

PEMBERDAYAAN KESEHATAN, PENDIDIKAN DAN EKONOMI DI KOMUNITAS XSPROJECT

Nur Asni Gani^{1,*}, Siti Riptifah Tri Handari², Andry Priharta³,
Dalih⁴, Muhammad Firhan⁵

¹Prodi Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Ciputat 15419

²Prodi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Ciputat 15419

³Prodi Magister Akuntansi, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Ciputat 15419

⁴Kepala Tata Usaha, Sekolah Pascasarjana, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Ciputat 15419

⁵Mahasiswa Prodi Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Ciputat 15419

[*n.asnigani@umj.ac.id](mailto:n.asnigani@umj.ac.id)

ABSTRAK

Komunitas XSProject yang berlokasi di Cirendeu, Tangerang Selatan, aktivitas kesehariannya adalah mengumpulkan sampah untuk diolah menjadi produk bernilai ekonomi. Saat ini komunitas tersebut dibina oleh Yayasan XSProject. Aktivitas komunitas sangat rentan dengan risiko kesehatan baik mental maupun fisik, selain itu pemahaman yang menganggap bahwa pendidikan formal itu kurang penting, masih kuat. Tujuan pengabdian masyarakat adalah mendampingi komunitas, agar dalam aktivitasnya tetap mampu menjaga kesehatan, tetap mendorong putra dan putrinya berpendidikan, dan mampu memanfaatkan media sosial untuk kepentingan ekonomi. Metode yang digunakan adalah penyuluhan, diskusi, mentoring, dan pendekatan humanis lainnya seperti bermain dan olahraga bersama. Pada bulan pertama kegiatan pengabdian masyarakat ini, yang telah terlaksana adalah bimbingan hidup sehat, baik secara mental maupun fisik, dengan aktivitas cek kesehatan dan penyuluhan hidup sehat. Sebagai umpan balik telah diberikan kuesioner untuk menilai cara hidup sehat dan menentukan program literasi kesehatan dan pendidikan apa yang dibutuhkan oleh komunitas, sebagai rujukan agenda kegiatan selanjutnya.

Kata kunci: kesehatan, pendidikan, pengolahan sampah, nilai ekonomi

ABSTRACT

The XSProject community located in Cirendeu, South Tangerang, their daily activities are collecting waste to be processed into products of economic value. Currently, the community is being fostered by the XSProject Foundation. Community activities are very vulnerable to health risks, both mental and physical, in addition to the understanding that formal education is less important, is still strong. The purpose of community service is to assist the community, so that in their activities they are still able to maintain health, continue to encourage their sons and daughters to be educated, and be able to use social media for economic purposes. The methods used are counseling, discussion, mentoring, and other humanist approaches such as playing and sports together. In the first month of this community service activity, what has been carried out is guidance on healthy living, both mentally and physically, with health check activities and healthy living counseling. As feedback, a questionnaire has been given to assess a healthy way of life and determine what health literacy and education programs are needed by the community, as a reference for the next agenda of activities.

Keywords: health, education, waste management, economic value

1. PENDAHULUAN

XSPProject merupakan organisasi nirlaba yang bekerja untuk meningkatkan taraf hidup keluarga miskin yang tinggal di komunitas pemulung. Bisnisnya adalah menciptakan lapangan kerja bagi orang-orang dalam komunitas dengan menciptakan produk dari daur ulang sampah (XSPProject, tanpa tahun). Salah satu binaannya adalah masyarakat pemulung di wilayah Cirendeui, Tangerang Selatan, yang disebut sebagai Komunitas XSPProject.

Komunitas XSPProject saat ini telah menjadi mitra binaan dalam pengabdian masyarakat sivitas akademika Universitas Muhammadiyah Jakarta. Komunitas ini terdiri dari 75 kepala keluarga, dengan anggotanya terdiri atas orang tua, remaja dan anak-anak. Tingkat pendidikan anggotanya beragam, sejak SD, SMP, SMA dan Perguruan Tinggi.

Sebagai pembina, Yayasan XSPProject memiliki misi dalam peningkatan pendidikan dan kesehatan bagi komunitas tersebut. Alasannya adalah, dengan pendidikan dan kesehatan yang baik, maka diharapkan setiap individu yang ada di dalamnya memiliki bekal yang memadai dalam menjalankan aktivitasnya sehingga taraf kehidupannya, baik secara sosial, ekonomi dan kesehatan menjadi lebih baik.

