

Pemberdayaan Perempuan pada Sanitasi Lingkungan di Masyarakat Tepi Kali Winongo di Kelurahan Ngampilan

Women Empowerment Dealing with Environmental Sanitation in the Winongo Riverbank Community in Ngampilan Village

Yoni Astuti^{1,2}, Triwulandari Kesetyaningsih¹, Yusi Riwayatul Afsah^{1,2}

¹Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

²Pusat Studi Wanita Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

¹yonia@umy.ac.id, ²kesetyaningsih@yahoo.com, ³yusira35@gmail.com

Riwayat Artikel: Dikirim 18 Januari 2019; Diterima 7 Mei 2019; Diterbitkan 31 Mei 2019

Abstrak

Kampung Ngampilan terletak di sepanjang sungai Winongo dan beberapa tahun terakhir telah berdiri bangunan bertingkat di sebelah Timur kampung, hal ini menyebabkan beberapa rumah tidak mendapatkan sinar matahari sehingga berisiko terhadap penyakit infeksi yang menular. Apalagi di daerah ini merupakan daerah endemik DBD dan terdapat beberapa warga penderita TBC. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya paparan sinar matahari pagi baik untuk lingkungan hunian maupun untuk kesehatan manusia, untuk meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya gizi dan sumber – sumber gizi yang dapat mencegah terinfeksi bakteri. Kegiatan ini menggunakan metode ceramah dan diskusi. Pengabdian masyarakat ini diterima dengan baik dan antusias oleh masyarakat, yaitu dengan keterlibatan masyarakat pada setiap kegiatan dan diskusi yang dinamis. Dan terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya paparan sinar matahari serta gizi yang dibutuhkan agar terhindar dari infeksi bakteri.

Kata kunci: sinar matahari pagi, gizi, kebersihan lingkungan

Abstract

The village of Ngampilan is located along the Winongo river and in the last few years a multi-storey building has been established to the east of the village, causing some houses to not get sunlight so that it is at risk of infectious diseases. Especially in this area is dengue endemic areas and there are some people with TB. This community service aims to increase knowledge about the importance of morning sun exposure both for residential environments and for human health, to increase knowledge about the importance of juice and nutritional sources that can prevent bacterial infection. This activity uses lecture and discussion methods. This community service is well received and enthusiastically by the community, namely with the involvement of the community in every dynamic activity and discussion. And there is an increase in public knowledge about the importance of sun exposure and the nutrients needed to avoid bacterial infections.

Keywords: morning sunshine, nutrition, environmental cleanliness.

PENDAHULUAN

Kecamatan Ngampilan termasuk daerah perkotaan yang terletak di sebelah barat Kota Yogyakarta. Sebagian wilayah Kecamatan Ngampilan dilewati oleh Sungai Winongo. Wilayah Kecamatan Ngampilan berbatasan dengan wilayah-wilayah lain dalam kota Yogyakarta, yaitu sebelah Utara berbatasan dengan Kecamatan Gedongtengen; sebelah Timur berbatasan dengan Kecamatan Gondomanan dan Kecamatan Kraton; sebelah Selatan

berbatasan dengan Kecamatan Gondomanan, Kecamatan Kraton, dan Kecamatan Mantrijeron; dan sebelah Barat berbatasan dengan Kecamatan Wirobrajan. Secara administratif Kecamatan Ngampilan terdiri atas dua kelurahan yaitu Kelurahan Ngampilan dan Kelurahan Notoprajan. Kelurahan Ngampilan memiliki luas 0,45 km² dengan jumlah penduduk 23.693 jiwa (tahun 2007), merupakan salah satu wilayah padat penduduk di Indonesia (Seliari, 2008). Salah satu kampung di Kelurahan

Ngampilan yang sebagian besar penduduknya tinggal di tepi Sungai Winongo adalah Kampung Ngampilan. Kampung Ngampilan terdiri atas 3 Rukun warga (RW), yaitu RW 1, 2 dan 3. Tiap RW terdiri atas 6 rukun tetangga (RT). Tiap RT rata-rata terdiri atas 64 kepala keluarga (KK). Rumah-rumah di RW 2 paling banyak berada di sepanjang tepi Sungai Winongo. Dari segi sosial ekonomi masyarakatnya, rata-rata pekerjaan penduduk di RW 2 adalah pedagang di pasar tradisional, sehingga waktunya tidak cukup untuk memperhatikan lingkungan rumah tinggalnya.

