



Efforts to Improve Environmental Hygiene, Clean Living Behavior and Healthy In Improving People's Welfare

Upaya Peningkatan Kebersihan Lingkungan, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam Peningkatan Kesejahteraan Rakyat

Mukmin Pohan¹, Novien Rialdy²

¹Jurusan Ekonomi Pembangunan, Fakultas Ekonomi dan Bisnis
Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Indonesia
²Jurusan Akuntansi, Fakultas Ekonomi dan Bisnis
Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Indonesia

E-Mail: ¹mukmin@umsu.ac.id, ²novienrialdy@umsu.ac.id

Received Jun 28th 2023; Revised Jul 20th 2023; Accepted Jul 28th 2023
Corresponding Author: Mukmin Pohan

Abstract

Environmental cleanliness is one of the main factors for a clean, healthy, and comfortable life. Avoiding various diseases is desired by everyone. In maintaining the cleanliness of the environment, not only ourselves, but also the community, and also the government. Observation Method Observation is a data collection tool which is done by systematically observing and recording the symptoms in the village of Sampe Raya. A healthy body can be obtained from exercising regularly, consuming nutritious food and a healthy and clean environment. Sometimes we don't pay attention to a healthy environment because we are busy at work so that the surrounding environment is not kept clean. As a result of an unhealthy environment can cause various diseases, one of which is worrying is dengue fever (DHF) because it can cause death. Environmental cleanliness is a state free from dirt, including dust, garbage and odors.

Keyword: Clean Living Behavior, Environmental Hygiene, Public Health, Welfare

Abstrak

Kebersihan lingkungan menjadi salah satu faktor utama demi berlangsungnya hidup yang bersih, sehat, dan nyaman. Terhindar dari berbagai macam penyakit sangat di inginkan oleh setiap orang. Dalam menjaga kebersihan lingkungan hidup tidak hanya diri kita sendiri, tetapi juga masyarakat, dan juga pemerintah. Metode Observasi (Pengamatan) Pengamatan adalah alat pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengamati dan mencatat secara sistematik gejala - gejala yang ada di lingkungan Desa Sampe raya. Tubuh yang sehat bisa didapatkan dari berolahraga secara teratur, mengkonsumsi makanan bergizi dan lingkungan yang sehat serta bersih. Lingkungan yang sehat terkadang sering tidak kita perhatikan karena kesibukan dalam bekerja sehingga lingkungan sekitar tidak dijaga kebersihannya. Akibat dari lingkungan yang tidak sehat dapat menimbulkan berbagai macam penyakit, salah satu yang mengkhawatirkan adalah deman berdarah (DBD) karena dapat menyebabkan kematian. Kebersihan lingkungan merupakan keadaan bebas dari kotoran, termasuk di dalamnya, debu, sampah dan bau.

Kata Kunci: Kebersihan Lingkungan, Kesehatan Masyarakat, Kesejahteraan Lingkungan Hidup, Perilaku Hidup Bersih

1. PENDAHULUAN

Menjaga Kesehatan Lingkungan merupakan suatu kewajiban bagi setiap individu, selain merupakan anugerah yang diberikan sang pencipta kepada hamba-Nya, Kesehatan Lingkungan harus tetap dijaga agar keluarga kita terhindar penyakit. Karena kesehatan tidak ternilai harganya. Terkadang pada saat kita sehat, kita lupa akan nikmat tersebut dan ketika sakit kita baru sadar dan merasakan betapa kesehatan itu sungguh sangat berharga. Tubuh yang sehat bisa didapatkan dari berolahraga secara teratur, mengkonsumsi makanan bergizi, dan lingkungan yang sehat dan bersih. Lingkungan yang sehat terkadang sering tidak kita perhatikan karena kesibukan dalam bekerja sehingga lingkungan sekitar tidak dijaga kebersihannya[1]. Akibat dari lingkungan yang tidak sehat dapat menimbulkan berbagai macam penyakit, salah satu yang mengkhawatirkan adalah deman berdarah (DBD) karena dapat menyebabkan kematian.

