

**Prosiding Seminar Nasional Gelar Wicara
Volume 1, April 2023
Universitas Mataram, 23-24 Februari 2023**

**UPAYA PENERAPAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT UNTUK MENINGKATKAN
KESADARAN KESEHATAN LINGKUNGAN DI DESA KERUMUT KECAMATAN PRINGGABAYA
KABUPATEN LOMBOK TIMUR**

Maskur, Nurfadilah, Bajra Maya Yusriah, Eka Handika Rasidin, Yuli Just Mita, Rahma Nursyaifia Windiyanti, Muhammad Hapiz, Adelia Falensia, Iskandar Zulkarnaen, Mardianti Emi Safitri, Muslimin Lukman

Universitas Mataram

Alamat korespondensi: kkntkerumut23@gmail.com

Jalan Majapahit No. 62 Mataram, Nusa Tenggara Barat

ABSTRAK

Desa Kerumut merupakan salah satu desa yang berada di Kecamatan Pringgabaya, Kabupaten Lombok Timur, Provinsi Nusa Tenggara Barat. Desa Kerumut merupakan desa yang terdiri dari empat dusun. kondisi lingkungan sekitar yang masih menjadi permasalahan akibat dari sampah yang dihasilkan oleh masyarakat dan angka stunting yang cukup tinggi. Sampah tersebut dibuang ke sungai, karena tidak adanya Tempat Pembuangan Sementara (TPS) di Desa Kerumut. Kelompok KKN-T Unram tema desa sehat periode Desember 2022 – Februari 2023 Desa Kerumut melakukan kegiatan inti yaitu kegiatan sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat serta pengolahan sampah organik dan pemberian makanan tambahan. Tujuan dari kegiatan ini agar masyarakat dapat menerapkan PHBS. Adapun hasil dari kegiatan ini dari sosialisasi PHBS yaitu yang terutama didominasi oleh siswa telah mendapatkan pengetahuan dan pemahaman baru akan pentingnya menerapkan hidup bersih dan sehat, untuk penyuluhan dan pengolahan sampah masyarakat mendapatkan pengetahuan terkait pengolahan sampah dari limbah rumah tangga sehingga masyarakat dapat membuat sendiri pupuk organik cair dengan bahan baku limbah rumah tangga. Manfaat dari pengolahan sampah organik dari limbah rumah tangga yaitu mengurangi sampah yang ada di desa, dan juga penggunaan pupuk kimia. Pemberian Makanan Tambahan untuk mengurangi angka stunting yang ada di Desa Kerumut

Kata Kunci : Desa Sehat, Desa Kerumut, KKN Tematik Unram

PENDAHULUAN

Desa Kerumut merupakan salah satu dari 15 desa yang terletak di Kecamatan Pringgabaya, Kabupaten Lombok Timur. Desa Kerumut berbatasan dengan Desa Anggaraksa di sebelah selatan, Desa Pohgading di sebelah utara, Desa Teko di sebelah Barat dan Pantai/Laut di sebelah Timur. Desa Kerumut memiliki 4 (empat) Dusun, yakni Dusun Toron dengan jumlah KK terbanyak sejumlah 424 KK, Dusun Benteng dengan 390 KK, Dusun Gubuk Daya dengan 289 KK, dan Dusun Dasan Lendang sebanyak 314 KK, dengan mayoritas bermata pencaharian sebagai Petani karena potensi desa yang mendukung di bidang pertanian dan perkebunan.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan bahwa di Desa Kerumut permasalahan yang dialami oleh masyarakat desa yaitu sampah. Sampah merupakan salah satu permasalahan yang sedang diupayakan oleh pemerintah desa Kerumut untuk diatasi. Namun masih sulit untuk dilaksanakan karena tidak adanya lahan untuk membuat tempat pembuangan sampah sementara. Selain permasalahan sampah, ada pula permasalahan lainnya yaitu, stunting. Tingginya angka stunting di desa Kerumut

dikarenakan kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai kesehatan dan kebersihan lingkungan. Kesehatan mengenai lingkungan dan kesadaran gizi sangatlah penting untuk bisa mengatasi permasalahan tersebut. Salah satu solusi yang dapat dilakukan yaitu dengan penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan dapat berperan aktif dalam

kegiatan-kegiatan kesehatan dimasyarakat (Depkes RI, 2007). PHBS adalah upaya memberikan pengalaman belajar bagi perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat dengan membuka jalur komunikasi, memberikan informasi dan melakukan edukasi, guna meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku melalui pendekatan advokasi, bina suasana, dan gerakan masyarakat sehingga dapat menerapkan cara-cara hidup sehat, dalam rangka menjaga, memelihara dan meningkatkan kesehatan masyarakat (Depkes RI, 2011).

Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat memiliki beberapa perilaku yang dapat dengan mudah dilakukan oleh masyarakat desa Kerumut. Dengan menerapkan beberapa perilaku yang telah disosialisasikan oleh KKN Desa Kerumut diharapkan dapat membantu mengatasi permasalahan yang dihadapi oleh masyarakat. Pengolahan sampah yang organik yang dapat dilakukan dirumah dengan memanfaatkan limbah rumah tangga menjadi pupuk organik cair. Memberi pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) serta Pemberian Makan Tambahan (PMT).

METODE KEGIATAN

Metode pelaksanaan untuk mengatasi permasalahan sampah dan stunting di desa Kerumut yaitu dengan pengolahan sampah organik menjadi pupuk cair, sosialisasi PHBS di SD dan Pemberian Makanan Tambahan (PMT).

1. Pengolahan Sampah Organik

Pengolahan sampah organik menjadi pupuk cair dilakukan dengan mengambil 5 rumah sebagai sampel. 5 sampel tersebut bertempat di rumah-rumah kepala dusun (Dusun Toron, Dusun Gubuk Daya, Dusun Benteng dan Dusun Dasan Lendang) dan bertempat di posko KKN.

2. Sosialisasi PHBS

Sosialisasi PHBS dilakukan di Sekolah Dasar (SD) yang ada di Desa Kerumut yaitu, MI NW Kerumut, SDN 1 Kerumut dan SDN 2 Kerumut. Selain melakukan sosialisasi siswa-siswa juga diajak untuk melakukan praktik mencuci tangan yang baik dan benar, agar siswa dapat menerapkan baik di sekolah maupun di rumah.

3. Pemberian Makanan Tambahan

Pemberian Makanan Tambahan dilakukan pada saat Posyandu di setiap dusun. Sasaran dari PMT ini yaitu balita usia 6 bulan – 5 tahun. Pemberian makanan tambahan memanfaatkan hasil pangan masyarakat kerumut yaitu ubi ungu yang diolah menjadi puding.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan pengabdian mahasiswa KKN Tematik kepada masyarakat, mulai dari memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang rancangan kegiatan yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya hidup bersih dan sehat dan melakukan penyuluhan tentang pengolahan sampah organik. Kegiatan yang dilakukan oleh Tim KKN Tematik Desa Kerumut dengan Tema Desa Sehat Periode Desember 2022-Februari 2023 terdapat tiga inti kegiatan yaitu kegiatan Sosialisasi PHBS, Pengolahan Sampah Organik dan Pemberian Makanan Tambahan.

1. Sosialisasi PHBS

Sosialisasi PHBS dilakukan di Sekolah Dasar yang ada di desa Kerumut. Siswa SD menjadi sasaran dalam sosialisasi PHBS dengan tujuan untuk menanamkan kebiasaan hidup sehat sejak dini. Perilaku yang disampaikan pada sosialisasi adalah perilaku yang dapat dilakukan dengan mudah di kehidupan sehari-hari. Perilaku tersebut yaitu cuci tangan menggunakan sabun, menggunakan tempat sampah,

menjaga kebersihan jamban, menggosok gigi, menggunakan air bersih, melakukan aktivitas fisik dan mengkonsumsi makanan bergizi (Supriyatno dkk, 2021). Setelah diberikan pengetahuan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat siswa juga diajak untuk melakukan praktik mencuci tangan menggunakan sabun. Tujuannya agar siswa bisa melakukan hal tersebut baik disekolah maupun dirumah.



