


Sosialisasi Pola Hidup Bersih dan Sehat melalui Giat Bersih Lingkungan Pemukiman Transmigran Kecamatan Ledo

Rita Kurnia Apindiati

Program Studi Agroteknologi, Fakultas Pertanian, Universitas Tanjungpura

Email : rita.kurnia@faperta.untan.ac.id

INFORMASI ARTIKEL	ABSTRAK
<p>Kata Kunci: PHBS <i>Aedes aegypti</i> <i>Anopheles sp</i> <i>Culex sp</i> Desa Suka Jaya PKM</p>	<p>Pola hidup bersih dan sehat (PHBS) adalah suatu upaya secara individu atau kolektif terkait perilaku kesehatan dengan tujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini adalah mensosialisasikan PHBS melalui giat bersih sampah di lingkungan pemukiman warga dan fasilitas umum, serta ceramah edukatif PHBS terkait bagaimana memutus perkembangbiakan nyamuk <i>Aedes aegypti</i>, nyamuk <i>Anopheles sp</i> dan <i>Culex sp</i>. Nyamuk-nyamuk ini adalah vektor dari berbagai jenis penyakit virus, serta faktor-faktor yang harus diperhatikan untuk mendukung tercapainya derajat kesehatan yang lebih baik. Kegiatan giat bersih diikuti oleh semua warga di daerah Transmigran Desa Suka Jaya Kecamatan Ledo, dengan membersihkan masing-masing wilayah rumah dan sekitarnya, sedangkan ceramah edukatif diikuti oleh 20 orang peserta sebagai perwakilan dari masyarakat. Dari hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan kemampuan masyarakat dalam mengolah sampah di lingkungan masing-masing serta pengetahuan dalam memutuskan mata rantai perkembangbiakan nyamuk di lingkungan warga.</p>
<p>Keywords: PHBS <i>Aedes aegypti</i> <i>Anopheles sp</i> <i>Culex sp</i> Suka Jaya Village PKM</p>	<p>ABSTRACT</p> <p>A clean and healthy lifestyle (PHBS) is an individual or collective effort related to health behavior with the aim of improving the level of public health. The aim of this community service activity (PKM) is to socialize PHBS through actively cleaning up rubbish in residential areas and public facilities, as well as PHBS educational lectures related to how to stop the breeding of <i>Aedes aegypti</i> mosquitoes, <i>Anopheles sp</i> and <i>Culex sp</i> mosquitoes. These mosquitoes are vectors of various types of viral diseases, as well as factors that must be considered to support the achievement of a better level of health. All residents in the Transmigrant area of Suka Jaya Village, Ledo District, took part in active cleaning activities, by cleaning each area of the house and its surroundings, while the educational lecture was attended by 20 participants as representatives of the community. The results of the activity show that there has been an increase in the community's ability to process waste in their respective environments as well as knowledge in breaking the chain of mosquito breeding in residents' environments.</p> <p>This is an open access article under the CC-BY-SA license.</p> 

I. PENDAHULUAN

Kemajuan ilmu pengetahuan berjalan seiring dengan semakin banyaknya pilihan hidup yang lebih praktis, tetapi di sisi lain meninggalkan berbagai persoalan sosial dan kesehatan di masyarakat. Tersedianya berbagai cemilan dan makanan dengan penampilan menarik, rasa enak tetapi nilai gizi kurang telah menggeser status kesehatan masyarakat, munculnya berbagai macam keluhan, selain menimbunnya sampah sisa kemasan yang sangat sulit untuk didaur ulang. Kemajuan berdampak baik bagi kehidupan, tetapi juga memiliki dampak buruk yang jika tidak ditangani akan menjadi persoalan serius dan sulit menyelesaikannya, seperti timbunan sampah terutama sampah plastik yang tidak dapat terurai baik di tanah ataupun di perairan.

Memasuki masa new normal setelah masa pandemi covid 19 hampir berjalan 3 tahun, kehidupan dalam masyarakat seperti mengalami perubahan menjadi lebih positif terutama dalam menjaga kesehatan lingkungan untuk meningkatkan derajat kesehatan secara individualistis maupun secara kolektif dalam lingkungan masyarakat (Andriansyah & Rahmantari, 2013).

