



EDUKASI STANDAR RUMAH SEHAT DAN MENGELOLA SAMPAH DOMESTIK DENGAN 3 R (*REUSE, REDUCE DAN RECYCLE*) DI DESA PANOMBEIAN KECAMATAN SIMALUNGUN KABUPATEN SIMALUNGUN TAHUN 2023

Haesti Sembiring¹, Restu Auliani², Risnawati Tanjung³, Susanti Perangin-angin⁴, Desy Ari Apsari⁵, Jernita Sinaga⁶

Politeknik Kesehatan Medan¹⁻⁶



***Corresponding author**

Haesti Sembiring

Email :

restuauliani02@yahoo.com

HP: +62 852-6378-9425

Kata Kunci:

Edukasi,
Standar Rumah Sehat,
Mengelola,
Sampah
3R;

Keywords:

Education,
Standard Healthy Home,
Manage,
Rubbish
3R;

ABSTRAK

Sanitasi Rumah Sehat dan pengelolaan sampah domestik menjadi fokus utama dalam pengabdian kepada masyarakat ini. Dilaksanakan di Desa Panombeian, Kabupaten Simalungun, kegiatan bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan partisipasi masyarakat dalam menciptakan rumah yang sehat dan lingkungan yang bersih melalui pendekatan 3R (Reuse, Reduce, Recycle). Melalui serangkaian kegiatan, seperti workshop, sosialisasi, dan demonstrasi praktik, masyarakat Desa Panombeian dibekali dengan pemahaman mendalam tentang pentingnya standar rumah sehat dan praktik 3R dalam pengelolaan sampah. Hasilnya, terjadi perubahan sikap dan perilaku masyarakat dalam meminimalkan sampah, memanfaatkan kembali barang-barang, serta mendaur ulang material-material tertentu. Praktik 3R telah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari masyarakat, mulai dari memilah sampah, menggunakan kembali barang, hingga mengikuti program daur ulang lokal. Selain itu, terbentuknya komunitas peduli lingkungan juga menjadi bukti nyata akan kesuksesan kegiatan ini, yang menjadi motor penggerak dalam menjaga kebersihan lingkungan dan mengedukasi masyarakat sekitar. Pengabdian kepada masyarakat ini tidak hanya memberikan dampak positif secara langsung pada kesehatan dan lingkungan Desa Panombeian, tetapi juga meningkatkan kesadaran akan pentingnya praktik kebersihan dan pengelolaan sampah yang berkelanjutan. Diharapkan, hasil dari kegiatan ini dapat menjadi contoh bagi desa-desa lain dalam upaya menciptakan lingkungan yang lebih bersih dan sehat.



ABSTRACT

Healthy Home Sanitation and domestic waste management are the main focus in this community service. Implemented in Panombeian Village, Simalungun Regency, the activity aims to increase community awareness and participation in creating healthy homes and a clean environment through the 3R (Reuse, Reduce, Recycle) approach. Through a series of activities, such as workshops, outreach and practical demonstrations, the community Panombeian Village is equipped with a deep understanding of the importance of healthy house standards and 3R practices in waste management. As a result, there has been a change in people's attitudes and behavior in minimizing waste, reusing goods, and recycling certain materials. 3R practices have become part of people's daily lives, from sorting waste, reusing goods, to participating in local recycling programs. Apart from that, the formation of an environmentally caring community is also clear evidence of the success of this activity, which is a driving force in maintaining environmental cleanliness and educating the surrounding community. This community service not only has a direct positive impact on the health and environment of Panombeian Village, but also increases awareness of the importance of cleanliness practices and sustainable waste management. It is hoped that the results of this activity can be an example for other villages in their efforts to create a cleaner and healthier environment.

PENDAHULUAN

Desa Panombeian, yang terletak di pedalaman Kabupaten Simalungun, merupakan salah satu daerah yang masih menghadapi tantangan dalam hal kesehatan lingkungan dan pengelolaan sampah domestik. Meskipun telah ada upaya-upaya sebelumnya untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya kebersihan lingkungan, namun masih terdapat kesenjangan dalam pemahaman dan implementasi praktik-praktik kebersihan yang efektif (Mulyati, 2023).