Aktivitas keseharian komunitas ini adalah mengumpulkan sampah dan kemudian dengan bantuan Yayasan XSPProject mengolahnya dan mendaur ulang menjadi barang-barang berguna yang memiliki nilai ekonomi. Keseharian komunitas yang bergelut dengan pengumpulan sampah tentu memiliki risiko yang cukup besar dengan kesehatan anggotanya. Pola hidup sehat, baik secara mental dan fisik, belum sepenuhnya dipahami oleh komunitas ini. Kondisi ini dapat dimaklumi, selain karena faktor pendidikan anggota komunitas, perhatian terhadap masyarakat seperti ini memang masih perlu ditingkatkan.

Selain itu, berdasarkan pergaulan yang dilakukan selama ini dengan anggota komunitas, pemahaman tentang pentingnya pendidikan dirasakan masih minim. Komunitas memandang bahwa yang utama dalam hidup mereka adalah memperoleh penghasilan. Dipahami bahwa pendidikan itu perlu, namun perhatian terhadap pendidikan anak-anak

mereka masih dirasakan mendesak untuk diberikan pemahaman yang lebih baik.

Atas pertimbangan tersebut, maka Yayasan XSPProject bekerja sama dengan Tim Pengabdian Masyarakat Universitas Muhammadiyah Jakarta (Tim Abdimas UMJ), berinisiatif untuk melakukan kerjasama dalam membimbing komunitas tersebut. Kerjasama diwujudkan dalam bentuk kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan pada komunitas ini, dengan tiga aktivitas utama, yaitu pertama, bimbingan dan pelayanan kesehatan; kedua, motivasi untuk tetap berpendidikan serta penguatan fisik dan mental; ketiga, pelatihan manajemen keuangan sederhana dan pemanfaatan media sosial.

Terkait dengan kesehatan, Rahmawati (2021) menyatakan bahwa jiwa yang sehat memungkinkan seseorang untuk berkembang secara fisik, intelektual dan emosionalnya. Selain itu juga dibutuhkan sehat secara sosial, bahwa seseorang memiliki kemampuan untuk memelihara serta memajukan hidupnya sendiri maupun keluarga.

Selain faktor kesehatan, salah satu instrumen penting lainnya dalam mencerdaskan kehidupan bangsa adalah pendidikan yang merupakan langkah strategis menuju tercapainya tujuan bernegara (Priharta dkk., 2021). Pendidikan merupakan rangkaian pembelajaran bagi siswa agar mampu mengerti, memahami, serta kritis dalam berpikir, yang merupakan salah satu cara yang teratur untuk memperoleh tingkat kehidupan yang semakin baik (Dwianti dkk., 2021).

Untuk menjaga kesehatan dan tetap menata masa depan dengan berpendidikan, motivasi sangat diperlukan oleh komunitas. Sebab motivasi adalah daya penggerak yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu, dan pemahaman akan motivasi akan membantu dalam pengelolaan sumber daya manusia dengan mengetahui apa yang dibutuhkan oleh anggota dan bagaimana mengapresiasi mereka (Gani dkk., 2020).

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan dilakukan dengan pertemuan secara langsung antara Tim Abdimas UMJ dengan Anggota Komunitas yang didampingi oleh Yayasan XSPProject. Rencana kegiatan dilakukan sejak September 2022 hingga Pebruari 2023, yang terdiri atas tiga agenda kegiatan.

Kegiatan pertama, Bimbingan dan Pelayanan Kesehatan, berupa cek kesehatan dan penyuluhan kesehatan. Kegiatan kedua, Motivasi untuk Tetap Berpendidikan serta Penguatan Fisik dan Mental, berupa penyuluhan dalam bentuk diskusi, permainan, dan olahraga bersama antara Tim Abdimas UMJ dengan Anggota Komunitas yang berusia sekolah. Kegiatan ketiga, Pelatihan Manajemen Keuangan Sederhana dan Pemanfaatan Media Sosial, berupa perhitungan harga pokok dan harga jual serta bagaimana memanfaatkan media sosial untuk menjual produk dan bermacam kepentingan lainnya.

Metode yang direncanakan untuk tiga kegiatan tersebut berupa penyuluhan, diskusi, mentoring, dan pendekatan humanis lainnya seperti bermain dan olahraga bersama.

Pelaksana kegiatan adalah Tim Abdimas UMJ yang terdiri dari akademisi dan praktisi dari berbagai bidang, yaitu bidang kesehatan masyarakat, bidang sumber daya manusia, bidang akuntansi dan keuangan, serta

mahasiswa S1 yang juga atlet sepak bola nasional.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan diawali dengan diskusi bersama antara Tim Abdimas UMJ dengan Ibu Retno Hapsari selaku General Manager XSProject yang membina komunitas (gambar 1). Kegiatan ini dilakukan pada Rabu, 6 Juli 2022. Tujuan kegiatan adalah untuk memahami apa yang menjadi misi dan visi XSProject bagi anggota komunitas, serta untuk mengetahui pada bidang atau materi apa pengabdian masyarakat dapat dilakukan.

