

# Ilmu Kesehatan

Pengampu

Dr. Betrix Teofa Perkasa Wibafied Billy Yachsie, M.Or.



# Konsep Dasar Ilmu Kesehatan

Ilmu kesehatan adalah bidang studi yang luas yang mencakup berbagai disiplin ilmu yang berfokus pada pemeliharaan dan peningkatan kesehatan manusia

- 1 Keadaan kesejahteraan fisik, mental, dan sosial
- 2 Penyakit yang menyebabkan ketidaknyamanan, ketidakmampuan, atau kematian.
- 3 Pencegahan mencakup imunisasi, skrining kesehatan, dan perubahan gaya hidup.
- 4 Pengobatan mencakup obat hebal, massase, dan terapi aktifitas fisik.
- 5 Promosi kesehatan mencakup pendidikan kesehatan, advokasi kebijakan, dan program intervensi.



# Pilar Ilmu Kesehatan Masyarakat

## 7 Pilar Ilmu Kesehatan

Ilmu Kesehatan tidak lepas dari lingkungan masyarakat diantaranya:

- Epidemiologi
- Biostatistik
- Kesehatan lingkungan
- Gizi kesehatan
- Pendidikan Kesehatan dan Ilmu Perilaku
- Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3)
- Administrasi dan Kebijakan Kesehatan





# Konsep Sehat Dan Sakit

**Sehat:** Menurut definisi Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), sehat adalah "keadaan kesejahteraan fisik, mental, dan sosial yang lengkap, dan bukan hanya tidak adanya penyakit atau kelemahan.

**Sakit:** adalah kondisi di mana tubuh atau pikiran tidak berfungsi dengan baik. Hal ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti infeksi, penyakit kronis, cedera, atau stres.

**Bugar:** dimana kondisi ini merupakan kondisi tertinggi dari definisi sehat, tentunya orang sehat belum tentu bugar namun orang bugar sudah pasti sehat.



# Konsep Mencegah Penyakit

## Jenis-jenis Pencegahan Penyakit

Pencegahan primer

Pencegahan sekunder

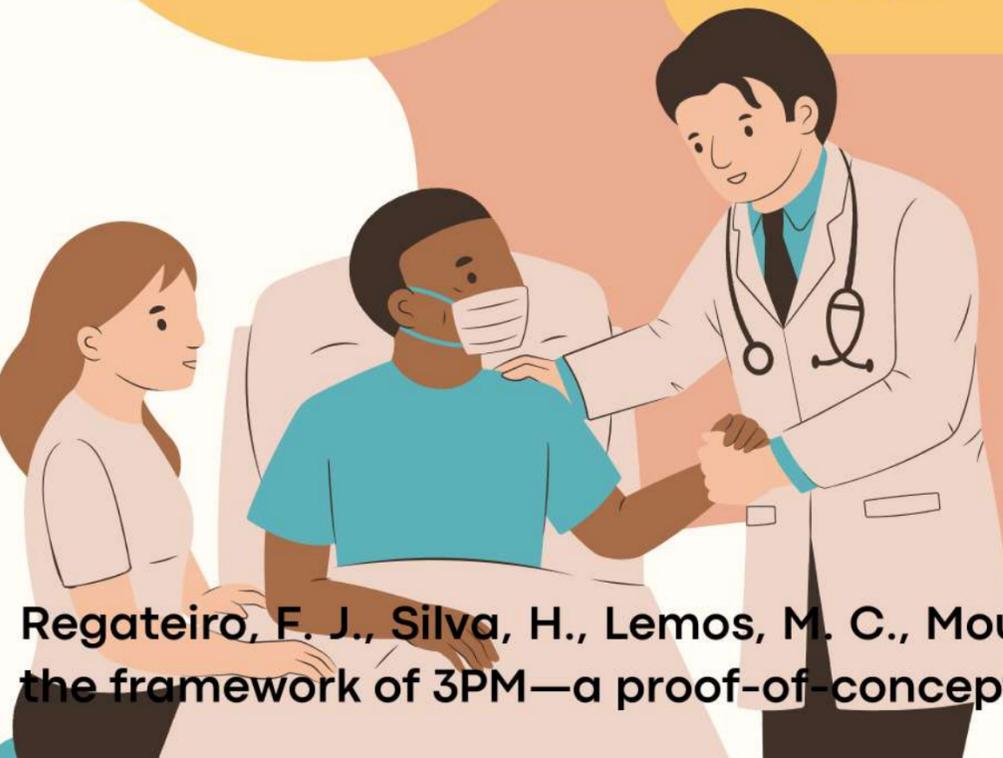
Pencegahan tersier

## Pendekatan Pencegahan Penyakit

Pendekatan individu

Pendekatan komunitas

Pendekatan sistem



# Kesehatan Lingkungan

Kesehatan lingkungan adalah suatu kondisi lingkungan yang sehat, baik fisik, kimia, biologi, maupun sosial yang memungkinkan setiap orang mencapai derajat kesehatan yang maksimal. Hal ini erat kaitannya dengan ilmu kesehatan masyarakat (IKM), di mana kesehatan lingkungan merupakan salah satu pilar utama dalam menjaga dan meningkatkan kesehatan masyarakat.



# Kesehatan Kerja Dan Upaya Mewujudkan Kesehatan Kerja

Upaya untuk mewujudkan lingkungan pekerjaan yang menyenangkan dan nyaman dalam melaksanakan tugas pekerjaan



# Kesehatan Reproduksi Dan Keluarga Berencana



Ilmu ini mencakup semua aspek kehidupan seksual, termasuk seksualitas, kehamilan, persalinan, dan pasca persalinan



# Kesehatan Mental itu Tak Terpisahkan

Jika mental kita sehat, kita dapat mewujudkan kemampuan, bekerja produktif, dan berkontribusi kepada masyarakat.