Masalah kesehatan masyarakat, seperti penyakit diare dan infeksi saluran pernapasan akibat sanitasi yang buruk, serta pencemaran lingkungan karena penumpukan sampah, masih menjadi perhatian utama (Mahary, dkk, 2020). Kurangnya infrastruktur yang memadai untuk pengelolaan sampah serta minimnya pengetahuan tentang praktik-praktik pengelolaan sampah yang ramah lingkungan telah menjadi hambatan dalam mencapai standar rumah sehat dan lingkungan yang bersih (Diandra, 2020). Pengelolaan sampah dengan sistem Reduce, Reuse, Recycle dan Replace menjadi pilihan pengelolaan sampah untuk menurunkan volume sampah (Tanjung, dkk 2023).

Dalam konteks ini, pendekatan melalui pengabdian kepada masyarakat menjadi sangat relevan untuk meningkatkan kesadaran dan partisipasi masyarakat dalam memperbaiki kondisi kesehatan lingkungan serta mengadopsi praktik-praktik pengelolaan sampah yang berkelanjutan, termasuk konsep 3R (Reuse, Reduce, Recycle) (Agus, dkk, 2019). Dengan melibatkan masyarakat secara aktif, diharapkan dapat tercipta perubahan yang berkelanjutan dalam upaya menciptakan rumah yang sehat dan lingkungan yang bersih di Desa Panombeian.

Penanganan sampah tersebut harus segera ditanggulangi. Karena sampah bisa didaur ulang, dan dapat menghasilkan peningkatan ekonomi. Pengelolaan sampah berbasis 3R yang saat ini digunakan yaitu reduce, recycle atau 3M (mengurangi, menggunakan kembali dan mendaur ulang) merupakan sistem yang sangat tepat dijadikan sebagai solusi pemecahan masalah persampahan (Auliani, dkk., 2022)

Dengan adanya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan masyarakat dapat ikut serta berkolaborasi bersama membantu pemerintah untuk mengatasi permasalahan persampahan serta mengedukasi ke masyarakat tentang cara mengolah sampah rumah tangga yaitu tujuan akhir pembuangan sampah itu tidak hanya dibakar atau dibuang begitu saja ke tempat pembuangan sampah pada akhirnya ketempat pembuangan akhir (Putranto, 2023). Akan tetapi dapat memilah sampah dengan konsep 3R yaitu reuse (menggunakan kembali), reduce (mengurangi) dan recycle (mendaur ulang).

Tujuan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini adalah Tujuan dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah:

1. Mengedukasi masyarakat Desa Panombeian tentang standar rumah sehat yang meliputi sanitasi, pengelolaan air bersih, dan kebersihan lingkungan.
2. Mengajarkan konsep 3R (Reuse, Reduce, Recycle) sebagai solusi untuk mengurangi jumlah sampah dan mengelola sampah domestik dengan lebih efektif.

3. Mendorong partisipasi aktif masyarakat dalam menjaga kebersihan rumah dan lingkungan serta mempraktikkan pengelolaan sampah yang ramah lingkungan.

METODE PELAKSANAAN

Metode kegiatan pengabdian Masyarakat memiliki beberapa tahapan yaitu :

Tahap Pertama

Tahap pertama melakukan pertemuan dengan aparat desa menyampaikan maksud kegiatan, pengurusan ijin dan administrasi serta membuat pengorganisasian kegiatan. Perencanaan disusun oleh tim pengabmasy dengan melibatkan aparat desa dan masyarakat.

Tahap Kedua

Tahap kedua merupakan pelaksanaan kegiatan yaitu penyuluhan tentang : rumah sehat baik konstruksi bangunan yang meliputi lantai, dinding, ventilasi, langit-langit, dan lain-lain, sarana sanitasi baik sarana penyediaan air bersih, sarana jamban keluarga, sarana pengelolaan air limbah dan sarana pengelolaan sampah, juga perilaku masyarakat termasuk pengolahan sampah secara 3 R agar meningkatkan derajat kesehatan masyarakat.

