



Upaya preventif melalui hidup bersih dan sehat untuk mengurangi dampak pencemaran lingkungan dan kesehatan

Syahida Ulya Amalina¹, Pramuditya Rizki Firman Pratama², Yosiana Cahya Winanda³, Daffa Satrio⁴, Dava Bagus Indianto⁵, Anggit Dyah Kusumastuti⁶

^{1,2,3,4,5}Universitas Sahid Surakarta

¹syahidaulya@gmail.com, ²pramuditya23@gmail.com, ³winandacahyayosiana@gmail.com, ⁴daffasatrio666@gmail.com, ⁵davabagas045@gmail.com

Info Artikel :

Diterima :

10 Juli 2024

Disetujui :

17 Juli 2024

Dipublikasikan :

25 Juli 2024

ABSTRAK

Kesehatan merupakan faktor utama dalam pencegahan wabah penyakit dan aspek penting dalam kehidupan individu. Tujuan dari dilaksanakan program ini selain menjaga lingkungan yang bersih agar masyarakat hidup dengan nyaman dan kondusif juga mencegah dari timbulnya wabah penyakit. Kesadaran masyarakat yang masih minim dan kurangnya dana memberikan hambatan dalam proses pelaksanaan program hidup bersih dan sehat. Masyarakat desa membutuhkan sosialisasi langsung dari Dinas lingkungan hidup dalam pengedukasian kelestarian lingkungan dan kesehatan serta kurangnya dana untuk membangun tempat pembuangan sampah. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif yang bertujuan memberikan deskripsi atau gambaran yang jelas mengenai pengabdian masyarakat dengan memanfaatkan observasi langsung di daerah Girioto dalam pelaksanaan program hidup bersih dan sehat serta menggunakan data sekunder melalui studi pustaka. Didapatkan hasil berupa masyarakat desa girioto yang masih acuh tak acuh dengan kelestarian lingkungan sehingga pelaksanaan program hidup bersih dan sehat pada pengabdian masyarakat ini di aplikasikan dalam GERMAS Hidup Sehat dengan melakukan gotong-royong pembersihan lahan yang tercemar dan menjaga tumbuhan yang telah di tanam warga desa Girioto.

Kata Kunci: Hidup Sehat, Pemberdayaan Masyarakat, Pencemaran Lingkungan, Limbah Rumah Tangga

ABSTRACT

Health is a major factor in preventing disease outbreaks and an important aspect of individual life. The purpose of this program is not only to maintain a clean environment so that people live comfortably and conducive, but also to prevent disease outbreaks. The lack of public awareness and the lack of funds provide obstacles in the process of implementing the clean and healthy living program. The village community needs direct socialization from the environmental agency in educating environmental sustainability and health and the lack of funds to build landfills. This research uses a descriptive qualitative method that aims to provide a clear description or description of community service by utilizing direct observation in the Girioto area in the implementation of clean and healthy living programs and using secondary data through literature studies. The results obtained in the form of the Girioto village community who are still indifferent to environmental sustainability so that the implementation of a clean and healthy living program in this community service is applied in the Healthy Living GERMAS by carrying out mutual cooperation to clean up polluted land and maintain plants that have been planted by Girioto villagers.

Keywords: Healthy Living, Community Empowerment, Environmental Pollution, Household Waste



©2022 Penulis. Diterbitkan oleh Arka Institute. Ini adalah artikel akses terbuka di bawah lisensi Creative Commons Attribution NonCommercial 4.0 International License. (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan faktor yang berperan penting dalam kehidupan setiap individu (Adliyani, 2015). Seseorang dapat dikatakan sehat apabila mampu menjaga dan mencegah dirinya dari berbagai serangan penyakit. Salah satu upaya preventif agar terhindar dari penyakit adalah dengan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (Zukmadini, 2020).

Hidup sehat menurut dr. Kuwat Sri Hudoyo, MS merupakan ajakan kepada masyarakat untuk membiasakan, mengedukasi berperilaku sehat dan bertanggung jawab terhadap lingkungan melalui upaya preventif dan promotive (Syakhsiyah, 2021). Seseorang yang membiasakan diri untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dapat memberikan dampak signifikan terhadap kualitas hidup individu tersebut (Ihsani & Santoso, 2020). Berdasarkan Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) 2007, penerapan perilaku hidup bersih dan sehat memberikan 9 indikator penting; diantaranya, (1) memberikan ASI ketika bayi berusia 0-6 bulan, (2) pemakaian jamban yang bebas dari kuman (bersih), (3) tidak merokok di tempat yang tidak seharusnya seperti rumah, (4) cuci tangan dengan sabun, (5) memiliki air bersih pada tiap-tiap rumah tangga, (6) tenaga kesehatan berperan sebagai penolong persalinan, (7) olahraga teratur, (8) konsumsi buah dan sayur, (9) posyandu bayi/balita secara rutin. Upaya preventif pemerintah dalam menangani kasus jentik-jentik mengalami kemajuan (Yuniar, 2020). Upaya tersebut membuahkan hasil sebesar 89,1% pada tahun 2013. Presentase tersebut jauh lebih tinggi daripada tahun sebelumnya. Hal itu berdampak positif pada kesadaran masyarakat untuk lebih memperhatikan perilaku hidup bersih dan sehat.

