

Penyuluhan Rumah Sehat pada Kelompok Karang Taruna di Kabupaten Soppeng

Nur Anny S. Taufieq¹, Irma Aswani Ahmad²

^{1,2}Fakultas Teknik, Universitas Negeri Makassar

Abstract. Environmental quality is less well marked, with many residents who suffer from diarrhea and tuberculosis. Its caused by citizens' lack of knowledge about the importance of healthy homes and healthy home requirements. Improving the quality of the environment can be done through the role of the youth organization. Problems in community service are still common public knowledge of the importance of the home and the terms of a healthy home. Based on the above problems, the community service aims to increase the general understanding of the importance of healthy homes and healthy home requirements. The method used in the public service increases public knowledge of the importance of healthy homes and healthy home terms; the technique used is lectures, discussion, and debate. The results showed that community service activities increase the importance of healthy homes and healthy home terms, showing that motivation and enthusiasm in participating in these materials are very high. Suggestions for community service are: (1) Keep the same activity in other regions to know the importance of healthy homes and requirements, and (2) Should community service activities be carried out sustainably.

Keywords: healthy home, environmental quality, environmental knowledge

PENDAHULUAN

Kabupaten Soppeng merupakan salah satu bagian dari Provinsi Sulawesi Selatan yang terletak antara 4°06' dan 4°32' Lintang Selatan dan antara 119°47'18" dan 120°06'13" Bujur Timur. Kecamatan Liliroja merupakan salah satu wilayah di Kabupaten Soppeng dengan luas wilayah 96 km² dan jumlah penduduk 27.300 jiwa atau kepadatan sebesar 284 jiwa/km² (BPS, 2020).

Rumah yang baik, tidak harus besar dan mewah, tetapi harus memenuhi syarat kesehatan, sehingga para penghuninya dapat beraktivitas dengan nyaman. Menurut Winslow, rumah sehat memiliki beberapa kriteria, yakni dapat memenuhi kebutuhan fisiologis dan psikologis; serta dapat menghindarkan terjadinya kecelakaan dan penularan penyakit. Agar (penghuni) rumah menjadi sehat, ada beberapa hal yang perlu diperhatikan yaitu:

1) Ventilasi udara

Rumah sehat harus memiliki ventilasi udara yang cukup agar sirkulasi udara lancar dan udara menjadi segar. Ventilasi udara membuat kadar oksigen di dalam rumah tetap terjaga sekaligus menjaga kelembapan rumah.

2) Pencahayaan

Rumah sehat harus memiliki pencahayaan alami yang cukup. Rumah yang kekurangan cahaya matahari sangat lembap dan tidak nyaman serta rawan terhadap bibit penyakit.

3) Lantai

Lantai kedap air adalah syarat bagi rumah sehat. Bahannya bisa beragam: ubin, semen, kayu, atau keramik. Lantai yang berdebu atau becek selain tidak nyaman juga bisa menjadi sarang penyakit.

4) Atap dan langit-langit

Genteng tanah liat terbilang paling cocok untuk rumah di daerah tropis seperti Indonesia karena lebih mampu menyerap panas matahari. Sebaiknya hindari penggunaan atap seng atau asbes karena dapat menyebabkan hawa ruangan menjadi panas.

5) Pembuangan limbah

Setiap hari rumah menghasilkan limbah kamar mandi, dapur dan sampah. Rumah sehat harus memiliki *septic tank* dan pembuangan air limbah yang tidak mencemarkan tanah dan air tanah serta tidak berbau. Posisi *septic tank* sebaiknya dibuat sejauh mungkin dengan pompa air.

6) Air bersih

Rumah sehat harus memenuhi kebutuhan air bersih bagi para penghuninya, yakni minimal 60 liter per hari per orang, untuk minum, mandi, mencuci dan lain-lain.

7) Polusi dan kontaminasi

Polusi yang paling banyak dihasilkan rumah berasal dari asap dapur. Untuk itu, rumah sebaiknya memiliki pembuangan asap agar tidak mencemari ruangan lain. Hindari pula penggunaan cat dari bahan-bahan berbahaya yang berpotensi mengganggu sistem pernafasan penghuni.

Berdasarkan data kesehatan penduduk di Kecamatan Liriaja diperoleh jumlah penderita penyakit diare sebanyak 787 jiwa, sedangkan penderita TB sebanyak 31 orang. Kedua jenis penyakit ini terkait dengan kondisi rumah dan sanitasi yang kurang baik. Selanjutnya berdasarkan hasil observasi pada beberapa titik di wilayah ini, nampak bahwa masih terdapat rumah dengan kondisi yang kurang sehat, seperti luas ventilasi yang kurang memadai, tidak adanya jamban keluarga serta tidak memadainya saluran drainase lingkungan atau terjadinya genangan air.

