

---

**Peningkatan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Melalui Edukasi Sampah Rumah Tangga****Lina Yuliana<sup>1\*</sup>; Luqmantoro<sup>2</sup>; L.M. Zainul<sup>3</sup>; Impol Siboro<sup>4</sup>; Widya Mulya<sup>5</sup>; Merry K. Sipahutar<sup>6</sup>; Sri Wahyuni<sup>7</sup>; Muhammad Rizal<sup>8</sup>; Hana Eka Fitri<sup>9</sup>**<sup>1</sup>*Universitas Balikpapan*<sup>1</sup>[lina@uniba-bpn.ac.id](mailto:lina@uniba-bpn.ac.id)**Abstrak**

Sosialisasi dalam kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk: (1) untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat terhadap pentingnya pengelolaan sampah rumah tangga (2) untuk menumbuhkan serta meningkatkan kepedulian dan kesadaran masyarakat untuk membuang sampah pada tempatnya (3) agar masyarakat mengetahui mengenai keuntungan finansial terhadap pengelolaan sampah anorganik yang baik dan benar.

Khalayak sasaran kegiatan PPM adalah ibu-ibu rumah tangga di lingkungan RT 35 sebanyak 60 orang. Metode kegiatan PPM menggunakan metode ceramah Tanya jawab, dan simulasi. Langkah-langkah kegiatan PPM adalah ceramah untuk menjelaskan kajian sampah, jenis dan klasifikasi sampah, pengelolaan sampah dan 3R (reduce, reuse, recycle) pengelolaan sampah anorganik, dan dampak sampah bagi kesehatan pribadi dan lingkungan. Setelah itu dilanjutkan dengan sesi Tanya jawab dan simulasi pengelolaan sampah anorganik menjadi aneka kreasi daur ulang. Factor pendukung kegiatan pengabdian adalah adanya dukungan dari bapak lurah, ketua LPM Kelurahan Damai, Perwakilan Tim Bank Sampah dari Badan Lingkungan Hidup, Ketua RT 35, Ketua Kader PKK, dan antusiasme peserta pengabdian, sedangkan factor penghambat kegiatan adalah keterbatasan waktu pelaksanaan kegiatan pengabdian.

Kegiatan pengabdian secara keseluruhan dapat dikatakan baik dan berhasil, dilihat dari keberhasilan target jumlah peserta sosialisasi (85%), ketercapaian tujuan pelatihan (80%), ketercapaian target materi yang telah direncanakan (90%), dan kemampuan peserta dalam penguasaan materi (90%). Kegiatan pengabdian dapat meningkatkan pengetahuan ibu-ibu rumah tangga tentang pengelolaan sampah dalam rangka meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat dengan memberdayakan mereka dalam pengelolaan sampah anorganik menjadi aneka kreasi daur ulang dan sumber pendapatan baru dari hasil penjualan sampah kepada pihak bank sampah.

**Kata Kunci:** Sosialisasi, pemilahan, sampah

**Abstract**

The socialization in this service activity aims to: (1) increase public knowledge of the importance of household waste management (2) to grow and increase public awareness and awareness of disposing of waste in its place (3) so that people know about the financial benefits of inorganic waste management which is good and true.

The target audience for PPM activities is 60 housewives in RT 35. The PPM activity method uses the question and answer lecture method, and simulation. The steps for PPM activities are lectures to explain the study of waste, types and classification of waste, waste

management and 3R (reduce, reuse, recycle) inorganic waste management, and the impact of waste on personal health and the environment. After that, it was followed by a question and answer session and a simulation of the management of inorganic waste into various recycled creations. The supporting factors for the service activities are the support from the village head, the head of the Damai Village LPM, the Representative of the Waste Bank Team from the Environment Agency, the Head of RT 35, the Chair of the PKK Cadre, and the enthusiasm of the service participants, while the inhibiting factor for the activity is the limited time for the implementation of service activities.

Overall service activities can be said to be good and successful, seen from the success of the target number of socialization participants (85%), the achievement of training objectives (80%), the achievement of the planned material targets (90%), and the ability of participants in mastering the material (90%). Service activities can increase the knowledge of housewives about waste management in order to improve clean and healthy living behavior by empowering them in managing inorganic waste into various recycled creations and new sources of income from the sale of waste to the waste bank.