Gambar 1.1 Sosialisasi PPHBS Pada Siswa Sekolah Dasar

2. Penyuluhan dan Pengolahan Sampah menjadi Pupuk organik cair

Tim KKN Tematik di Desa Kerumut melakukan Penyuluhan sekaligus pengolahan sampah organik dari limbah rumah tangga dengan penambahan EM4. Tujuan dari kegiatan pengolahan sampah ini agar menjadi sesuatu yang bernilai atau bermanfaat bagi masyarakat yang ada di desa kerumut dan juga mengurangi sampah dari limbah rumah tangga. dalam kegiatan tersebut digunakan ember yang digunakan untuk membuat pupuk organik cair dari sampah organik rumah tangga, dimana bahan baku yang digunakan pada kegiatan ini berasal dari sampah organik rumah tangga dengan bermacam-macam jenis sayuran. Sampah yang masih berukuran besar sebaiknya dipotong kecil-kecil atau dengan ukuran 7cm tujuannya agar mempercepat proses penguraian. Kemudian siapkan cairan bioaktivator EM4 (Effective microorganism) yang berfungsi untuk mempercepat proses pembusukan.

Sebelumnya belum adanya pemahaman dan praktik kepada masyarakat akan pemanfaatan limbah rumah tangga dalam membuat pupuk kompos di desa Kerumut. Penyuluhan dan praktik ini diharapkan dapat memberikan wawasan ke masyarakat dan memanfaatkan limbah

rumah tangga salah satunya seperti kompos cair yang tentunya sangat berguna bagi tanaman sekitar. Selain itu diharapkan dapat mengurangi penggunaan pupuk kimia dan pupuk buatan pabrik yang umumnya sudah digunakan oleh masyarakat desa, sehingga dapat meminimalkan pengeluaran para petani dalam proses bercocok tanam.

Pengetahuan akan pemanfaatan limbah rumah tangga masih rendah, dimana seharusnya masyarakat bisa memanfaatkan limbah rumah tangga sebagai pengganti pupuk kimia dan pupuk buatan pabrik sehingga bisa menghemat pengeluaran para petani dalam proses bercocok tanam.

Pembuatan pupuk kompos cair menggunakan mikroorganisme berjenis (em4) bakteri pengurai yang dapat membantu dalam proses pembusukan organik. Effective microorganism 4 berisi sekitar 80 mikroorganisme fermentasi, diantaranya bakteri fotosintetik, *Lactobacillus sp.*, *Streptomyces sp.*, *Actinomycetes sp.* dan ragi (Indriani 2002). EM4 ini diaplikasikan sebagai inokulan untuk meningkatkan keragaman dan populasi mikroorganisme di dalam tanah dan tanaman yang selanjutnya dapat meningkatkan kesehatan, pertumbuhan, kualitas dan kuantitas produksi tanaman terkhusus skala rumah tangga (Wididana, 1994). Pupuk kompos yang dihasilkan dengan cara ini ramah lingkungan sangat berbeda dengan kompos anorganik yang pembuatannya berasal dari bahan kimia. Kompos yang dihasilkan mengandung zat-zat yang tidak dimiliki oleh kompos anorganik yang baik untuk

tanaman. Berdasarkan kegiatan yang dilakukan terhadap program kerja komposting ini kepada warga Desa Kerumut, diperoleh hasil sebagai berikut:

1.) Masyarakat Desa Kerumut dapat mengetahui lebih jauh manfaat pupuk organik yaitu sebagai penyedia hara makro dan mikro, dapat memperbaiki sifat fisik, kimia dan biologi tanah dan meningkatkan produktivitas lahan . oleh karena itu, masyarakat khususnya oetani antusias terhadap cara pembuatan serta bagaimana implementasi dari pupuk organik cair tersebut(Darma, S., dkk., 2020).

2). Kompos dan pupuk organik cair (POC) merupakan contoh dari pupuk organik. Hasil dari proses pembuatan kompos ini adalah air lindi yaitu air hasil fermentasi penyiraman pupuk kompos yang ditampung di ember bagian bawah yang dapat digunakan menjadi pupuk cair. Setelah kurang lebih 3 minggu dan pupuk kompos telah matang Dan siap diaplikasikan. Kemudian, pengimplementasian pupuk kompos dapat dilakukan terhadap terhadap tanaman tanaman yang ada di sekitar lingkungan desa.

