

Penyuluhan Kesehatan Rumah Sehat Pada Masyarakat Di Wilayah Kerja Puskesmas Cibeureum

**Ida Herdiani¹, Ade Kurniawati², Hana Nuradillah³,
Wiatanti Gustini Putri⁴, Prilly Indah Gunawan⁵**

^{1,2,3,4,5}Program Studi D III Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya,
Jl. Tamansari Gobras, (0265) 2350982
¹idaherdiani17@gmail.com, ²dekur@gmail.com

Abstrak

Rumah adalah tempat hunian yang sangat penting bagi kehidupan setiap orang. Rumah sehat adalah rumah yang mempunyai persyaratan-persyaratan tertentu tidak harus besar dan mewah, tetapi rumah sederhana yang memenuhi kriteria-kriteria tertentu. Rumah sehat harus mempunyai sirkulasi udara yang baik, penerangan yang cukup, air bersih terpenuhi, pembuangan air limbah diatur dengan baik, lantai dan dinding tidak lembab. Rumah juga harus memenuhi kebutuhan psikologis yaitu kenyamanan dan komunikasi yang baik antar anggota keluarga. Di daerah Bantargedang Kersanegara Tasikmalaya masih ada rumah-rumah yang belum mempunyai MCK yang baik dan pengelolaan sampah yang belum tertata dengan baik. sehingga dengan kondisi tersebut akan menimbulkan faktor resiko yang dapat menimbulkan berbagai jenis penyakit. Melalui pengabdian masyarakat kami mengadakan penyuluhan kesehatan tentang rumah sehat.

Kegiatan penyuluhan kesehatan ini diharapkan akan memberikan manfaat yaitu memberikan peningkatan pengetahuan dan pemahaman kepada masyarakat di wilayah RT 04/RW 09 Bantargedang Kersanegara Cibeureum Kabupaten Tasikmalaya, tentang rumah sehat dimana masyarakat dapat merasakan kenyamanan dan meningkatkan produktivitasnya.

Kata kunci : Masyarakat, Rumah, sehat

1. PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Rumah adalah tempat berlindung dan berteduh dari panasnya sinar matahari, dinginnya malam dan turunnya hujan sehingga rumah merupakan tempat yang sangat penting bagi kehidupan semua orang. Menurut World Health Organization (2001) Rumah adalah struktur fisik atau bangunan untuk tempat berlindung, dimana lingkungan berguna untuk kesehatan jasmani dan rohani serta keadaan sosialnya baik untuk kesehatan keluarga dan individu. Rumah tidak hanya sebagai tempat melepas lelah setelah seharian bekerja dan melakukan aktifitas sehari-hari di luar rumah, tetapi rumah merupakan tempat yang sangat penting untuk istirahat dan berkumpul dengan anggota keluarga yang sehat, sejahtera dan bahagia.

Rumah sehat adalah rumah yang mempunyai persyaratan-persyaratan tertentu tidak harus besar dan mewah, tetapi rumah sehat yang memenuhi kriteria sebagai berikut yaitu bangunan rumah harus mempunyai pencahayaan, ruang gerak yang cukup, ventilasi dan jauh dari

kebisingan., Rumah juga merupakan tempat bagi anggota keluarga untuk bertemu dan berkomunikasi dengan baik dan lancar, selain itu juga rumah yang baik harus mempunyai sarana air bersih, jamban, saluran limbah dan tempat sampah, sehingga dapat mencegah terjadinya penularan penyakit.

Menciptakan rumah sehat diperlukan perhatian terhadap beberapa aspek yang sangat berpengaruh, antara lain ; mempunyai sirkulasi udara yang baik, mempunyai pencahayaan dan penerangan yang cukup, mempunyai air bersih yang cukup dan terpenuhi, mempunyai saluran pembuangan air limbah yang diatur dengan baik dan tidak menimbulkan pencemaran, mempunyai lantai yang tidak licin, dinding yang tidak lembab dan tidak terpengaruh pencemaran seperti bau, rembesan air kotor dan dan licin (syafrudin,2011).