Menurut Jones dalam La Ode Muhammad Elwan menjelaskan bahwa Implementasi kebijakan mudah dimengerti secara teoritik dan konseptual, namun tidak senantiasa demikian dalam bentuknya yang kongkrit, karena pelaksanaannya secara nyata bukanlah sesuatu yang mudah (Putra Suharto et al., 2023a). Lebih lanjut, menurut argumen Grindle (Tuwu & tarifu, 2023) bahwa keberhasilan suatu implementasi kebijakan publik amat ditentukan oleh derajat dapat tidaknya kebijakan itu diterapkan atau implementabilitas (*implementability*). Implementabilitas ini dapat dilihat dari aspek isi kebijakan (*content of policy*) dan aspek konteks implementasi kebijakan (*contexts of policy implementation*) (Putra Suharto et al., 2023a).

Masyarakat dapat memanfaatkan pelayanan kesehatan yang tersedia dan memiliki pengetahuan mengenai pencegahan dan penanggulangan kesehatan secara independen (Rumengan, 2015). Perilaku hidup bersih dan sehat merupakan satu jalinan kuat dengan GERMAS Hidup Sehat hingga menjadikan Germas Hidup Sehat bagian dari inti program hidup sehat.

Germas hidup sehat atau Gerakan masyarakat hidup sehat adalah salah satu tindakan sistematis untuk mencapai sebuah pola hidup sehat demi meningkatkan kualitas hidup seseorang. Hasil penelitian Maulana (2023) menunjukkan bahwa pengetahuan masyarakat tentang gerakan masyarakat hidup sehat (GERMAS) di Desa Bontosunggu Kecamatan Bontonompo Selatan Kabupaten Gowa masih rendah, perlu upaya edukasi dan pemberian informasi secara berkelanjutan. Tujuan dilakukan germas hidup sehat yaitu menurunkan beban penyakit dan biaya pelayanan kesehatan, meningkatkan produktivitas penduduk, serta menekan biaya untuk pengeluaran kesehatan (Pulungan, 2020).

Hasil penelitian Yuristrianti & Prahardi (2023) menunjukkan bahwa setelah diberikan edukasi mengenai pola hidup sehat pasca-pandemi Covid-19, terjadi peningkatan pengetahuan pada responden. Tujuan dari dilaksanakan program ini selain menjaga lingkungan yang bersih agar masyarakat hidup dengan nyaman dan kondusif juga mencegah dari timbulnya wabah penyakit.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan pada jurnal ini menggunakan metode kualitatif deskriptif yang bertujuan memberikan deskripsi atau gambaran yang jelas mengenai pengabdian masyarakat dengan memanfaatkan observasi langsung di daerah Girioto dalam pelaksanaan program hidup bersih dan sehat serta menggunakan data sekunder melalui studi pustaka atau literature dengan pencarian menggunakan kata kunci “hidup bersih dan sehat”, “jentik-jentik nyamuk”, “masyarakat sehat”. “pencemaran lingkungan”, “limbah rumah tangga” untuk membandingkan teori dengan fakta lapangan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hidup bersih dan sehat merupakan faktor penting dalam penanggulangan penyakit. Salah satu implementasi hidup bersih dan sehat adalah dengan menjaga kelestarian lingkungan agar terhindar dari berbagai macam penyakit. Program kerja yang diadakan dalam pemberdayaan masyarakat di daerah

Girioto adalah Gerakan Masyarakat Hidup sehat dengan melakukan kerja bakti membersihkan lahan yang tercemar sampah dan melakukan upaya penjagaan terhadap tumbuhan yang telah di tanam pada lahan yang dekat dengan lingkungan yang tercemar. Tujuan dari dilaksanakan program ini selain menjaga lingkungan yang bersih agar masyarakat hidup dengan nyaman dan kondusif juga mencegah dari timbulnya wabah penyakit seperti DBD, penyakit kulit, dll.

