

PENYULUHAN TENTANG RUMAH SEHAT DI DUSUN BUNTU LEDO LEMBANG PAONGANAN TORAJA UTARA

Nirta Aprila Paembonan^{*}, Junelty Almar², Herman Tandilimbong³

Institut Toraja Raya Indonesia

nirtaaprila3@gmail.com^{*}

Abstrak (Indonesia)

Rumah sehat adalah rumah yang dirancang dan dikelola dengan memperhatikan aspek kesehatan penghuninya. Rumah yang sehat tidak hanya nyaman untuk dihuni, tetapi juga dapat mendukung gaya hidup sehat dan mengurangi risiko penyakit. Rumah yang bersih dari debu, kuman, dan polutan tentu menjadi nyaman untuk dihuni, kebersihan dalam rumah dan lingkungan dapat mencegah terjadinya gangguan kesehatan seperti alergi dan penyakit pernapasan. Sirkulasi di rumah juga menjadi bagian yang penting untuk menjaga kualitas udara di dalam rumah tetap segar dan bebas dari polusi.

Setelah dilakukan penyuluhan tentang rumah sehat, masyarakat yang ada di Dusun Buntu Ledo dapat memahami tentang bagaimana rumah sehat dan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat untuk mau menjalankan hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Metode pelaksanaan kegiatan ini adalah penyuluhan, ceramah dan tanya jawab yang diselenggarakan di dalam Gedung Gereja Toraja Jemaat Buntu Ledo, Lembang Paongan Kecamatan Buntu Pepasan

Sasaran dalam kegiatan ini adalah masyarakat di Dusun Buntu Ledo Adapun peserta yang hadir adalah sebanyak 38 orang. Peserta antusias mengikuti kegiatan penyuluhan ini dari awal sampai selesai dan beberapa peserta yang bertanya kepada narasumber.

Telah dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat Institut Toraja Raya Indonesia. Kegiatan pengabdian berjudul Penyuluhan Kesehatan Tentang rumah sehat pada masyarakat di Dusun Buntu Ledo. Kegiatan pengabdian dilaksanakan selama 1 hari.

Kata kunci: Rumah Sehat, Masyarakat Desa

Abstract (English)

A healthy home is a home that is designed and managed by considering the health aspects of its occupants. A healthy home is not only comfortable to live in, but can also support a healthy lifestyle and reduce the risk of disease. A home that is free from dust, germs, and pollutants is certainly comfortable to live in, cleanliness in the home and environment can prevent health problems such as allergies and respiratory diseases. Circulation in the home is also an important part of maintaining the quality of air in the home

to stay fresh and free from pollution.

After the counseling about healthy homes, the community in Buntu Ledo Hamlet can understand how a healthy home is and can increase public awareness to want to live a clean and healthy life in everyday life.

The method of implementing this activity is counseling, lectures and questions and answers held in the Toraja Church Building, Buntu Ledo Congregation, Lembang Paongan, Buntu Pepasan District

The target of this activity is the community in Buntu Ledo Hamlet. There were 38 participants present. Participants enthusiastically participated in this counseling activity from start to finish and several participants asked questions to the resource person.

Community service activities have been carried out by the Toraja Raya Indonesia Institute. The community service activity is entitled Health Counseling on Healthy Homes for the Community in Buntu Ledo Hamlet. The community service activity was carried out for 1 day.

