



GERAKAN HIDUP BERSIH DAN SEHAT BEBAS SAMPAH DI DESA NAGRAK KEC. SUKARAJA KAB. BOGOR

Edison Hatoguan Manurung¹, Kasimir Sawito², Sri Prasetya Widodo³, Abdul
Mubarak⁴, Dwi Purwanto⁵, Sitti Wardiningsih⁶

^{1,2,3,4,5,6}Universitas Mpu Tantular Jakarta

Email responden : edisonmanurung2010@yahoo.com¹

Abstrak

Penerapan perilaku hidup yang bersih dan sehat harus menjadi kebiasaan sehari-hari. Meskipun tampaknya sederhana, masih banyak orang yang tidak melakukannya memperhatikan pentingnya perilaku hidup yang bersih dan sehat untuk kesehatan yang sehat, keluarga, dan lingkungan sekitarnya. Perilaku hidup yang bersih dan sehat adalah gerakan yang signifikan. Meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan masyarakat. Di antara perilaku hidup Bersih dan sehat adalah kebiasaan membuang sampah pada tempatnya dan pengolahan sampah menjadi barang berguna.

Tujuan secara khusus adalah 1) Meningkatkan pemahaman tentang gerakan hidup sehat dan bebas sampah; 2) mengimplementasikan cara-cara yang bisa dilakukan dalam melakukan kebiasaan pola hidup sehat dan bebas sampah.

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat yang dilaksanakan oleh pengabdian, menurut hasil wawancara dengan Warga Desa Nagrak Kec. Sukaraja Kab. Bogor hendaknya lebih diintensifkan lagi karena banyak anak dan warga memerlukan bantuan. Kebanyakan dari Anak berusia sekolah sehingga model pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan oleh mahasiswa dan dosen Universitas Mpu Tantular Jakarta sebaiknya pihak Pemerintahan Desa juga memberikan masukan dan menyarankan agar memberikan motivasi secara intensif kepada anak-anak dan juga mengingatkan dengan keterkaitan penerapan pola hidup sehat. Kegiatan gerakan hidup sehat dan bebas sampah yang memenuhi syarat kesehatan juga dapat mendatangkan manfaat yang lain berupa kreasi barang bekas yang dapat dijual sehingga dapat menambah pemasukan keluarga.

Keywords: *Hidup Bersih, Sehat, Bebas Sampah*

Abstract

The application of clean and healthy living behaviors should be a daily habit. Although it seems simple, there are still many people who do not pay attention to the importance of clean and healthy living behaviors for healthy health, family, and the surrounding environment. Clean and healthy living behavior is a significant movement. Improve the quality of life and public health. Among the clean and healthy living behaviors is the habit of throwing garbage in its place and processing waste into useful items.

The specific goal is 1) Improve understanding of healthy and waste-free living movements; 2) implement ways that can be done in carrying out healthy and waste-free lifestyle habits.

Community Service activities that are carried out by the practitioners, according to the results of interviews with the Residents of Nagrak Kec. Sukaraja Kab. Bogor Village should be intensified again because many children and residents need assistance. Most of the children of The School of Children so that the model of community service carried out by students and lecturers of Universitas Mpu Tantular Jakarta should also provide input and suggest that most of the Children of Anaki aged in school so that the model of community service carried out by students and lecturers of Universitas Mpu Tantular Jakarta should also provide input and suggest that the Village Government also provide input and suggest that the Village Government also provide input and suggest that children of children aged in school so that the model of community service carried out by students and lecturers of Mpu Tantular University

jakarta should also provide input and suggest that the Village Government also provide input and suggest that children from Children aged in school so that the model of community service carried out by students and lecturers of Universitas Mpu Tantular Jakarta should also provide input and suggest that the Village Government also provide input and suggest that the school-aged Anaki di Anaki so that the model of community service carried out by students and lecturers of Universitas Mpu Tantular Jakarta should also provide input and suggest that the Village Government also provide input and suggest that the school-aged Anaki model is carried out by students and lecturers of Mpu Tantular University jakarta should also provide input and suggest that the Village Government also provide input and suggest that the village government should also provide input and providing intensive motivation to children and children also reminds with the implementation of healthy living patterns.i Activities of healthy living movements and waste-free that meet health requirements can also bring other benefits in the form of second-hand creations that can be sold so as to increase family income.

