



## **Kesehatan Masyarakat Sebagai Pilar Peningkatan Kualitas Hidup**

Harlina<sup>1\*</sup>, Rezqiqah Aulia Rahmat<sup>2</sup>

<sup>\*1</sup>Program Studi Kebidanan, STIKes Gunung Sari Makassar

<sup>2</sup>Program Studi Kedokteran, Universitas Bosowa Makassar

\*Correspondent Author: Harlina, e-mail: [harlina86@gmail.com](mailto:harlina86@gmail.com)

### **ABSTRACT**

Public health plays a strategic role in improving the quality of life of individuals and communities as a whole. The public health approach focuses not only on disease treatment but also on promotive and preventive efforts through community empowerment, environmental improvement, and control of health risk factors. This study aims to examine the role of public health as a key pillar in improving quality of life. The research method used is a descriptive study with a qualitative approach through a literature review and health policy analysis. The results of the study indicate that planned and sustainable public health interventions can improve the health, productivity, and social welfare of communities. The study concludes that public health is an important foundation for sustainable development and improving quality of life.

**Keywords:** Public Health, Quality of Life, Health Promotion, Disease Prevention



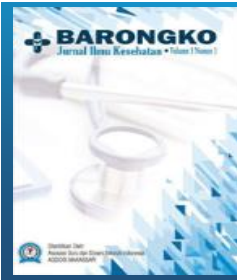
# *Barongko*

## *Jurnal Ilmu Kesehatan*

### ABSTRAK

Kesehatan masyarakat memiliki peran strategis dalam meningkatkan kualitas hidup individu dan masyarakat secara menyeluruh. Pendekatan kesehatan masyarakat tidak hanya berfokus pada pengobatan penyakit, tetapi juga pada upaya promotif dan preventif melalui pemberdayaan masyarakat, perbaikan lingkungan, serta pengendalian faktor risiko kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji peran kesehatan masyarakat sebagai pilar utama dalam peningkatan kualitas hidup. Metode penelitian yang digunakan adalah studi deskriptif dengan pendekatan kualitatif melalui telaah literatur dan analisis kebijakan kesehatan. Hasil kajian menunjukkan bahwa intervensi kesehatan masyarakat yang terencana dan berkelanjutan mampu meningkatkan derajat kesehatan, produktivitas, serta kesejahteraan sosial masyarakat. Kesimpulan penelitian ini adalah bahwa kesehatan masyarakat merupakan fondasi penting dalam pembangunan berkelanjutan dan peningkatan kualitas hidup.

**Kata Kunci:** Kesehatan Masyarakat, Kualitas Hidup, Promosi Kesehatan, Pencegahan Penyakit



# *Barongko*

## *Jurnal Ilmu Kesehatan*

### I. PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan hak dasar setiap individu dan menjadi salah satu indikator utama kesejahteraan masyarakat. Tingkat kesehatan yang baik memungkinkan seseorang untuk menjalani kehidupan secara produktif, berpartisipasi dalam aktivitas sosial, serta berkontribusi terhadap pembangunan ekonomi dan sosial. Oleh karena itu, kesehatan tidak hanya dipandang sebagai kondisi bebas dari penyakit, tetapi sebagai keadaan sejahtera secara fisik, mental, dan sosial.

Kualitas hidup masyarakat sangat dipengaruhi oleh derajat kesehatan yang dimiliki. Kualitas hidup mencerminkan kemampuan individu dan kelompok dalam memenuhi kebutuhan hidup, menikmati lingkungan yang aman dan sehat, serta memiliki kesempatan untuk berkembang secara optimal. Rendahnya kualitas hidup seringkali berkaitan dengan tingginya angka kesakitan, keterbatasan akses pelayanan kesehatan, kondisi lingkungan yang buruk, serta rendahnya tingkat pengetahuan dan kesadaran masyarakat terhadap perilaku hidup sehat.

Kesehatan masyarakat memiliki peran strategis dalam meningkatkan kualitas hidup karena pendekatannya bersifat menyeluruh dan berorientasi pada populasi. Berbeda dengan pelayanan kesehatan klinis yang berfokus pada pengobatan individu, kesehatan masyarakat menitikberatkan pada upaya promotif dan preventif melalui pencegahan penyakit, promosi kesehatan, perlindungan kesehatan lingkungan, serta pemberdayaan masyarakat. Pendekatan ini bertujuan untuk menurunkan faktor risiko kesehatan dan menciptakan lingkungan yang mendukung tercapainya derajat kesehatan optimal.

Dalam konteks pembangunan nasional, kesehatan masyarakat menjadi salah satu pilar utama pembangunan berkelanjutan. Masyarakat yang sehat memiliki tingkat produktivitas yang lebih tinggi, beban biaya kesehatan yang lebih rendah, serta kualitas sumber daya manusia yang lebih baik. Sebaliknya, masalah kesehatan masyarakat seperti penyakit menular, penyakit tidak menular, gizi buruk, dan sanitasi yang tidak layak dapat menghambat pembangunan dan menurunkan kualitas hidup masyarakat secara luas.