Terapkan animasi dan transisi halaman pada Presentasi Canva Anda untuk menonjolkan ide dan membuatnya lebih mudah diingat.

# Kebugaran Jasmani

10 Komponen Kebugaran

Keterampilan

Kesehatan



**Macam Olahraga  
Kesehatan**

**Macam Olahraga  
Prestasi**

# Promosi kesehatan

Promosi kesehatan adalah upaya yang dilakukan untuk meningkatkan kemampuan masyarakat agar hidup sehat dan mengembangkan upaya kesehatan yang bersumber masyarakat serta terwujudnya lingkungan yang sehat. Promosi kesehatan berbeda dengan pendidikan kesehatan. Promosi kesehatan lebih fokus pada pemberdayaan masyarakat, sedangkan pendidikan kesehatan lebih fokus pada penyampaian informasi dan pengetahuan.



# Gizi Untuk Kesehatan

Kebutuhan Gizi

karbohidrat, lemak, vitamin, mineral dan protein



**Tumbuh dan berkembang dengan baik**



**Meningkatkan sistem kekebalan tubuh**



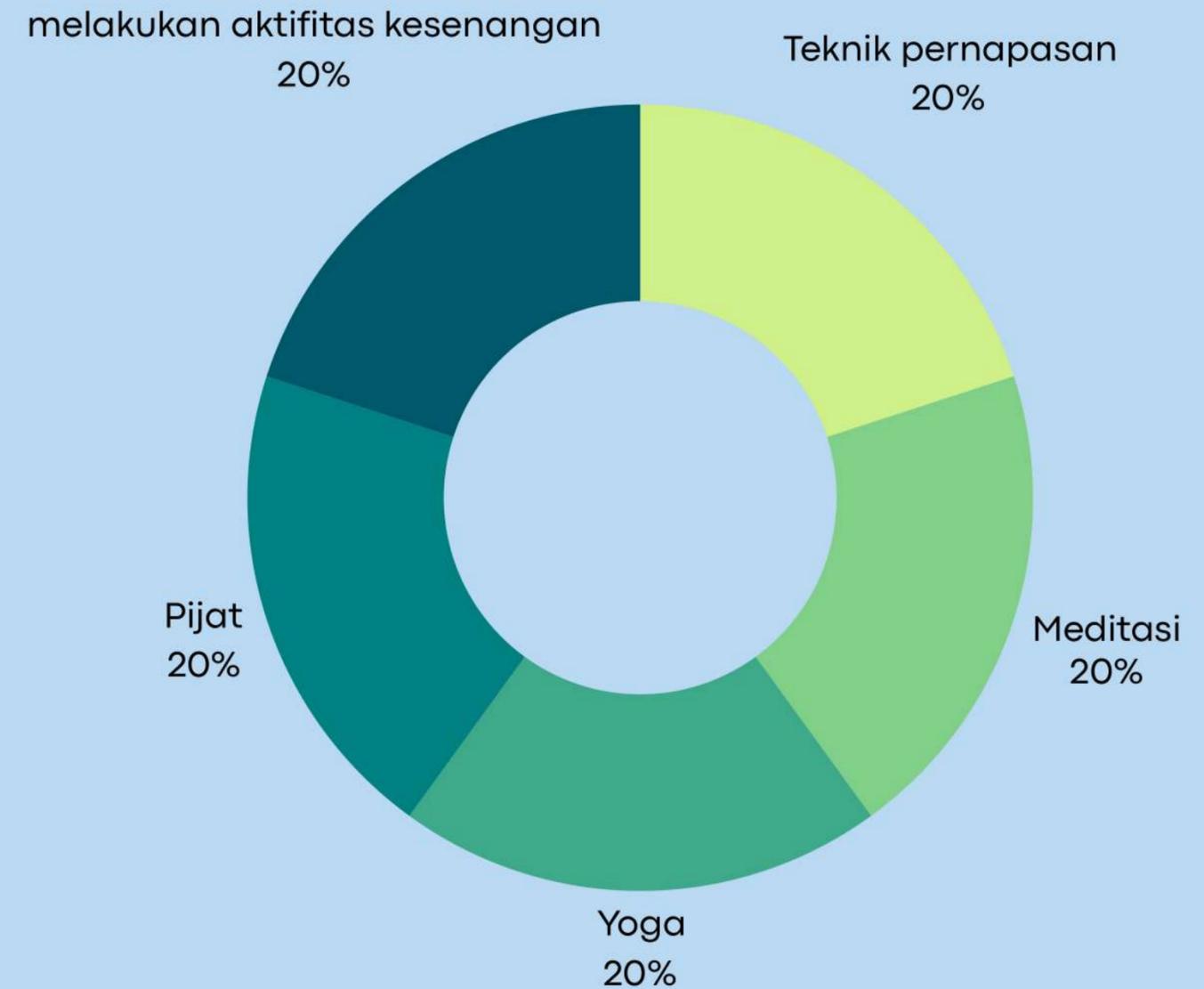
**Meningkatkan energi**

**Menjaga kesehatan mental**

# Relaksasi Untuk Kesehatan

## Rehabilitasi sangat perlu dilakukan

Relaksasi adalah suatu upaya untuk mencapai keadaan rileks, baik secara fisik maupun mental. masing-masing kondisi tersebut harus seimbang.



# Herbal Medicine

Pentingnya pengetahuan tentang herbal

herbal ini dapat berupa ramuan-ramuan yang dijadikan satu dalam takaran tertentu yang dikhususkan untuk penyakit-penyakit tertentu

perlu diketahui herbal ini bersifat pencegahan dan menjaga kondisi tubuh.