Kita harus tahu tentang manfaat menjaga kebersihan lingkungan, karena menjaga kebersihan lingkungan sangatlah berguna untuk kita semua karena dapat menciptakan kehidupan yang aman, bersih, sejuk dan sehat [2]. Maka dari itu salah satu program KKN yang bertema 'kesehatan' hidup bersih dan sehat dengan memberikan edukasi yang berupa tentang GERMAS. Tujuan dari gerakan ini adalah menjalani hidup yang lebih sehat[3]. Gaya hidup sehat akan memberikan banyak manfaat, mulai dari peningkatan kualitas kesehatan hingga peningkatan produktivitas seseorang. Hal penting lain yang tidak boleh dilupakan dari pola hidup sehat adalah lingkungan yang bersih dan sehat serta mengurangi risiko mengeluarkan lebih banyak uang untuk biaya pengobatan saat sakit.[4].

Kesehatan merupakan hal yang fundamental dalam kehidupan manusia. Banyak sekali orang sakit dan keluarganya yang mengorbankan segala hartanya untuk mencari kesembuhan. Begitu pentingnya arti kesehatan sehingga sebagian orang lebih memilih mati daripada hidup tidak sehat dan tidak bisa berbuat apa-apa [5]. Di dalam tubuh terdapat kondisi sehat dan sakit, dimana kesehatan sangat bergantung pada kondisi keseimbangan unsur-unsur yang ada pada tubuh manusia, jika keseimbangan tubuh terganggu akan mengakibatkan kondisi tubuh yang tidak sehat dimana akan menimbulkan penyakit yang dapat menghambat aktivitas hidup sehari-hari, dapat menyebabkan gangguan. Secara umum, penyakit adalah keadaan diri dan lingkungan yang tidak seimbang [6].

Dengan demikian apabila seseorang tidak dapat menjaga keseimbangan antara dirinya dengan lingkungannya, atau organisme tubuhnya tidak berfungsi sebagaimana mestinya, maka orang tersebut dapat dikatakan sakit (Dalam mengatasi penyakit yang dialami seseorang perlu dilakukan sistem pelayanan kesehatan penyakit yang diderita, baik perilaku seseorang untuk menjaga tubuhnya agar selalu sehat sehingga jauh dari penyakit [7]. Dalam antropologi, konsep perilaku kesehatan disebut perawatan kesehatan. Sistem pelayanan kesehatan mengintegrasikan komponen terkait dengan kesehatan yang meliputi keyakinan tentang kausalitas tidak sehat, aturan dan alasan pemilihan dan penilaian perawat, posisi dan peran, kekuasaan, latar belakang interaksi, institusi, jenis sumber daya dan praktisi perawat yang tersedia [8]. Perilaku dalam pelayanan kesehatan ini bertujuan untuk memecahkan masalah utama yaitu penyembuhan [9]. Kesehatan dapat diperoleh melalui pelayanan kesehatan.

Pada dasarnya setiap Komunitas di seluruh dunia memiliki sistem perawatan kesehatan mereka sendiri. [10] menjelaskan bahwa ada 3 sistem pelayanan kesehatan yaitu sistem pelayanan profesionalisme, sistem pengobatan perdukunan dan pengobatan umum/pengobatan mandiri/rumah. Sistem asuhan profesional adalah pelayanan dan perawatan melalui institusi medis modern yang dipengaruhi oleh tenaga profesional seperti dokter, bidan dan perawat perawat dengan keahlian di berbagai bidang. Di negara-negara Barat, kedokteran formal menonjol dari sudut pandang ilmiah, yang mencerminkan orientasi ilmiah yang menjadi ciri khas negara-negara tersebut selama tiga abad. Di banyak masyarakat non-Barat, kelompok konsensus mendasarkan keputusan [11]. Dalam masyarakat ini, keputusan kesehatan utama dicapai dengan cara yang sama, dan baru setelah itu dibuat musyawarah antara kerabat dan teman yang terlibat dengan orang sakit, kemudian keputusan akan diambil untuk menentukan langkah yang akan diambil..