1.2. Perumusan masalah

Rumah dan lingkungan tempat tinggal yang sehat merupakan kebutuhan dasar untuk meningkatkan derajat kesehatan keluarga dalam mewujudkan derajat kesehatan masyarakat. Rumah tidak cukup hanya sebagai tempat tinggal dan berlindung dari panas cuaca dan hujan, rumah juga harus mempunyai fungsi sebagai tempat yang aman dan nyaman bagi penghuninya dan juga sebagai tempat pencegahan terjadinya penyakit dan juga sebagai tempat penurunan ketegangan jiwa dan sosial

Permasalahan yang terjadi dengan rumah di masyarakat kita terutama disebabkan karena kualitas rumah dan juga perilaku penghuni yang sangat mempengaruhi kondisi kesehatan rumah. Menurut hasil survai di lingkungan posyandu Kelurahan Kersanegara masih ada beberapa ditemukannya rumah-rumah yang belum termasuk kriteria rumah sehat yaitu masih ditemukannya ketersediaan lahan yang sempit dengan jumlah penghuni yang tidak sesuai, masih ditemukannya rumah-rumah yang belum mempunyai saluran pembuangan air limbah yang baik dan juga masih belum adanya pengelolaan sampah yang tertata dengan baik. dengan melihat kondisi tersebut tentunya akan mempengaruhi derajat kesehatan keluarga, dimana nantinya akan ditemukan berbagai masalah yaitu faktor resiko yang dapat menimbulkan berbagai jenis penyakit. Dengan mengacu pada analisis situasi di atas maka masyarakat perlu diberikan peningkatan pengetahuan agar dapat mengetahui syarat-syarat rumah yang sehat yang dapat mendukung kebutuhan pokok agar penghuninya dapat berkarya sehingga dapat meningkatkan produktivitas. Oleh karena itu diperlukan penyuluhan kesehatan tentang rumah sehat.

2. METODE

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat yaitu dengan menggunakan metode ceramah , melakukan penyuluhan secara langsung kepada masyarakat dan juga membagikan leaflet di lingkungan posyandu Kelurahan Kersanegara Cibeureum. Dengan adanya penyuluhan kesehatan tentang rumah sehat yang dilaksanakan langsung ke masyarakat diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman dari masyarakat khususnya pengetahuan dan pemahaman tentang rumah sehat.

Kegiatan yang dilakukan dalam penyuluhan tersebut :

1. Koordinasi dengan ketua kader untuk menentukan tanggal kegiatan pelaksanaan penyuluhan kesehatan
2. Melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat
3. Membuka pertemuan dengan mengucapkan salam dan memperkenalkan diri dan menyebutkan maksud dan tujuan diadakannya kegiatan pengabdian masyarakat
4. Menjelaskan pentingnya rumah sehat untuk meningkatkan kesehatan rumah yang merupakan kebutuhan dasar manusia untuk meningkatkan derajat kesehatan keluarga

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kebutuhan dasar manusia yang sangat penting adalah rumah. Rumah yang sehat harus memenuhi beberapa persyaratan. Menurut Kepmenkes RI No.829/Menkes/SIVVII/1999 tentang persyaratan kesehatan perumahan harus memenuhi beberapa persyaratan komponen rumah yaitu lantai, dinding, langit-langit, jendela, ventilasi, pencahayaan, lubang asap dapur dan perilaku penghuni (Yossi, 2014)

Rumah harus mampu memberi rasa aman dan melindungi manusia dari gangguan alam, cuaca, penyakit serta gangguan fisik lainnya, jadi rumah harus memiliki konstruksi bangunan yang kuat. Bahan bangunan yang aman dan berkualitas, penerangan dan pengudaraannya yang cukup, sarana dan prasarana yang memadai serta lingkungan yang bersih, sehat dan aman sedangkan dari sisi psikologis rumah harus memberikan rasa aman, rileks dan tenang. Untuk mendapatkan rumah sehat yang berfungsi maksimal kedua aspek tersebut harus terpenuhi dengan baik (Wibisono, 2014).