Berdasarkan analisis situasi diatas, maka masalah utama adalah rumah penduduk belum memenuhi syarat rumah sehat. Masalah pengabdian kepada masyarakat ini adalah masih rendahnya pengetahuan masyarakat akan pentingnya rumah dan syarat-syarat rumah sehat. Jadi dirumuskan masalah secara spesifik sebagai berikut:

- a. Kondisi luas ventilasi tidak memadai
- b. Jamban keluarga umumnya tidak tersedia
- c. Saluran drainase tidak berfungsi
- d. Terjadinya genangan air di depan rumah, rawan sumber penyakit

Munculnya permasalahan tersebut, maka perlu untuk memberikan solusi untuk membantu warga mengatasi permasalahan tersebut. Solusi yang diberikan adalah melakukan kegiatan penyuluhan kepada warga tentang rumah sehat. Memberikan gambaran bahwa menciptakan rumah sehat tidaklah susah. Selanjutnya memberikan pemahaman bahwa kualitas kesehatan akan meningkat dengan memiliki rumah yang sehat.

Olehnya itu, maka perlu dilakukan upaya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang syarat rumah sehat sebagai bagian peningkatan kualitas kesehatan masyarakat.

METODE YANG DIGUNAKAN

Berdasarkan hasil identifikasi masalah dan survey maka program Kemitraan Masyarakat (PKM) akan melaksanakan kegiatan penyuluhan tentang rumah sehat. Kegiatan ini dalam upaya peningkatan kualitas kesehatan lingkungan dan kesehatan warga.

Metode utama yang ditempuh dalam kegiatan Program Kemitraan Masyarakat (PKM) ini adalah:

1. Melakukan perizinan (mengantar surat tugas) dari LP2M UNM ke pemerintah Kecamatan Liliraja dan meminta kesediaan waktu untuk melakukan penyuluhan.
2. Menyediakan alat bantu pembelajaran seperti Laptop dan LCD untuk merealisasikan kegiatan pelatihan.
3. Mengumpulkan peserta pelatihan (mitra) pada suatu ruangan yang telah disiapkan.
4. Melakukan penyuluhan akan pentingnya rumah sehat dan syarat-syarat rumah sehat yang melibatkan masyarakat setempat.

Rencana kegiatan program pengabdian ini berupa kegiatan penjelasan materi tentang pentingnya rumah sehat dan syarat-syarat rumah sehat. Seluruh kegiatan penjelasan materi teori dan materi latihan direncanakan berlangsung selama 2 hari. Hari pertama dilaksanakan kegiatan pembukaan langsung memasuki materi teori. Hari kedua diisi dengan kegiatan latihan pemberian contoh rumah sehat. Kegiatan pelatihan akan dilaksanakan pada salah satu lokasi yang telah disediakan sebelumnya oleh pihak pemerintah Kecamatan Liliraja.

Materi dalam pengabdian masyarakat ini yaitu materi tentang bagaimana cara meningkatkan pengetahuan masyarakat akan pentingnya rumah sehat dan syarat-syarat rumah sehat. Metode yang digunakan dalam penyampaian materi ini adalah metode ceramah, tanya jawab dan diskusi untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat akan pentingnya rumah sehat dan syarat-syarat rumah sehat.

Peserta yang mengikuti penjelasan materi ini adalah Karang Taruna Kecamatan Liliraja Kabupaten Soppeng. Sedangkan jumlah pemateri yang memberikan penjelasan materi adalah sebanyak 2 orang yang terdiri dari ketua dan anggota tim pelaksana kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

PELAKSANAAN DAN HASIL KEGIATAN

Tahapan kegiatan penyuluhan ini terdiri dari dua tahap. Yaitu tahap pertama berupa penjelasan tentang syarat-syarat rumah sehat. Selanjutnya tahap kedua penjelasan denah rumah sehat. Penjelasan pada tahap pertama secara rinci adalah sebagai berikut.

Lantai

Saat ini, ada berbagai jenis lantai rumah. Lantai rumah dari semen atau ubin, kermik, atau cukup tanah biasa yang dipadatkan. Syarat yang penting disini adalah tidak berdebu pada musim kemarau dan tidak becek pada musim hujan. Lantai yang basah dan berdebu merupakan sarang penyakit.

Atap

Atap genteng adalah umum dipakai baik di daerah perkotaan maupun di pedesaan. Di samping atap genteng adalah cocok untuk daerah tropis juga dapat terjangkau oleh masyarakat dan bahkan masyarakat dapat membuatnya sendiri. Namun demikian banyak masyarakat pedesaan yang tidak mampu untuk itu maka atap daun rumbai atau daun kelapa pun dapat dipertahankan. Atap seng maupun asbes tidak cocok untuk rumah pedesaan, disamping mahal juga menimbulkan suhu panas di dalam rumah.