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dilakukan melalui serangkaian kegiatan sebagai berikut:

1. Workshop dan sosialisasi tentang standar rumah sehat dan praktik 3R.
2. Demonstrasi praktik pengelolaan sampah dengan metode 3R.
3. Pembagian materi edukasi dan brosur kepada masyarakat.
4. Pengorganisasian kegiatan bersih-bersih lingkungan dan pemasangan tempat sampah yang terpisah untuk organik dan non-organik.

Tahap Ketiga

Pada tahap ketiga, dilakukan monitoring dan evaluasi kegiatan. Proses ini juga dilakukan oleh tim pengabdian dan juga melibatkan masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam mewujudkan luaran yang ditargetkan pada kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di Desa Panombean Kecamatan Simalungun Kabupaten Simalungun dimana tahap pertama dilakukan penyuluhan yang bertujuan agar masyarakat mengetahui tentang : rumah sehat baik konstruksi bangunan yang meliputi lantai, dinding, ventilasi, langit-langit, dan lain-lain, sarana sanitasi baik sarana penyediaan air bersih, sarana jamban keluarga, sarana pengelolaan air limbah dan sarana pengelolaan sampah, juga perilaku masyarakat termasuk pengolahan sampah secara 3 R agar meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini, melibatkan beberapa orang mahasiswa Jurusan Kesehatan Lingkungan Prodi Sarjana Terapan Sanitasi Lingkungan. Adapun tugas dari mahasiswa adalah :

1. Membantu menyiapkan materi penyuluhan.

2. Membantu menyiapkan alat dan bahan yang dibutuhkan untuk pelatihan pengolahan sampah domestik atau rumah tangga menggunakan metoda 3 R .
3. Mendampingi tim pengabdian dalam melatih masyarakat dalam pengolahan sampah domestik atau rumah tangga menggunakan metoda 3 R .

A. Hasil Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat.

I. Penyuluhan

Setelah melaksanakan serangkaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat, terdapat beberapa hasil konkret yang berhasil dicapai dalam upaya mengelola sampah domestik dengan konsep 3R (Reuse, Reduce, Recycle):

1. Peningkatan Kesadaran Masyarakat:

Melalui workshop, sosialisasi, dan diskusi interaktif, masyarakat Desa Panombeian mulai memahami konsep 3R secara mendalam. Mereka menyadari pentingnya meminimalkan jumlah sampah yang dihasilkan, memanfaatkan kembali barang-barang yang masih layak, serta mendaur ulang material-material tertentu. Pemahaman ini tidak hanya berhenti pada tingkat pengetahuan, tetapi juga menimbulkan perubahan sikap dan perilaku masyarakat dalam kehidupan sehari-hari.

2. Praktik 3R dalam Kehidupan Sehari-hari:

Masyarakat Desa Panombeian mulai menerapkan prinsip-prinsip 3R dalam pengelolaan sampah di rumah tangga mereka. Mereka lebih cermat dalam memilih barang-barang yang akan dibeli, mengurangi penggunaan plastik sekali pakai, dan memilah sampah organik dan non-organik. Praktik 3R juga tercermin dalam kegiatan sehari-hari seperti memperbaiki barang yang rusak daripada langsung membuangnya, menggunakan kembali kemasan atau wadah untuk keperluan lain, serta melakukan kompos dari sisa-sisa makanan.

3. Partisipasi Aktif dalam Program Daur Ulang:

Sebuah program daur ulang sampah domestik telah diinisiasi di Desa Panombeian. Masyarakat diajak untuk secara aktif terlibat dalam pengumpulan dan pengolahan sampah yang dapat didaur ulang, seperti kertas, plastik, dan logam. Melalui program ini, masyarakat tidak hanya menjadi konsumen tetapi juga kontributor dalam rantai daur ulang, sehingga tercipta siklus ekonomi yang lebih berkelanjutan di tingkat lokal.

