

Health education for housewife ini utilizing household waste

Ika Kustiyah Oktaviyanti, Lisda Hayatie, Joharman, Hendra Wana Nur'amin, Wahyuni✉, Nur Annisa Humaira, Aurny Widyananda Sindunata, Agatha Theodora Desvita Raharjo, Nasywa Melanie Sugiyanto, Hana Najma Maulidya
Universitas Lambung Mangkurat, Banjarmasin, Indonesia

✉ wahyuni@ulm.ac.id

 <https://doi.org/10.31603/ce.8819>

Abstract

The volume of waste originating from households is increasing day by day, this condition will cause new problems such as disease outbreaks and a decrease in environmental quality. The purpose of this community service is to improve and empower housewives in managing organic waste originating from household organic waste. The method of this program is health education with material explanations, demonstrations, and discussions. As a result, participants know the steps to make compost/fertilizer from household waste and are able to produce it properly.

Keywords: Health education; Household; Compost; Organic waste

Edukasi kesehatan untuk ibu rumah tangga dalam pemanfaatan sampah rumah tangga

Abstrak

Volume sampah yang berasal dari rumah tangga semakin hari semakin meningkat, kondisi ini akan menimbulkan permasalahan baru seperti wabah penyakit dan penurunan kualitas lingkungan. Tujuan dilakukannya pengabdian kepada masyarakat ini untuk meningkatkan dan memberdayakan ibu rumah tangga dalam mengelola sampah organik yang berasal dari sampah organik sisa rumah tangga. Metode kegiatan ini adalah pendidikan kesehatan dengan penjelasan materi, demonstrasi dan diskusi aktif. Hasil dari kegiatan ini, peserta mengetahui langkah-langkah membuat kompos/pupuk dari sampah rumah tangga dan mampu memproduksi dengan baik.

Kata Kunci: Edukasi kesehatan; Ibu rumah tangga; Kompos; Sampah organik

1. Pendahuluan

Sampah merupakan sisa buangan dari suatu produk atau barang yang sudah tidak digunakan lagi, tetapi masih dapat didaur ulang menjadi barang yang bernilai. Secara umum sampah dikelompokkan menjadi sampah anorganik dan sampah organik (Sujarwo et al., 2014). Sampah anorganik adalah sampah yang terdiri atas bahan-bahan anorganik seperti bahan logam, plastik, kaca, karet dan kaleng. Sifat sampah anorganik adalah tahan lama dan sukar membusuk. Sampah ini tidak mudah diuraikan oleh mikroorganisme tanah. Apabila dibuang sembarangan, sampah anorganik dapat menimbulkan pencemaran tanah. Sedangkan sampah organik adalah sampah yang terdiri atas bahan-bahan organik. Sifat sampah organik adalah tidak tahan lama dan cepat membusuk. Biasanya sampah jenis ini berasal dari makhluk hidup. Contohnya adalah sayur-sayuran, buah-buah yang membusuk, sisa nasi, daun dan sebagainya.

Sampah organik mudah diuraikan mikroorganismenya tanah. Hanya saja jenis sampah akan menimbulkan bau kurang sedap jika tidak dikelola dengan baik (DLH Kabupaten Buleleng, 2019).

Perilaku manusia yang tidak bertanggung jawab terhadap sampah dapat menjadi penyebab kemunculan masalah dan kerusakan lingkungan. Bila perilaku manusia lebih mengarah pada kepentingan pribadinya dan kurang atau tidak mempertimbangkan kepentingan umum, maka dapat diprediksi bahwa daya dukung lingkungan alam semakin terkuras habis dan akibatnya kerugian dan kerusakan lingkungan tak dapat dihindarkan lagi (Wibowo & Sarwono, 2004).