Pola hidup bersih dan sehat (PHBS) adalah salah satu program promosi kesehatan (Muspita *et al.*, 2021), yang menitikberatkan pada beberapa aspek antara lain sanitasi dan drainase lingkungan, keseimbangan gizi makanan, pemeriksaan kesehatan berkala, pengolahan sampah, pemeliharaan kebersihan badan untuk mencegah paparan virus atau mikroorganisme lainnya, serta olahraga secara rutin. PHBS adalah Upaya tanggap cepat dari sektor kesehatan dalam menghadapi Covid 19 sejak tahun 2019. Setelah masa pandemic berlalu, sektor kesehatan kembali dihadapkan pada mewabahnya penyakit-penyakit seperti demam berdarah, malaria dan diare (Julianti *et al.*, 2018). Desa Suka Jaya adalah salah satu desa di kecamatan Ledo Kabupaten Bengkayang, merupakan daerah transmigrasi sehingga penduduknya mayoritas bekerja sebagai petani sawit dan beberapa di antaranya juga sebagai petani sayuran. Daerah ini, meskipun jauh dari wilayah perkotaan, tetapi juga merupakan wilayah yang terdampak covid 19, baik dari status kesehatan masyarakatnya maupun status perekonomian keluarga saat pandemi. Menghadapi kehidupan *new normal* pasca pandemi, desa yang secara administratif merupakan wilayah perbatasan negara, ikut berbenah dalam segala sendi kehidupan, termasuk kesehatan. Keluarga petani sawit memiliki aktivitas berkebun setiap hari, baik di kebun pribadi maupun perkebunan perusahaan yang ada di wilayah tersebut, sehingga memiliki keterbatasan bepergian untuk meninggalkan wilayahnya. Akses transportasi menuju desa tersebut sangat sulit karena hanya tersedia jalan tanah yang tidak dapat dilewati dengan kendaraan roda 2 dan roda 4 saat musim hujan. Demikian juga dengan pembuangan sampah, yang sulit dibuang karena jauh dari tempat akhir pembuangan sampah. Hal ini menjadi persoalan tersendiri, terutama jika sedang berjangkit penyakit seperti saat sekarang, wabah demam berdarah di wilayah Kalimantan Barat, dan mencegah timbulnya penyakit menular lain seperti malaria dan chikungunya.

Dalam usaha menghindarkan masyarakat dari penularan penyakit yang membutuhkan penanganan ke wilayah kota yang sulit ditempuh, tim pelaksana kegiatan berinisiatif untuk melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) secara mandiri, yaitu mengedukasi masyarakat terkait penyakit demam berdarah dan melakukan giat pengolahan sampah. Tujuan dari kegiatan PKM ini adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam mengolah sampah dan pembersihan lingkungan untuk mencegah perkembangbiakan nyamuk sebagai vektor penyakit malaria dan demam berdarah. Kegiatan edukasi dilaksanakan di balai desa Suka Jaya, diikuti oleh 20 orang warga Suka Jaya, dan giat bersih dilakukan di sepanjang jalan desa yang sering dibuat sebagai posko pembuangan sampah.

II. METODE

Kegiatan sosialisasi pola hidup bersih dan sehat melalui kegiatan giat bersih di desa Suka Jaya dilakukan melalui beberapa tahapan sebagai berikut :

1. Koordinasi tim pelaksana dengan tokoh masyarakat dan pemerintah desa terkait rencana pelaksanaan giat bersih bersama warga masyarakat, penetapan jadwal dan tempat kegiatan serta rencana penempatan pembuangan akhir sampah yang akan dikumpulkan di hari kegiatan.
2. Pelaksanaan kegiatan pada hari Selasa tanggal 15 Agustus 2023, diikuti oleh warga masyarakat desa Suka Jaya, sebanyak 20 orang menghadiri kegiatan edukasi di balai desa, dan warga lainnya yang tidak dapat hadir di balai desa, berpartisipasi mengumpulkan sampah di lingkungan rumah dan sekitarnya kemudian dikumpulkan di halaman rumah masing-masing.
3. Evaluasi kegiatan dilakukan dengan melihat aktivitas warga masyarakat dalam melakukan pengumpulan dan pengolahan sampah yang dikumpulkan, juga menilai bagaimana kemampuan peserta edukasi PHBS terkait dampak PHBS pada peningkatan derajat kesehatan masyarakat. Pengumpulan sampah dilaksanakan di areal tanah kosong, sekaligus menjadi tempat pembakaran sampah kering. Untuk plastik dan material sampah lainnya selanjutnya dipisahkan untuk diserahkan kepada pemulung yang setiap Minggu datang ke wilayah desa Suka Jaya.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan semua hal yang berhubungan dengan perilaku kesehatan, dilakukan atas kesadaran pribadi sehingga keluarga dan seluruh anggota keluarganya