Ventilasi

Ventilasi rumah mempunyai banyak fungsi. Fungsi pertama adalah untuk menjaga agar aliran udara di dalam rumah tersebut tetap segar. Hal ini berarti keseimbangan O_2 yang diperlukan oleh penghuni rumah tersebut tetap terjaga. Kurangnya ventilasi akan menyebabkan kurangnya O_2 di dalam rumah yang berarti kadar CO_2 yang bersifat racun bagi penghuninya menjadi meningkat. Di samping itu tidak cukupnya ventilasi akan menyebabkan kelembaban udara di dalam ruangan naik karena terjadi proses penguapan cairan dari kulit dan penyerapan.

Kelembaban akan merupakan media yang baik untuk bakteri-bakteri patogen (bakteri-bakteri penyebab penyakit). Fungsi kedua daripada ventilasi adalah membebaskan udara ruangan dari bakteri-bakteri terutama bakteri patogen karena disitu selalu terjadi aliran udara yang terus-menerus. Bakteri yang terbawa oleh udara akan selalu mengalir. Fungsi lainnya adalah untuk menjaga agar ruangan rumah selalu tetap di dalam kelembaban (humidity) yang optimum.

Ada 2 macam ventilasi, yakni ventilasi alamiah, di mana aliran udara di dalam ruangan tersebut terjadi secara alamiah melalui jendela, pintu, lubang angin, lubang-lubang pada dinding dan sebagainya. Di pihak lain ventilasi alamiah ini tidak menguntungkan karena juga merupakan jalan masuknya nyamuk dan serangga lainnya ke dalam rumah. Untuk itu harus ada usaha-usaha lain untuk melindungi kita dari gigitan-gigitan nyamuk tersebut.

Sedangkan ventilasi buatan, yaitu dengan mempergunakan alat-alat khusus untuk mengalirkan udara tersebut, misalnya kipas angin dan mesin pengisap udara. Tetapi jelas alat ini tidak cocok dengan kondisi rumah di pedesaan. Perlu diperhatikan disini bahwa sistem pembuatan ventilasi harus dijaga agar udara tidak mandeg atau membalik lagi, harus mengalir. Artinya di dalam ruangan rumah harus ada jalan masuk dan keluarnya udara.

Cahaya

Rumah yang sehat memerlukan cahaya yang cukup, tidak kurang dan tidak terlalu banyak. Kurangnya cahaya yang masuk ke dalam ruangan rumah, terutama cahaya matahari disamping kurang nyaman, juga merupakan media atau tempat yang baik untuk hidup dan berkembangnya bibit-bibit penyakit. Minimal intensitas cahaya sebesar 60 lux dan tidak menyilaukan (Kepmenkes, 1999).

Cahaya dapat dibedakan menjadi dua, yakni cahaya alamiah dan cahaya buatan. Cahaya alamiah yaitu cahaya matahari. Cahaya ini sangat penting karena dapat membunuh bakteri-bakteri patogen didalam rumah, misalnya baksil TBC. Oleh karena itu, rumah yang sehat harus mempunyai jalan masuk cahaya yang cukup. Seyogyanya jalan masuk cahaya (jendela) luasnya sekurang-kurangnya 15-20% dari luas lantai yang terdapat dalam ruangan rumah. Selanjutnya, cahaya buatan yaitu menggunakan sumber cahaya yang bukan alamiah, seperti lampu minyak tanah, listrik, api dan sebagainya.

Luas Bangunan Rumah

Luas lantai bangunan rumah sehat harus cukup untuk penghuni di dalamnya, artinya luas lantai bangunan tersebut harus disesuaikan dengan jumlah penghuninya. Luas bangunan yang tidak sebanding dengan jumlah penghuninya akan menyebabkan perjubelan (overcrowded). Hal ini berdampak kurang baik terhadap kesehatan penghuninya, sebab disamping menyebabkan kurangnya konsumsi O₂ juga bila salah satu anggota keluarga terkena penyakit infeksi, akan mudah menular kepada anggota keluarga yang lain.

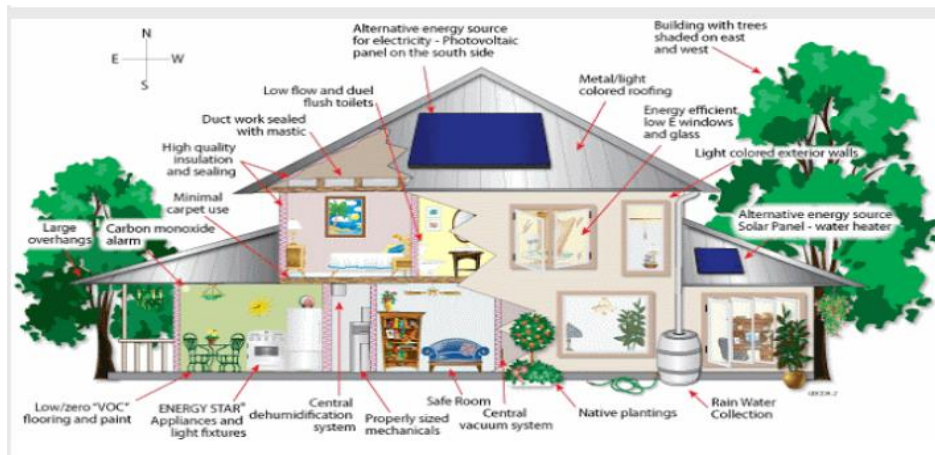
Fasilitas-fasilitas di dalam Rumah Sehat

