



Homepage Journal: <https://jurnal.unismuhpalu.ac.id/index.php/JKS>

Edukasi Kekuatan Ikhlas Sebagai Upaya Preventif untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Masyarakat di Desa Janti Sidoarjo

Education on the Power of Sincerity as a Preventive Effort to Improve the Quality of Life of the Community in Janti Village Sidoarjo

Budi Handayani¹, Yuyu Sriwahyuni Hamzah², Tuti Herningtyas^{3*}, Haniyah⁴

^{1,2,3,4}Universitas Sunan Giri Surabaya

*Corresponding Author: E-mail: tyas.dimdir@gmail.com

Artikel Pengabdian

Article History:

Received: 27 Nov, 2024

Revised: 17 Dec, 2024

Accepted: 27 Dec, 2024

Kata Kunci:

Kekuatan Ikhlas,
Kualitas Hidup,
Masyarakat

Keywords:

*The Power of
Sincerity, Quality
of Life,
Community*

ABSTRAK

Dalam meningkatkan kesejahteraan masyarakat salah satu indikator penting yang dapat diterapkan adalah dengan meningkatkan kualitas hidup masyarakat. Dalam kegiatan pengabdian ini bertujuan meningkatkan kesadaran dan kemampuan masyarakat dalam mengembangkan kekuatan ikhlas sebagai upaya preventif untuk meningkatkan kualitas hidup. Kegiatan ini melibatkan 20 masyarakat mitra dari kelompok PKK RT 003 Desa Janti Kecamatan Waru Sidoarjo. Hasil evaluasi terhadap edukasi yang disampaikan adalah sebanyak 95% telah mencapai target dan luaran yang diinginkan dimana peserta telah memahami dan berkeinginan untuk menerapkan sikap ikhlas di kehidupan sehari – hari.

ABSTRACT

In improving community welfare, one important indicator that can be applied is improving the quality of life of the community. This service activity aims to increase people's awareness and ability to develop the strength of sincerity as a preventive effort to improve the quality of life. This activity involved 20 partner communities from the PKK group RT 003 Janti Village, Waru Sidoarjo District. The results of the evaluation of the education delivered were that 95% had achieved the targets and desired outcomes where participants understood and were willing to apply a sincere attitude in their daily lives.

DOI: [10.56338/jks.v7i12.6733](https://doi.org/10.56338/jks.v7i12.6733)

PENDAHULUAN

Jacob D.,E dan Sandjaya (2018) menyatakan bahwa kualitas hidup merupakan persepsi setiap individu terhadap posisinya di dalam kehidupan, konteks budaya, sistem nilai dimana individu tersebut berada serta hubungannya terhadap tujuan hidup, harapan, standar dan lainnya yang saling terkait. Dalam meningkatkan kesejahteraan masyarakat salah satu indikator penting yang dapat diterapkan adalah dengan meningkatkan kualitas hidup masyarakat.

Di kehidupan sehari – hari banyak masyarakat secara individu menghadapi berbagai tekanan hidup seperti beban ekonomi, tantangan personal hingga dinamika sosial, yang secara langsung dapat mempengaruhi pada kesehatan fisik maupun mental. Sehingga kondisi seperti hal diatas akan menjadi faktor yang dapat mempengaruhi stabilitas emosional serta kesejahteraan psikologi individu.

Nursalam (2014) Terdapat beberapa aspek kualitas hidup, yaitu berupa (a) aspek kesehatan fisik yaitu berupa kegiatan individu dalam kehidupan sehari – hari seperti tenaga, mobilitas, kelelahan, ketidaknyamanan, tidur/istirahat; (b) aspek psikologis yaitu berupa penampilan/gambaran jasmani, perasaan, harga diri, cara berfikir dan belajar konsentrasi hingga spritual agama; (c) aspek sosial berupa hubungan pribadi, dukungan sosial dan aktivitas seksual; (d) aspek lingkungan yaitu sumber daya keuangan dan keselamatan fisik.