Dengan memanfaatkan limbah yang ada seperti limbah sayur, kulit buah, sisa hasil panen yang kaya akan unsur hara, maka masyarakat yang terhimpun dalam kelompok tani dapat membuat sesuatu yang bermanfaat dan memiliki nilai tambah apabila jumlahnya diperbanyak atau diproduksi secara masal. Contohnya yaitu kompos cair. Manfaat POC bagi tanah yaitu untuk memperkaya atau meningkatkan kondisi kesuburan tanah. Para petani tidak dapat secara langsung menambahkan pupuk kompos cair baru dipanen karena harus menunggu proses penguraian bahan-bahan organik melalui bantuan mikroorganisme selama 10 hari . Tingkat keberhasilan praktik pembuatan pupuk kompos cair ini yaitu 95%. Hal tersebut disebabkan karena pupuk kompos cair dari segi baunya seperti bau tape yang telah difermentasi dan warna cairannya berwarna kuning kecoklatan.



Gambar 1.2 Penyuluhan dan Pengolahan Sampah menjadi Pupuk organik cair

3. Pemberian Makanan Tambahan

Pemberian makanan tambahan dilakukan sebagaibalah satu upaya untuk mengatasi stunting yang ada di desa Kerumut. PMT diberikan saat kegiatan posyandu yang dilakukan pada setiap dusun. PMT dibagikan kepada ibu hamil dan balita. Makanan tambahan yang diberikan yaitu puding ubi ungu. Ubi ungu ini didapatkan dari hasil pangan masyarakat setempat. Ubi ungu mengandung vitamin A, B, C, beta karotin dan anti oksidan bagi tubuh (Nenu, Ngura dan Laksana, 2022). Ubi ungu sangat bermanfaat untuk ibu hamil yaitu, mengatur tekanan darah, menjaga tulang tetap kuat, mencegah bayi lahir prematur, mencegah berat rendah bayi yang lahir dan mendukung perkembangan janin (Manjilala dan Nurfahmi, 2017). Manfaat yang didapatkan anak jika mengkonsumsi ubi ungu adalah melancarkan pencernaan, mencegah anemia, meningkatkan fungsi otak dan menambah berat badan (Kholida, Hidayati dan Setyaningsih, 2022). Kepala dusun sangat mendukung program PMT karena sangat membantu untuk mengatasi stunting.



Gambar 1.3 Pemberian Makanan Tambahan

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan dari masing- masing program kerja dari Tim KKN Tematik Desa Kerumut diperoleh keseimbangan sebagai berikut :

1. Siswa memiliki pengetahuan dan pemahaman baru mengenai PHBS dan dapat menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di kehidupan sehari-hari dengan baik dan benar.
2. Masyarakat dapat memanfaatkan limbah rumah tangga sebagai pupuk cair organik serta mengurangi penggunaan pupuk dari bahan kimia.
3. Dengan pemberian PMT Ibu hamil dan balita mendapat tambahan gizi yang baik untuk kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Darma, S., Ramayana, S., Sadaruddin, dan Suprianto, B. "Investigasi Kandungan C Organik, N, P, K dan C/N ratio Daun Tanaman Buah Untuk Bahan Pupuk Organik." *Jurnal Agroekoteknologi Tropika Lembab* 3, No. 1 (2020): 12-18.
- Depkes RI. 2007. *Krida Bina Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*. Jakarta.
- Kholida, Hidayati dan Setyaningsih. (2022). Pembuatan dan Pemberian Makanan Tambahan Puding Ubi Ungu pada Balita di Deda Pakembangan Kabupaten Kuningan. *BAKTIMU: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. Vol. 2 (2), 249-256
- Manjilala dan Nurfami. (2017). PEMANFAATAN BARUASA UBI JALAR UNGU SEBAGAI MAKANAN SELINGAN DALAM UPAYA PERBAIKAN STATUS GIZI IBU HAMIL. *Media Gizi Pangan*. Vol. 23(1), 19-24.
- Nenu, Ngura, dan Laksana. (2022). Upaya Pencegahan Stunting melalui Pemanfaatan Pangan Lokal Ubi untuk Meningkatkan Asupan Gizi Ibu Hamil. *Indonesian Journal of Early Childhood*. Vol. 4 (1), 292-303.
- Supriyatno, dkk. (2021). PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DI SEKOLAH UNTUK PENYELENGGARAAN PEMBELAJARAN PADA MASA COVID-19. Jakarta: Direktorat Sekolah Dasar.
- Wididana, G.N. "Application of Effective Microorganism (EM) and Bokashi on Natural Farming." *Bulletin Kyusei Nature Farming* 03, No. 2 (1994): 47-5