat berjalan dengan lancar.



Gambar 4. Kondisi Peserta saat Penyampaian Materi

Berdasarkan hasil observasi selama kegiatan, Gambar 4, seluruh peserta menunjukkan perhatian yang baik terhadap materi yang disampaikan. Tidak terlihat adanya

peserta yang berbicara sendiri atau melakukan aktivitas lain yang dapat mengganggu jalannya kegiatan. Sebaliknya, peserta secara aktif menyimak penjelasan narasumber, mencatat informasi penting, serta memberikan respons positif melalui pertanyaan dan tanggapan pada sesi diskusi. Kondisi ini menunjukkan bahwa materi yang diberikan sesuai dengan kebutuhan masyarakat dan mampu menarik minat peserta untuk memahami serta mengimplementasikan pengetahuan yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari.

Untuk mengetahui efektivitas kegiatan, dilakukan evaluasi menggunakan metode pretest dan posttest. Pretest diberikan sebelum penyampaian materi untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal peserta, sedangkan posttest diberikan setelah kegiatan penyuluhan selesai untuk mengukur peningkatan pemahaman peserta.

Selain hasil tes, efektivitas juga ditunjukkan pada saat pendampingan masyarakat berdiskusi secara langsung dengan tim pelaksana kegiatan pengabdian. Kegiatan lebih memberikan pemahaman kepada peserta terkait materi yang telah diberikan. Sebelum dilakukan penyuluhan dilakukan diskusi sambil menunggu peserta lain datang. Secara umum, Masyarakat peserta memiliki pemahaman yang baik terkait materi yang disampaikan, sehingga dalam pengabdian ini tim hanya mengingatkan saja dan menguatkan apa yang telah dipahami Masyarakat.

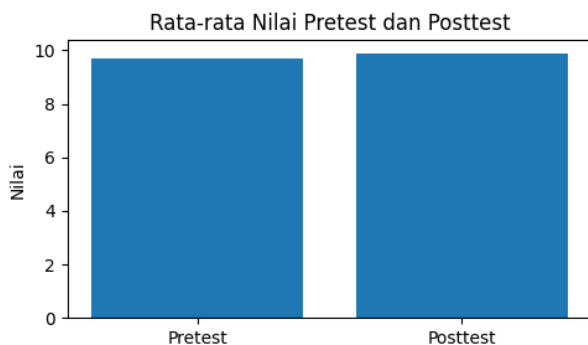


Gambar 5. Sesi pretest



Gambar 6. Sesi Posttest

Evaluasi dilakukan untuk mengukur perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan penyuluhan. Hasil pengolahan data menunjukkan bahwa nilai rata-rata posttest mengalami peningkatan dibandingkan dengan nilai rata-rata pretest. Hasil evaluasi menunjukkan rata-rata nilai pretest sebesar 9.69 dan rata-rata nilai posttest sebesar 9.88. Hasil ini menunjukkan peningkatan pemahaman peserta setelah mengikuti kegiatan penyuluhan.



Gambar 7. Grafik rata-rata nilai pretest dan posttest peserta.

Peningkatan nilai tersebut menunjukkan bahwa materi yang disampaikan mampu memberikan tambahan pengetahuan dan pemahaman kepada peserta mengenai pendidikan keluarga, kesehatan gizi, perilaku hidup bersih dan sehat, serta penataan hunian sehat. Selain itu, metode penyampaian yang menggunakan diskusi interaktif memungkinkan peserta lebih mudah memahami materi yang diberikan. Secara umum, peningkatan nilai posttest mengindikasikan bahwa kegiatan pengabdian telah berjalan efektif dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Hasil ini juga menunjukkan bahwa masyarakat memiliki minat dan antusiasme yang tinggi untuk memperoleh informasi yang berkaitan dengan peningkatan kualitas hidup keluarga.

Peningkatan hasil posttest menunjukkan bahwa masyarakat mulai memahami pentingnya: 1) Pendidikan keluarga sebagai fondasi pembentukan perilaku hidup sehat; 2) Konsumsi makanan sehat dan bergizi seimbang untuk menjaga kesehatan keluarga; 3) Penerapan PHBS dalam kehidupan sehari-hari; 4) Penataan hunian sehat yang memperhatikan ventilasi, pencahayaan, sanitasi, dan kebersihan lingkungan; 5) Peran masyarakat dalam mendukung pencapaian tujuan pembangunan berkelanjutan (SDGs). Dengan demikian, kegiatan pengabdian tidak hanya meningkatkan pengetahuan peserta, tetapi juga berpotensi mendorong perubahan perilaku menuju pola hidup yang lebih sehat dan berkelanjutan. Kegiatan diakhiri dengan foto bersama seluruh tim dan peserta kegiatan..