Rumah yang sehat harus mempunyai fasilitas-fasilitas yaitu penyediaan air bersih yang cukup, pembuangan tinja, pembuangan air limbah (air bekas), pembuangan sampah, fasilitas dapur, ruang berkumpul keluarga. Sedangkan untuk rumah di pedesaan lebih cocok adanya serambi (serambi muka atau belakang).

Di samping fasilitas-fasilitas tersebut, ada fasilitas lain yang perlu diadakan tersendiri untuk rumah pedesaan adalah kandang ternak. Oleh karena ternak adalah merupakan bagian hidup para petani, maka kadang-kadang ternak tersebut ditaruh di dalam rumah. Hal ini tidak sehat karena ternak kadang-kadang merupakan sumber penyakit. Sebaiknya, demi kesehatan, ternak harus terpisah dari

rumah tinggal atau dibuatkan kandang tersendiri.

Selanjutnya penjelasan pada tahap kedua berupa contoh rumah sehat beserta denah lengkapnya. Adapun bentuk rumah sehat dapat dilihat pada Gambar 1 dan Gambar 2 .



Gambar 1. Contoh Rumah Sehat



Gambar 2. Contoh Denah Rumah Sehat

Kegiatan dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat akan pentingnya rumah sehat dan syarat-syarat rumah sehat diikuti dengan penuh perhatian. Hal ini ditandai dengan aktifnya peserta dalam mengikuti penjelasan materi dalam pengetahuan masyarakat akan pentingnya rumah sehat dan syarat-syarat rumah sehat yang disampaikan oleh pemateri (Gambar 3).



Gambar 3. Peserta Kegiatan Penyuluhan

Kegiatan ini disadari oleh peserta kegiatan sebagai salah satu usaha untuk meningkatkan

pengetahuan anggota Karang Taruna akan pentingnya rumah sehat dan syarat-syarat rumah sehat. Atas dasar ini peserta kegiatan dapat lebih bergairah untuk mengikuti kegiatan tersebut.

Pada saat kegiatan berlangsung terlihat, sebagai berikut:

1. Peserta sangat termotivasi untuk mengikuti seluruh rangkaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini mulai dari awal sampai kegiatan ini berakhir.
2. Peserta sangat antusias mengikuti materi, karena materi yang diberikan merupakan hal baru bagi mereka.

Dukungan yang ada selama kegiatan pengabdian ini berupa kesediaan peserta pelatihan menyediakan waktu selama dua hari untuk mengikuti seluruh rangkaian kegiatan pelatihan mulai saat pembukaan sampai penutupan kegiatan pengabdian ini. Di samping itu, dukungan berupa kesediaan mitra untuk menyediakan ruang untuk kegiatan pelatihan. Dukungan lain, dari pemerintahan Kecamatan Liliraja Kabupaten Soppeng yang telah memberikan izin untuk melakukan kegiatan pengabdian ini.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan yang telah diuraikan sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa pengetahuan masyarakat akan pentingnya rumah sehat dan syarat-syarat rumah sehat di Kecamatan Liliraja Kabupaten Soppeng telah dipahami dan dimengerti dengan baik. Hasil kegiatan PKM menunjukkan bahwa motivasi dan semangat mereka dalam mengikuti materi tersebut sangat tinggi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Program Kemitraan Masyarakat ini dapat terselenggara atas bantuan, arahan, dan dukungan moral maupun material dari berbagai pihak. Untuk itu kami ucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Makassar selaku pembina Universitas Negeri Makassar.
2. Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Negeri Makassar dan Pemerintah Kabupaten Soppeng, atas izin dan dukungannya dalam melakukan kegiatan program kemitraan masyarakat ini.
3. Semua pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan kegiatan program kemitraan masyarakat ini yang tidak sempat kami sebut namanya satu persatu.

DAFTAR PUSTAKA

- BPS, 2020, Kecamatan Liliraja dalam Angka 2020, BPS Kabupaten Soppeng/BPS-Statistics of Soppeng Regency.
- Kemenkes, 1999, Persyaratan Kesehatan Perumahan, Kemenkes RI No. 829/MENKES/SK/VII/1999.