Perkembangan fisik lingkungan di Kelurahan Ngampilan, dua tahun terakhir telah berdiri beberapa hotel dan pertokoan yang bertingkat. Keadaan ini mempengaruhi lingkungan masyarakat yang tinggal di sekitarnya, terlebih masyarakat yang tinggal di sepanjang aliran Sungai Winongo. Sejak berdirinya hotel dan pertokoan bertingkat tersebut, sinar matahari pagi tidak didapatkan lagi. Masyarakat terutama warga RW 2 Kampung Ngampilan hanya mendapatkan sinar matahari setelah pukul 12.00 WIB. Keadaan ini dikhawatirkan berdampak pada kesehatan masyarakat. Berdasarkan informasi dari pengurus PKK Kelurahan Ngampilan, Ny. Diah Ken Kusmarina (51 tahun), bahwa gangguan yang dirasakan selama ini adalah keadaan air yang kurang baik, seringnya terjangkit demam berdarah (DB) dan adanya penderita tuberkulosis (TBC).

Pencapaian yang kurang menyebabkan tempat menjadi sejuk dan lembab. Terhalangnya sinar matahari di daerah itu menyebabkan berisiko terkena penyakit infeksi menular seperti DB dan TBC, juga mikroorganisme patogen lainnya seperti virus, spirochaeta dan telur cacing. Tempat yang lembab dan sejuk menjadi tempat yang baik untuk istirahat nyamuk *Aedes* sebagai vector DB (Sari, 2005), perkembangan kuman, termasuk kuman TBC (Musadad, 2006), juga parasit seperti telur cacing. Menurut DepKes RI (1989),

telur cacing rusak pada temperatur 45°C dalam waktu 6 jam. Udara yang dingin dan ventilasi yang jelek merupakan kondisi yang baik untuk pertumbuhan telur cacing, bahkan telur cacing kremi dapat bertahan hidup sampai 13 hari di lingkungan lembab dan berudara dingin. Sinar matahari yang masuk ke dalam rumah sangat penting bagi kesehatan penghuni rumah karena sinar matahari karena mengandung ultraviolet sehingga dapat berfungsi untuk membunuh kuman TB (Musadad, 2006). Selain itu sinar matahari juga dapat mengurangi kelembaban dalam rumah dan menghangatkan suhu dalam rumah. Menurut Depkes RI (2002), kelembaban udara dalam ruangan yang sehat adalah sekitar 40-60%, dan suhu yang sehat dalam ruangan adalah sekitar 20-25°C.

Kegiatan sosial yang dilakukan masyarakat Kampung Ngampilan jarang diikuti oleh bapak-bapak karena kesibukannya sebagai pedagang di pasar. Namun, jika kegiatan sosial dilakukan oleh ibu-ibu, cukup mendapat respon yang baik. Selama ini kegiatan yang ada adalah PKK RW, PKK RT, Dasawisma, Posyandu Lansia dan Balita, namun tidak ada kegiatan yang berdampak pada kesehatan lingkungan. Hal ini dikhawatirkan akan meningkatkan risiko masyarakat terkena penyakit menular seperti infeksi saluran pencernaan, paru - paru. Nampaknya masyarakat belum menyadari penyebab utama timbulnya penyakit menular, dan risiko lain yang berkaitan dengan rendahnya kualitas air minum serta kehilangan paparan sinar matahari pagi.

Tujuan Pengabdian Masyarakat ini untuk membantu mengatasi masalah yang terjadi di Kampung Ngampilan tersebut yaitu 1). Untuk meningkatkan pengetahuan sekaligus mengingat kembali pentingnya paparan sinar matahari pagi baik untuk lingkungan hunian maupun untuk kesehatan manusia, 2) untuk meningkatkan pengetahuan sekaligus mengingatkan kembali pentingnya gizi dan sumber –

sumber gizi yang dapat mencegah terinfeksi bakteri.