Keywords: *Clean, Healthy, Waste-Free Life*

LATAR BELAKANG PELAKSANAAN

Penerapan kegiatan gerakan hidup bersih dan sehat sudah seharusnya menjadi kebiasaan sehari-hari. Meski terkesan sederhana, pada kenyataannya, masih banyak orang yang kurang memperhatikan pentingnya hal tersebut bagi kesehatan diri sendiri, keluarga, dan lingkungan sekitar.

Sampah merupakan bahan padat buangan dari kegiatan rumah tangga, pasar, perkantoran, rumah penginapan, hotel, rumah makan, industri, atau aktivitas manusia lainnya. Bahkan sampah bisa berasal dari puing-puing bahan bangunan dan besi-besi tua bekas kendaraan bermotor. Sampah merupakan hasil sampingan dari aktivitas manusia yang sudah tidak dipakai lagi (Nurhidayat, 2010). Masalah yang sering muncul dalam penanganan sampah desa adalah masalah biaya operasional yang tinggi dan sulitnya ruang yang pantas untuk pembuangan. Sebagai akibat biaya operasional yang tinggi, kebanyakan desa-desa di Indonesia hanya mampu mengumpulkan dan membuang sekitar 60% dari seluruh produksi sampahnya. Dari 60% ini, sebagian besar ditangani dan dibuang dengan cara yang tidak saniter, boros dan mencemari (Notoatmodjo, 2003).

Desa Nagrak adalah salah satu desa kecil yang terletak di kecamatan sukaraja kabupaten bogor, provinsi jawa barat. Dalam bahasa sunda, kata Nagrak adalah *Nagrek* dan *Nagrog*. Yang menurut R. Satijadibrata dalam kamus bahasa Sunda, "*nagrak tumerap kana tanah nu tuhur sarta angar*" yang artinya tanah yang kering dan tanah tak subur. Selain nama geografi Nagrak, nagrek, dan nagrog juga terdapat nama geografi lainnya yang artinya sama yaitu cadas seperti cicadas yang menggambarkan karakter kawasan tersebut berupa tanah kering tak subur. Pada umumnya kawasan dengan nama geografi nagrak itu batuan atau tanahnya berupa breksi gunung api yang konon katanya terjadi letusan pada masa lalu yang belum melapuk sepenuhnya. Tentu terdahulu sangat rasional dan memberi nama kampungnya desa nagrak. Kawasan ini saat ini terkenal dengan nama geografinya ledeng. Bila berjalan menurun sedikit saja di Jl. Sersan Surip ke arah timur ke lembah Ci Panganti, di lerengnya yang tersingkap akan terlihat batuan yang berupa breksi gunung api.

Berdasarkan wawancara dan observasi yang dilakukan tim pengabdian masyarakat, permasalahan yang mendasar adalah kurangnya tanggung jawab warga dalam pelibatan terhadap proses gerakan hidup sehat dan bebas sampah karena ketidaktahuan dan kesadaran mengenai pembiasaan gerakan hidup sehat dan bebas sampah. Selain itu, pengetahuan tentang perlunya pendampingan khususnya pada penggunaan pengolahan sampah menjadi barang yang berguna, dan memisahkan sampah yang organik dan anorganik, perlu bimbingan pengetahuan yang tepat.