Menurut data WHO 2014, 500.000 pasien DBD membutuhkan rawat inap dan anak-anak yang terjangkit DBD meninggal dunia dengan presentase sekitar 2,5% dimana hal tersebut menjadi proporsi rata-rata pada tahun 2012 di Eropa (Perangin-angin, 2023). Indonesia sendiri menduduki peringkat kedua setelah Brazil dalam kasus penyakit DBD. Pravalensi kematian akibat DBD mencapai 1.125 kasus yang menempatkan Indonesia menjadi satu-satunya negara Asia Tenggara tertinggi dalam memiliki kasus penyakit DBD (Kemenkes, 2011). Dilihat dari penyebab kasus DBD, pencemaran lingkungan menjadi salah satu faktor utama dalam penyebaran DBD tercepat. Limbah sampah yang mencemari lingkungan menjadikan rumah yang efisien bagi nyamuk *Aedes Aegypti*.

Selain itu lahan yang tercemar dapat memberikan dampak buruk bagi habitat yang hidup pada lingkungan tersebut. Kesadaran masyarakat di desa Girioto akan membuang sampah pada tempatnya masih dinilai minim karena banyak sekali sampah-sampah yang dibuang secara sembarangan sehingga menyebabkan lahan yang dijadikan objek pembuangan tercemar. Lahan yang digunakan warga Girioto untuk membuang sampah adalah daerah pinggir sawah yang memiliki sungai kecil. Upaya preventif yang kami lakukan untuk mengurangi dampak negative baik dari segi lingkungan maupun kesehatan di desa Girioto adalah melakukan gotong-royong membersihkan lahan yang tercemar dengan membersihkan lahan dari sampah yang berserakan serta melakukan penjagaan terhadap tanaman yang telah ditanam warga setempat dengan melakukan pemupukan dan penyiraman secara rutin sebagai bentuk pelestarian lingkungan. Sampah-sampah yang kami bersihkan rata-rata berasal dari limbah rumah tangga dari masyarakat setempat. Berdasarkan Peraturan Pemerintah RI nomor 81 tahun 2012, sampah rumah tangga adalah sampah yang berasal dari kehidupan sehari-hari yang tidak termasuk tinja dan sampah spesifik (Rosmidah, 2016).

Pola perilaku masyarakat desa Girioto dinilai negative karena sering membuang sampah di tempat tersebut sehingga mempengaruhi warga lain untuk melakukan hal serupa. Faktor lain yang mempengaruhi warga membuang sampah secara sembarangan karena tidak adanya tempat pembuangan sampah di daerah tersebut. Namun, keberadaan tempat pembuangan sampah kadang masih mempengaruhi kesehatan masyarakat yang tinggal di area sekitarnya. Selain membuang sampah secara sembarangan, membuang sampah pada tempatnya dinilai masih menyebabkan pencemaran lingkungan baik dari segi social maupun lingkungan anthropogenic (Sunarsih, 2014).

Selain wabah penyakit DBD, pencemaran lingkungan dapat mengakibatkan penyakit kulit. Penyakit kulit merupakan penyakit yang menyerang lapisan jaringan terluar tubuh dengan gejala berupa kemerahan dan gatal-gatal yang disebabkan oleh beberapa jenis jamur pathogen yang berkembang biak dalam sampah (Jailani, 2021).



Gambar 1. Pemberdayaan Masyarakat melalui program GERMAS Hidup Bersih dan Sehat.



Gambar 2. Kerja bakti membersihkan lahan yang tercemar limbah sampah di desa Girioto.



Gambar 3. Limbah sampah sebagai penyebab utama kerusakan ekosistem alam dan menjadi rumah dari berbagai wabah penyakit.



Gambar 4. Penyiraman tanaman secara rutin sebagai bentuk pelestarian lingkungan dan alam

Pencemaran lingkungan sendiri mencakup elemen air, udara, dan tanah. Salah satu pemberdayaan dalam pencemaran lingkungan adalah dengan pengelolaan limbah sampah. Pengelolaan limbah sampah rumah tangga dapat diproses berdasarkan klasifikasi dan jenis limbah (Sunarsih, 2014).

Limbah Rumah Tangga dan pengelolaannya

Sampah merupakan bahan sisa yang telah dibuang dan tidak berguna yang dapat menimbulkan masalah pencemaran dan gangguan pada kelestarian lingkungan. Limbah rumah tangga meliputi:

- a. Sampah Organik: sampah yang berasal dari sisa-sisa organik/makhluk hidup yang dapat terurai dengan sendirinya.
- b. Sampah An-organik: sampah yang berasal dari sisa-sisa benda mati yang sulit di uraikan melalui proses biologi. Sampah an-organik tidak sama seperti sampah organik yang dapat terurai dengan sendirinya. Sampah an-organik memerlukan bantuan manusia untuk proses peleburan/penguraian sampah tersebut agar tidak mengganggu lingkungan.