METODE

Untuk mewujudkan tujuan kegiatan ini maka dilakukan tahapan- tahapan metode dalam pelaksanaannya. Tahapan metode yang diterapkan yaitu penyuluhan (Ceramah dan diskusi), Penyuluhan berupa ceramah dan diskusi dilakukan untuk memberikan wacana tentang pentingnya paparan sinar matahari pagi dan bagaimana solusi untuk rumah – rumah yang terhalang gedung tinggi. Juga untuk memberikan wacana bagaimana kiat untuk terhindar dari infeksi bakteri melalui peningkatan nilai gizi dari sumber – sumber gizi yang mudah didapat di sekitar kita.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peningkatan pengetahuan dan wawasan masyarakat akan pentingnya paparan sinar matahari pagi

Peningkatan pengetahuan dan wawasan masyarakat diupayakan dengan melakukan penyuluhan tentang pentingnya paparan sinar matahari pagi bagi lingkungan hunian dan kesehatan manusia. Peserta yang mengikuti ceramah ini gambaran frekuensi usia seperti pada tabel 1. Peserta penyuluhan paling banyak berusia di atas 40 tahun sedangkan kurang dari 30 tahun dan diatas 70 tahun masing – masing satu.

Tabel 1.

Frekuensi Rentang Usia Peserta

Usia (Tahun)	Frekuensi
≤30	1
≥31-40	2
≥41-50	5
≥51-60	2
≥61-70	3
≥71	1
Jumlah	14

Sedangkan jenis pekerjaan dari peserta adalah seperti pada tabel 2 . Jenwis pekerjaan paling banyak dari peserta penyuluhan adalah ibu rumahtangga. Namun ada yang tidak menuliskan pekerjaan sambilan yang lain, meskipun sebenarnya ada.

Tabel 2.

Jenis Pekerjaan Peserta

Pekerjaan	Frekuensi
Ibu Rumah Tangga	9
Dagang	2
Karyawan	2
Lain-lain	1
Jumlah	14

Sebelum dilakukan penyuluhan tahap yang mengawali adalah dengan memberikan beberapa pertanyaan tertulis seputar peran sinar matahari. Selanjutnya dilakukan pemaparan tentang pentingnya paparan sinar matahari. Gambaran pengetahuan Masyarakat tentang pentingnya sinarmatahari padi sebelum penyuluhan seperti pada tabel 3.

Tabel 3.

Frekuensi Tingkat pengetahuan pada peran sinar matahari sebelum transfer edukasi

Tingkat pengetahuan skor 1-10	Frekuensi
3.3	1
4.4	2
5.56	3
6.67	3
8.89	4
10	1
Jumlah	14

Pasa saat penyuluhan juga diselingi diskusi pertanyaan – pertanyaan terkait pentingnya sinar matahari. Seperti gambar 1 masyarakat antusias mendengarkan ceramah.

Gambar 1.
 Masyarakat antusias mendengarkan
 ceramah



Ceramah tentang paparan sinar matahari untuk kesehatan lingkungan dan manusia di RT 12 RW02 Tambakbayan Ngampilan menjadi menarik, karena beberapa rumah warga terhalang dengan adanya gedung – gedung yang lebih tinggi. Peserta sangat antusias ketika diskusi pentingnya sinar matahari diantaranya sinar matahari sebagai sumber kehidupan bagi tumbuhan, dibutuhkan untuk kesehatan tulang bagi bayi, dan anak- anak, dapat membunuh bakteri kulit, dapat membunuh telur cacing kremi, dapat mengeringkan