Makna dari ikhlas adalah membersihkan atau memurnikan hati dari segala hal yang dapat mengotorinya atau segala hal yang buruk. (Permata D.H., & Khaldun I., 2023). Ikhlas berarti mampu menerima segala sesuatu dengan hati yang lapang dan tanpa beban, merupakan prinsip yang dapat diajarkan dalam berbagai tradisi spritual dan keagamaan. Dimana penanaman nilai ikhlas akan mampu membantu individu dalam mengelola emosi, menghadapi tekanan hidup, meningkatkan kemampuan individu dalam mengelola konflik internal maupun eksternal. Ketika individu mampu menerima keadaan dengan ikhlas, maka individu akan cenderung lebih fokus pada hal – hal yang dapat mereka kendalikan seperti usaha dan sikap positif. Ikhlas dapat juga dipandang sebagai keterampilan (*skill*) yang bercirikan *silent operational* dari pikiran dan perasaan yang tidak terlihat namun mengandung kekuatan terutama dalam hubungan dengan kualitas masyarakat. (Arodatin S.K, 2015)

Desa Janti Kecamatan Waru merupakan salah satu desa yang terletak di wilayah Sidoarjo Jawa Timur. Desa Janti memiliki jumlah penduduk +/- 1.944 KK, yang terbagi dalam 4 RW dan 20 RT. Setiap RW memiliki suatu wadah masyarakat yaitu PKK (Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga). Melalui gerakan PKK dibentuk kegiatan pembangunan masyarakat yang tumbuh mulai dari level RT, RW, Kelurahan hingga level Nasional. Di level RT inilah masyarakat dibentuk dalam kelompok yang beranggotakan ibu – ibu rumah tangga dari setiap keluarga. Pada pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini, sebagai masyarakat mitra adalah ibu – ibu kader PKK, khususnya PKK RT 009 Desa Janti.

Melalui observasi lingkungan, pendataan dan wawancara langsung dengan ketua PKK RT 009, maka potret profil masyarakat mitra yang dapat di gambarkan adalah jumlah kader PKK RT 009 Desa Janti adalah 55 orang. Dengan usia variatif yang di dominasi usia di atas 50 tahun sebanyak 87%. Untuk pekerjaan mayoritas sebesar 95% adalah pensiunan/tidak bekerja/ibu rumah tangga dan wirausaha. Dalam hidup bermasyarakat ibu – ibu kader PKK memiliki kegiatan rutin diantaranya pengajian, olahraga, posyandu lansia, pertemuan PKK - Dasawisma dan kegiatan gotong royong untuk kebersihan lingkungan.

Dengan melihat kondisi profil masyarakat mitra, maka permasalahan yang kerap kali ditemukan adanya tekanan dan dinamika kehidupan yang di hadapi oleh masyarakat mitra yang berdampak pada kualitas hidup khususnya kesehatan fisik maupun mental. Sehingga PkM ini bertujuan untuk memberikan edukasi mengenai kekuatan ikhlas sebagai upaya preventif dalam meningkatkan kualitas hidup. Melalui pendekatan yang melibatkan teori dan diskusi, program ini diharapkan mampu memberikan wawasan baru kepada masyarakat mitra tentang pentingnya ikhlas dalam membangun kehidupan yang lebih seimbang dan harmonis. Selain itu, kegiatan ini juga bertujuan untuk memberdayakan masyarakat dalam mengadopsi nilai-nilai positif yang dapat mendukung kesehatan mental dan emosional mereka.

Dengan mengintegrasikan konsep ikhlas ke dalam kehidupan sehari-hari, diharapkan masyarakat mitra dapat lebih siap menghadapi berbagai tantangan hidup, meningkatkan kemampuan mereka dalam mengelola konflik internal, serta menciptakan lingkungan yang lebih suportif dan damai. Kegiatan PkM ini merupakan bentuk kontribusi nyata dalam mendukung upaya peningkatan kualitas

hidup masyarakat secara menyeluruh.