Proses-proses pengelolaan sampah dapat meliputi:

- a. Pemilihan

Pengelolaan sampah dapat dilakukan dengan memisahkan sampah antara organik dan an-organik. Masyarakat desa dapat diedukasi dengan mengolah sampah organik menjadi pupuk kompos, sedangkan sampah an-organik dapat di daur ulang atau dapat diberikan kepada pemulung agar diberikan ke pengepul sampah.

- b. Pewadahan

Pewadahan dapat berupa pemberian wadah khusus kepada sampah-sampah dengan menempatkannya di luar rumah. Pewadahan merupakan proses/cara penampungan sampah sebelum dipindahkan ke pembuangan akhir. Untuk menghindari bau pewadahan sampah harus memenuhi kriteria seperti: (1) tertutup, (2) kedap air, (3) mudah diangkut, (4) ekonomis.

- c. Pengumpulan

Upaya dalam pengumpulan sampah dilakukan oleh masing-masing individu dan petugas sampah mengangkut sampah-sampah yang telah terkumpul dari rumah ke rumah. Selain itu pengumpulan sampah dapat dilakukan secara komunal yaitu dengan menempatkan sampah di titik tertentu dan petugas mengambil sampah tersebut sebelum menyerahkannya ke tempat pembuangan akhir.

- d. Pengangkutan

Kendaraan yang digunakan dalam mengangkut sampah berupa truk pengangkut sampah. Truk dilengkapi dengan *arm roll* lengan Tarik hidrolik sehingga sopir truk hanya cukup mengendalikannya melalui kemudi dan tidak bersentuhan langsung dengan sampah.

- e. TPA (Tempat Pembuangan Akhir)

Perlunya pengadaan tempat pembuangan akhir di Desa Giriroto sehingga masyarakat tidak membuang sampah secara sembarangan.

- f. Penanganan sampah dengan konsep 3R

- 1) *Reduce* (Mengurangi): perlunya mengurangi sampah dengan mengganti bahan-bahan yang digunakan sehari-hari dengan bahan-bahan yang ramah lingkungan

- 2) *Reuse* (Memakai Kembali):

Dengan memakai kembali barang bekas sehingga berkurangnya sampah-sampah yang akan dibuang.

- 3) *Recycle* (Mendaur Ulang):

Meskipun tidak semua sampah dapat di daur ulang, namun sebaiknya beberapa sampah anorganik yang masih dapat digunakan di daur ulang kembali guna mencegah mencemari lingkungan atau diberikan kepada pengepul sampah. Sampah anorganik yang masih dapat didaur ulang memiliki nilai ekonomis yang dapat dijual kembali.

Kesadaran yang minim akan pentingnya menjaga kelestarian lingkungan hidup dan kesehatan menjadikan masyarakat desa Giriroto memerlukan edukasi dan sosialisasi langsung dari Dinas Lingkungan Hidup agar masyarakat sadar akan pentingnya membuang sampah secara tepat sehingga mencegah dari kerusakan lingkungan dan menghindarkan dari wabah penyakit. Sejalan dengan hal itu masyarakat desa Giriroto juga membutuhkan tempat khusus untuk pembuangan sampah secara komunal agar warga desa tidak menggunakan lahan pertanian maupun perairan sebagai tempat pembuangan sampah. Hal tersebut sulit dilaksanakan bagi kami karena dalam membangun dan membuat inovasi tempat pembuangan akhir membutuhkan dana yang besar serta diperlukan koordinasi langsung dari masyarakat untuk menumbuhkan kesadaran akan pentingnya membuang sampah secara tepat. Selain itu hambatan lainnya adalah kurangnya inisiatif dari warga desa Giriroto untuk membuat inovasi dititik

tempat pembuangan akhir/sampah. Meskipun begitu masyarakat desa masih memiliki minat tentang pelestarian lingkungan dengan membuat taman kecil untuk menanam berbagai macam tumbuhan.