**Keywords:** *Socialization, sorting, trash*

## 1. Pendahuluan

Kesehatan merupakan kunci utama kepada kesejahteraan hidup. World Health Organization (mendefinisikan kesehatan sebagai suatu keadaan fisik, mental, dan social yang sehat, optimal, cerdas, serta bebas daripada sebarang penyakit. Hal ini menegaskan bahwa status kesehatan ditunjangi oleh factor fisik, mental, dan social yang sehat berfungsi dengan baik dan optimal serta tidak diancam oleh berbagai penyakit.

Sampah adalah suatu bahan yang terbuang atau dibuang dari sumber hasil aktivitas manusia maupun proses alam yang belum memiliki nilai ekonomis. Sampah yang dibuang ke lingkungan dapat menjadi beban bagi lingkungan. Keberadaan sampah dapat bersumber dari rumah tangga, kegiatan pertanian, kegiatan pembangunan dan pemugaran gedung, daerah perdagangan, maupun lembaga pendidikan. Keberadaan sampah dapat menimbulkan pencemaran tanah dan air, menimbulkan bau tidak sedap, menjadi sarang binatang yang merupakan sumber penyakit, serta mengganggu keindahan. Upaya sederhana yang dapat dilakukan untuk meminimalkan sampah rumah tangga adalah melakukan pemilahan antara

sampah organik dan sampah anorganik. Sampah organik dapat dijadikan pupuk kompos, sedangkan sampah anorganik dapat dijadikan aneka kreasi (hasta karya) daur ulang dan dijual kembali kepada im bank sampah. Peran ibu rumah tangga memiliki pengaruh yang besar dalam peningkatan efisiensi pengelolaan persampahan, mengingat peran perempuan yang mempunyai tugas domestic di dalam rumah masing-masing. Upaya meminimalkan sampah dapat dilakukan dengan 3R, meliputi reduce (mengurangi), reuse (pakai ulang), dan recycle (daur ulang). Upaya tersebut dilandasi pemikiran bahwa setiap orang berhak atas lingkungan yang layak dan nyaman, sehingga setiap orang wajib menjaga kenyamanan lingkungan.

Permasalahan yang sering terjadi berkaitan dengan perilaku manusia yang masih belum menyadari pentingnya berperilaku hidup sehat dan bersih di lingkungan rumah dan sekitarnya. Permasalahan yang terjadi adalah penumpukan sampah, baik dipinggiran pantai, kolong perumahan, dan juga perkarangan warga. Hal ini terjadi karena kurangnya kesadaran masyarakat mengenai pola hidup bersih dan sehat.

Rumah-rumah pemukiman RT. 35 kebanyakan berbentuk rumah panggung dan dibawah rumah tersebut dipenuhi lumpur-lumpur dan sampah-sampah warga sehingga membuat pemukiman tersebut kumuh dan cenderung mengeluarkan bau khas akibat penumpukkan sampah dalam waktu yang relative lama.

## 2. Bahan dan Metode

Khalayak sasaran kegiatan pengabdian ini adalah masyarakat di lingkungan RT 35, Jalan Jenderal Sudirman, Kelurahan Damai, Kecamatan Balikpapan Kota. Masyarakat yang diundang dalam kegiatan pelatihan ini sesuai dengan judul kegiatan PPM adalah ibu rumah tangga di lingkungan RT 35 dengan jumlah sebanyak 60 orang.

Metode kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa sosialisasi yang dilaksanakan di rumah kediaman ketua RT 35, Jalan Jenderal Sudirman Kelurahan Damai, Kecamatan Balikpapan Kota.

Berikut adalah tahap pelaksanaan kegiatan :

1. Tahap persiapan yang meliputi:
  - a. Survey ke lapangan
  - b. Pemantapan, penentuan lokasi dan sasaran
2. Tahap pelaksanaan  
Tahap pelaksanaan kegiatan dilakukan persiapan-persiapan. Dalam tahap ini dilakukan pertama : penjelasan tentang pemilahan sampah rumah tangga pada ibu rumah tangga di lingkungan RT 35, Jalan Jenderal Sudirman, Kelurahan Damai, Kecamatan Balikpapan Kota.
  - a. Ceramah

Penggunaan metode ceramah dikombinasikan dengan memanfaatkan laptop dan LCD untuk menayangkan materi powerpoint yang dilengkapi dengan gambar-gambar, termasuk penayangan video pengolahan sampah anorganik menjadi aneka kreasi (hasta karya) daur

ulang. Pemanfaatan laptop dan LCD membantu peserta untuk lebih mudah memahami pemilahan sampah anorganik, mengingat materi pelatihan relative banyak dan waktu pelatihan yang terbatas.

