

GERAKAN HIDUP BERSIH DAN SEHAT BEBAS SAMPAH DI DESA TANJUNG BATU SEBERANG KECAMATAN TANJUNG BATU KABUPATEN OGAN ILIR

¹Ervina Mukharomah, ²Samsilayurni, ³Sri Wardhani, ⁴Sri Yanti, ⁵Ani Aryati, ⁶Antoni,
⁷Kurnia Saputri, ⁸Primasari Fitria
Universitas Muhammadiyah Palembang
Email: yurni.samsila66@gmail.com

ABSTRAK

Desa Tanjung Batu seberang adalah desa yang mempunyai masalah dalam pengelolaan sampah. Sehingga menyebabkan beberapa warga desa Tanjung Batu seberang terjangkit penyakit Demam Berdarah Dengue (DBD). Adapun tujuan dari pengabdian ini untuk menemukan solusi terhadap pengelolaan sampah. Pelaksanaan kegiatan terbagi beberapa tahapan; pertama menganalisa kebutuhan mitra, kedua Menyusun rancangan, ketiga melaksanakan kegiatan pengabdian kepada Masyarakat, ke empat evaluasi proses dan hasil kegiatan pengabdian kepada Masyarakat. Metode yang digunakan sebagai pendekatan adalah metode konstruktivisme. Kegiatan pengabdian ini dilakukan melalui pemberian materi dengan metode cerama, diskusi, pemberian contoh. Subjek pengabdian ini adalah Masyarakat Desa Tanjung Batu. Instrumen yang digunakan adalah angket pemahaman Masyarakat tentang Pengelolaan sampah. Hasil yang di peroleh dalam kegiatan ini sebanyak 86,50% peserta termotivasi terhadap pelatihan yang dilakukan karena mendapat pemahaman dan wawasan tentang pengelolaan sampah, 92,54% peserta menyatakan materi yang disajikan dapat dipahami/jelas. dan 91,51% peserta menyatakan puas terhadap penjelasan dilakukan secara sistematis dengan bahasa yang baik. Kesimpulan pelatihan yang diberikan dapat menjadi Solusi serta motivasi dalam pengelolaan sampah, dan mengurangi terjangkit penyakit demam berdarah Dengue.

Kata Kunci: Hidup Bersih, Sehat, dan Bebas Sampah.

ABSTRACT

Tanjung Batu Seberang Village is a village facing challenges in waste management. This issue has led to some residents of Tanjung Batu Seberang Village contracting Dengue Hemorrhagic Fever (DHF). The purpose of this community service activity is to find solutions for waste management. The implementation of activities is divided into several stages: first, analyzing the needs of the partners; second, drafting a plan; third, carrying out community service activities; and fourth, evaluating the process and outcomes of the community service activities. The approach used is the constructivist method. The activities were carried out through lectures, discussions, and demonstrations. The target group of this service is the residents of Tanjung Batu Village. The instrument used was a questionnaire to assess the community's understanding of waste management. The results of this activity showed that: 86.50% of participants were motivated by the training because they gained understanding and insight into waste management. 92.54% of participants stated that the material

presented was clear and understandable. 91.51% of participants expressed satisfaction with the systematic explanations provided in well-articulated language. In conclusion, the training provided serves as both a solution and motivation for better waste management and helps reduce the prevalence of Dengue Hemorrhagic Fever.

Keyword: Clean Living, Healthy, and Waste-Free Living.

A. PENDAHULUAN

Gerakan hidup bersih dan sehat seharusnya sudah menjadi kebiasaan sehari-hari bahkan dijadikan suatu budaya dalam hidup bermasyarakat. Namun, pada kenyataannya, masih banyak masyarakat yang kurang memperhatikan betapa pentingnya menjaga dan memelihara bagi kesehatan diri sendiri, keluarga, dan lingkungan disekitar kita (Manurung, 2022). PMI (Palang Merah Indonesia) merupakan sebuah organisasi dan wadah perhimpunan secara nasional di Indonesia yang bergerak dalam menggalan dan mensosialisasikan di bidang sosial. PMI selalu mempunyai tujuh yang paling prinsip dan mendasar untuk Gerakan Internasional Palang Merah dan Bulan sabit merah yaitu dengan motto “kemanusiaan, kesamaan kesukarelaan, kemandirian, kesatuan, kenetralan, dan kesemestaan” (Yunizar, dkk 2023). Saat ini PMI tersebar di 33 Provinsi dan 408 cabang di daerah tingkat kesejahteraan Masyarakat.