Banyaknya sampah organik seperti sisa sampah rumah tangga dan dedaunan kering yang tidak dikelola dengan baik oleh warga dapat mengakibatkan masalah bagi lingkungan. Pengolahan sampah organik terdiri dari bahan-bahan yang berasal dari alam. Secara alami sampah organik mengalami pembusukan atau penguraian oleh mikroba atau jasad renik seperti bakteri, jamur dan sebagainya (Bratovic et al., 2018). Sampah organik dapat berpengaruh terhadap lingkungan dan kesehatan. Lokasi dan pengelolaan sampah yang kurang memadai (pembuangan sampah yang tidak terkontrol) merupakan tempat yang cocok bagi beberapa organisme. Potensi bahaya kesehatan yang dapat ditimbulkan oleh sampah antara lain adalah penyakit diare, kolera dan tifoid menyebar dengan cepat karena virus yang berasal dari sampah dengan pengelolaan yang tidak tepat dapat bercampur dengan air minum. Penyakit demam berdarah (*haemorrhagic fever*) juga dapat meningkat dengan cepat di daerah yang pengelolaan sampahnya kurang memadai. Penyakit jamur juga dapat menyebar (misalnya jamur kulit). Penyakit yang dapat menyebar melalui rantai makanan (Margono et al., 2017).

Desa binaan Keliling Benteng Ulu merupakan salah satu desa di Kecamatan Martapura Barat Kabupaten Banjar yang memiliki banyak lahan basah. Di desa tersebut, pemanfaatan lahan basah masih belum maksimal (Margono et al., 2017). Hal ini dikarenakan banyaknya permasalahan, khususnya pengolahan sampah. Banyak masyarakat yang masih belum mengetahui bahaya dari sampah tersebut. Padahal, apabila digunakan dengan baik maka masyarakat mereka akan mendapatkan keuntungan. Oleh karena itu, diperlukan pengelolaan sampah organik dan anorganik yang optimal agar mereka dapat memaksimalkan manfaat dari lahan basah yang merupakan aset sejak dulu (Gumbrecht et al., 2017).

Salah satu masalah yang dimiliki oleh masyarakat di Desa Keliling Benteng Ulu adalah belum adanya pengelolaan sampah yang terpadu baik secara mandiri maupun terkoordinir oleh pihak pemerintah desa. Sementara sampah yang bersumber dari rumah tangga kian hari kian meningkat volumenya, tentunya hal ini akan menimbulkan berbagai permasalahan baru seperti wabah penyakit dan kerusakan atau menurunnya kualitas lingkungan masyarakat (Risanty et al., 2015). Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik mengadakan kegiatan edukasi kepada ibu rumah tangga dalam pemanfaatan sampah organik. Kegiatan ini berlangsung pada hari Sabtu, tanggal 30 Juli 2022 di RT 9 Desa Keliling Benteng Ulu.

2. Metode

Kegiatan ini dilakukan oleh tim pengabdian kepada masyarakat (PKM) yang terdiri atas dosen dan mahasiswa PSKPS FK ULM di Desa Keliling Benteng Ulu pada hari Sabtu, 20 Juli 2022. Strategi pelaksanaan kegiatan yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu dengan edukasi kesehatan. Metode penyuluhan dengan metode ceramah dan demonstrasi, serta diskusi. Dalam kegiatan penyuluhan ini, diadakan pula wawancara dan tanya jawab untuk mengukur dan mengetahui seberapa besar pengetahuan masyarakat mengenai kompos/pupuk sampah organik.

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan penyuluhan kesehatan ini diawali dengan pembukaan kegiatan ([Gambar 1](#)). Setelah itu dilanjutkan dengan sambutan dari ketua tim PKM dan Ketua RT 9. Kegiatan dilanjutkan dengan pemaparan materi oleh ketua tim PKM, dilanjutkan dengan demonstrasi oleh tim tentang pembuatan kompos dari sampah rumah tangga. Setelah pemaparan materi dan demonstrasi, kegiatan selanjutnya adalah tanya jawab/diskusi interaktif dan simulasi yang dilakukan oleh mahasiswa, selanjutnya dilakukan evaluasi kegiatan peserta penyuluhan.