Gambar 8. Narsum dan Seluruh peserta Kegiatan

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya lingkungan keluarga yang sehat. Temuan ini sejalan dengan berbagai penelitian yang menyatakan bahwa penyuluhan kesehatan merupakan salah satu metode efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat. Materi mengenai hunian sehat mendapatkan perhatian yang cukup besar dari peserta. Hal ini disebabkan masih adanya kondisi lingkungan rumah yang belum memperhatikan aspek ventilasi, pencahayaan alami, sanitasi, dan kebersihan lingkungan. Setelah mengikuti penyuluhan, peserta memahami bahwa rumah sehat tidak selalu identik dengan rumah mewah, melainkan rumah yang mampu mendukung kesehatan fisik dan mental penghuninya.

Pada aspek kesehatan gizi, peserta memperoleh pemahaman mengenai pentingnya konsumsi makanan bergizi seimbang serta pemanfaatan bahan pangan lokal. Pengetahuan

ini penting untuk mendukung kesehatan anggota keluarga sekaligus mencegah berbagai masalah kesehatan yang disebabkan oleh pola makan yang kurang baik. Sementara itu, pada aspek pendidikan keluarga, peserta memahami bahwa keluarga memiliki peran utama dalam membentuk karakter, kebiasaan hidup sehat, dan kualitas sumber daya manusia. Pendidikan keluarga yang baik akan menciptakan lingkungan yang mendukung tumbuh kembang anak serta meningkatkan kesejahteraan keluarga secara keseluruhan.

Berdasarkan hasil evaluasi dan diskusi selama kegiatan berlangsung, dapat disimpulkan bahwa program pengabdian telah memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat dalam mewujudkan keluarga yang sehat dan sejahtera, yang mendukung pembangunan berkelanjutan. Pemahaman terkait dengan hunian sehat memberikan pengetahuan bagaimana seharusnya mendesain rumah yang sehat. Pemahaman terkait perilaku hidup bersih mengingatkan pada peserta untuk membiasakannya setiap hari.

Berdasarkan evaluasi pelaksanaan dan hasil kegiatan, dapat diidentifikasi faktor pendukung dan penghambat dalam melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Secara garis besar, faktor-faktor tersebut adalah sebagai berikut.

Faktor pendukung kegiatan: 1) dukungan Pemerintah Desa dan Tokoh Masyarakat Pemerintah desa dan tokoh masyarakat memberikan dukungan yang baik dalam pelaksanaan kegiatan, mulai dari perizinan, koordinasi peserta, hingga penyediaan tempat kegiatan sehingga program dapat berjalan dengan lancar; 2) Antusiasme dan Partisipasi Peserta yang Tinggi Peserta mengikuti kegiatan dengan penuh semangat dan menunjukkan minat yang tinggi terhadap materi yang disampaikan. Hal ini terlihat dari kehadiran peserta yang baik serta keterlibatan aktif selama kegiatan berlangsung; 3) Kondisi Kegiatan yang Tertib dan Kondusif Selama penyampaian materi, seluruh peserta memperhatikan narasumber dengan baik. Tidak terdapat peserta yang berbicara sendiri atau melakukan aktivitas lain yang mengganggu jalannya kegiatan sehingga suasana belajar menjadi lebih efektif; 4) Materi

yang Relevan dengan Kebutuhan Masyarakat Materi mengenai pendidikan keluarga, kesehatan gizi, dan hunian sehat merupakan topik yang dekat dengan kehidupan sehari-hari masyarakat sehingga mudah dipahami dan menarik perhatian peserta; 5) Kerja Sama Tim Pengabdian yang Baik Tim pelaksana memiliki pembagian tugas yang jelas dan bekerja sama dengan baik sehingga seluruh rangkaian kegiatan dapat terlaksana sesuai dengan rencana yang telah disusun.

