

PENINGKATAN DAN PEMBERDAYAAN POLA HIDUP BERSIH MASYARAKAT DI LINGKUNGAN RT 01 RW 07 KELURAHAN TEMBALANG KOTA SEMARANG

Abdul Syukur A¹⁾, Yusuf Dewantara H²⁾, Sahid³⁾, Dita Anis M⁴⁾

^{1,2,3,4} Jurusan Teknik Mesin Politeknik Negeri Semarang
Jl. Prof. H. Soedarto, S.H., Tembalang, Kota Semarang, Jawa Tengah 50275
Telp. +6224 7473417, 7499585, 7499586, Fax. +6224 7472396
Email : abdulsyukur@polines.ac.id

Abstrak

Mitra masyarakat RT.01. RW.07 Desa Tembalang, Kecamatan Tembalang, Kota Semarang merupakan daerah sekitar kampus UNDIP dan Polines, mayoritas penduduknya adalah usaha warung makan, jasa laundry, pedagang makanan kecil dan jasa foto copy, dan lain2 usaha untuk kebutuhan mahasiswa. Wilayah ini dengan populasi 55 KK tergolong daerah sangat padat, apa lagi dengan jumlah mahasiswa yang kos di wilayah ini. Dengan kepadatan penghuni wilayah ini memberikan dampak problematika tersendiri, terutama sampah rumah tangga. Penanganan sampah rumah tangga menjadikan perhatian yang besar terutama perangkat desa, bagaimana mengatasi sampah di wilayah ini agar tidak terkesan wilayah kumuh dan kotor. Beberapa upaya telah dilakukannya dengan cara mensosialisasikan dampak buruk dari sampah jika tidak dikelola dengan baik dan benar namun upaya ini belum menampakkan hasil yang maksimal.

Tim Pengabdian Pada Masyarakat Polines, menawarkan bagaimana menjaga agar lingkungan tetap bersih dan sehat yaitu: Memberikan pemahaman dan kesadaran masyarakat hidup bersih dan sehat dengan penyuluhan secara berkala, pembuangan sampah pada tempatnya dengan memberikan tempat sampah tiap-tiap rumah. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Penting bagi orangtua untuk mengetahui apakah program PHBS diterapkan dengan baik di sekolah agar anak terbiasa menjaga kesehatan, mengurangi risiko penyakit, dan meningkatkan kesehatan secara keseluruhan. Metode penelitian yang digunakan adalah Systematic Literature Review dengan mengikuti alur Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA). Data dihimpun dari database *Google Scholar*, *PubMed*, dan *Science Direct* menggunakan kata kunci "Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Masyarakat" Dengan adanya kegiatan ini diharapkan memberikan dampak yang positif terhadap masyarakat di wilayah ini, sehingga kesadaran masyarakat akan hidup bersih dan sehat lingkungan akan tampak indah dan baik sehingga memberikan daya tarik sendiri bagi penghuninya.

Kata Kunci: Hidup Bersih, Sehat

PENDAHULUAN

Kelurahan Tembalang dengan luas area 392,26 ha terdiri dari 37 RT dan 8 RW, dengan jumlah penduduk 6.511 jiwa terdiri laki-laki 3.360 jiwa, perempuan 3.151 jiwa. wilayah Tembalang. Kelurahan Tembalang adalah sebuah kelurahan di Kecamatan Tembalang, Kota Semarang, Provinsi Jawa Tengah, Indonesia. Hampir setengah wilayah Kelurahan Tembalang digunakan sebagai lahan kampus Universitas Diponegoro. **Luas:** 2,68 km². Kelurahan Tembalang memiliki sarana dan prasarana diantaranya; UKBM (posyandu) 6 buah, Poliklinik 2 buah, Rumah Sakit 1 unit, Paud 4 buah, TK 1 buah, SD 1 buah, Perguruan Tinggi 2 buah, Masjid 15 buah, mushola 2 buah, Kesenian/Budaya 1 buah dan Balai Pertemuan 5 buah.



Gambar 1. Peta Kelurahan Tembalang

Mitra masyarakat RT.01. RW.07 Desa Tembalang, Kecamatan Tembalang, Kota Semarang merupakan daerah sekitar kampus UNDIP dan Polines, mayoritas penduduknya adalah usaha warung makan, jasa laundry, pedagang makanan kecil dan jasa foto copy, dan lain2 usaha untuk kebutuhan mahasiswa. Wilayah ini dengan populasi 55 KK tergolong daerah sangat padat, apa lagi dengan jumlah mahasiswa yang kos diwilayah ini. Dengan kepadatan penghuni wilayah ini memberikan dampak problematika tersendiri, terutama sampah rumah tangga. Penanganan sampah rumah tangga menjadikan perhatian yang besar terutama perangkat desa, bagaimana mengatasi sampah di wilayah ini agar tidak terkesan wilayah kumuh dan kotor.