METODE

Pada kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini berlokasi di Balai RW 003 Perumahan Makarya Binangun Desa Janti Kecamatan Waru Kabupaten Sidorjo, dengan melibatkan masyarakat mitra dari ibu – ibu kader PKK. Metode yang digunakan dalam kegiatan PkM ini adalah menggunakan metode edukasi dalam bentuk ceramah dan tanya jawab. Tahapan dalam merealisasikan kegiatan yang dilaksanakan yaitu:

1. Tahap Persiapan Awal
Meliputi kegiatan observasi, wawancara dan pengumpulan data, yang dilaksanakan langsung di lokasi mitra. Pada tahapan ini diperoleh permasalahan yang dihadapi oleh mitra. Dan tim PkM telah menemukan solusi atas permasalahan yang dihadapi oleh mitra.
2. Persiapan Alat dan Bahan
Meliputi kesiapan tim PkM dalam menyiapkan alat dan bahan. Alat dan bahan yang di siapkan antara lain lembar kuisioner dan alat pelengkap untuk presentasi. Pada tahap ini telah adanya kesepakatan antara tim PkM dan mitra sesuai dengan hasil koordinasi dan finalisasi terakhir antara tim PkM dengan mitra sehingga benar-benar dapat menyelesaikan permasalahan mitra.
3. Tahap Sosialisasi
Sosialisasi terkait gagasan untuk menyelesaikan permasalahan mitra, melalui penyampaian ceramah dan tanya jawab terkait hakikat kekuatan ikhlas dalam mewujudkan peningkatan kualitas hidup masyarakat.
4. Tahapan Evaluasi
Meliputi evaluasi secara keseluruhan terhadap tim PkM dan mitra, peralatan, bahan materi, kesesuaian dengan target yang dibuat, hingga evaluasi PkM untuk laporan akhir

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan PkM ini dilakukan dengan melibatkan masyarakat mitra yaitu perwakilan kelompok PKK RT 009 Desa Janti sebanyak +/-20 peserta. Kegiatan dimulai dengan melakukan observasi, pendataan wawancara untuk mengukur permasalahan mitra. Tim PkM langsung turun ke lokasi mitra. Pada saat dilokasi Tim PkM berinteraksi langsung dengan mitra. Adapun langkah – langkah yang diambil Tim PkM dalam mengukur permasalahan, sebagai berikut:

1. Survey fisik wilayah mitra
2. Observasi kondisi sosial/ekonomi dan lingkungan mitra
3. Wawancara terbuka dengan mitra mengenai permasalahan yang dihadapi
4. Pengumpulan data – data pendukung untuk kegiatan PkM

Dari kegiatan – kegiatan di atas, kemudian tim PkM membuat skala prioritas terhadap permasalahan mitra yang kemudian dapat diangkat untuk menjadi muatan dalam kegiatan PkM.

Pada tahapan berikutnya tim PkM menyiapkan alat – alat untuk pendukung kegiatan dan bahan edukasi berupa materi dengan topik “*The Power of Ikhlas*”. Yang mana sebelum dilaksanakan ceramah edukasi, para peserta/masyarakat mitra diminta untuk mengisi kuisioner berupa *pre test*. Selanjutnya tahapan edukasi dilaksanakan melalui penyampaian materi yang dilanjutkan dengan sesi tanya jawab.