Gambar 1. Kegiatan pembukaan bersama mitra

Perilaku hidup sehat saat isolasi mandiri dijelaskan dalam bentuk gambar dan video animasi, kemudian diperagakan oleh edukator dan diikuti oleh peserta seperti yang terlihat pada [Gambar 2](#). Hal-hal yang disampaikan mencakup cara cuci tangan yang benar menggunakan sabun atau handsanitizer, etika batuk dan bersin, protokol kesehatan. Protokol kesehatan mencakup penggunaan masker, menjaga jarak dan hindari keluar rumah jika tidak perlu. Kegiatan ini memberikan hasil berupa pemahaman anak terhadap pentingnya perilaku hidup sehat.

Kegiatan ini dihadiri oleh 20 (dua puluh) peserta yang terdiri dari ibu rumah tangga di Desa Keliling Benteng Ulu, sesuai dengan target sasaran dari penyuluhan ini yaitu ibu rumah tangga. Dalam pembukaan ini Dr. dr. Ika Kustiyah Oktaviyanti, Sp. PA yang bertindak sebagai ketua tim PKM memberikan sambutan dilanjutkan oleh Ketua RT 9 Desa Keliling Benteng Ulu. Penyuluhan ini dilakukan dengan menggunakan metode ceramah, diskusi dan simulasi pembuatan kompos. Materi disampaikan oleh ketua tim pengabdian masyarakat tentang cara pembuatan kompos dari sampah organik rumah

tangga lalu dilanjutkan dengan demonstrasi oleh tim pengabdian masyarakat tentang pembuatan kompos dari sampah rumah tangga.

Berikut adalah materi yang dipaparkan tentang pembuatan kompos menggunakan sampah rumah tangga. Alat dan bahan yang diperlukan antara lain:

- a. Sampah organik (sisa sayuran, nasi, sisa buah-buahan, dan seluruh sampah yang berasal dari bahan organik/bahan alami).
- b. Aktivator yaitu zat yang akan mengaktifkan kerja organisme pengurai sehingga akan mempercepat proses pembusukan dan penguraian bahan organik. Terdapat banyak jenis aktivator yang beredar di pasaran, yang umum digunakan salah satunya adalah EM4 dan molase
- c. Air
- d. Alat pemotong/ pencacah misalnya pisau.
- e. Tempat menampung sampah, dapat menggunakan ember bekas cat dan wadah bekas lainnya atau *compos bag*.
- f. Ember/wadah untuk melarutkan aktivator.
- g. Alat penyemprot aktivator (Yuniwati et al., 2012).

Adapun langkah-langkah pembuatan kompos adalah sebagai berikut:

- a. Cacah sampah organik rumah tangga hingga berukuran kecil (semakin kecil, semakin cepat pengomposan berlangsung)
- b. Masukkan ke tempat sampah/wadah/*compos bag*
- c. Larutkan aktivator dengan air. Tuangkan larutan aktivator/starter kompos (contoh : EM4) ke bahan kompos, aduk rata, dan lakukan hingga semua sampah organik habis
- d. Tutup rapat
- e. Aduk seminggu sekali agar aerasi (aliran udara) dalam wadah berlangsung baik.
- f. Selama proses pengomposan, suhu dalam wadah akan naik tanda bahwa mikroorganisme sedang bekerja.
- g. Memasuki minggu 7-8 pengomposan selesai, suhu dalam wadah normal kembali.
- h. Kompos yang sudah jadi siap digunakan. Bisa dilakukan pengayakan dan pengemasan untuk skala usaha.
- i. Kompos yang baik berwarna coklat kehitaman, berbau tanah, dan berbutir halus.



Gambar 2. Kegiatan simulasi pembuatan kompos

Setelah demonstrasi, dilakukan diskusi dan tanya jawab antara peserta (ibu rumah tangga dari Desa Keliling Benteng Ulu) dengan tim PKM. Setelah itu dilakukan evaluasi

baik secara subjektif maupun objektif untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta penyuluhan kesehatan ini. Di akhir kegiatan dilakukan foto bersama antara peserta dan tim PKM PSKPS FK ULM (**Gambar 3**).