berkemampuan menolong diri sendiri serta berperan aktif dalam aktivitas sosial di masyarakat. Sebagai sebuah bentuk perilaku, maka pada dasarnya PHBS melalui aktivitas secara individu, kelompok ataupun masyarakat luas berbagi informasi melalui jalur-jalur komunikasi formal dan non formal. Manfaat PHBS adalah mengutamakan terciptanya masyarakat yang sadar sepenuhnya dengan kesehatan, memiliki bekal pengetahuan dan kesadaran dalam menjalani perilaku hidup yang memenuhi standar kebersihan dan kesehatan yang optimal, dapat menularkan dan memberikan edukasi pada lingkungan Masyarakat untuk menjaga kebersihan dan kesehatan melalui berbagai upaya baik perseorangan ataupun secara kolektif.

Kegiatan sosialisasi PHBS di desa Suka Jaya dilakukan dalam 2 kegiatan yaitu terjun langsung membersihkan lingkungan baik rumah dan sekitarnya maupun fasilitas umum seperti jalan raya dan balai desa dengan melibatkan semua warga, serta kegiatan edukasi PHBS dalam pencegahan penyakit menular yang diikuti oleh 20 orang perwakilan warga desa, bertempat di balai desa. Pada kegiatan giat bersih yang diumumkan sebelumnya, setiap warga membersihkan lingkungan rumah masing-masing, dan mengumpulkan sampah rumah di halaman, selain itu untuk warga yang berkesempatan diharapkan dapat membantu membersihkan sampah di area fasilitas umum. Sampah yang sudah terkumpul dari lingkungan rumah dan fasilitas umum selanjutnya diangkut ke lahan kosong untuk selanjutnya dipilah antara sampah organik dan sampah non organik, kemudian dipisah antara sampah yang basah dengan sampah kering. Untuk sampah kering organik maupun an organik seperti sampah kertas, ranting kering dan pempers serta sampah sejenis langsung dibakar, setelah memisahkan sampah plastik dan besi untuk didaurulang atau dikumpulkan ke pemulung. Sampah basah berupa limbah dapur sebagian dikeringkan untuk dibakar, sebagian lagi ditimbun dalam tanah untuk dikomposkan. Pada evaluasi yang dilaksanakan menunjukkan bahwa masyarakat memiliki semangat gotong royong yang tinggi dalam menjalankan PHBS terkait dengan penanganan sampah, memiliki kemampuan memilah sampah sebelum melakukan pembakaran. Prinsip Reuse, Recycle dan Reduce dalam penanganan sampah sangat tepat untuk diterapkan dalam pengolahan sampah di lingkungan.

Pada kegiatan edukasi PHBS, materi difokuskan pada bagaimana mencegah terjadinya penularan nyamuk sebagai vektor dari beberapa penyakit seperti demam berdarah (DBD), malaria dan chikungunya. Beberapa point penting dari materi yang disampaikan adalah gejala-gejala dari penyakit dengan vektor nyamuk, dampak serta penanganannya. Penyakit demam berdarah (DBD) menjadi permasalahan kesehatan yang kompleks di masyarakat karena penyebarannya masif dan berpotensi kuat menimbulkan kematian (Musaddad, et al, 2023). Saat iklim mendukung seperti kelembaban udara yang tinggi, terutama di wilayah tropis dengan curah hujan yang tinggi, penyakit DBD sangat tinggi prevalensinya sebagai penyakit dengan status Kejadian Luar Biasa (KLB) (Kurniawan & Hariaji, 2022), yang menimbulkan keresahan dan kepanikan di masyarakat (Susilowati dan Endang, 2019), diperparah dengan pelayanan formal kesehatan seperti di rumah sakit dan puskesmas mengalami kepadatan pasien yang sangat tinggi, transfusi darah yang sangat mengkhawatirkan karena suplay atau stock darah yang terbatas. Penyakit ini mencakup penyebaran dari kota besar sampai ke pedesaan (Sintorini, 2018). Fatmawati & Agus (2018) melaporkan bahwa masih rendahnya sistem kekebalan tubuh dari individu ataupun masyarakat dan padatnya populasi nyamuk *Aedes aegypti* sebagai vektor DBD. Penyakit demam chikungunya disebabkan oleh virus, bernama arbovirosis dengan vektor nyamuk *Aedes sp*, angka kesakitannya cukup tinggi serta berdampak buruk pada kondisi sosial ekonomi masyarakat (Sitepu *et al.*, 2014). Gejala sakitnya adalah nyeri sendi yang hebat sehingga membengkokkan atau melengkungkan postur tubuh. Meskipun belum ada laporan kematian atas kasus ini, tetapi menjadi perhatian bagi masyarakat karena dapat mengakibatkan kelumpuhan sementara sehingga mengganggu aktivitas rutin. Penyakit ini sembuh dengan sendirinya setelah melewati masa inkubasi virus, paling lama sampai 14 hari atau 2 minggu (Hamdani *et al.*, 2021).