Rumah dan lingkungan yang sehat merupakan hal yang sangat penting untuk meningkatkan derajat kesehatan keluarga sehingga penghuninya dapat melakukan produktivitas secara maksimal. Disamping itu fungsi rumah juga sebagai pencegahan penularan berbagai jenis penyakit. Masyarakat perlu mengetahui syarat-syarat rumah sehat sehingga rumah yang ditempati menjadi rumah yang aman dan nyaman juga dapat menurunkan ketegangan jiwa dan sosial bagi penghuninya.

Fasilitas yang harus dipenuhi agar suatu rumah sehat, antara lain:

a. Penyediaan air bersih yang cukup

Air adalah sangat penting bagi kehidupan manusia. Manusia akan lebih cepat meninggal karena kekurangan air dari pada kekurangan makanan. Dalam tubuh manusia itu sendiri sebagian besar terdiri dari air, untuk anak-anak 65 % dan bayi 80 %. Kebutuhan manusia akan air sangat kompleks antara lain untuk minum, masak, mandi, mencuci (bermacam-macam cucian) dsb. Menurut perhitungan WHO di negara-negara maju setiap orang memerlukan antara lain 60- 120 liter per hari. Sedangkan di negara-negara berkembang termasuk Indonesia, setiap orang memerlukan air antara 30-60 liter/hari. Pembuangan air tinja sebaiknya tidak mengotori permukaan tanah di sekitar jamban dan tidak mengotori air permukaan disekitarnya (jarak dari sumber air $\pm$ 10 meter).

b. Pembuangan air

Pembuangan air adalah air yang berasal dari kamar mandi, air cucian pakaian, dan dapur. Pembuangan air harus tersedia di setiap rumah tangga. Syarat tempat pembuangan air limbah adalah tidak mencemari permukaan tanah dan tidak mencemari air permukaan maupun air tanah.

c. Pembuangan sampah

Pengumpulan dan pengangkutan sampah dengan cara dibakar, ditanam dan dijadikan pupuk.

d. Fasilitas dapur

Mempunyai cerobong asap dapur yang berguna untuk mencegah gangguan pernafasan dan lingkungan rumah menjadi kotor.

Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam lingkungan apabila menghendaki lingkungan yang sehat antara lain:

- a. Sampah-sampah di tempat tinggal dapat ditanggulangi dengan cara dibuang dilokasi pembuangan sampah (yang jauh dari lingkungan tempat tinggal), atau dengan pembuatan lubang sampah, dengan menimbun atau dikelola untuk dibuat pupuk kandang.
- b. Genangan air, air tidak boleh tergenang lebih dari seminggu, karena dapat dijadikan tempat berkembang biaknya nyamuk, masalah ini dapat diatasi dengan pembuatan parit-parit atau selokan agar air dapat mengalir.
- c. Sumber air (sumur), konstruksinya baik dan memenuhi syarat, perlu diperhatikan saat membuat sumur, jarak minimal dari sumber air kotor (septic tank, sumur resapan)

- d. Tanaman disekitar rumah, pepohonan yang rindang akan mengakibatkan lingkungan yang gelap dan lembab, diusahakan agar sinar matahari pagi dapat menyinari rumah, tanpa terhalang oleh pepohonan.
- e. Kandang hewan (biasanya untuk rumah di pedesaan), letaknya diusahakan agar tidak terlalu dekat dengan rumah terutama pembungan kotoran, dapat dibuatkan tempat - tempat tertentu dan dapat dimanfaatkan sebagai pupuk kandang.