PERMASALAHAN MITRA

Mengacu analisis situasi di atas, **masalah yang dihadapi masyarakat** adalah bagaimana menangani sampah rumah tangga agar tetap terjaga dengan baik dan lingkungan bersih dan sehat. Perubahan perilaku masyarakat terhadap peduli lingkungan yang bersih dan sehat menjadikan wilayah hunian yang asri dan indah. Tim Pengabdian Pada Masyarakat Polines, menawarkan bagaimana menjaga agar lingkungan tetap bersih dan sehat yaitu: Memberikan pemahaman dan kesadaran masyarakat hidup bersih dan sehat dengan penyuluhan secara berkala, pembuangan sampah pada tempatnya dengan memberikan tempat sampah tiap-tiap rumah, memberikan penerangan jalan yang baik. Dengan adanya kegiatan ini diharapkan memberikan dampak yang positif terhadap masyarakat di wilayah ini, sehingga kesadaran masyarakat akan hidup bersih dan sehat lingkungan akan tampak indah dan baik sehingga memberikan daya tarik sendiri bagi penghuninya.

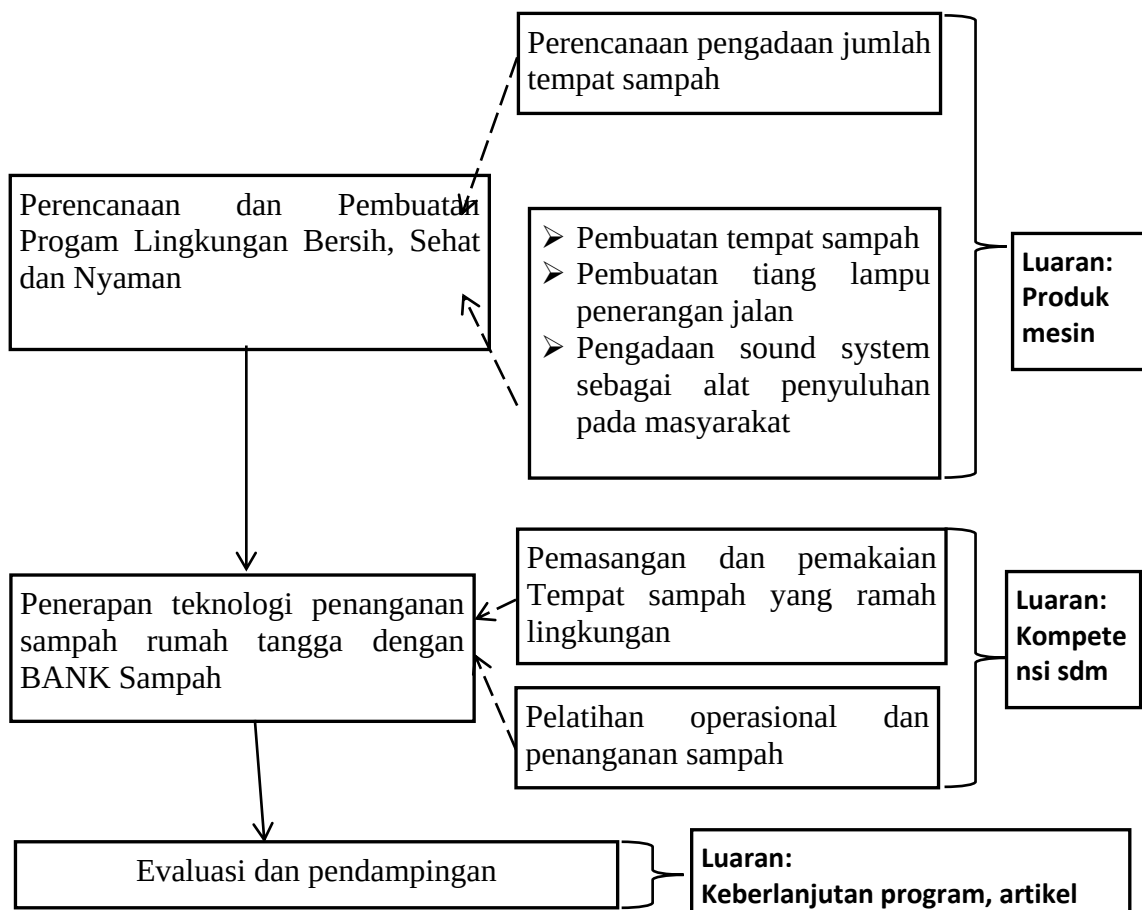
SOLUSI DAN TARGET LUARAN

Solusi tepat yang ditawarkan untuk mengatasi permasalahan penanganan sampah rumah tangga adalah dengan penerapan teknologi lingkungan bersih dan sehat, meberikan tempat sampah tiap-tiap rumah. Penyuluhan dengan mempersiapkan alat sound system dan pelatihan menangani sampah rumah tangga dengan Bank Sampah. **Luaran yang ditargetkan** melalui program ini adalah sebuah artikel yang akan di publis dalam seminar nasional dan produk tempat sampah dan tiang lampu yang siap pakai yang akan diterapkan wilayah RT 01 RW 07 Kelurahan Tembalang Selain itu, **Manfaat langsung** yang diharapkan bagi mitra adalah peningkatan kesadaran masyarakat hidup bersih dan sehat, membuang sampah pada tempatnya, menjaga lingkungan yang aman dan kondusif.

Target Luaran, memberikan pengetahuan teknologi penanganan sampah rumah tangga yang baik dan benar, kesadaran masyarakat hidup bersih dan sehat, penaggulangan penyakit sejak dini dari dampak sampah. Menjadikan lingkungan hunian yang baik serasi dan sehat.

METODE PELAKSANAAN

Tahapan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat digambarkan dalam bentuk diagram alir Gambar 2 di bawah ini.



Perencanaan dan Pembuatan Progam Lingkungan Bersih, Sehat dan Nyaman

Dirancang sebuah program penanganan lingkungan yang bersih dan sehat, dengan memetakan seberapa besar sampah rumah tangga di wilayah tersebut, program yang ditawarkan:

1. Membangun kesadaran masyarakat wilayah itu akan hidup bersih dan sehat.