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam kegiatan ini adalah bagaimana mengetahui pengertian kesehatan lingkungan, mengetahui pentingnya kesehatan dan kebersihan di sekitar lingkungan, mengenal pola hidup sehat, memberikan penjelasan tentang pengertian kesehatan lingkungan dan perilaku hidup sehat, dan mengetahui hal-hal untuk memenuhi hidup bersih dan sehat. Sedangkan tujuan dari kegiatan adalah untuk memberikan edukasi atau pengetahuan kepada masyarakat tentang menjaga kebersihan dan menjaga kesehatan tersebut penting; mengajakan anak-anak dan warga sekitar serta pendatang untuk memakai masker serta selalu menggunakan hand sanitizer; meningkatkan hubungan perguruan tinggi dengan Pemerintah Kabupaten, Pemerintah Desa, dan Masyarakat secara langsung serta belajar memahami ciri-ciri masyarakat pedesaan yang majemuk dengan segala cara masing-masing Hidup.

2. BAHAN DAN METODE

2.1. Metode Kegiatan

Metode Pelaksanaan Kegiatan Metode Pelaksanaan Kegiatan yang digunakan adalah sebagai berikut:

1. Metode Pengamatan (Observasi) Pengamatan adalah suatu cara pengumpulan data dengan mengamati dan mencatat secara sistematis fenomena-fenomena yang ada di lingkungannya. Desa Sampe Raya [12]. Dalam metode observasi ini, penulis terjun langsung untuk melihat langsung pelaksanaan KKN, kegiatan dan fenomena sosial yang terjadi akibat pelaksanaan KKN yang dilaksanakan. Data yang dibutuhkan dalam metode observasi ini adalah, observasi langsung di lokasi, pelaksanaan proses, kegiatan pembersihan lingkungan seperti masker kain dan hand sanitizer [13].
2. Metode Dokumentasi Dalam penelitian kualitatif terdapat sumber data yang berasal dari bukan orang seperti dokumen, foto. Metode dokumentasi ini merupakan salah satu jenis pengumpulan data yang paling mudah, karena peneliti hanya mengamati benda mati dan sewaktu-waktu mudah untuk merevisinya karena sumber datanya tetap dan tidak berubah. Dokumen yang diperlukan dalam penelitian ini antara lain struktur organisasi desa[14].

2.2. Rencana Kegiatan

Tabel 1. Rencana Kegiatan KKN

No	Nama Kegiatan	Tempat	Jumlah Peserta	Keterangan
1	Sosialisasi pentingnya kesehatan lingkungan (pembagian masker)	Di sekitar dusun Batu Mandi	50 person	Penduduk Setempat dan Wisatawan Warga Lokal,
2	Pembersihan sampah pekarangan dan sampah di sungai	Di sekitar rumah warga dan aliran sungai Dusun Batu Mandi	100 person	Wisatawan beserta Peserta KKN
3	Menyediakan tong sampah ke setiap dusun di Desa Sampe Raya	Dusun Sampe Raya	13 person	Peserta KKN dan Kepala Dusun



Gambar 1. Lokasi KKN

3. HASIL DAN DISKUSI

3.1. Sosialisasi Kepada Warga Tentang Pentingnya Menjaga Kesehatan Dengan Lingkungan Yang Bersih dan Sehat

Kegiatan ini merupakan program kerja utama dalam kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Sampe Raya, dimana kegiatan ini berlangsung di salah satu dusun di desa Sampe Raya. Sosialisasi ini berlangsung secara visual dengan warga setempat. Sosialisasi tersebut berisi edukasi tentang betapa pentingnya untuk selalu menjaga dan menerapkan hidup sehat serta menjaga lingkungan yang bersih dan sehat serta mengandalkan Media Sosial.