Gambar: Pelaksanaan PkM Bersama Masyarakat Mitra

Untuk pengukuran tingkat keberhasilan kegiatan PkM khususnya pada tahapan sosialisasi dilakukan melalui penilaian kuisioner *post test* yang di berikan kepada semua peserta. Adapun isi penilaian kuisioner terdiri dari 10 (sepuluh) pertanyaan dengan menggunakan skala linkert 5-1. Angka 5 untuk penilaian sangat setuju, angka 4 untuk penilaian setuju, angka 3 penilaian cukup/sedang setuju, angka 2 penilaian kurang setuju dan angka 1 penilaian tidak setuju. Hasil kuisioner penilaian materi pelatihan dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Mitra memahami konsep ikhlas setelah mengikuti kegiatan PkM.
Hasil kuisioner: 100% peserta menjawab sangat setuju
2. Edukasi yang diberikan membantu mitra menyadari pentingnya sikap ikhlas dalam kehidupan sehari – hari.
Hasil kuisioner: 85% peserta menjawab sangat setuju
3. Kegiatan PkM ini memberikan solusi praktis untuk menerapkan sikap ikhlas dalam menghadapi masalah hidup.
Hasil kuisioner: 85% peserta menjawab sangat setuju
4. Mitra merasa lebih mampu mengelola stres setelah memahami kekuatan ikhlas.
Hasil kuisioner: 75% peserta menjawab sangat setuju
5. Sikap ikhlas membantu mitra meningkatkan hubungan dengan orang lain.
Hasil kuisioner: 85% peserta menjawab sangat setuju
6. Setelah mengikuti kegiatan ini, mitra akan merasa tenang dalam menghadapi tekanan hidup.
Hasil kuisioner: 75% peserta menjawab sangat setuju
7. Edukasi ini memberikan wawasan baru yang relevan untuk meningkatkan kualitas hidup mitra.
Hasil kuisioner: 90% peserta menjawab sangat setuju
8. Mitra merasa lebih bersyukur dan menerima keadaan setelah mengikuti kegiatan ini.
Hasil kuisioner: 85% peserta menjawab sangat setuju
9. Kegiatan ini efektif dalam membantu mitra memahami cara mengatasi konflik emosional dengan ikhlas.
Hasil kuisioner: 85% peserta menjawab sangat setuju
10. Mitra akan merekomendasikan edukasi ini kepada orang lain untuk membantu meningkatkan kualitas hidup mereka
Hasil kuisioner: 70% peserta menjawab sangat setuju

Indikator keberhasilan program kerja dan metode evaluasi yang digunakan disajikan pada tabel berikut:

Tabel: Penilaian Indikator Keberhasilan Kegiatan

Indikator Keberhasilan		Metode Evaluasi	KMK*
Tahap	Aspek		
Persiapan Awal	Potret profil masyarakat mitra	Observasi/pendataan wawancara	100%
Persiapan Alat dan Bahan	Tersedianya alat dan bahan penunjang kegiatan	Tersedia sesuai dengan kebutuhan	100%
Sosialisasi	Meningkatnya kualitas hidup dengan adanya pemahaman dan adanya keinginan untuk menerapkan	Tanya jawab, kuisioner	95%
Evaluasi	Kesesuaian dengan target dan luaran yang diinginkan	Antusiasme masyarakat mitra, alat & bahan yang berfungsi baik, laporan PkM, publikasi jurnal	95%

* KKM = Kriteria Minimal Keberhasilan

KESIMPULAN

Kesimpulan yang diperoleh dari pelaksanaan PkM yang berjudul Edukasi Kekuatan Ikhlas Sebagai Upaya Preventif Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Masyarakat di Desa Janti Sidoarjo yaitu tercapainya target dan luaran dari kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Arodatin S.K., (2015), Hubungan Keikhlasan (Penerimaan Diri) Terhadap Kualitas Hidup Klien Dengan Kanker Payudara Di RS. Kanker Dharmais – Jakarta Barat, Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jakarta
- Jacob D. E., & Sandjaya, (2018), Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Masyarakat Karubaga District Sub District Tolikara Propinsi Papua, Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK), Edisi Juni
- Nursalam, (2014), Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis Edisi 3, Jakarta, Salemba Medika
- Permata D.H., & Khaldun I., (2023), Relevansi Ikhlas dan Mukhlis di Era Kontemporer (Kajian Surah Al-Bayyinah dan Al-Ikhlas), Jurnal Studi Ilmu Qur'an dan Hadis (SIQAH), Vol 1 Nomor 1