2. Memetakan seberapa besar sampah keluarga yang dihasilkan.
3. Penyuluhan kepada masyarakat terhadap pentingnya hidup bersih dan sehat.

Evaluasi Dan Pendampingan

Mitra dievaluasi dalam mengoperasionalkan kesadaran masyarakat akan arti pentingnya hidup bersih dan sehat. Kebutuhan tempat sampah yang relevan dan efektif sesuai dengan kebutuhan masyarakat wilayah RT 01 RW 07 Kelurahan Tembalang Kota Semarang. Penyuluhan yang intensif terhadap masyarakat secara berkala dilakukan dan menjaga lingkungan hunian yang bersih, tertib, dan sehat. Dengan terlaksananya kegiatan ini akan memberikan kenyamanan hunian yang asri dan kondusif.

KEGIATAN PENGABDIAN PADA MASYARAKAT

Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah kegiatan komunikasi terencana untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya kebiasaan sehat seperti mencuci tangan, makan makanan bergizi, menggunakan jamban sehat, olahraga teratur, dan menjaga kebersihan lingkungan. Tujuan utamanya adalah agar individu, keluarga, dan masyarakat mampu menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan meningkatkan kualitas hidup secara mandiri.



Gambar 2. Budaya buang sampah pada tempatnya

Mengenalkan Pentingnya Prilaku Hidup Bersih Dan Sehat

Perilaku hidup bersih dan sehat atau biasa dikenal dengan PHBS adalah gaya hidup yang mengutamakan kebersihan tubuh maupun lingkungan sekitar. PHBS adalah perilaku yang perlu dibiasakan dalam aktivitas sehari-hari agar kualitas hidup dan kesehatan lebih terjaga. Mari simak ulasan lengkap mengenai indikator serta pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat dalam artikel berikut ini.

Apa itu PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat)?

PHBS adalah singkatan dari pola atau perilaku hidup bersih dan sehat. Lebih tepatnya, PHBS adalah sebuah gerakan yang dilakukan dengan menjaga kebersihan serta kesehatan tubuh maupun lingkungan sekitar. Perilaku hidup sehat ini dapat diterapkan di mana saja, mulai dari rumah, sekolah, lingkungan kerja, hingga tempat umum.



Gambar 3. Penyuluhan Prilaku Hidup Bersih dan Sehat di RT01 RW07 Tembalang



Gambar 4. Serahterima Hasil pengabdian Pada Masyarakat

Tujuan PHBS adalah untuk meningkatkan kualitas hidup melalui kegiatan yang berlandaskan atas kesadaran diri sendiri. Selain menjaga kualitas hidup diri sendiri, PHBS juga bertujuan untuk melindungi kesehatan orang terdekat serta melestarikan lingkungan sekitar.