Tantangan kesehatan masyarakat di era modern semakin kompleks. Perubahan gaya hidup, urbanisasi, degradasi lingkungan, serta meningkatnya prevalensi penyakit tidak menular



# *Barongko*

## *Jurnal Ilmu Kesehatan*

seperti hipertensi, diabetes, dan penyakit jantung menjadi masalah serius yang memerlukan pendekatan kesehatan masyarakat yang komprehensif. Selain itu, kesenjangan akses terhadap pelayanan kesehatan antara wilayah perkotaan dan pedesaan juga masih menjadi persoalan yang perlu mendapat perhatian.

Upaya peningkatan kualitas hidup melalui kesehatan masyarakat tidak dapat dilakukan hanya oleh sektor kesehatan semata, tetapi memerlukan keterlibatan lintas sektor dan partisipasi aktif masyarakat. Pemberdayaan masyarakat menjadi kunci keberhasilan program kesehatan masyarakat karena masyarakat yang berdaya akan mampu mengenali, mencegah, dan mengatasi masalah kesehatannya secara mandiri dan berkelanjutan.

Berdasarkan uraian tersebut, kesehatan masyarakat memiliki peran yang sangat penting sebagai pilar peningkatan kualitas hidup. Kajian mengenai peran dan kontribusi kesehatan masyarakat dalam meningkatkan kualitas hidup masyarakat menjadi relevan untuk memberikan gambaran komprehensif serta menjadi dasar dalam perumusan kebijakan dan program kesehatan yang lebih efektif.

## **II. METODE PENELITIAN**

### **a. Desain Penelitian**

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif.

### **b. Sumber Data**

Data diperoleh dari sumber sekunder berupa buku teks kesehatan masyarakat, jurnal ilmiah, laporan kesehatan nasional, serta dokumen kebijakan kesehatan.

### **c. Teknik Pengumpulan Data**

Pengumpulan data dilakukan melalui studi pustaka dan penelusuran dokumen yang relevan dengan topik kesehatan masyarakat dan kualitas hidup.

### **d. Teknik Analisis Data**

Data dianalisis menggunakan analisis isi (content analysis) dengan cara mengelompokkan informasi berdasarkan tema utama, kemudian disajikan dalam bentuk narasi deskriptif.



### III. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### a. Hasil Penelitian

**Tabel 1.**

#### **Peran Kesehatan Masyarakat dalam Peningkatan Kualitas Hidup**

No	Aspek Kesehatan Masyarakat	Bentuk Intervensi	Dampak terhadap Kualitas Hidup
1	Promosi Kesehatan	Edukasi PHBS, kampanye kesehatan	Peningkatan perilaku hidup sehat
2	Pencegahan Penyakit	Imunisasi, skrining dini	Penurunan angka kesakitan
3	Kesehatan Lingkungan	Sanitasi, air bersih	Lingkungan sehat dan nyaman
4	Gizi Masyarakat	Intervensi gizi, suplementasi	Status gizi dan produktivitas
5	Kesehatan Ibu dan Anak	ANC, PNC, pelayanan balita	Penurunan AKI dan AKB
6	Pengendalian Penyakit PTM	Edukasi gaya hidup sehat	Peningkatan harapan hidup

**Tabel 2.**

#### **Hubungan Upaya Kesehatan Masyarakat dengan Indikator Kualitas Hidup**

Upaya Kesehatan Masyarakat	Indikator Kualitas Hidup	Hasil Kajian
Promosi kesehatan	Perilaku hidup sehat	Meningkat
Pencegahan penyakit	Angka kesakitan	Menurun
Kesehatan lingkungan	Kenyamanan hidup	Meningkat
Pelayanan kesehatan primer	Akses layanan kesehatan	Meningkat
Pemberdayaan masyarakat	Kemandirian kesehatan	Meningkat

#### b. Pembahasan

Kesehatan masyarakat memiliki peran fundamental sebagai pilar peningkatan kualitas hidup karena pendekatannya yang bersifat komprehensif dan berorientasi pada populasi. Fokus utama kesehatan masyarakat adalah pencegahan penyakit, promosi kesehatan, dan perlindungan masyarakat dari berbagai faktor risiko kesehatan. Pendekatan ini terbukti lebih efektif dalam meningkatkan derajat kesehatan secara berkelanjutan dibandingkan dengan pendekatan kuratif semata.



# *Barongko*

## *Jurnal Ilmu Kesehatan*

Hasil kajian menunjukkan bahwa promosi kesehatan menjadi salah satu strategi utama dalam meningkatkan kualitas hidup masyarakat. Melalui edukasi dan kampanye perilaku hidup bersih dan sehat, masyarakat didorong untuk mengadopsi gaya hidup yang lebih sehat. Perubahan perilaku ini berdampak langsung pada penurunan faktor risiko penyakit serta peningkatan kesejahteraan fisik dan mental.