3.2. Pembagian Masker Dan Hand Sanitizer.

Kegiatan ini dilaksanakan di Desa Sampe Raya didampingi oleh Kepala Dusun selama melaksanakan kegiatan tersebut. Karena Desa Sampe Raya merupakan kawasan wisata sehingga banyak sekali akses keluar masuk masyarakat sehingga sangat penting untuk selalu menjaga kesehatannya, terlebih lagi suasana pasca pandemi masih sangat terasa sehingga dengan itu saya bersama rombongan selalu saling mengingatkan untuk selalu menjaga kesehatan salah satunya dengan selalu menggunakan hand sanitizer dimanapun dan masker saat bepergian bersama kami membagikan masker dan hand sanitizer di setiap dusun seperti Klinik Bidan, Sekolah, Masjid, Warung dan juga Rumah Masyarakat Setempat. Pembagian masker juga dilakukan di pemukiman warga Desa Sampe Raya. Masker dibagikan kepada masyarakat yang tidak menggunakan masker dan kepada warga yang berkeliaran di sekitar pemukiman tanpa masker. Kemudian dilakukan pembagian hand sanitizer. Di sekitar kawasan wisata [15].

3.3. Pembersihan Irigasi Sungai Sekitar Desa Sampe Raya

Melaksanakan kegiatan pengurangan sampah di sekitar aliran sungai yang biasa disebut Clean Up Clean Up ini dilakukan dalam rangka mengurangi jumlah sampah yang ada di sekitar aliran sungai, kemudian sampah tersebut dapat didaur ulang, sehingga lingkungan sekitar sungai terlihat lebih bersih. Lingkungan yang bersih juga menciptakan gaya hidup sehat. Semua sampah yang ada dibersihkan sampai tidak ada satu pun sampah dan kemudian sampah dikumpulkan, dibuang ke bank sampah dimana bank sampah tersebut tepatnya di Project Wings Bukit Lawang [16].



Gambar 2. Kegiatan Membersihkan Irigasi

3.4. Project Wings Recyclingdorf (Daur Ulang Sampah Plastik)

Aksi ini dilakukan di sekitar aliran desa Batu Mandi yang melibatkan warga sekitar, peserta KKN serta wisatawan mancanegara. Aksi ini bertujuan agar seluruh masyarakat dan wisatawan yang berada di Bukit Lawang dapat memilah sampah yang dihasilkan dari rumah tersebut, terutama sampah plastik, sehingga proses pengelolaan di Bank Sampah akan lebih mudah untuk diproses. maka sebagai kawasan wisata dan berdekatan dengan kawasan Taman Nasional Gunung Leuser, Bukit Lawang harus bersih dari sampah dan memiliki sistem pengelolaan sampah yang baik.[17].



Gambar 3. Pembagian Tong Sampah

3.5. Kegiatan Tambahan Dilaksanakan Untuk Meriahkan Acara 17 Agustus 2022

Dimana kegiatan ini berlangsung karena waktu KKN kita bertepatan pada bulan Agustus, dimana bulan ini merupakan bulan yang selalu menjadi bulan setiap tahunnya semarak di Indonesia karena seluruh warga di berbagai wilayah Indonesia sangat antusias untuk merayakan hari jadi kemerdekaan RI. Republik Indonesia. Tak hanya menghiasi dan mendekorasi kampung dan rumah tinggal dengan berbagai pernik-pernik dan atribut khas 17, di beberapa daerah tradisi lain juga biasanya menggelar perayaan yang semakin meriah. Acara ini diadakan di Balai Desa Sampe Raya [18]



Gambar 4. Kegiatan 17 Agustus

3.6. Kegiatan Senam Massal Bersama Seluruh Warga Lokal, Wisatawan

Senam yang dilakukan di Indomaret Bukit Lawang ini merupakan kegiatan rutin yang dilakukan setiap minggu yang dimotori oleh sanggar senam setempat, mereka mengajak seluruh warga dan wisatawan untuk senam pagi yang manfaatnya sangat baik untuk kesehatan tubuh, acara ini sangat meriah dan sibuk setiap minggu [19].



Gambar 5. Pemanasan sebelum Clean Up

3.7. Kegiatan Tambahan "Menghadiri Peringatan Orang Utan Sedunia"

Tanggal 19 Agustus 2022 adalah Hari Orang Utan sedunia, maka kami diundang oleh Bapak Said Harahap yang merupakan salah satu dosen UMSU yang hadir pada acara tersebut. Tempatnya di ROCK ISLAND yang terletak di tepi sungai Bukit Lawang ini juga dihadiri oleh banyak wisatawan, warga sekitar, juga peserta KKN, serta dihadiri juga oleh Bupati Langkat dan beberapa media.