Penyakit-penyakit tersebut sangat dipengaruhi oleh faktor kebersihan lingkungan terutama pada kelancaran drainase, genangan air setelah musim hujan atau buangan limbah rumah tangga, selain itu juga memiliki gejala awal yang hampir sama yaitu demam tinggi. Daerah desa Suka Jaya yang sangat dengan areal perkebunan sawit tentunya menjadi wilayah yang rentan menjadi tempat perkembangbiakan nyamuk. Karena itu, beberapa cara yang ditempuh untuk mencegah perkembangbiakan nyamuk sebagai vektor demam berdarah dan vektor malaria serta chikungunya adalah menguras bak mandi dengan teratur untuk mencegah hidupnya jentik-jentik nyamuk yang akan berubah menjadi nyamuk dewasa, melakukan pemangkasan pohon pisang dan semak-semak yang ada di sekitar lingkungan rumah, menutup genangan air. Selain itu dianjurkan untuk mengkonsumsi pangan sumber protein yang dapat meningkatkan sistem

kekebalan tubuh sehingga tidak mudah terpapar atau tertular. Aktivitas lain yang dapat menunjang pola hidup bersih dan sehat antara lain adalah membersihkan tangan setiap selesai berkegiatan dan menjaga kebersihan toilet untuk mencegah berjangkitnya virus dan mikroba patogen. Jika merasakan ada gejala dianjurkan untuk segera menghubungi dokter atau perawat, meminum suplemen yang bisa menambah imunitas.

Secara berkala, atas inisiatif masyarakat Desa Suka Jaya, ditetapkan jadwal pembersihan dan pembakaran sampah kering setiap hari Minggu pagi, sekaligus memilah sampah plastik dan material lainnya untuk diserahkan kepada pemulung.



Gambar 1. Pasca kegiatan edukasi PHBS di balai desa



Gambar 2. Gotongroyong membersihkan lingkungan dari sampah (rumah dan jalanan umum)

Dengan menerapkan PHBS secara individu dan kolektif, maka kesehatan masyarakat dapat individu dapat menjaga kesehatan diri, mencegah penyakit, dan meningkatkan produktivitas dalam kehidupan sehari-hari. Pada evaluasi kegiatan ceramah edukatif terkait materi PHBS dalam hubungannya dengan pencegahan perkembangbiakan nyamuk sebagai vektor berbagai penyakit menunjukkan peserta kegiatan memiliki pengetahuan dan ilmu yang lebih banyak, ditunjukkan pada % peserta yang memberikan respon sebelum dan setelah kegiatan berlangsung.