### b. Metode Tanya jawab

Metode Tanya jawab sangat penting bagi peserta baik disaat menerima penjelasan pemahaman dan cara masyarakat dalam aplikasi cara pemilahan sampah yang baik dan benar dan dampaknya dalam kehidupan sehari-hari.

### c. Metode simulasi

Metode simulasi ini sangat penting diberikan pada peserta untuk mengaplikasikan pengelolaan jenis sampah organic dan anorganik. Dari materi ceramah yang diperoleh. Harapan peserta-peserta harus benar-benar menguasai materi yang diterima, mengetahui jenis sampah yang telah dikumpulkan, dan mengetahui dampak dari pemilahan sampah yang telah dilakukan.

## 3. Hasil dan Pembahasan

Konsep pemilahan sampah seperti ini sudah diatur dalam undang-undang No. 18 Tahun 2008 Tentang Pemilahan sampah. Penyelenggaraan pemilahan sampah meliputi pengurangan sampah dan penangan sampah. Penangan sampah menurut Peraturan Pemerintah No. 81 Tahun 2012 Tentang Pemilahan sampah Rumah Tangga dan sampah sejenis sampah rumah tangga pada pasal 16 disebutkan bahwa tahap kegiatannya terdiri dari pemilahan, pengumpulan, pengangkutan, pengolahan dan pemrosesan akhir sampah. Pengumpulan sampah dilakukan oleh penghasil sampah dan/atau pengelola sampah dengan memindahkan sampah dari sumber ke TPS. Pengangkutan sampah ke TPS seharusnya dilakukan setiap hari dengan menggunakan sarana pengangkutan sampah. Idealnya sampah

yang diangkut merupakan sampah yang berasal dari TPS dan armada yang digunakan adalah truck sampah. Pengolahan sampah dilakukan dengan cara penimbunan (sanitary landfill) di TPA, insenerasi (biasanya di Rumah Sakit atau Puskesmas) dan atau dengan cara lainnya sesuai dengan kebutuhan dan perkembangan teknologi.

Dalam system atau model pemilahan sampah berbasis masyarakat ditunjukkan bahwa sampah rumah tangga berupa sampah organik dapat dijadikan kompos, sedangkan sampah anorganik dapat didaur ulang, digunakan kembali, dan dimusnahkan (ESP-USAID, 2010). Daur ulang adalah proses memanfaatkan bahan bekas atau sampah untuk menghasilkan produk yang dapat digunakan kembali. Daur ulang memiliki manfaat, antara:

1. Mengurangi jumlah sampah yang dibuang ke tempat pembuangan akhir.
2. Mengurangi dampak lingkungan yang terjadi akibat menumpuknya sampah di lingkungan.
3. Menambah penghasilan melalui penjualan produk daur ulang yang dihasilkan.
4. Menambah penghasilan dari pengumpulan sampah anorganik ke tim bank sampah.
5. Mengurangi penggunaan bahan alam untuk kebutuhan industry plastic, kertas, logam dan lain-lain.

Kegiatan daur ulang sampah anorganik dapat dilakukan di tingkat rumah tangga ataupun komunal (RT,RW, desa). Di tingkat rumah tangga, sampah anorganik dapat dikelola dengan menyediakan ruangan di suatu pojok rumah yang tidak mengganggu kegiatan lainnya, namun diketahui dan mudah dicapai oleh semua anggota keluarga. Gunakan kardus, keranjang, ember bekas atau apa saja sebagai wadah masing-masing sampah anorganik (kertas, plastic, dan lain-lain) dan tempatkan wadah di tempat yang kering (ESP-USAID, 2010).

Sampah anorganik tersebut kemudian dapat dijadikan aneka kreasi (hasta karya) daur ulang. Sampah kertas dapat diubah menjadi barang-barang unik dan modis sebagai aksesoris maupun pelengkap penampilan, seperti kalung liontin, anting, gelang, cincin, bando, jepit rambut dan bros (Ida Yuliati, 2011).



#### **Gambar contoh kreasi daur ulang**

Masalah pencemaran lingkungan merupakan masalah lama yang dihadapi manusia hingga saat ini. Masalah tersebut masih belum dapat terselesaikan. Pencemaran lingkungan adalah masuknya substansi-substansi berbahaya ke dalam lingkungan sehingga kualitas lingkungan menjadi berkurang atau fungsinya tidak sesuai dengan peruntukannya. Sehingga tatanan lingkungan yang dulu berubah karena adanya pencemaran lingkungan.

