

PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG RUMAH SEHAT DI KELUARAHAN KERSANAGARA CIBEUREUM TASIKMALAYA

Ida Herdiani¹, Ade Kurniawan², Rosi Rosyda Yugianti³, Sheila Marcelina⁴

¹⁻⁴Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Article Information

Received: June, 2022

Revised: July, 2022

Available online: August 2022

ABSTRACT

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.

PENDAHULUAN

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).

METODE

Rencana kegiatan penyuluhan ini akan dilakukan oleh dosen sebagai pengusul dan dibantu 2 orang mahasiswa. Kegiatan penyuluhan akan dilaksanakan di suatu tempat yang sudah disediakan oleh kader yaitu yang biasa dipakai untuk kegiatan posyandu. Sasaran dari program pengabdian masyarakat yang akan kami lakukan yaitu masyarakat di Kelurahan Kersanagara Kecamatan Cibeureum Kabupaten Tasikmalaya. Mitra pengabdian kepada masyarakat dalam kegiatan ini yaitu ibu ketua kader yang dibantu ibu – ibu kader lainnya sebagai penggerak masyarakat yang telah memberikan kesanggupan untuk

mengumpulkan masyarakat yang akan diberikan penyuluhan kesehatan tentang rumah sehat.

A. LAPORAN PERSIAPAN KEGIATAN

Rencana Kegiatan Penyuluhan kesehatan tentang Rumah Sehat :

1. Tahap persiapan

- a. Menyusun proposal Pengabdian Kepada Masyarakat
- b. Pengajuan Proposal Pengabdian Kepada Masyarakat
- c. Melakukan koordinasi untuk menentukan pelaksanaan pengabdian masyarakat

2. Tahap pelaksanaan

- a. Hari : Rabu
- b. Tanggal : 1 Juli 2018
- c. Waktu : 09.00 – selesai
- d. Tempat : Kelurahan Kersanegara Kecamatan Cibeureum Tasikmalaya
- e. Pelaksanan :
 - a. Dosen pengusul
 - b. 2 orang mahasiswa yang berkontribusi

3. Langkah pelaksanaan

- a. Kegiatan pendahuluan : membuka pertemuan dengan mengucapkan salam dan memperkenalkan diri, menjelaskan tujuan umum dan khusus memberikan sedikit

gambaran mengenai informasi yang akan disampaikan pada hari ini.

b. Kegiatan inti : Menjelaskan pentingnya rumah sehat, cara merawat rumah agar tetap sehat dan menjelaskan tentang efeknya bagi lingkungan

c. Kegiatan penutup : mengucapkan terimakasih dan mengucapkan salam kepada para peserta. 4. Metode : ceramah dan tanya jawab 5. Media : laptop, infocus dan leaflet.

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 produktifitas 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 social 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 negaranegara 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 (septick 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 pembuangan 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 , pelaksanaan 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 dirumah warga



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 tenang juga dapat meningkatkan produktifitas keluarga sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatan keluarga dalam mewujudkan derajat kesehatan masyarakat..

REFERENSI

- Astutik, M. F., & Mariyam, M. (2021). Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan
- Bustomi, Y. B. wahyuningsih S. dan N. S. (2020). Pengaruh Pemberian Seduhan Kelopak Bunga Rosella Ungu Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Panti Wredha Aisyiyah Surakarta. Keperawatan, 1–10. wahyuningsihsafitri@gmail.com
- Brunner & Suddarth. (2013). Keperawatan Medikal Bedah. Jakarta: EGC.
- Rosalim. (2018). Skripsi Pengaruh Pemberian Aromaterapi Mawar Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Di Posyandu Lansia Puskesmas Kota Ngawi. Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun.
- Sari, K. R. L. P. (2016). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Hipertensi. Jurnal Ilmiah STIKES Kendal, 6(1), 1–10.
- Setiadi, A. P., & Halim, S. V. (2018). Penyakit Kardiovaskular; Seri Pengobatan Rasional. Graha Ilmu, XII+204
- Sinurat, E. R. L., Ningsih, S. D., & Syapitri, H. (2020). Pengaruh Rendam

Kaki dengan Air

Kemenkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementerian Kesehatan RI, 53(9), 1689–1699.

WHO Global Health Workforce Statistics

[online database], Global Health Observatory (GHO) data. Geneva: World Health