Keywords: Healthy Homes, Village Community

**Correspondent Author :*

Email : nirtaaprila3@gmail.com

PENDAHULUAN

Rumah sehat adalah rumah yang dirancang dan dikelola dengan memperhatikan aspek kesehatan penghuninya (Herdiani et al., 2022). Setiap pemilik rumah juga memiliki kewajiban untuk memanfaatkan rumah sebagaimana mestinya sesuai dengan fungsinya sebagai tempat tinggal atau hunian dan mengelola dan memelihara rumah sebagaimana mestinya. Rumah yang sehat tidak hanya nyaman untuk dihuni, tetapi juga dapat mendukung gaya hidup sehat dan mengurangi risiko penyakit (Santi et al., 2023). Rumah yang bersih dari debu, kuman, dan polutan tentu menjadi nyaman untuk dihuni, kebersihan dalam rumah dan lingkungan dapat mencegah terjadinya gangguan kesehatan seperti alergi dan penyakit pernapasan. Sirkulasi di rumah juga menjadi bagian yang penting untuk menjaga kualitas udara di dalam rumah tetap segar dan bebas dari polusi (Purnomo et al., 2022).

Jendela juga sangat diperlukan untuk masuknya cahaya ke dalam rumah dengan baik, sebab cahaya matahari yang masuk kedalam rumah dapat membantu produksi vitamin D yang penting untuk kesehatan tubuh (Angraini et al., 2022). Pemilihan bahan bangunan yang ramah lingkungan. Penggunaan bahan bangunan yang tidak mengandung bahan berbahaya bagi kesehatan. Sistem sanitasi atau saluran air bersih dan pembuangan limbah yang teratur dan aman adalah hal penting untuk mencegah penyakit yang ditularkan melalui air atau lingkungan yang kotor (Suprpto & Arda, 2021). Rumah yang sehat juga memperhatikan faktor keamanan, seperti instalasi listrik yang baik, perlindungan terhadap kebakaran, dan lingkungan yang aman untuk anak-anak. Mengelola sampah dengan benar juga menjadi penting untuk mencegah penumpukan sampah yang bisa menimbulkan penyakit (Indroasyoko et al., 2023).

Rumah yang rapi dan terorganisir dapat mengurangi stres dan meningkatkan kesehatan mental penghuni. Secara keseluruhan, menjaga kesehatan di dalam rumah melibatkan penciptaan lingkungan yang mendukung fisik, emosional, dan mental penghuninya (Prasetiawati et al., 2022). Dengan memperhatikan faktor-faktor tersebut, rumah dapat menjadi tempat yang lebih sehat, nyaman, dan aman untuk dihuni. Rumah sehat intinya memiliki kriteria yang dapat memenuhi kebutuhan fisiologis, dapat

memenuhi kebutuhan psikologis, dapat menghindarkan terjadinya kecelakaan, dan dapat menghindarkan terjadinya penularan penyakit. Berdasarkan uraian tersebut, penyuluhan rumah sehat menjadi sangat penting untuk dilakukan.

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan PKM ini dilakukan dengan memberikan penyuluhan tentang rumah sehat yang dilaksanakan di Gedung gereja jemaat Buntu Ledo dilanjutkan dengan tanya jawab tentang cara membuat rumah sehat. Penyuluhan ini adalah salah satu cara untuk memberi informasi kepada masyarakat dari tidak tahu menjadi tahu dengan menunjukkan contoh penerapan rumah sehat untuk membantu masyarakat lebih peduli tentang rumah sehat dan dapat menerapkannya pada rumah masing-masing yang ada di Dusun Buntu Ledo. Pelaksanaan kegiatan ini meliputi 4 (empat) tahapan, yaitu:

1. Pengenalan keadaan, gambaran/situasi:
 - a. Pembicara siap untuk menjadi komunikator/penyuluh yang baik
 - b. Panitia mengetahui daerah kerjanya termasuk sasaran, budaya dan masalah-masalahnya
2. Perencanaan

Kegiatan-kegiatan yang dilakukan pada tahap perencanaan adalah:

 - a. Pembentukan kinerja penyuluhan.