KESIMPULAN

Melalui program perilaku hidup bersih dan sehat/GERMAS hidup sehat dapat disimpulkan bahwa pemberdayaan masyarakat melalui program hidup bersih dan sehat agar terhindar dari wabah penyakit khususnya DBD dan penyakit kulit serta untuk melestarikan lingkungan hidup masih kurang maksimal. Faktor-faktor yang mempengaruhi diantaranya kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga lingkungan hidup dari pencemaran lingkungan masih dinilai minim sehingga masyarakat desa memerlukan edukasi dan sosialisasi langsung dari Dinas Lingkungan Hidup mengenai pengelolaan sampah untuk memberikan kesadaran pentingnya menjaga ekosistem lingkungan dan kelestarian alam sebagai upaya preventif dari munculnya wabah penyakit, serta kurangnya dana untuk membangun tempat pembuangan sampah pembuatan akhir/sampah.

DAFTAR PUSTAKA

- Adliyani, Z. O. N. (2015). Pengaruh perilaku individu terhadap hidup sehat. *Jurnal Majority*, 4(7), 109-114.
- Hasibuan, Rosmidah. (2016). Analisis Dampak Limbah/Sampah Rumah Tangga Terhadap Pencemaran Lingkungan Hidup. 4.
- Ihsani, I., & Santoso, M. B. (2020). Edukasi Sanitasi Lingkungan Dengan Menerapkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Pada Kelompok Usia Prasekolah Di Taman Asuh Anak Muslim Ar-Ridho Tasikmalaya. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(3), 289.
- Instruksi Presiden Republik Indonesia. 2017. Gerakan Masyarakat Hidup Sehat. 1
- Jailani, M. A., Ali, M., & Dermawan, M. A. 2021. Sosialisasi Pengelolaan Limbah Tahu Tempe Guna Mengurangi Pencemaran Lingkungan Di Kantor Lurah Abian Tubuh Kota Mataram. (Hal 62-64)
- Maulana, M. N., Yusriani., Rahman, H. 2023. Pengetahuan Tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) Di Desa Bontosunggu Kecamatan Bontonompo Selatan Kabupaten Gowa. 3
- Natalia, D., Wau, V. A., & Elu, K. 2022. Eksistensi Undang-Undang Lingkungan Hidup Dalam Peningkatan Kesadaran Masyarakat Terhadap Pencemaran Lingkungan. 9.
- Novita, A., Harahap. I. M. S. 2021. Kelestarian Dan Kesehatan Lingkungan Desa Hutaimbaru, Kecamatan Halongonan, Kabupaten Padang Lawas Utara. 4
- Perangin-angin, S. (2023). Penyuluhan Dan Pemberantasan Sarang Nyamuk Serta Pelaksanaan Fogging Dalam Rangka Pencegahan Penyakit Demam Berdarah Dengue Di SMA Negeri 1 Berastagi. 1(1).
- Pulungan, N. K., & Hasibuan, E. (2020). Penyuluhan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) Di Desa Gunung Hasahatan Kecamatan Batunadua Kota Padangsidempuan Tahun 2020. *Jurnal Pengabdian Matorkis*, 1(2), 26-28.
- Putra Suharto, R. D., Cikusin, Y., & Hayat. (2023). Implementasi Kebijakan Program Kebersihan, Keindahan Dan Ketertiban (K3) Untuk Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Terhadap Pencegahan Pencemaran Lingkungan Hidup. 6
- Rumengan, D. S., Umboh, J. M. L., & Kandou, G. D. (2015). Faktor-faktor yang berhubungan dengan pemanfaatan pelayanan kesehatan pada peserta BPJS kesehatan di Puskesmas Paniki Bawah Kecamatan Mapanget Kota Manado. *Jikmu*, 5(2).
- Sunarsih, E. 2014. Konsep Pengolahan Limbah Rumah Tangga Dalam Upaya Pencegahan Pencemaran Lingkungan. 5
- Syakhsiyah, I. N. (2021). *Optimalisasi peran mahasiswa pendidikan dokter UIN Malang dalam upaya edukasi COVID-19 di Lawang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).

- Tuwu, D., & Tarifu, L. (2023). Implementasi Program Posyandu Lansia Untuk Menjaga Kesehatan Lanjut Usia. *Journal Publicuho*, 6(1), 20-29.
- Yuniar, W. P., Khomsan, A., Dewi, M., Ekawidyani, K. R., & Mauludyani, A. V. R. (2020). Hubungan antara Perilaku Gizi dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan Status Gizi Baduta Di Kabupaten Cirebon. *Amerta Nutrition*, 4(2), 155.
- Yuristrianti, N., & Prahardi, R. 2023. Edukasi Pola Hidup Sehat Pasca Pandemi Covid-19 Di Desa Karangnanas Sokaraja. 13.
- Zukmadini, A. Y., Karyadi, B., & Kasrina, K. (2020). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Pencegahan COVID-19 Kepada Anak-Anak di Panti Asuhan. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 3(1).