Dalam pelaksanaannya pemenuhan penyediaan rumah sehat masih menghadapi kendala, berupa rendahnya tingkat kemampuan masyarakat, mengingat harga rumah sehat masih belum memenuhi keterjangkauan secara menyeluruh. Dengan dilakukannya sosialisasi tersebut setidaknya masyarakat mengetahui bagaimana ciri rumah sehat, walaupun masyarakat belum memiliki kemampuan untuk membangun rumah sehat, paling tidak apabila masyarakat ingin membangun atau memperbaiki rumah, masyarakat telah mengetahui rumah yang sehat .

Kegiatan penyuluhan kesehatan tentang rumah sehat yang dilaksanakan di posyandu mawar Indah kelurahan Kersanegara Cibeureum Tasikmalaya dilakukan selama satu hari dimulai dari persiapan , pekasanaan dan evaluasi. Persiapan kegiatan diadakan satu hari sebelumnya dengan koordinasi ketua kader. Peserta penyuluhan kesehatan adalah masyarakat di lingkungan posyandu Mawar Indah. Kegiatan penyuluhan dilakukan dengan melakukan metode ceramah dan tanya jawab juga membagikan leaflet untuk membantu masyarakat agar dapat lebih mengerti dan memahami tentang rumah sehat.

Tujuan diadakannya penyuluhan pengabdian kepada masyarakat tentang rumah sehat antara lain :

1. Masyarakat lebih mengerti dan memahami apa saja yang termasuk syarat-syarat rumah sehat sehingga dapat menciptakan rumah idaman yang jauh dari segala macam penyakit dan dapat meningkatkan produktivitas dari pada penghuninya.
2. Masyarakat dapat mengaplikasikan terwujudnya rumah sehat
3. Sebagai saran dosen untuk menyampaikan ilmunya dan juga membimbing mahasiswa untuk terjun langsung kepada masyarakat sekaligus sebagai sarana pengabdian masyarakat.



Gambar 1. Kegiatan penyuluhan



Gambar 2. Foto bersama dengan masyarakat



Gambar 4. Leaflet

4. KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan tentang rumah sehat merupakan satu upaya dalam memberikan peningkatan pengetahuan dan pemahaman kepada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Cibeureum . Masyarakat setempat juga mengerti dan memahami rumah sehat yang sederhana yang layak huni yang memenuhi persyaratan-persyaratan minimal rumah sehat sehingga menjadikan penguninya merasa aman, nyaman dan tentram juga dapat meningkatkan produktifitas keluarga sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatan keluarga dalam mewujudkan derajat kesehatan masyarakat..

5. SARAN

Dengan adanya kegiatan penyuluhan kesehatan tentang rumah sehat diharapkan masyarakat dapat merealisasikannya dan dapat memperbaiki hal-hal yang menjadi persyaratan rumah sehat .

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya yang telah memberikan dukungan :

1. Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya melalui Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM)
2. Program Studi D III Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya.

DAFTAR PUSTAKA

- [1]. Arif Fajar Wibisono, Khaerul Huda (2014), Upaya peningkatan pengetahuan rumah sehat bagi keluarga. *Jurnal Inovasi dan Kewirausahaan*. Vol.3 No 1, Hal 17-20.
- [2]. Chandra B, 2005. Pengantar Kesehatan Lingkungan, Jakarta : Buku Kedokteran

- [3]. Hamidah Rahman, Hairudin La Patilaiya (2018), Pemberdayaan masyarakat melalui penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat untuk meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat. *Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat. Vol 2 Nomor 2 JPPM*
- [4]. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No 829 Tahun 1999 Tentang Pedoman Teknis Penilaian Rumah Sehat
- [5]. Naris Dyah Prasetya wati, Evi Gravitiani, Sunarto, Sigit Sudaryanto (2015), Analisis kondisi sanitasi pemukiman di kota Yogyakarta
- [6]. Syafrudin dkk ,2011. Himpunan Penyuluhan Kesehatan , Jakarta : Trans onfo Media
- [7]. Yosi Arteri Rosalina, Umi Rahayu, Suroso Bambang Eko (2014), Kondisi sanitasi rumah dan perilaku penghuni. *Jurnal Gema Kesehatan Lingkungan. Vol XII No 2 Agustus.*