Pada pemerintah Indonesia telah mengeluarkan sebuah program untuk menggerakkan pola hidup sehat pada masyarakat, yang sering disebut dengan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Program PHBS tersebut mempunyai lima ruang lingkup yang diantaranya adalah 1) PHBS tatanan rumah tangga, 2) tatanan tempat kerja, 3) tatanan fasilitas kesehatan, 4) tatanan institusi pendidikan, 5) tatanan tempat umum. PHBS adalah suatu tempat praktik terkait perilaku masyarakat atau seseorang yang didasarkan kepada kesadaran dan merupakan hasil dari proses pembelajaran sehingga menjadikan seseorang, kelompok, keluarga atau masyarakat dapat secara mandiri dapat menolong diri sendiri terutama di bidang kesehatan dan derajat kesehatan di masyarakat mampu ditingkatkan. Yang merupakan pondasi dalam mewujudkan Masyarakat yang kesehatan pada tatanan PHBS adalah dilingkupan lingkungan keluarga.

Dimana rumah tangga adalah merupakan sumber utama atau pertama terbentuknya perilaku dalam menegakkan pola hidup bersih dan sehat bebas sampah (Sari, 2022).

PHBS adalah kependekan dari Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Menurut Kemkes pengertian PHBS adalah suatu perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran secara pribadi sehingga keluarga dan seluruh anggotanya dapat dan mampu menolong diri sendiri pada bidang kesehatan dan memiliki peran aktif dalam aktivitas kebersihan Masyarakat dan lingkungan (Sinaga & Fidorova, 2023). Jadi PHBS adalah salah satu upaya yang diterapkan oleh pemerintah melalui puskesmas dalam rangka pembangunan Kesehatan masyarakat.

Bentuk kepedulian pemerintah terhadap Kesehatan Masyarakat adalah salah satu usaha dengan cara membentuk Posyandu Lansia. Didirikan posyandu lansia merupakan pos pusat pelayanan terpadu terhadap lansia di tingkat desa/kelurahan dalam wilayah kerja masing-masing puskesmas. Ada beberapa tujuan di bentuknya posyandu lansia seperti: meningkatkan derajat

kesehatan dan mutu pelayanan kesehatan usia lanjut di masyarakat, untuk mencapai masa tua yang bahagia dan berdaya guna bagi keluarga, dan meningkatkan peran serta masyarakat dalam pelayanan kesehatan dan komunikasi antara masyarakat sekitarnya (Herniwanti, 2020).

Secara umum PHBS adalah usaha sederhana meningkatkan kesadaran masyarakat agar mau menjalankan hidup bersih dan sehat. Diharapkan agar masyarakat mampu mencegah dan menanggulangi masalah kesehatan. Kemudian dengan dapat menerapkan PHBS di lingkungan masyarakat sehingga masyarakat mampu menciptakan lingkungan yang sehat dan meningkatkan kualitas hidup (Musparlin Halid, 2022).

Sosialisasi merupakan Upaya agar dapat dilakukan dengan pengenalan konsep PHBS yang secara utuh di mulai dari lingkungan keluarga hingga institusi pendidikan. Kita ketahui Bersama bahwa di Indonesia memiliki lebih dari 250.000 sekolah negeri, swasta maupun sekolah agama dari berbagai tingkatan yang dapat dijadikan

wadah untuk mensosialisasikan PHBS (Aspiah & Mulyono, 2020).

Menurut (Aisyah Khairunnisa, 2022) ada beberapa indikator dalam penerapan PHBS yang harus diterapkan di sekolah, seperti membudayakan mencuci tangan dengan sabun di air yang mengalir sebelum dan sesudah makan/minum, mengkonsumsi makanan yang sehat dan bersih, olahraga teratur dan teratur sesuai kemampuan dan umur, memberantas bintik jentik nyamuk, menggunakan jamban/toilet yang bersih dan membuang sampah pada tempatnya. Kemudian ada beberapa poin atau indikator yang digunakan sebagai acuan dalam menilai PHBS seperti: 1) Mencuci tangan dengan air yang mengalir dan menggunakan sabun, 2) Mengkonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, 3) Menggunakan toilet yang bersih dan sehat, 4) Olahraga yang teratur dan terstruktur, 5) Memberantas jentik nyamuk, 6) Tidak merokok di sekolah, 6) Menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap 6 bulan (Masyarakat & Firdaus, 2023).

Manfaat PHBS yang paling utama, adalah dapat terwujudnya

masyarakat yang sadar kesehatan serta memberikan pengetahuan dan kesadaran untuk hidup dengan menjaga kebersihan dan memenuhi standar Kesehatan serta bebas sampah (Sinaga & Fidorova, 2023). Menurut (Manurung, 2022) yang juga berbicara tentang manfaat gerakan hidup bersih dan sehat (PHBS) secara umum adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat agar mau dan mampu menjalankan hidup bersih dan sehat. Ini sangat penting untuk dilaksanakan agar masyarakat sadar dan dapat mencegah serta mengantisipasi atau menanggulangi masalah-masalah kesehatan yang mungkin muncul di lingkungan masyarakat. Kemudian dengan menerapkan dan mempraktikkan PHBS diharapkan masyarakat mampu menciptakan lingkungan yang sehat, bebas sampah sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup.

B. METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini terbagi dari beberapa tahapan seperti; pertama melakukan Analisa kebutuhan mitra, kedua Menyusun rancangan, ketiga melaksanakan

kegiatan pengabdian kepada Masyarakat, ke empat evaluasi proses dan hasil kegiatan pengabdian kepada Masyarakat. Ada pun yang menjadi objek pengabdian adalah Masyarakat desa tanjung batu batu Seberang berjumlah 50 orang. Instrument yang digunakan adalah kuesioner dalam format Pre-Test dan Post-Test serta pelaksanaan di laksanakan selama satu hari (Asrina dkk, 2023). Metode yang digunakan selama pendampingan sebagai pendekatan menggunakan metode konstruktivisme. Kegiatan pengabdian ini dilakukan melalui pemberian materi dengan metode cerama, diskusi, pemberian contoh. Materi kegiatan secara umum tentang Gerakan Hidup Bersih dan Sehat Bebas Sampah. Selanjutnya dilakukan dengan pendekatan melalui layanan bimbingan kepada Masyarakat secara intensif dengan komunikasi antara tim PKM dan mitra, agar waktu dan pelaksanaannya dapat berjalan efektif dan efisien.

Proses pelaksanaan kegiatan ini dilakukan dengan evaluasi proses secara efektifitas. Evaluasi proses dengan cara melihat serta memperhatikan keaktifan

para peserta selama kegiatan berlangsung sehubungan dengan pemberian materi, keseriusan peserta dalam memanfaatkan waktu untuk pembimbingan dengan berkomunikasi secara inten kepada tim PKM (Manurung, 2022). Ke-efektifitasan proses evaluasi yang dilakukan dalam kegiatan ini dengan melihat secara langsung dari pemahaman peserta terhadap Gerakan Hidup Bersih dan Sehat Bebas Sampah yang dipaparkan oleh pemateri, dengan indikator terkait dengan penguasaan terhadap konsep pendekatan PHBS, pola hidup sehat serta manfaat Gerakan hidup bersih dan sehat bebas sampah. Sebagai pruduk dari hasil kegiatan ini adalah kemampuan seluruh peserta untuk memahami dan menerapkan cara hidup sehat dan bersih bebas sampah.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian pada Masyarakat dengan tema Gerakan Hidup Bersih dan Sehat Bebas Sampah di Desa Tanjung Batu Seberang Kecamatan Tanjung Batu Kabupaten Ogan Ilir, yang pelaksanaannya pada hari Sabtu, tanggal 02 Maret 2024.

Jumlah peserta 50 orang. Pada kegiatan ini semua peserta menunjukkan antusiasme serta dukungan yang tinggi. Ini dapat dibuktikan berupa tempat dan fasilitas penunjang kelancaran kegiatan. Dapat dilihat pada gambar 1 dibawah ini:



Gambar 1 (a) Kegiatan Pembukaan Peserta PKM

Komponen materi pokok kepada beberapa hal yaitu: 1) pentingnya pemahaman pola hidup sehat; 2) manfaat PHBS; 3) Cara hidup bersih, sehat dan bebas sampah; 4) Cara memanfaatkan lingkungan; 5) Tanaman yang bermanfaat untuk kesehatan. Kelima komponen tersebut sangat perlu dimiliki oleh masyarakat dalam meningkatkan pola hidup sehat (Setiyowati, dkk 2021). Kegiatan pada saat pemberian materi dapat dilihat pada gambar 2 dibawah ini.



Gambar 2. Pemberian Materi oleh tim PKM

Pada saat pemaparan materi seluruh peserta sangat antusias dalam menerima materi yang di berikan terlihat dari rasa ingin tahu dan memahami tentang materi dengan muncul berbagai pertanyaan yang sangat mendasar terkait dengan PHBS. Salah satu pertanyaan masyarakat yang diajukan oleh bapak Kepala Desa Tnjung Batu, Bapak Robby. Pertanyaanya adalah “bagaimana cara memanfaatkan sampah dari limbah rumah tangga,dapat dilihat pada gambar 3.



Gambar 3. Suasana tanya jawab dan diskusi dengan masyarakat pada saat pemberian materi

Kegiatan pengabdian pada Masyarakat menghasilkan beberapa poin diantaranya adalah; 1) menambah wawasan dan pengetahuan tentang hakekat PHBS, 2) menambah kemampuan atau keterampilan dalam menanggulangi sampah, 3) menambah keterampilan dalam merumuskan pola hidup sehat, 4) menambah pemahaman tentang jenis atau manfaat PHBS. Evaluasi dari kegiatan ini ada beberapa temuan sebagai informasi yang didapat antara lain; 1) kurang memahami dalam melakukan pola hidup sehat; 2) kesulitan dalam mengelola sampah rumah tangga; 3 masih rendahnya pelaksanaan PHBS.