Gambar 6. Bersama Bupati Langkat

4. KESIMPULAN

Kebersihan lingkungan merupakan salah satu faktor utama bagi kelangsungan hidup bersih, sehat dan nyaman. Terhindar dari berbagai macam penyakit merupakan keinginan setiap orang. Dalam menjaga kebersihan lingkungan tidak hanya diri kita sendiri, tetapi juga masyarakat, dan juga pemerintah. Minimnya perhatian masyarakat terhadap lingkungan sangat familiar saat ini. Kebanyakan dari mereka berpikir secara parsial dan hanya ingin menguntungkan dirinya sendiri, seperti masalah pembuangan limbah yang tidak tepat, pembuangan limbah pabrik, polusi udara, polusi air, dan lain-lain. Kasus yang menyangkut masalah kebersihan lingkungan hidup yang selalu mempengaruhi kesehatan masyarakat setiap tahunnya selalu meningkat. Masyarakat juga perlu memperbaiki lingkungan dan dapat melakukan kegiatan pembangunan yang dapat membantu daya dukung lahan secara serasi dan lestari. Jadi Anda bisa melihat sendiri bagaimana keadaan di sekitar lingkungan kita. Wabah penyakit tersebar luas di seluruh pelosok kota, akibatnya kondisi lingkungan menjadi sangat membaik. Oleh karena itu, kesehatan masyarakat juga perlu diperhatikan memperhatikan tidak hanya berbicara atau berteori tentang penyakit tetapi juga bagaimana mengatasi masalah kesehatan masyarakat dalam rangka menjaga dan meningkatkan kesehatan masyarakat. Jadi, jika kita bisa menjaga kebersihan lingkungan dan menjaga kesehatan lingkungan, pasti kita terhindar dari segala macam penyakit, sehingga lingkungan hidup nyaman dan nyaman., kedamaian akan tercipta.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pengabdian Masyarakat (PKM) ini dapat terlaksana dengan baik dengan dukungan dan pendampingan serta kerjasama yang baik antara mitra masyarakat Desa Sampe Raya, Kepala Desa, Kepala Dusun yang telah banyak memberikan bantuan dan kesempatan serta seluruh masyarakat yang tinggal di Desa Sampe Raya yang mendukung penuh kegiatan ini. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu penulis selama pelaksanaan kegiatan PKM ini.

REFERENSI

- [1]. Peraturan Pemerintah (PP), "Peraturan Pemerintah (PP) Nomor 27 Tahun 2020 tentang Pengelolaan Sampah Spesifik," Jakarta, 2020. [Online].
- [2]. Suryaden, "Permen LHK 14 tahun 2021 tentang Pengelolaan Sampah pada Bank Sampah," *Beranda Lingkungan*, Jakarta, Sep. 2021.
- [3]. B. Sekarninngrum, Y. Suprayogi, and D. Yunita, "SOSIALISASI DAN EDUKASI KANGPISMAN (KURANGI, PISAHKAN DAN MANFAATKAN SAMPAH)," *J. Pengabd. Kpd. Masy.*, vol. 3, no. 1, pp. 73–86, 2020, doi: [I:http://10.24198/kumawula.v3i1.25244](http://10.24198/kumawula.v3i1.25244).
- [4]. E. Andina, "Analisis Perilaku Pemilahan Sampah di Kota Surabaya," *J. Masal. Sos.*, vol. 10, no. 2, 2019, doi: <https://doi.org/10.22212/aspirasi.v10i2.1424>.
- [5]. M. Chaerul and S. U. Zatadini, "Perilaku Membuang Sampah Makanan dan Pengelolaan Sampah Makanan di Berbagai Negara: Review," *J. Ilmu Lingkung.*, vol. 18, no. 3, pp. 455–466, 2020
- [6]. C. W. Purnomo, *SOLUSI PENGELOLAAN SAMPAH KOTA*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 2023.
- [7]. A. Apriyani, M. M. Putri, and S. Y. Wibowo, "Pemanfaatan sampah plastik menjadi ecobrick," *J. Masy. Berdaya dan Inov.*, vol. 1, no. 1, 2020, doi: <http://dx.doi.org/10.24127/bioedukasi.v7i1.491>.
- [8]. W. T. Putra and Ismaniar, "Pemberdayaan Masyarakat Melalui Pengelolaan Sampah di Bank Sampah," *J. Community Empower.*, vol. 1, no. 2, 2020, doi: <https://doi.org/10.37411/jjce.v1i2.569>.