Faktor penghambat kegiatan antara lain: 1) keterbatasan waktu pelaksanaan, waktu yang tersedia relatif terbatas sehingga penyampaian beberapa materi belum dapat dilakukan secara lebih mendalam dan rinci; 2) terbatasnya waktu diskusi dan tanya jawab, antusiasme peserta yang tinggi menyebabkan banyak pertanyaan muncul, namun tidak seluruh pertanyaan dapat dibahas secara mendalam karena keterbatasan waktu kegiatan; 3) Keterbatasan Pendampingan Pasca Kegiatan Kegiatan pengabdian dilaksanakan dalam waktu tertentu sehingga tim belum dapat melakukan pendampingan secara intensif kepada seluruh peserta setelah kegiatan selesai; 4) Perbedaan Tingkat Pemahaman Peserta Latar belakang pendidikan dan pengalaman peserta yang beragam menyebabkan kecepatan pemahaman terhadap materi juga berbeda-beda, sehingga narasumber perlu menyesuaikan metode penyampaian agar dapat dipahami oleh seluruh peserta. Secara umum, faktor pendukung yang ada lebih dominan dibandingkan faktor penghambat, sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat berlangsung dengan baik dan mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini memberikan kontribusi yang sangat strategis bagi peningkatan kualitas hidup masyarakat mitra. Melalui pendekatan yang integratif, kegiatan ini tidak hanya menyentuh aspek fisik lingkungan berupa perbaikan tata ruang hunian, tetapi juga memperkuat fondasi nonfisik keluarga melalui edukasi nilai-nilai pengasuhan Islami serta pemenuhan gizi berbasis potensi lokal. Dengan menasar ibu-ibu rumah tangga sebagai agen perubahan (*agent of change*), program ini berhasil mengonversi pengetahuan teoretis menjadi aksi nyata yang berdampak langsung pada ketahanan keluarga, kesehatan

anak, dan kelestarian lingkungan demi mendukung tercapainya tujuan pembangunan berkelanjutan (*Sustainable Development Goals/SDGs*).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini memberikan manfaat yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pendidikan keluarga, kesehatan gizi, perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), serta penataan hunian sehat sebagai fondasi terwujudnya keluarga sejahtera (Yuliati, Y., & Suryana, 2021). Melalui penyuluhan dan diskusi interaktif, peserta memperoleh pemahaman bahwa keluarga merupakan lingkungan pendidikan pertama dan utama dalam membentuk karakter, menanamkan nilai-nilai moral dan keagamaan, serta membiasakan pola hidup sehat sejak dini. Selain itu, peserta juga memperoleh pengetahuan mengenai pentingnya konsumsi makanan bergizi seimbang dengan memanfaatkan potensi pangan lokal sebagai upaya meningkatkan kesehatan seluruh anggota keluarga.

Kegiatan ini juga memberikan manfaat dalam meningkatkan kemampuan masyarakat untuk menerapkan perilaku hidup sehat dan menciptakan lingkungan tempat tinggal yang lebih nyaman dan sehat. Edukasi mengenai PHBS mendorong peserta untuk membiasakan perilaku menjaga kebersihan diri, rumah, dan lingkungan, sedangkan materi hunian sehat memberikan pemahaman mengenai pentingnya ventilasi, pencahayaan alami, sanitasi, serta penataan ruang yang memenuhi aspek kesehatan. Efektivitas kegiatan tercermin dari hasil evaluasi yang menunjukkan peningkatan dengan rata-rata nilai 9,79 yang mengindikasikan adanya peningkatan pemahaman peserta setelah mengikuti seluruh rangkaian kegiatan.

Di samping meningkatkan kapasitas individu dan keluarga, kegiatan ini juga memberikan manfaat yang lebih luas dalam memperkuat pemberdayaan masyarakat dan kemitraan antara Universitas Sains Al-Qur'an (UNSIQ), Pemerintah Desa Kongs, serta PKK sebagai mitra pelaksana. Meningkatnya kesadaran masyarakat untuk menerapkan pola hidup sehat dan menjaga lingkungan diharapkan dapat mendorong terbentuknya budaya hidup sehat yang berkelanjutan di tingkat keluarga

maupun masyarakat. Dengan demikian, kegiatan pengabdian ini tidak hanya memberikan dampak terhadap peningkatan kualitas hidup masyarakat, tetapi juga berkontribusi dalam mendukung pencapaian *Sustainable Development Goals (SDGs)*, khususnya pada tujuan kehidupan sehat dan sejahtera (*Good Health and Well-being*), pendidikan berkualitas (*Quality Education*), serta kota dan permukiman yang berkelanjutan (*Sustainable Cities and Communities*).