Rumah tangga dengan gerakan hidup bersih dan sehat diperoleh dari rumah tangga yang seluruh anggotanya menerapkan hidup bersih dan sehat. Indikator ini merupakan modifikasi dan pengembangan dari indikator sebelumnya yang sudah ada. Rumah tangga dengan hal tersebut adalah rumah tangga yang memenuhi 12 indikator PHBS, yaitu: partisipasi keluarga dalam program KB, menggunakan air bersih, menggunakan jamban sehat, pembinaan sampah/tidak ada cakupan sampah, lantai kedap air, bayi mendapat ASI eksklusif, anggota keluarga melakukan tidak merokok, perilaku mencuci tangan dengan menggunakan sabun, menggosok gigi secara teratur, tidak mengonsumsi alkohol/narkoba, keanggotaan JPK dan PSN (Ratnasari, 2018)

Pelaksanaan pengabdian yang di selenggarakan oleh mahasiswa prodi teknik sipil dan arsitektur Universitas Mpu Tantular merupakan salah satu bentuk pengabdian kepada masyarakat. Dalam kegiatan ini, sebagai wujud penerapan Tri Dharma Perguruan Tinggi yang didapatkan mahasiswa selama melaksanakan kuliah diruangan kelas.



Gambar 1 Komunikasi dan Persiapan Pengabdian Dosen dan Mahasiswa

Manfaat gerakan hidup bersih dan sehat secara umum adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat agar mau dan mampu menjalankan hidup bersih dan sehat. Hal tersebut menjadi penting untuk dilakukan agar masyarakat sadar dan dapat mencegah serta mengantisipasi atau menanggulangi masalah-masalah kesehatan yang mungkin muncul. Selain itu, dengan menerapkan dan mempraktikkan PHBS diharapkan masyarakat mampu menciptakan lingkungan yang sehat sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Dalam implementasinya, kebermanfaatannya PHBS ini dapat diterapkan di berbagai area, seperti sekolah, tempat kerja, rumah tangga, dan masyarakat.



Gambar 2 Tim Pengabdian Universitas Mpu Tantular Jakarta

METODE PELAKSANAAN



Gambar 3 Penyerahan Plakat Ke Pemerintah Desa

Dalam pemberdayaan masyarakat ini dilakukan penyuluhan dan pembinaan serta tindakan secara langsung di lapangan untuk memberikan contoh pada masyarakat akan pentingnya penanganan sampah plastik. Masyarakat diharapkan ikut serta dalam tindakan pengumpulan dan pengolahan sampah plastik. Adapun kegiatan yang dilakukan tahun ini meliputi: (1) Memberikan penyuluhan pada sekolah, instansi pemerintah/swasta, dan masyarakat tentang pengelolaan sampah yang meliputi pemilahan, komposting dan penyaluran sampah plastik/anorganik; (2) Meningkatkan kampanye pengelolaan sampah melalui road show; (3) Mendorong setiap rumah tangga mengelola sampah dengan sistem 3-R (*reduce, reuse, dan recycle*); dan (4) Mengembangkan percontohan pengelolaan sampah melalui Desa Nagrak Kec. Sukaraja Kab. Bogor

Pengabdian ini dilaksanakan dengan biaya swadaya kelompok Mahasiswa dan Dosen Universitas Mpu Tantular Jakarta. Waktu dan Tempat Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada Bulan Januari 2022 di Desa Nagrak Kec. Sukaraja Kab. Bogor. Berkat akerja asama adan aantusias adari asemua amahasiswa.

Evaluasi Proses :

- a. Tim dosen menyampaikan materi tentang gerakan hidup sehat dan pembiasaan hidup sehat serta pengelolaan sampah dengan metode ceramah dan diskusi menggunakan bahasa yang jelas, sederhana dan mudah dimengerti;
- b. Anak sekolah dan warga kooperatif selama mengikuti kegiatan dapat mempraktikkan dan dapat mengikuti instruksi tim dosen;
- c. Anak sekolah warga menunjukkan antusiasme selama kegiatan hal ini terlihat dari banyaknya pertanyaan yang diajukan oleh masyarakat terkait gerakan hidup sehat dan bebas sampah dan setelah diberikan penjelasan anak sekolah dan warga menyatakan sudah mengerti dan memahami tentang gerakan hidup sehat dan bebas sampah;
- d. Selain anak sekolah dan warga, kegiatan ini juga dihadiri oleh tenaga kesehatan dari Puskesmas dan staf kantor Desa Desa Nagrak Kec. Sukaraja Kab. Bogor.