Tabel 1. Hasil evaluasi kegiatan edukasi PHBS

Uraian Pertanyaan	Respon peserta (%) Sebelum kegiatan		Respon peserta setelah kegiatan (%)	
	Ya	Tidak	Ya	Tidak
	Tahukah bahwa dengan penerapan PHBS dalam kehidupan sehari-hari dapat meningkatkan derajat kesehatan masyarakat	70	30	100

Tahukah bahwa vektor beberapa penyakit akibat virus adalah nyamuk	40	60	100	0
Apakah anda tahu bahwa beberapa cara memutuskan perkembangbiakan nyamuk adalah dengan menutup genangan air dan menguras kolam air secara periodik ?	80	20	100	0
Makanan cukup gizi seperti protein, karbohidrat dan lemak dapat meningkatkan stamina sehingga melindungi dari paparan virus atau organisme lain ?	70-	30	100	0

IV. KESIMPULAN

Dari hasil kegiatan PKM sosialisasi pola hidup bersih dan sehat melalui kegiatan giat bersih di desa Suka Jaya menunjukkan adanya peningkatan keterampilan masyarakat dalam mengolah sampah di lingkungan rumah masing-masing serta di tempat umum seperti jalan raya dan kantor desa. Berdasarkan evaluasi menggunakan kuisisioner sebelum dan sesudah kegiatan edukasi PHBS menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat terkait pola hidup bersih dan sehat, terkait dampak baik dan buruk PHBS terhadap derajat kesehatan masyarakat. Masyarakat Desa Sungai Jaya telah membuat lokasi pembuangan sampah di tanah kosong yang mudah diakses oleh semua masyarakat, kemudian setiap hari Minggu, masyarakat sudah terjadwal untuk melakukan pembakaran sampah kering dan memilah sampah lainnya seperti plastik dan material lainnya untuk diserahkan ke pemulung yang masuk ke lokasi tersebut.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada LPPM Universitas Tanjungpura sebagai pelaksana KKN Kebangsaan 2023, yang telah mendukung terselenggaranya kegiatan PKM mandiri ini melalui bantuan dana dan bantuan Sumber daya Manusia dalam pelaksanaan PKM.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriansyah, Y., & Rahmantari, D.N. 2013. Penyuluhan Dan Praktik PHBS (Perilaku Hidup Bersih Sehat) Dalam Mewujudkan Masyarakat Desa Peduli Sehat. *Jurnal Inovasi Dan Kewirausahaan*, 2(1).
- Fatmawati, K., & Agus, P. W. 2018. Data Mining : Penerapan Rapidminer dengan *K-Means Cluster* pada Daerah Terjangkit Demam Berdarah *Dengue* (DBD) Berdasarkan Provinsi, *Journal of Computer Engineering System and Science*, Vol. 3, No. 2, STIKOM Tunas Bangsa, Medan.
- Hamdani, D., Setiawan H., & Firmansyah, A. 2021. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam Pencegahan Penyakit Chikungunya pada Pelajar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat, Saga Komunitas*, 1(1), 21-25.
- Julianti, R., Nasirun, H.M, Dan Wembrayarli. 2018. Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Ilmiah Potensia*, , 3 (1), 11-17.
- Kurniawan, R. & Hariaji, I. 2022. Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Mengatasi Demam Berdarah *Dengue* (DBD) pada Siswa/i SDN 060807 di Kelurahan Pasar Merah Barat Kota Medan. *Implementa Husada*, 3 (3).
- Musaddad, A., Saktiawan, Y. & Joegijantoro, R. 2023. Hubungan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Terhadap Kejadian Demam Berdarah *Dengue* Di Wilayah Kerja Puskesmas Sobo. *Jurnal Mahesa*, 3 (3).
- Muspita, Z., Lestardini, Y., Asri, I.H. & Ilhami, B.S .2021. Penyuluhan Tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Siswa Sekolah Dasar Desa Aikmel Kecamatan Aikmel Tahun 2021. *Jurnal Abdi Populika*, 2 (2), 163-168.
- Sintorini, M. M., 2018, The Correlation Between Temperature And Humidity With The Population Density Of *Aedes aegypti* As *Dengue* Fever's Vector. *IOP Conf. Series: Earth and Environmental Science*, 106 (1).
- Sitepu, F.Y., Arasanti, E., & Rambe, A. 2014. Faktor Risiko Kejadian Luar Biasa (Klb) Demam Chikungunya Di Kecamatan Batang Toru, Kabupaten Tapanuli Selatan Sumatera Utara Tahun 2014. *Balaba*, 10 (1), 31-38.
- Susilowati, I. T., dan Endang, W., 2019. Pemberdayaan Masyarakat dalam Pencegahan Penyakit Demam Berdarah *Dengue* dengan Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan sehat Serta Pemanfaatan Bahan herbal, *Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, Vol. 3, No. 2, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nasional, Sukoharjo.