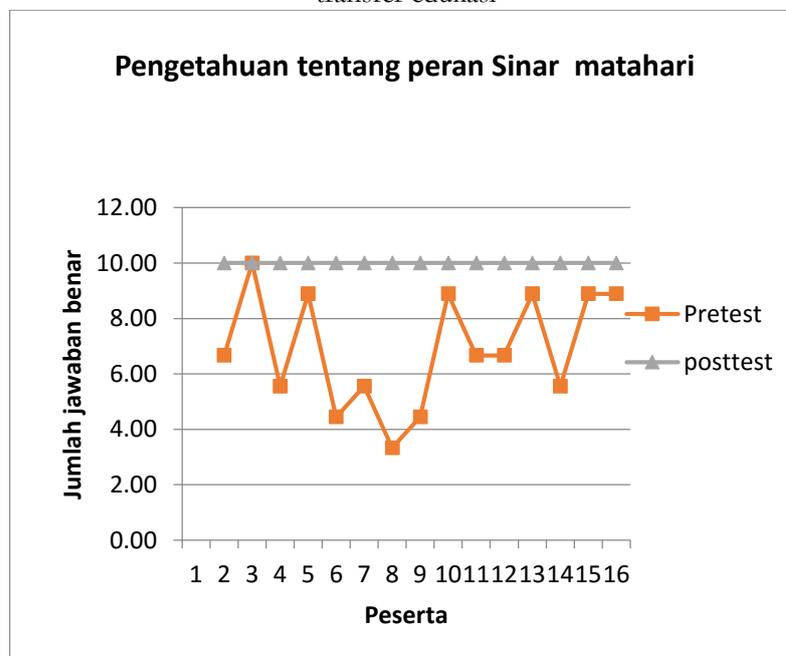
dinding yang lembab sehingga udara tidak terasa sesak sehingga hati kita bahagia, juga mampu memberikan penerangan. Pada peran untuk kesehatan tulang sinar matahari tidak dapat digantikan oleh cahaya lampu.

Gambar 2.
 Diskusi untuk menemukan cara- cara
 mendapatkan paparan sinar matahari pagi



Setelah dilakukan transfer pengetahuan tentang pentingnya Sinar Matahari bagi hunian dan Kesehatan manusia dan di lakukan diskusi, terjadi peningkatan pengetahuan , sebagaimana terlihat pada gambar 3.

Gambar 3.
 Tingkat Pengetahuan Tentang peran Sinar Matahari Sebelum (Pretest) dan Sesudah (Post test)
 transfer edukasi



Peningkatan pengetahuan yang ada memicu upaya peserta untuk dapat mendapatkan paparan cahaya matahari di waktu pagi hari sekitar pukul 6:30-7:30, karena saat ini sinar matahari mengandung sinar UV yang dibutuhkan oleh tubuh kita untuk membantu sintesis vitamin D yang dibutuhkan antara lain untuk pertumbuhan tulang. Upaya peserta yang huniannya terlahang paparan sinar matahari pagi dengan membiasakan diri setiap hari jalan – jalan keluar rumah bersama balitanya. Hal ini selain mendapatkan paparan UV juga untuk mendapatkan udara segar yang kaya akan oksigen.

Peningkatan pengetahuan nutrisi pencegah terinfeksi bakterial

Kegiatan ini terkait dengan meningkatnya penyakit menular di lokasi Ngampilan, mengingat daerah ini sangat padat huniannya, juga berada di tepi sungai Kali Winongo. Jika ada salah satu terkena salah satu jenis penyakit menular maka dikhawatirkan dapat dengan cepat menjangkiti orang lain, sehingga upaya promotive untuk pencegahan terjangkitnya penyakit menular sangat penting dilakukan. Upaya promotive mendasar adalah kesehatan tubuh yang terjaga dengan baik. Asupan menu menentukan status kesehatan seseorang. Kandungan nutrisi yang adekuat pada setiap menu yang dikonsumsi menjadi hal penting, karena kebanyakan masyarakat mengonsumsi makanan hanya memenuhi selera saja, yaitu kenyang dan variasi jenis masakan karena cita rasa. Sedangkan bahan-bahan yang dikonsumsi kurang menjadi perhatian. Tingkat pengetahuan akan nutrisi untuk pencegah terinfeksi bakterial rata –

rata telah baik, diantaranya mereka telah mengetahui jika makanan yang seimbang dapat menjaga tubuh dari infeksi bakteri, makanan mentah seperti sayuran kurang baik untuk mencegah terinfeksi bakteri, bawang putih, sayuran hijau, kunyit, jahe, yogurt, jeruk, dan kayu manis kaya dengan nutrisi untuk mencegah terinfeksi bakteri. Selain bahan – bahan makanan tersebut masih banyak sekali bahan-bahan yang dapat dikonsumsi untuk pencegahan terhadap infeksi bakteri. Tingkat pengetahuan peserta sebelum dilakukan transfer edukasi dapat dilihat pada table 4. Tingkat pengetahuan mereka pada dasarnya telah cukup namun masih perlu disegarkan kembali dan mendapat tambahan pengetahuan yang belum mereka dapatkan seperti mengingatkan menu seimbang dan berupaya mengurangi berat badan bagi yang gemuk dan menambah berat badan bagi yang kurus.

