

## PENYULUHAN PENERAPAN GAYA HIDUP MINIM SAMPAH DI DESA SIBANTENG, KECAMATAN LEUWISADENG, KABUPATEN BOGOR

**Wirda Syari**

Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ibn Khaldun Bogor, Jl. KH. Sholeh Iskandar KM2 Kedung Badak Kec. Tanah Sareal, Kota Bogor, 16162. Email: [wirda@uika-bogor.ac.id](mailto:wirda@uika-bogor.ac.id)

### **Abstrak**

Saat ini, pengelolaan sampah telah menjadi permasalahan nasional. Timbunan sampah di Indonesia semakin meningkat setiap tahunnya dan hal ini akan berdampak buruk terhadap kesehatan dan lingkungan. Desa Sibanteng sebagai salah satu desa di Kabupaten Bogor juga tidak terlepas dari permasalahan pengelolaan sampah karena banyak ditemukan timbunan sampah di sembarang tempat. Hal ini perlu segera diatasi demi terciptanya lingkungan yang sehat. Salah satu cara yang dilakukan untuk mengatasi permasalahan sampah di Desa Sibanteng adalah dengan melaksanakan kegiatan penyuluhan mengenai penerapan gaya hidup minim sampah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat akan pentingnya menerapkan gaya hidup minim sampah. Penyuluhan dilaksanakan pada tanggal 29-30 Agustus 2019 di Bangunan Majelis RT 01 Desa Sibanteng dengan metode ceramah yang didukung dengan *power point* menggunakan media LCD. Hasil dan dampak dari pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini adalah meningkatnya pengetahuan dan kesadaran warga Desa Sibanteng akan pentingnya menerapkan gaya hidup minim sampah dan tidak membuang sampah sembarangan demi menjaga kesehatan diri dan lingkungan. Kegiatan penyuluhan berjalan dengan baik dan lancar.

**Kata kunci:** penyuluhan, sampah, Sibanteng

### **Abstract**

*Nowadays, waste management has become a national problem. Waste accumulation in Indonesia is increasing every year and this will adversely affect health and the environment. Desa Sibanteng as one of the villages in Bogor District is also inseparable from the problem of waste management because there are many waste accumulations found everywhere. This needs to be addressed immediately for the creation of a healthy environment. One way to overcome the problem of waste in Desa Sibanteng is to carry out counseling activities regarding the application of a zero waste lifestyle to increase public knowledge and awareness of the importance of applying a zero waste lifestyle. Counseling was held on 29-30 August 2019 in the RT 01 Assembly Building of Desa Sibanteng using the lecture method supported by power point using LCD media. The results and impact of this counseling activity is the increased knowledge and awareness of the residents of Desa Sibanteng on the importance of implementing a zero waste lifestyle and not littering in order to maintain personal and environmental health. The counseling activities went well and smoothly.*

**Keywords:** *counseling, waste, Sibanteng*

## PENDAHULUAN

Saat ini, masalah pengelolaan sampah telah menjadi permasalahan nasional. Menurut KLHK dan Kementerian Perindustrian, pada tahun 2016 jumlah timbulan sampah di Indonesia sudah mencapai 65,2 juta ton per tahun dengan jumlah penduduk sebanyak 261.115.456 orang. Proyeksi penduduk Indonesia menunjukkan angka yang terus bertambah dan tentunya akan meningkatkan jumlah timbulan sampah (BPS, 2018). Pada tahun 2019 diperkirakan Indonesia menghasilkan sekitar 66-67 juta ton sampah. Sebagian besar sampah yang dihasilkan ini berasal dari sampah rumah tangga hingga kegiatan usaha. Dari seluruh sampah yang dihasilkan, diperkirakan hanya 40 – 60% sampah yang dapat terangkut ke tempat pembuangan akhir, sedangkan sisanya terbuang sembarangan (Murdaningsih, 2019). Timbulan sampah akan berdampak buruk bagi lingkungan dan kesehatan, diantaranya dapat mencemari tanah dan air. Pada tahun 2018, 25,1% desa mengalami pencemaran air, dan sekitar 2,7% desa tercemar tanahnya. Sampah juga berkontribusi terhadap kejadian banjir yang terus meningkat dari tahun ke tahun (BPS, 2018).

Desa Sibanteng adalah salah satu desa di Kecamatan Leuwisadeng, Kabupaten Bogor dengan luas 640.816 Ha yang memiliki 9 RW, 29 RT, serta 5 Dusun. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara kepada warga desa, diketahui bahwa salah satu permasalahan yang dihadapi warga Desa Sibanteng adalah mengenai pengelolaan sampah yang belum baik, sehingga banyak ditemukan timbunan sampah di sembarang tempat. Hal ini terjadi antara lain karena banyaknya sampah yang dihasilkan oleh warga serta kurangnya pengetahuan dan kesadaran warga desa mengenai pengelolaan sampah yang baik. Jika hal ini terus dibiarkan, akan berdampak buruk terhadap kesehatan warga Desa Sibanteng. Berdasarkan penjelasan diatas, diperlukan upaya untuk mengatasi permasalahan sampah di Desa Sibanteng, salah satunya adalah dengan melakukan upaya mengurangi jumlah sampah yang dihasilkan oleh warga Desa Sibanteng agar penumpukan sampah di sembarang tempat dapat dikurangi.