Solusi dan Manfaat Program Pengabdian

Solusi yang dapat kami berikan dalam kegiatan ini, adalah memodifikasi Pedoman penerapan gerakan hidup sehat dan bebas sampah dalam mengatasi di Desa Nagrak Kec. Sukaraja Kab. Bogor serta, melalui program ini Desa Nagrak Kec. Sukaraja Kab. Bogor hijau bebas sampah dan terbiasa hidup sehat sebagai sebuah desa model kebiasaan gerakan hidup sehat sesuai dengan terintegrasi dengan gerakan penghijauan. Model yang dirancang disosialisasikan secara intensif secara *road show* sehingga menggugah warga masyarakat dan mengubah pola pikir mereka terhadap sampah, dan lingkungan hidup mereka. Uji terap model ini berhasil dilakukan dengan adanya gebyar clean up pelosok desa yang melibatkan warga masyarakat, penggiat lingkungan, kelompok pemuda, aparatur desa, instansi pemerintah, perguruan tinggi.



Gambar 4 Penyerahan Fasilitas Kebersihan, Bak Sampah dan Kegiatan Kebersihan

PELAKSANAAN DAN PEMBAHASAN

Pemecahan masalah menggunakan dua pendekatan:

1. Pemberdayaan; Pemberdayaan di tatanan rumah tangga dilakukan terhadap individu, keluarga dan kelompok masyarakat. Prosesnya diawali dengan pemberdayaan terhadap kelompok masyarakat melalui pengorganisasian masyarakat.
2. Bina suasana; Bina suasana di tatanan rumah tangga dilakukan oleh yang diinisiasi oleh kegiatan ini melibatkan para pemuka atau tokoh-tokoh masyarakat, termasuk pemuka agama dan pemuka adat, dalam rangka menciptakan opini publik, suasana yang kondusif, panutan ditingkat desa dan kelurahan bagi dipraktikkannya gerakan hidup bersih dan sehat oleh rumah tangga.

Menjadikan masyarakat Desa Nagrak Kec. Sukaraja Kab. Bogor sepenuhnya sadar akan bahaya sampah itu sama artinya dengan merubah pola pikir masyarakat. Tentu saja, ini

lebih mudah mengatakan ketimbang melaksanakannya. Pola pikir masyarakat telah tertanam sejak kecil oleh orang tua mereka, masyarakat dan lingkungannya. Pola pikir ada hubungannya dengan tingkah laku, kebiasaan dan sikap. Secara teori, itu bisa berubah atau bisa diubah, akan tetapi memakan waktu, kesabaran, ketabahan dan ketangguhan. Pada umumnya, masyarakat di desa adalah malu mengeluarkan isi hatinya, dan itu telah ditunjukkan waktu pembicara membuka kesempatan kepada yang hadir untuk menyampaikan pendapatnya tidak ada yang mengancungkan tangan. Itu bukan berarti bahwa mereka tidak setuju dengan apa yang disampaikan oleh pembicara. Ini adalah soal pola pikir masyarakat.



Gambar 5 Foto bersama Tim Pengabdian dengan Warga

Tim Pengabdian Masyarakat Universitas Mpu Tantular berperan aktif dalam:

1. Penyiapan materi sosialisasi perilaku hidup sehat dan bersih, sekaligus pembuatan media sosialisasinya berupa poster tentang perilaku hidup sehat dan bersih.
2. Membentuk kelompok arisan jalan sehat
3. Menghibahkan alat dan bahan pembuatan alat kebersihan sehat sebanyak 5 (lima) paket.
4. Melakukan pendampingan dalam pembuatan alat kebersihan.
5. Memperkuat penanaman dan pelestarian kesetiakawanan sosial secara terarah, terpadu, terencana, dan berkelanjutan.
6. Untuk menjaga keberlanjutan kesetiakawanan sosial ini, Tim Pengabdian Masyarakat Universitas Mpu Tantular juga membangun jejaring kerja baik dengan stakeholder lainnya yang terkait.