Pencegahan penyakit melalui imunisasi dan skrining dini juga memberikan kontribusi signifikan terhadap kualitas hidup. Deteksi dini memungkinkan penanganan penyakit sejak tahap awal sehingga dapat mencegah komplikasi yang lebih berat. Hal ini berdampak pada penurunan angka kesakitan dan kematian serta peningkatan harapan hidup masyarakat.

Aspek kesehatan lingkungan tidak dapat dipisahkan dari kesehatan masyarakat. Penyediaan air bersih, sanitasi yang layak, dan pengelolaan limbah yang baik berperan penting dalam mencegah penyakit berbasis lingkungan. Lingkungan yang sehat menciptakan rasa aman dan nyaman, yang merupakan bagian dari kualitas hidup yang baik.

Pemberdayaan masyarakat menjadi elemen kunci dalam keberhasilan program kesehatan masyarakat. Masyarakat yang diberdayakan memiliki kemampuan untuk mengenali masalah kesehatannya sendiri dan berpartisipasi aktif dalam upaya pemecahannya. Pemberdayaan ini menciptakan kemandirian dan keberlanjutan program kesehatan.

Kesehatan masyarakat juga mendukung pembangunan berkelanjutan. Masyarakat yang sehat cenderung lebih produktif, memiliki tingkat pendidikan yang lebih baik, dan mampu berkontribusi secara optimal terhadap pembangunan sosial dan ekonomi. Dengan demikian, investasi dalam kesehatan masyarakat merupakan investasi jangka panjang untuk peningkatan kualitas hidup dan kesejahteraan bangsa.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **a. Kesimpulan**

Kesehatan masyarakat merupakan pilar penting dalam peningkatan kualitas hidup. Melalui upaya promotif, preventif, pemberdayaan masyarakat, dan perbaikan lingkungan,



# Barongko

## Jurnal Ilmu Kesehatan

kesehatan masyarakat mampu meningkatkan derajat kesehatan dan kesejahteraan masyarakat secara berkelanjutan.

### b. Saran

#### 1) Bagi Pemerintah

Diperlukan penguatan kebijakan dan program kesehatan masyarakat yang berorientasi pada pencegahan dan promosi kesehatan.

#### 2) Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan diharapkan berperan aktif dalam pemberdayaan dan edukasi masyarakat.

#### 3) Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya dapat mengkaji hubungan antara intervensi kesehatan masyarakat dengan indikator kualitas hidup secara kuantitatif.

### DAFTAR PUSTAKA

1. Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
2. Departemen Kesehatan RI. (2020). *Pedoman Pembangunan Kesehatan*. Jakarta.
3. Green, L. W., & Kreuter, M. W. (2018). *Health Promotion Planning*. New York: McGraw-Hill.
4. Hidayat, A. A. (2020). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
5. Harlina, H., Sudirman, S., Ramli, R., Sahabuddin, S., & Yermi, Y. (2025). Pelatihan Pemetaan Risiko dan Laporan Kasus Berbasis Epidemiologi oleh Kader Desa Siaga. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(4), 681–690. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v3i4.766>
6. Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta.
7. Kementerian Kesehatan RI. (2021). *Rencana Strategis Kementerian Kesehatan*. Jakarta.
8. Mubarak, W. I. (2019). *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Salemba Medika.
9. Notoatmodjo, S. (2018). *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Rineka Cipta.
10. Notoatmodjo, S. (2019). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
11. Pannyiwi, R., Azis, M. N. S. A., & Rahmat, R. A. (2025). Analisis Kendala Perawat Dalam Melaksanakan Komunikasi Terapeutik Di Lingkungan Pelayanan Kesehatan. *Barongko: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(1), 231–243. <https://doi.org/10.59585/bajik.v4i1.921>



# Barongko

## Jurnal Ilmu Kesehatan

12. Putra, A. (2020). *Pembangunan Kesehatan Berbasis Masyarakat*. Bandung: Alfabeta.
13. Pannyiwi, R., Ali, A., & Yulis, D. M. (2025). Strategi Pencegahan Dan Penanggulangan Penyalahgunaan Narkoba Melalui Pendekatan Komunitas Di Kabupaten Sidenreng Rappang. *JIMAD : Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(3), 191–200. <https://doi.org/10.59585/jimad.v2i3.856>
14. Rahman, F. (2021). *Kesehatan Lingkungan*. Jakarta: EGC.
15. Slamet, J. S. (2019). *Kesehatan Lingkungan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
16. Sunanto, S., Pannyiwi, R., & Rahmat, R. A. (2025). The Effect of Night Shift Work on Nurses' Fatigue and Work Concentration in the Emergency Department. *International Journal of Health Sciences*, 3(4), 606–613. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v3i4.867>
17. Sulistyono, A. (2020). *Promosi dan Pendidikan Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
18. UNDP. (2020). *Human Development Report*. New York.
19. UNICEF. (2021). *Public Health and Community Well-being*. New York.
20. WHO. (2019). *Public Health and Quality of Life*. Geneva.
21. WHO. (2020). *Health Promotion and Sustainable Development*. Geneva.