Tim pelaksana berkumpul untuk mengadakan pertemuan persiapan pelaksanaan dengan melibatkan pembicara dan anggota panitia. Tim pelaksana kemudian memberikan pembekalan mengenai maksud, tujuan, rancangan program kegiatan, dan beberapa hal teknis berkaitan dengan metode/teknik pelaksanaan. Tim pelaksana kemudian menyusun program kerja, rencana kerja, kalender kerja dengan merangkum 5W yakni What (apa yang dilakukan), Where (dimana), When (kapan), Who (siapa), How (bagaimana).
 - b. Penyusunan program kegiatan penyuluhan.

Berdasarkan hasil identifikasi, hasil analisis permasalahan yang ada, hasil analisis kebutuhan, dan hasil analisis potensi aplikasi, selanjutnya disusun program penyuluhan.
3. Pelaksanaan

Tindakan dalam kegiatan ini berupa implementasi program. Kegiatan-kegiatan yang dilakukan dalam implementasi program adalah penyuluhan kepada peserta untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang perilaku hidup bersih dan sehat.
4. Penilaian

Tahap ini dilakukan melalui sarana kuis interaktif dan tanya jawab kepada para peserta.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil PKM

Adapun peserta yang hadir adalah sebanyak 38 orang. Dalam kegiatan ini peserta tampak warga dusun Buntu Ledo mengikuti kegiatan penyuluhan ini dengan baik dari awal sampai selesai, tampak ada beberapa peserta yang bertanya kepada narasumber. Kegiatan Penyuluhan Rumah Sehat yang dilaksanakan pada tanggal 04 Maret 2024 pukul 10.00 Wita di Dusun Buntu Ledo Kecamatan Buntu Pepasan, mendapatkan antusias yang tinggi dari masyarakat yang hadir dalam kegiatan tersebut. Kegiatan ini dinilai sangat bermanfaat untuk meningkatkan kesadaran warga Dusun Buntu Ledo mengenai bagaimana menciptakan rumah sehat dan nyaman yang dapat berdampak positif bagi kesehatan dan lingkungan. Kepala Lembang Paongan dan kepala

Dusun Buntu Ledo juga memberikan arahan terkait dampak secara garis besar apabila perilaku hidup sehat berhasil diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

B. Pembahasan

Dalam kegiatan ini dengan pendekatan penyuluhan, diskusi serta tanya jawab, diharapkan memberi luaran agar peserta memperoleh pengetahuan dan pemahaman tentang rumah sehat Berdasarkan data yang dikumpulkan pada sesi tanya jawab dapat disimpulkan bahwa masyarakat membangun rumah berdasarkan keinginan dan kemampuan yang tidak terlalu memikirkan tentang unsur-unsur yang diisyaratkan untuk menjadi rumah sehat. Adapun indikator dalam rumah sehat menurut Permenkes antara lain: tersedia air bersih, tersedia kamar mandi dan jamban, tersedia saluran pembuangan limbah, tersedia septik tank, tidak padat penghuni, memiliki ventilasi dan pencahayaan yang cukup serta memiliki bangunan yang kokoh.

Faktor – faktor yang mempengaruhi kondisi rumah sehat adalah sebagai berikut :

1. Sosial budaya dan sosial ekonomi, perubahan kondisi lingkungan juga disebabkan oleh terjadinya perubahan demografi sosial ekonomi, dan sosial budaya sebagai hasil akibat dari pembangunan selama masa krisis ekonomi yang berkepanjangan. Tingkat sosial ekonomi menentukan bagaimana suatu kondisi rumah dan kelengkapan fasilitas rumah itu sendiri.
2. Tingkat Pengetahuan, pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang oleh karena dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan
3. Sikap merupakan konsep yang sangat penting dalam mempengaruhi terjadinya perilaku, karena kecenderungan bertindak, dan berpersepsi (Santi et al., 2023)

Dalam pelaksanaannya pemenuhan penyediaan rumah sehat masih menghadapi beberapa kendala, berupa rendahnya tingkat pengetahuan dan kemampuan masyarakat yang ada disana, mengingat harga rumah sehat masih belum memenuhi keterjangkauan secara menyeluruh. Dengan dilakukannya sosialisasi ini diharapkan masyarakat sudah mengetahui bagaimana ciri rumah sehat, walaupun masyarakat masih belum memiliki kemampuan yang cukup untuk membangun rumah sehat, paling tidak apabila masyarakat ingin membangun atau memperbaiki rumah, masyarakat telah mengetahui rumah yang sehat.