3.7. Ucapan Terima Kasih

Tim pengabdian kepada masyarakat mengucapkan terimakasih kepada LP3M UNSIQ yang telah memfasilitasi pendanaan dan perijinan, sehingga pengabdian ini terlaksana. Ucapan terimakasih juga disampaikan kepada mitra Desa Kongs yang telah berpartisipasi dengan aktif, sehingga seluruh rangkaian kegiatan berjalan dengan lancar.

4. PENUTUP

4.1. Kesimpulan

Kegiatan Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, dapat disimpulkan bahwa program berjalan dengan baik dan mendapat respons positif dari peserta. Kegiatan penyuluhan yang mengintegrasikan pendidikan keluarga, kesehatan gizi, dan penataan hunian sehat berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya pola hidup sehat dalam lingkungan keluarga. Hasil evaluasi melalui pretest dan posttest menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta setelah mengikuti kegiatan. Peningkatan tersebut mengindikasikan bahwa materi yang disampaikan relevan dengan kebutuhan masyarakat dan efektif dalam meningkatkan wawasan peserta. Selain meningkatkan pengetahuan, kegiatan ini juga menumbuhkan kesadaran masyarakat untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat, mengonsumsi makanan bergizi seimbang, serta menciptakan lingkungan hunian yang sehat dan nyaman. Dengan demikian, kegiatan pengabdian ini berkontribusi dalam mendukung terwujudnya keluarga sejahtera dan pencapaian *Sustainable Development Goals (SDGs)*.

4.2. Saran

Mengingat dampak positif yang signifikan dari kegiatan pengabdian ini, maka ke depannya direkomendasikan: 1) Perlu dilakukan kegiatan pendampingan lanjutan agar masyarakat dapat menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh secara berkelanjutan; 2) Pemerintah desa dan tokoh masyarakat diharapkan dapat mendukung program-program yang berkaitan dengan PHBS, kesehatan gizi, dan hunian sehat; 3) Kegiatan edukasi serupa perlu dilakukan secara berkala untuk memperluas jangkauan manfaat kepada masyarakat yang lebih luas; 4) Perlu dibentuk kader atau kelompok masyarakat yang berperan sebagai agen perubahan dalam mengampanyekan pola hidup sehat di lingkungan sekitar; 5) Perguruan tinggi diharapkan terus menjalin kemitraan dengan masyarakat dalam rangka meningkatkan kualitas hidup dan mendukung pencapaian tujuan pembangunan berkelanjutan (SDGs).

5. DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik. (2024). Indikator kesejahteraan rakyat 2024. Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id>
- Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat. (2023). Pedoman perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) rumah tangga. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Jumini, S., Hamzah, H., Hanifah, D. P., Aryati, D., & Jannata, T. (2024). Pendampingan Pendidikan Anak di Era Digital pada PKK Desa Krumpakan. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat*, 3(1), 22-30.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Profil kesehatan Indonesia tahun 2023. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://www.kemkes.go.id>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Pedoman gizi seimbang. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.
- Kementerian Pekerjaan Umum dan Perumahan Rakyat. (2022). *Pedoman rumah sehat dan hunian layak huni*. Direktorat Jenderal Perumahan.
- Lestari, S. (2018). Psikologi keluarga: Penanaman nilai dan penanganan konflik dalam keluarga. Kencana.
- Mubarak, W. I., Chayatin, N., Rozikin, K., & Supradi. (2020). Promosi kesehatan: Sebuah pengantar proses belajar mengajar dalam pendidikan. Graha Ilmu.
- Notoatmodjo, S. (2018). Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan. Rineka Cipta.
- Puspitawati, H. (2020). Ketahanan dan kesejahteraan keluarga. IPB Press.
- Supriasa, I. D. N., Bakri, B., & Fajar, I. (2019). *Penilaian status gizi (Edisi ke-3)*. EGC.
- United Nations. (2023). The sustainable development goals report 2023. United Nations. <https://unstats.un.org/sdgs/report/2023>
- United Nations Development Programme. (2024). Sustainable development goals overview. UNDP. <https://www.undp.org/sustainable-development-goals>
- World Health Organization. (2018). WHO housing and health guidelines. *World Health Organization*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241550376>
- Yuliati, Y., & Suryana, A. (2021). Pendidikan keluarga sebagai fondasi pembentukan karakter anak. *Jurnal Pendidikan Keluarga*, 6(2).