**Gambar 1.** Penumpukan Sampah di Selokan Desa Sibanteng

## METODE

Metode yang digunakan untuk mengurangi penumpukan sampah di sembarang tempat di Desa Sibanteng adalah dengan melakukan penyuluhan mengenai penerapan gaya hidup minim sampah. Penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah yang didukung dengan *power point* menggunakan media LCD untuk memudahkan peserta memahami materi yang disampaikan. Dalam penyuluhan ini disampaikan tentang bahaya sampah untuk kesehatan dan lingkungan,

cara mudah menerapkan gaya hidup minim sampah terutama sampah plastik, serta pentingnya membuang sampah pada tempatnya. Persiapan dan pelaksanaan penyuluhan dilaksanakan pada tanggal 29 – 30 Agustus 2019 di Bangunan Majelis RT 01, dengan peserta ibu-ibu warga Desa Sibanteng yang mengikuti pengajian rutin setiap hari Jumat. Penyuluhan melibatkan satu orang dosen yang dibantu oleh 6 orang mahasiswa.

## **HASIL, PEMBAHASAN, DAN DAMPAK**

Kegiatan penyuluhan dimulai dengan penjelasan mengenai bahaya sampah untuk kesehatan dan lingkungan, terutama sampah plastik. Plastik adalah polimer hidrokarbon rantai panjang yang terdiri atas jutaan monomer yang saling berikatan dan tidak dapat diuraikan oleh mikroorganisme (Trisunaryanti, 2018). Sampah plastik membutuhkan waktu 200 sampai 1.000 tahun untuk dapat terurai. Sampah plastik dapat menimbulkan pencemaran terhadap tanah, air tanah, dan makhluk bawah tanah. Bahkan racun dari partikel plastik yang masuk ke dalam tanah akan membunuh hewan pengurai di dalam tanah seperti cacing. Tidak hanya itu, *Polychlorinated Biphenyls* (PCB) yang tidak dapat terurai meskipun termakan oleh binatang maupun tanaman akan menjadi racun berantai sesuai urutan rantai makanan, dan masih banyak lagi dampak negatif yang ditimbulkan oleh sampah plastik (Wibowo dalam Qodriyatun, 2018).

Selanjutnya dijelaskan pula mengenai cara mudah menerapkan gaya hidup minim sampah, antara lain dengan menerapkan prinsip 5R yaitu *Refuse* (menolak penggunaan plastik secara berlebihan, misalnya menolak penggunaan kantong plastik dan memilih tas kain), *Reduce* (mengurangi segala sesuatu yang mengakibatkan sampah, misalnya dengan menerapkan berbelanja sesuai kebutuhan agar tidak mubazir), *Reuse* (menggunakan barang yang bisa dipakai berulang kali, misalnya dengan membawa tempat makan dan minum sendiri), *Recycle* (mendaur ulang sampah atau barang bekas menjadi produk baru yang memiliki nilai manfaat), dan *Rot* (mengolah sampah dapur menjadi kompos sehingga mengembalikan zat organik ke alam untuk menyuburkan tanah). Terakhir, dijelaskan pula mengenai pentingnya membuang sampah pada tempatnya sehingga tidak menumpuk di sembarang tempat karena akan mencemarkan lingkungan dan menimbulkan berbagai penyakit.



**Gambar 2.** Pelaksanaan Penyuluhan Penerapan Gaya Hidup Minim Sampah

Selama penyampaian materi, peserta diperbolehkan untuk bertanya dan berdiskusi mengenai materi yang sedang disampaikan. Setelah penyampaian materi, penyuluhan dilanjutkan dengan kuis, yaitu memberikan pertanyaan mengenai materi yang baru saja disampaikan untuk menguji pemahaman peserta dan diberikan hadiah berupa botol minum untuk peserta yang dapat menjawab dengan benar. Terakhir, seluruh peserta diberikan tas kain (*goodie bag*) untuk memudahkan peserta memulai penerapan pola hidup minim sampah dengan menghindari penggunaan kantong plastik dan menggantinya dengan tas kain.



**Gambar 3.** Pembagian Tas Kain kepada Peserta Penyuluhan

Dampak yang diberikan dari kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya menerapkan pola hidup minim sampah dan tidak membuang sampah sembarangan demi menjaga kesehatan diri dan lingkungan. Sebelum kegiatan ini, warga Desa Sibanteng belum pernah mendapatkan penyuluhan mengenai pentingnya menerapkan pola hidup minim sampah dan tidak membuang sampah sembarangan. Secara umum, kegiatan penyuluhan berjalan dengan lancar dan para peserta terlihat antusias mendengarkan dan berdiskusi mengenai materi yang disampaikan.

## **KESIMPULAN**

Kesimpulan dari kegiatan ini adalah bahwa permasalahan penumpukan sampah di sembarang tempat di Desa Sibanteng perlu segera diatasi, demi terciptanya lingkungan yang sehat. Salah satu cara yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat akan pentingnya menerapkan pola hidup minim sampah dan tidak membuang sampah sembarangan. Kegiatan penyuluhan berjalan dengan baik dan lancar.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Badan Pusat Statistik. (2018). Statistik Lingkungan Hidup Indonesia 2018: Pengelolaan Sampah di Indonesia. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Murdaningsih, Dwi. (2019). Sampah Indonesia Terus Meningkat Tiga Juta Ton Tiap Tahun. <https://republika.co.id/berita/pus5ex368/sampah-indonesia-terus-meningkat-tiga-juta-ton-tiap-tahun> (Diakses pada tanggal 5 Maret 2020 pukul 17.00 WIB)
- Qodriyatun, Sri Nurhayati. (2018). Sampah Plastik: Dampaknya terhadap Pariwisata dan Solusi. Jakarta: Pusat Penelitian Badan Keahlian DPR RI
- Trisunaryanti, Wega. (2018). Dari Sampah Plastik Menjadi Bensin dan Solar. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.