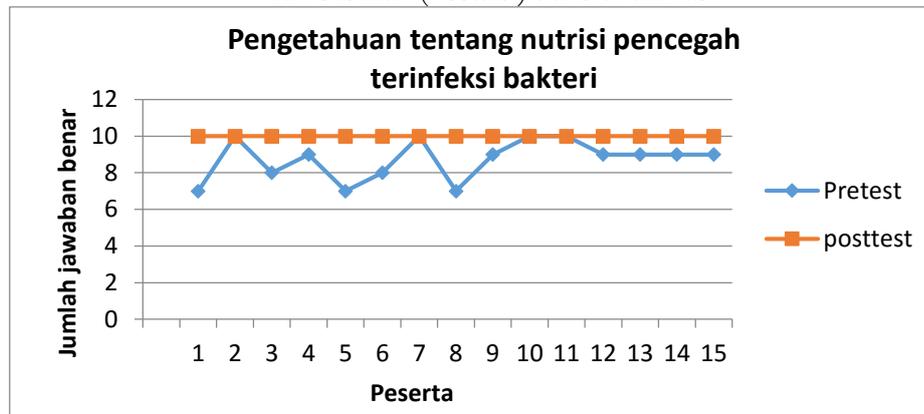
Tabel 4.

Frekuensi Tingkat pengetahuan pada nutrisi pencegah terinfeksi bakteri sebelum transfer edukasi

Jumlah benar skor 1-10	Frekuensi
7	3
8	2
9	6
10	4
Jumlah	15

Peningkatan pengetahuan peserta setelah dilakukan transfer edukasi nutrisi untuk pencegahan terinfeksi bakterial dapat dilihat pada gambar 2.

Gambar 2.
Tingkat Pengetahuan Tentang nutrisi untuk Pencegahan terinfeksi bakteri Sebelum (Pretest) dan Sesudah (Posttest) transfer edukasi.



Peserta sangat antusias berdiskusi terkait dengan hubungan makan dan kesehatan. Terutama saat materi makanan mempengaruhi stamina dan kesehatan serta dapat memperlambat penuaan. Diskusi yang dinamis dirasakan dengan banyaknya pertanyaan serta berbagi pengalaman diantara peserta.

KESIMPULAN

Program peningkatan pengetahuan masyarakat akan pentingnya paparan sinar matahari dan nutrisi untuk mencegah infeksi bakteri dapat meningkatkan pengetahuan dan memberikan solusi masalah yang ada. Solusi yang dilakukan adalah sebagai berikut:

1. Meningkatkan pentingnya paparan sinarmatahari pagi dengan upaya jalan – jalan setiap pagi minimal 30 menit untuk ibu yang memiliki anak- anak yang sedang tumbuh kembang.
2. Meningkatkan kesadaran aka pentingnya mengkonsumsi makanan yang seimbang dan kaya akan sumber-sumber gizi untuk mencegah terinfeksinya bakteri.

UCAPAN TERIMAKASIH

1. LP3M UMY atas program hibah pengabdian Ipteks bagi masyarakat.
2. RW 12 Tambakbayan Ngampilan atas kemitraan program pengabdian pada Masyarakat.

3. PSW UMY atas program pemberdayaan perempuan di Kawasan sungai Winongo Ngampilan

DAFTAR PUSTAKA

- Depkes RI. (2002). Standar Rumah Sehat.
- Musadad, A., (2006). Hubungan Faktor Lingkungan Rumah dengan Penularan TB paru Kontak Serumah. *Jurnal Ekologi Kesehatan*, *V*(3), 486-496.
- Sari, CIN. (2005). Pengaruh Lingkungan Terhadap Perkembangan Penyakit Malaria Dan Demam Berdarah Dengue.
- Said, N. I. (2017). Kualitas air dan kesehatan Masyarakat. Available 10 December 2017 at <http://www.kelair.bppt.go.id/Publikasi/BukuKesmas/BAB1.pdf>
- Seliari, T. (2008). Penataan Kampung Ngampilan Rw I Kelurahan Ngampilan Kecamatan Ngampilan Di Yogyakarta Menuju Kampung Sehat Sesuai Dengan Karakter Masyarakat Ngampilan Rw I. (Undergraduate thesis, Duta Wacana Christian University, 2008).