Indikator PHBS

Kesuksesan gerakan PHBS dapat dilihat dari berbagai aktivitas yang dilakukan atas kesadaran diri sendiri. Adapun sejumlah kegiatan yang menjadi indikator dalam keberhasilan PHBS adalah sebagai berikut:

1. Cuci Tangan menggunakan Sabun dan Air Mengalir
2. Jaga Kebersihan Toilet
3. Konsumsi Makanan Sehat
4. Olahraga secara Rutin
5. Hindari Gaya Hidup Tidak Sehat
6. Jaga Kebersihan Lingkungan Sekitar
7. Optimalkan Kesejahteraan Ibu dan Anak

PENUTUP

Pengabdian pada Masyarakat ini membawa dampak yang cukup baik, terutama masyarakat RT01/RW07 Kluurahan Tembalang telah membuka wawasan manfaat dari pola hidup sehat hidup bersih.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Syukur A, dkk(2023). “Penerapan Mesin Mixer Adonan Bakso Dan Siomay (*Meat Mincer*) Untuk Meningkatkan Produktivitas Usaha UMKM Desa Meteseh Tembalang Semarang”, (PMK, Polines)
- Abdul Syukur A, dkk (2022). “Rekayasa Mesin Cutting Sticker Berbasis CNC Untuk Meningkatkan Kualitas Hasil Produksi. (PTK. Polines)
- Abdul Syukur A, dkk, (2021).” Rancang Bangun Mesin Penggiling Biji Kopi Tipe *Crusher Hammer Mill* Kapasitas Produksi 3 kg/jam, (PTK. Polines)
- Abdul Syukur A. dkk, (2020). “Rancang Bangun Mesin Pengolah Limbah Sampah Plastik Menjadi Fiber Polyester Bernilai Ekonomis”, (PTP. Polines)
- Abdul Syukur A. dkk. (2019); “Rekayasa Pembuatan Roda Gigi Dari Bahan Serbuk Logam Tembaga Dan Aluminium Dengan Proses Kompaksi”, (PTP.Polines)
- Abdul Syukur A. dkk. (2018). “Rancang Bangun Alat Cetak Elektroda Electrical Discharge Machine Dengan Sistem Hidrolik”, (PTK. Polines)
- Cross, Nigel. 2008. Engineering Design Methods: Strategies for Product Design 4th Edition. New York: John Wiley & Sons, Ltd.
- Fajar, Ilham, dkk. 2019. Pengembangan Mesin CNC Router 4-Axis Guna Mendukung Produksi Industri Kreatif. Semarang: Jurusan Teknik Mesin Politeknik Negeri Semarang.
- Syukran H., Syafri, A. Prayitno. 2017. Rancang Bangun Sistem Kontrol Mesin CNC Milling 3 Axis Menggunakan Close Loop System. Jurnal Online Mahasiswa Bidang Teknik dan Sains, Vol. 4, No. 2, 1-8
- Achmad, Z. (1999). Elemen Mesin I. Retrieved from thebooke: <https://thebookee.net/>
- Andaka, G. (2009). Optimasi Proses Ekstraksi Minyak Kacang Tanah Dengan Pelarut N-Heksana. Jurnal Teknologi, 80-88.
- G, B., Richard, & J. Keith, N. (2008). Shigley's Mechanical Engineering Design 9th. Retrieved from Academia: <https://www.academia.edu>
- G. Takeshi, S., & N, S. (1986). Menggambar mesin menurut standar ISO. Retrieved from Universitas Indonesia Library: <https://lib.ui.ac.id/detail.jsp?id=141038>
- Hayat, M., & dkk. (2014). Uji Kekuatan Puntir Material Baja ST60 dengan Perlakuan Panas dan Tanpa Perlakuan Panas. Retrieved from Anzdoc: <https://adoc.pub/uji-kekuatan-puntir-material-baja-st-60-dengan-perlakuan-pan.html>

- Jutz, H., & Scharkus, E. (1996, March 1). Westermann Tables for the Metal Trade. Retrieved from GoodReads: <https://www.goodreads.com/book/show/3188438-westermann-tables-for-the-metal-trade>
- Khurmi, R., & Gupta, J. (2005, February 23). Machine Design A Textbook for The Student of B.E/B tech. Retrieved from Scientific Research: [https://scirp.org/\(S\(lz5mqp453edsnp55rrgjct55\)\)/reference/referencespapers.aspx?referenceid=1678824](https://scirp.org/(S(lz5mqp453edsnp55rrgjct55))/reference/referencespapers.aspx?referenceid=1678824)
- Optimasi Proses Ekstraksi Minyak Kacang Tanah dengan Pelarut N-Heksana. (2009). Retrieved from Jurnal Teknologi: <https://ejournal.akprind.ac.id/>
- Siagian, M. (n.d.). Shel Life Estimation of Catfish (*Cryptopterus bicirchis*).
- Sularso, K. (1997). Dasar Perencanaan dan Pemilihan Mesin. Retrieved from academia: https://www.academia.edu/29678312/Dasar_Perencanaan_dan_Pemilihan_Elemen_Mesin_by_Sularso