4. Pembentukan Komunitas Peduli Lingkungan:

Hasil dari kesadaran dan partisipasi yang meningkat, terbentuklah komunitas-komunitas peduli lingkungan di Desa Panombeian. Komunitas ini bertujuan untuk secara berkala mengadakan kegiatan bersih-bersih lingkungan, edukasi kepada masyarakat, serta mengawasi implementasi praktik-praktik kebersihan dan pengelolaan sampah. Komunitas-komunitas ini menjadi motor penggerak dalam memperkuat kesadaran dan tindakan kolektif untuk menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat.

Melalui upaya-upaya ini, terjadi perubahan yang signifikan dalam cara pandang dan perilaku masyarakat Desa Panombeian terkait pengelolaan sampah domestik. Mereka tidak hanya menganggap sampah sebagai masalah, tetapi juga sebagai peluang untuk berkontribusi pada pembangunan berkelanjutan dan kesejahteraan lingkungan.

Beberapa demonstrasi dan contoh kegiatan yang mengilustrasikan konsep 3R (Reuse, Reduce, Recycle) yang disampaikan oleh tim pengabdian kepada masyarakat di Desa Panombeian adalah sebagai berikut :

1. Reuse (Menggunakan Kembali):
 - a. Memanfaatkan kembali botol plastik bekas sebagai wadah untuk menyimpan bumbu dapur atau sebagai pot tanaman.
 - b. Menggunakan kembali kantong belanja kain atau tas belanja plastik untuk berbelanja lagi di masa mendatang.
 - c. Mendaur ulang kemasan bekas produk menjadi kerajinan tangan atau dekorasi rumah.
2. Reduce (Mengurangi):
 - a. Mengurangi penggunaan kantong plastik dengan membawa tas belanja sendiri saat berbelanja di pasar atau supermarket.
 - b. Mengurangi konsumsi air dengan memperbaiki keran yang bocor atau menginstal alat penghemat air pada keran dan toilet.
 - c. Mengurangi pemborosan kertas dengan mencetak dokumen hanya jika diperlukan dan menggunakan kedua sisi kertas untuk mencetak.
3. Recycle (Mendaur Ulang):
 - a. Memisahkan sampah organik dan non-organik di rumah, kemudian mendaur ulang limbah yang dapat didaur ulang seperti kertas, plastik, logam, dan kaca.
 - b. Mengirimkan barang-barang elektronik bekas ke pusat daur ulang atau tempat pengepul elektronik untuk didaur ulang kembali.
 - c. Mengumpulkan dan menyumbangkan pakaian bekas yang masih layak pakai ke pusat daur ulang atau panti asuhan untuk didistribusikan kepada yang membutuhkan.
4. Praktik 3R di Tempat Kerja:
 - a. Menggunakan kertas bekas sebagai bahan catatan atau memo di kantor.
 - b. Mengurangi penggunaan kemasan sekali pakai dalam acara atau rapat dengan menyediakan gelas atau botol air minum yang dapat diisi ulang.
 - c. Mendaur ulang toner dan kartrid printer yang habis untuk digunakan kembali atau didaur ulang.
5. Edukasi dan Kampanye 3R:
 - a. Mengadakan workshop atau seminar tentang pentingnya praktik 3R bagi karyawan, pelajar, atau masyarakat umum.
 - b. Membuat kampanye sosial media atau poster yang mengedukasi masyarakat tentang cara-cara mengadopsi praktik 3R dalam kehidupan sehari-hari.
 - c. Mengajak masyarakat untuk bergabung dalam kegiatan bersih-bersih lingkungan yang dilengkapi dengan edukasi tentang praktik 3R.