#### **a) Pencemaran udara**

Sampah yang menumpuk dan tidak segera terangkut merupakan sumber bau tidak sedap yang memberikan efek buruk bagi daerah sensitive sekitarnya seperti pemukiman, perbelanjaan, rekreasi dan lain.lain. pembakaran sampah sering kali terjadi pada sumber dan lokasi pengumpulan terutama bila terjadi penundaan proses pengangkutan sehingga menyebabkan kapasitas tempat terlampaui. Asap yang timbul sangat potensial

menimbulkan gangguan bagi lingkungan sekitarnya.



**Gambar pembakaran sampah**

#### Pencemaran Air

Prasarana dan sarana pengumpulan yang terbuka sangat potensial menghasilkan lindi. Lindi adalah air hasil degradasi dari sampah dan dapat menimbulkan pencemaran apabila tidak diolah terlebih dahulu.



**Gambar pencemaran Air**

#### 4. Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai sosialisasi pemilahan sampah dalam rangka meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat (phbs). Sampah adalah suatu bahan yang terbuang atau dibuang dari sumber hasil aktivitas manusia maupun proses alam yang belum memiliki nilai ekonomis. Sampah yang dibuang ke lingkungan dapat menjadi beban bagi

lingkungan. Keberadaan sampah dapat bersumber dari rumah tangga, kegiatan pertanian, kegiatan pembangunan dan pemugaran gedung, daerah perdagangan, maupun lembaga pendidikan. Keberadaan sampah dapat menimbulkan pencemaran tanah dan air, menimbulkan bau tidak sedap, menjadi sarang binatang yang merupakan sumber penyakit, serta mengganggu keindahan. Upaya sederhana yang dapat dilakukan untuk meminimalkan sampah rumah tangga adalah melakukan pemilahan antara sampah organik dan sampah anorganik. Upaya meminimalkan sampah dapat dilakukan dengan 3R, meliputi reduce (mengurangi), reuse (pakai ulang), dan recycle (daur ulang). Upaya tersebut dilandasi pemikiran bahwa setiap orang berhak atas lingkungan yang layak dan nyaman, sehingga setiap orang wajib menjaga kenyamanan lingkungan. Permasalahan yang sering terjadi berkaitan dengan perilaku manusia yang masih belum menyadari pentingnya berperilaku hidup sehat dan bersih di lingkungan rumah dan sekitarnya. Permasalahan yang terjadi adalah penumpukan sampah, baik dipinggiran pantai, kolong perumahan, dan juga perkarangan warga. Hal ini terjadi karena kurangnya kesadaran masyarakat mengenai pola hidup bersih dan sehat. Rumah-rumah pemukiman RT. 35 kebanyakan berbentuk rumah panggung dan dibawah rumah tersebut dipenuhi lumpur-lumpur dan sampah-sampah warga sehingga membuat pemukiman tersebut kumuh dan cenderung mengeluarkan bau khas akibat penumpukkan sampah dalam waktu yang relative lama.

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, ada beberapa hal yang dapat dijadikan masukan, antara lain: dilakukan kegiatan serupa untuk RT lain agar meningkatkan pengetahuan ibu-ibu rumah tangga tentang

pengelolaan sampah dalam rangka meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat dengan memberdayakan mereka dalam pengelolaan sampah anorganik menjadi aneka kreasi daur ulang dan sumber pendapatan baru dari hasil penjualan sampah kepada pihak bank sampah.

## 5. Daftar Rujukan

- Artiningsih. 2008. Peran Serta Masyarakat Dalam Pengelolaan Sampah Rumah Tangga. Tesis. Pasca Sarjana. Universitas Diponegoro. Semarang
- Damanhuri, E dan Padmi, T. 2004. Diktat Kuliah Pengelolaan Sampah. ITB: Bandung.
- ESP-USAID. (2010). Modul Pelatihan Pengelolaan Sampah Berbasis Masyarakat. Jakarta: Environmental Services Program.
- Ida Yuliati. 2011. Aksesori dari Kertas: Memanfaatkan Kertas Menjadi Berbagai Macam Aksesori Cantik. Surabaya: Tiara Aksa.
- Karden Eddy Sontang Manik, Pengelolaan Lingkungan Hidup, (Jakarta: Penerbit Djambatan, 2007)
- Kharisma Widia Prastiwi dan Yuyun Widiastuti. 2010. Recycle Bottle: Ragam Kreasi Limbah Botol Plastik. Surabaya: Tiara Aksa.
- Kuncoro Sejati. 2009. Pengolahan Sampah Terpadu. Yogyakarta: Kanisius