Gambar 3. Dokumentasi foto bersama

Hasil evaluasi dengan wawancara di akhir kegiatan menunjukkan bahwa seluruh peserta dapat mengetahui cara pengolahan sampah rumah tangga menjadi pupuk kompos/pupuk organik. Selain itu juga dapat mendemonstrasikan langkah-langkah yang telah diajarkan. Hal ini sejalan dengan hasil kegiatan yang dilakukan oleh **Sidabalok et al. (2014)** tentang pengelolaan sampah organik rumah tangga di mana masyarakat mampu mengelola limbah organik secara mandiri dengan baik dan efisien sehingga menjadi bermanfaat dan bernilai ekonomi. Hasil ini juga sejalan dengan hasil pengabdian yang dilakukan oleh **Bahri et al. (2022)** yang menunjukkan peningkatan pengetahuan ibu rumah tangga menjadi 60,6% setelah penyuluhan dilakukan.

4. Kesimpulan

Setelah dilakukan kegiatan pengabdian kesehatan dengan penyuluhan kesehatan tentang pengelolaan sampah organik dari sampah rumah tangga, seluruh peserta yang merupakan ibu rumah tangga di RT 9 Desa Keliling Benteng Ulu telah mengetahui cara pemilahan sampah rumah tangga dan cara mengelola sampah organik yang berasal dari sampah rumah tangga menjadi kompos/pupuk organik.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Program Studi Kedokteran Program Sarjana Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat dan seluruh masyarakat RT 9 Desa Keliling Benteng Ulu Kecamatan Martapura Barat, Kabupaten Banjar, Kalimantan Selatan.

Daftar Pustaka

Bahri, S., Ambarwati, Y., Notiragayu, Marlina, L., & Setiawan, A. (2022). Training for the production of organic fertilizer from kitchen waste in Rukti Endah Village, Central Lampung Regency. *Community Empowerment*, 7(12), 2039–2048. <https://doi.org/https://doi.org/10.31603/ce.6985>

- Bratovic, A., Zohorovic, M., Odobasic, A., & Sestan, I. (2018). Efficiency Of Food Waste As An Organic Fertilizer. *Ijesrt:International Journal Of Engineering Sciences & Research Technology*, 7(6), 527–531. <https://doi.org/10.5281/zenodo.1299043>
- DLH Kabupaten Buleleng. (2019). *Pengertian Dan Pengelolaan Sampah Organik Dan Anorganik*. <https://dlh.bulelengkab.go.id/>
- Gumbricht, T., Cuesta, R. M. R., Vechot, L., & Herold, M. (2017). An expert system model for mapping tropical wetlands and peatlands reveals South America as the largest contributor. *Global Change Biology*, 23(6). <https://doi.org/10.1111/gcb.13689>
- Margono, B. A., Bwangoy, J.-R. B., Potapov, P. V., & Hansen, M. C. (2017). Mapping wetlands in Indonesia using landsat and PALSAR data-sets and derived topographical indices. *Geo-Spatial Information Service*, 17(1). <https://doi.org/10.1080/10095020.2014.898560>
- Risanty, J., Arisanty, D., & Alviawati, E. (2015). Kerentanan banjir di Kecamatan Martapura Barat Kabupaten Banjar. *JPG: Jurnal Pendidikan Geografi*, 2(5). <https://doi.org/10.20527/jpg.v2i5.1434>
- Sidabalok, I., Kasirang, A., & Suriani. (2014). Pemanfaatan limbah organik menjadi kompos. *Ngayah: Majalah Aplikasi IPTEKS*, 5(2).
- Sujarwo, Widyaningsih, & Trisanti. (2014). *Pengelolaan sampah organik & anorganik jurusan Pendidikan luar sekolah fakultas ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta*. UNY.
- Wibowo, I., & Sarwono, S. W. (2004). *Pola perilaku kebersihan: Studi psikologi lingkungan tentang penanggulangan sampah perkotaan [Universitas Indonesia]*. <https://lontar.ui.ac.id/detail?id=20299522>
- Yuniwati, M., Iskarima, F., & Padulembu, A. (2012). Optimasi kondisi proses pembuatan kompos dari sampah organik dengan cara fermentasi menggunakan EM4. *Jurnal Teknologi*, 5(2).



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Non-Commercial 4.0 International License