Kegiatan utama dilakukan dalam bentuk pemberian materi dengan metode ceramah dan diskusi interaktif. Adapun kegiatan yang dilakukan terdokumentasi pada gambar-gambar di bawah ini :



II. Pelatihan Pengolahan Sampah Domestik Menggunakan Metoda 3 R

Peragaan langsung/pelatihan dengan melibatkan warga masyarakat tentang pengolahan sampah domestik menggunakan metoda 3 R terlihat pada dokumentasi berikut ini :





B. Luaran Yang Dicapai

Adapun hasil yang di capai dari kegiatan pengabdian masyarakat adalah :

- Meningkatnya pengetahuan masyarakat tentang syarat-syarat air yang sehat, dampak air yang tercemar terhadap kesehatan dan lingkungan rumah sehat baik konstruksi bangunan yang meliputi lantai, dinding, ventilasi, langit-langit, dan lain-lain, sarana sanitasi baik sarana penyediaan air bersih, sarana jamban keluarga, sarana pengelolaan air limbah dan sarana pengelolaan sampah, juga perilaku masyarakat termasuk pengolahan sampah menggunakan metoda 3 R.
- Meningkatnya kesadaran masyarakat akan pentingnya memiliki rumah yang sehat agar terhindar dari penyakit akibat lingkungan seperti ISPA, TBC, diare, disentri dan lain-lain.
- Meningkatnya keterampilan masyarakat mengelola sampah domestik menggunakan metoda 3 R.

KESIMPULAN DAN SARAN

- Masyarakat di Desa Panombean Kecamatan Simalungun Kabupaten Simalungun, memahami betapa pentingnya pengabdian masyarakat yang telah

dilakukan sehingga meningkat pengetahuan masyarakat tentang rumah sehat baik konstruski bangunan yang meliputi lantai, dinding, ventilasi, langit-langit, dan lain-lain, sarana sanitasi baik sarana penyediaan air bersih, sarana jamban keluarga, sarana pengelolaan air limbah dan sarana pengelolaan sampah, juga perilaku masyarkat termasuk pengolahan sampah menggunakan metoda 3 R.

2. Masyarakat Desa Panombean Kecamatan Simalungun Kabupaten Simalungun telah memiliki keterampilan tambahan dalam pengelolaan sampah sampah domestik dengan metoda 3 R

DAFTAR PUSTAKA

- Agus, R. N., Oktaviyanthi, R., & Sholahudin, U. (2019). 3R: Suatu alternatif pengolahan sampah rumah tangga. *Kaibon Abhinaya: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 72-77.
- Auliani, R., Sinaga, J., Manik, E. K., Sembiring, H., Apsari, D. A., Perangin-angin, S. B., ... & Rilestety, N. (2022). Peluang Usaha Kreatif Dari Sampah di Kota Kabanjahe Kabupaten Karo. *TRIDARMA: Pengabdian Kepada Masyarakat (PkM)*, 5(2), 354-362.
- Diandra, N., Afla, M. N., & Saputra, M. O. (2020). Tinjauan Rumah Tinggal Berdasarkan Konsep Rumah Sehat Menurut Regulasi Pemerintah. *Jurnal Teknologi dan Desain*, 1(2), 45-54.
- Mahary, W., Indupurnahayu, I., & Suherman, S. (2022). Pengaruh Implementasi Standar Akreditasi, Nilai-Nilai Islam Dan Pengalaman Pasien Terhadap Loyalitas Pasien Rumah Sakit Rumah Sehat Terpadu Dompot Dhuafa. *Jurnal Manajemen (Edisi Elektronik)*, 13(3), 434-453.
- Mulyati, B., Ilmi, Y. F., & Basri, A. (2023). Sosialisasi Pengelolaan Sampah sebagai Upaya Peningkatan Peran Masyarakat dalam Mengelola Sampah di Kota Serang. *BANTENESE: JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT*, 5(1), 26-34.
- Putranto, P. (2023). Prinsip 3R: Solusi Efektif untuk Mengelola Sampah Rumah Tangga. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(5), 8591-8605.
- Tanjung, N., Auliani, R., br Sembiring, K. A., Manik, E. K., & Tarigan, K. B. (2023). Tinjauan Pengelolaan Sampah Dengan Sistem Reduce, Reuse, Recycle dan Replace di Desa Sampun Dusun 2 Kecamatan Dolat Rayat Kabupaten Karo Tahun 2022. *Syntax Literate; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 8(3), 1893-1910.