- [9]. Suryani and S. Anih, "Peran Bank Sampah Dalam Efektivitas Pengelolaan Sampah (Studi Kasus BankSampah Malang)," 2014.
- [10]. R. Alfian and A. Phelia, "EVALUASI EFEKTIFITAS SISTEM PENGANGKUTAN DAN PENGELOLAAN SAMPAH DI TPA SARIMUKTI KOTA BANDUNG," *J. Infrastructural Civ. Eng.*, vol. 2, no. 1, 2021, doi: <https://doi.org/10.33365/jice.v2i01.1084>.
- [11]. S. Sopiah, *Perilaku Organisasional*. Yogyakarta: CV. Andi Offset, 2008.
- [12]. B. A. Septiani, D. M. Arianie, V. F. A. A. Risman, W. Handyani, and I. S. S. Kawuryan, "Pengelolaan Sampah Plastik di Salatiga: Praktik dan Tantangan," *J. Ilmu Lingkungan*, vol. 17, no. 1, pp. 90–99, 2019.
- [13]. N. L. P. Juniartini, "Pengelolaan Sampah Dari Lingkup Terkecil dan Pemberdayaan Masyarakat sebagai Bentuk Tindakan Peduli Lingkungan," *J. Bali Membangun Bali*, vol. 1, no. 1, 2020
- [14]. Y. A. Pravasanti and S. Ningsih, "BANK SAMPAH UNTUK PENINGKATAN PENDAPATAN IBU RUMAH TANGGA," *Budimas J. Pengabd. Masy.*, vol. 2, no. 1, 2020, doi: <http://dx.doi.org/10.29040/budimas.v2i1.1015>.
- [15]. D. Ariefahnoor, N. Hasanah, and A. Surya, "PENGELOLAAN SAMPAH DESA GUDANG TENGAH MELALUI MANAJEMEN BANK SAMPAH," *J. Kacapuri (Jurnal Keilmuan Tek. Sipil)*, vol. 3, no. 1, 2020, doi: <http://dx.doi.org/10.31602/jk.v3i1.3594>.
- [16]. R. Auliani, "Peran Bank Sampah Induk dalam Pengelolaan Sampah Kota Medan," *J. ABDIDAS*, vol. 1, no. 5, pp. 306–486, 2020, doi: <https://doi.org/10.31004/abdidas.v1i5.80>.
- [17]. R. Oktavijanthi, R. N. Agus, and U. Sholahudin, "3R: Suatu Alternatif Pengolahan Sampah Rumah Tangga," *Kaibon Abhinaya J. Pengabdian Masy.*, vol. 1, no. 2, 2019, doi: <https://doi.org/10.30656/ka.v1i2.1538>.
- [18]. M. M. Solihin, P. Mulyono, and D. Sadono, "Partisipasi Ibu Rumah Tangga dalam Pengelolaan Sampah melalui Bank Sampah di Desa Ragajaya, Bojonggede - Bogor Jawa Barat," *J. Ilmu Lingkungan*, vol. 17, no. 2, pp. 388–398, 2019.
- [19]. Murdani, S. Widayani, and Hadromi, "Pengembangan Ekonomi Masyarakat Melalui Pemberdayaan Usaha Mikro Kecil dan Menengah (Studi di Kelurahan Kandri Kecamatan Gunungpati Kota Semarang)," *J. Pengabd. Kpd. Masy.*, vol. 23, no. 2, pp. 152–157, 2019, doi: <https://doi.org/10.15294/abdimas.v23i2.17893>.