Selanjutnya kegiatan pengabdian memberikan plakat perwakilan salah satu peserta. Setelah sosialisasi selesai terlihat peserta termotivasi untuk bisa memiliki pola hidup sehat. Terakhir kesan dan pesan yang disampaikan oleh salah satu peserta yang mewakili adalah semua peserta menghendaki adanya tindak lanjut berupa praktik langsung khusus pembuatan limbah sampah rumah tangga. Untuk itu sebagai tindak lanjut dari kegiatan ini akan diadakan pendampingan pembuatan bata dari limbah sampah. Kegiatan pengabdian diakhiri dengan foto bersama.



Gambar 4. Pemberian plakat dan photo bersama

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian telah dilaksanakan dan dapat menghasilkan beberapa kesimpulan yaitu:

1. Kegiatan PKM dengan tema “Gerakan Hidup Bersih dan Sehat Bebas Sampah di Desa Tanjung Batu Seberang Kecamatan Tanjung Batu Kabupaten Ogan Ilir” memberikan pengetahuan baru bagi masyarakat setempat terkait dengan pola hidup bersih dan sehat bebas sampah
2. Materi yang diberikan dapat menjadi jawaban dan solusi atas permasalahan yang dialami masyarakat dalam mengelola sampah dalam rangka mengurangi Tingkat DBD
3. Kegiatan pengabdian ini mampu memberi motivasi bagi masyarakat untuk melakukan gaya hidup sehat.

SARAN

Upaya menggugah kesadaran masyarakat untuk berpartisipasi dalam peningkatan pola hidup bersih dan sehat bebas sampah dengan menggalakan pengelolaan sampah di berbagai

kesempatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah Khairunnisa, dkk. (2022). Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa-Siswi MI Muhammadiyah 01 Depok. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Saga Komunitas*, 2(1), 141–147.
<https://doi.org/10.53801/jpmsk.v2i1.91>
- Aspiah, A., & Mulyono, S. (2020). Peran Perawat Sekolah dalam Memberikan Edukasi Kesehatan Terkait Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak Usia Sekolah: Tinjauan Literatur. *Jurnal Penelitian Kesehatan “SUARA FORIKES” (Journal of Health Research “Forikes Voice”)*, 11(April), 26.
<https://doi.org/10.33846/sf11nk204>
- Asrina Pitayanti, & Sagita Suharyati. (2023). Edukasi Pengelolaan Pekarangan Rumah Dan Penyerahan Bibit Lele Bagi Keluarga Terdampak Covid 19. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 2(1), 83–88.
<https://doi.org/10.55606/jpmpi.v2i1.1134>
- Herniwanti, dkk. (2020). Penyuluhan Perilaku Hidup Sehat Dan Bersih (PHBS) dan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) kepada Lanjut Usia (LANSIA) Menghadapi Masa Pandemi Covid

- 19 dan New Normal dengan Metode 3M. *Jurnal Abdidas*, 1(5), 363–372.
<https://doi.org/10.31004/abdidas.v1i5.82>
- Manurung, D. (2022). Gerakan Hidup Bersih Dan Sehat Bebas Sampah Di Desa Nagrak Kec. Sukaraja Kab. Bogor. ... *Collaboration Journal* ..., 2(1), 58–64.
<http://icjcs.esc-id.org/index.php/home/article/view/58%0Ahttp://icjcs.esc-id.org/index.php/home/article/download/58/64>
- Musparlin Halid, dkk. (2022). Penyuluhan PHBS dalam Mewujudkan Generasi Peduli Sehat di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Masyarakat Madani Indonesia*, 1(3), 125–129.
<https://doi.org/10.59025/js.v1i3.33>
- Sari, A. P. (2022). Upaya meningkatkan derajat kesehatan melalui perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan masyarakat. *Florona Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 1(2), 47–52.
<https://jurnal.arkainstitute.co.id/index.php/florona/index%0AUpaya>
- Sinaga, H., & Fidorova, Y. (2023). Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa Siswi di Lingkungan SMA Pancur Batu Sumatra Utara Menggunakan Metode PRISMA. *PubHealth Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(4), 223–230.
<https://doi.org/10.56211/pubhealth.v1i4.243>
- Yunizar Ritonga, Tia Anggaraini Silalahi, Mhd Nuryansyah Nugraha, & Usiono Usiono. (2023). Menerapkan PHBS Dalam Kegiatan Jumbara di Pancur Batu. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan*, 3(1), 146–153.
<https://doi.org/10.55606/klinik.v3i1.2271>