Rencana terhadap laporan PKM yang akan dilakukan selanjutnya adalah monitoring dan evaluasi terhadap perubahan perilaku dan pengetahuan masyarakat tentang perilaku hidup bersih dan sehat.

KESIMPULAN

Kebersihan merupakan kunci utama terciptanya rumah yang nyaman, bersih dan sehat untuk ditinggali. Pengetahuan tentang rumah sehat akan semakin membantu dan menyadarkan masyarakat untuk lebih memperhatikan hunian tempat tinggal mereka agar semua anggota keluarga lebih nyaman dalam berinteraksi dengan keluarga dan lingkungan.

Telah dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat oleh Institut Toraja Toraja. Kegiatan pengabdian yang berjudul Penyuluhan Kesehatan Tentang Rumah sehat pada warga di Dusun Buntu Ledo, Kecamatan Buntu Pepasan. Kegiatan penyuluhan dilaksanakan selama 1 hari. Tim pengabdian menyarankan agar kepala dusun Buntu Ledo dan segenap warga di Buntu Ledo tetap melakukan pengontrolan mengenai Rumah Sehat.



DAFTAR PUSTAKA

- Angraini, W., Febriawati, H., & Amin, M. (2022). Peningkatan Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Rumah Tangga. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 4(1), 26–32. <https://doi.org/10.31539/jka.v4i1.3698>
- Herdiani, I., Kurniawan, A., Yugianti, R. R., & ... (2022). Penyuluhan Kesehatan Tentang Rumah Sehat Di Kelurahan Kersanagara Cibeureum Tasikmalaya. *Balarea: Jurnal* <https://www.journal.umtas.ac.id/index.php/balarea/article/view/2498%0Ahttps://www.journal.umtas.ac.id/index.php/balarea/article/download/2498/1187>
- Indroasyoko, N., Hadiani, D., & Subekti, R. (2023). *Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat serta Rancang Bangun Pendistribusian Air Bersih di Desa Ciela Kabupaten Garut* (Vol. 4, Issue 4). <https://madaniya.biz.id/journals/contents/article/view/659>
- Prasetiawati, R., Nasution, F., & Lubis, N. (2022). Mewujudkan Rumah Sehat Melalui Penyuluhan Kesehatan Lingkungan Membentuk Masyarakat Sehat Jiwa Dan Raga. *To Maega : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(3), 523. <https://doi.org/10.35914/tomaega.v5i3.1223>
- Purnomo, H., Quraisy, S., & Wulandari, D. P. (2022). Sosialisasi Standar Perencanaan Rumah Sehat di Desa Lalin, Kayoa, Halmahera Selatan. *Journal Of Khairun Community Services*, 2(1), 69–75. <https://doi.org/10.33387/jkc.v2i1.4447>
- Santi, R., Hz, H., Rawalilah, H., Studi, P., Masyarakat, K., Bina, S., & Palembang, H. (2023). *Penyuluhan Tentang Rumah Sehat dalam Upaya Pencegahan Penyakit Berbasis Lingkungan di Kelurahan 26 Ilir Palembang Tahun 2023 Counseling on Healthy Homes in Efforts to Prevent Diseases Based on the Environment in the Village of 26 Ilir Palembang in 2023*. 3(3), 207–220. <https://doi.org/10.56910/safari.v3i3.854>

Suprpto, S., & Arda, D. (2021). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Meningkatkan Derajat Kesehatan Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas*, 1(2), 77–87.
<https://doi.org/10.25311/jpkk.vol1.iss2.957>