Berdasarkan diskusi kelompok terfokus, permasalahan di Desa Nagrak Kec. Sukaraja Kab. Bogor, Provinsi Jawa Barat dalam menjalankan hidup bersih dan sehat dan bebas sampah adalah sebagai berikut:

1. Masih kurangnya pengetahuan dan keterampilan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat
2. Masih kuatnya ikatan yang berbasiskan kesukuan, kurang peduli dan berbagi sehingga diperlukan penguatan dan internalisasi tentang kesetiakawanan sosial.

KESIMPULAN

Kegiatan gerakan hidup sehat dan bebas sampah merupakan kebiasaan yang baik yang harus dipupuk, dipertahankan, dan dilatih pada anak usia sekolah. Kegiatan ini adalah upaya untuk memberdayakan anak sekolah dan warga untuk ikut menjaga

kebersihan dan kesehatan lingkungan sehingga dapat terhindar dari berbagai penyakit.

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat yang dilaksanakan oleh pengabdian, menurut hasil wawancara dengan Warga Desa Nagrak Kec. Sukaraja Kab. Bogor hendaknya lebih diintensifkan lagi karena banyak anak dan warga memerlukan bantuan. Kebanyakan dari Anak berusia sekolah sehingga model pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan oleh mahasiswa dan dosen Universitas Mpu Tantular Jakarta sebaiknya pihak Pemerintahan Desa juga memberikan masukan dan menyarankan agar memberikan motivasi secara intensif kepada anak-anak dan juga mengingatkan dengan keterkaitan penerapan pola hidup sehat. Kami bersyukur dibantu oleh pemerintah Desa Nagrak Kec. Sukaraja Kab. Bogor yang membantu kami menjelaskan semua permasalahan pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan oleh mahasiswa dan dosen, khususnya Universitas Mpu Tantular Jakarta agar lebih tepat sasaran.

Kegiatan gerakan hidup sehat dan bebas sampah yang memenuhi syarat kesehatan juga dapat mendatangkan manfaat yang lain berupa kreasi barang bekas yang dapat dijual sehingga dapat menambah pemasukan keluarga.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada semua kalangan dan masyarakat atas dukungan dan dorongannya selama proses hingga selesainya pengabdian ini. Diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan bacaan untuk menambah wawasan dan pandangan pembaca tentang gerakan gerakan hidup bersih dan sehat bebas sampah Di Desa Nagrak Kec. Sukaraja Kab. Bogor serta sebagai sumber referensi dan informasi untuk ukuran pengabdian yang sama.

DAFTAR PUSTAKA

- Nurhidayat, Setyo Purwendro. 2010. *Mengelolah Sampah untuk Pupuk dan Peptisida Organik*. Penebar Swadaya: Jakarta.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020, Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 21 Tahun 2020 tentang Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2020-2024
- Kementerian Kesehatan RI, 2011, Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor: 2269/Menkes/Per/XI/2011 Tentang Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)
- Kementerian Kesehatan RI, 2011, Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor: 2269/MENKES/PER/XI/2011 tentang Pedoman pembinaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. 2011
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2003. *Ilmu Kesehatan Masyarakat dan Prinsip-prinsip Dasar*. Cipta: Jakarta
- Ratnasari, 2018, *Clean and Healthy Life Behavior (PHBS) in Ngadirojo, Wonogiri Regency*, Seminar Nasional Pendidikan Sains dan Teknologi
- Zubaedi. 2013. *Pengembangan Masyarakat: Wacana & Praktik*. Jakarta. Kencana Prenada Media Group