Secara singkat hasil pertemuan menyimpulkan bahwa terdapat tiga agenda abdimas yang dapat dilakukan, yaitu pertama, bimbingan dan pelayanan kesehatan; kedua, motivasi untuk tetap berpendidikan serta penguatan fisik dan mental; ketiga, pelatihan manajemen keuangan sederhana dan penggunaan media sosial.



Gambar 1. Pertemuan awal antara Tim Abdimas UMJ dengan XSProject Manager

Pada kesempatan pertama kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan pada Sabtu, 24 September 2022, telah terlaksana kegiatan bimbingan dan penyuluhan hidup sehat (susunan acara, lihat lampiran 1). Pemahaman dan arti sehat, baik secara mental maupun fisik telah dijelaskan oleh Tim Abdimas UMJ, untuk selanjutnya dipraktikkan dalam kehidupan sehari-hari. Aktivitas yang dilakukan pada pertemuan awal ini adalah

berupa cek kesehatan yaitu mengukur tinggi badan, berat badan, tekanan darah, serta pemeriksaan telinga, hidung dan tenggorokan (THT). Kegiatan diikuti oleh 54 anggota komunitas yang terdiri dari 44 perempuan dan 10 laki-laki, dari berbagai usia. Berikut dokumentasi agenda pertama kegiatan pengabdian kepada masyarakat, berupa aktivitas cek kesehatan dan penyuluhan hidup sehat:



Gambar 2. Pengantar kegiatan oleh XSPProject Manager



Gambar 3. Mengukur tinggi dan berat badan



Gambar 4. Cek tekanan darah



Gambar 5. Pemeriksaan telinga, hidung dan tenggorokan (THT)



Gambar 6. Penyuluhan hidup sehat dan diskusi peserta



Gambar 7. Senam pencegahan stroke

Kegiatan abdimas diakhiri dengan permintaan umpan balik (lihat lampiran 2) kepada peserta untuk mengetahui kebutuhan terkait informasi yang ingin diketahui peserta

tentang kesehatan. Hasil ini selanjutnya akan dijadikan dasar oleh Tim Abdimas UMJ dalam memberikan penyuluhan berikutnya.



Gambar 8. Foto bersama

4. KESIMPULAN

Komunitas XSProject merupakan bagian dari keluarga besar kita, yang tinggal di wilayah Cirendeu, Tangerang Selatan. Komunitas ini memiliki peran strategis di masyarakat, dengan aktivitasnya mengumpulkan sampah untuk selanjutnya diproses menjadi sebuah produk yang memiliki nilai ekonomi.

Peran komunitas ini dalam penanggulangan sampah tentu patut diapresiasi. Namun menjadi tanggung jawab bersama, untuk tetap menjaga hak mendasar yang mereka miliki, yaitu kesehatan dan pendidikan. Keseharian anggota komunitas yang bergelut dengan sampah, tentu harus menjadi perhatian bersama terkait kesehatan baik mental maupun fisik. Selain itu, bagi anggota yang masih dalam usia sekolah, menjadi penting untuk diperhatikan agar tetap memiliki semangat dan mental yang kuat agar tetap meraih pendidikan setinggi mungkin.

Harapannya, semoga tiga agenda yang telah disusun oleh Tim Abdimas UMJ dapat terlaksana dengan baik kedepannya, sehingga mampu memberikan kontribusi yang bermakna akan pentingnya kesehatan dan pendidikan, guna menciptakan dan memperoleh kehidupan yang lebih baik.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada LPPM Universitas Muhammadiyah Jakarta yang telah memfasilitasi kegiatan pengabdian masyarakat ini, kepada XSProject yang telah menjadi mitra abdimas, kepada Klinik 8 Medikatama yang telah memfasilitasi cek kesehatan, serta kepada dr. Sesanti Hayuningtyas, Sp.THT, yang berkenan memberikan pemeriksaan THT kepada anggota komunitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Dwianti, I.D., Julianti, R.R., & Rahayu, T. (2021). Pengaruh Media PowerPoint dalam pembelajaran Jarak Jauh Terhadap Aktivitas Kebugaran Jasmani Siswa. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 7(4), 675-680.
- Gani, N.A., Utama, R.E., Jaharuddin, & Priharto, A. (2020). *Perilaku Organisasi*. Jakarta: Penerbit Mirqat.

Priharto, A., Gani, N.A., Ananto, T., Jaharuddin, Sutikno, & Utama, R.E. (2021). *Tata Kelola Keuangan Perguruan Tinggi dengan Sistem Informasi Realisasi Anggaran*. Surabaya: Penerbit Global Aksara Pres.

Rahmawati (2021). *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Pekalongan: Penerbit PT. Nasya Expanding Management

XSProject (tanpa tahun). *What is XSProject?*, Diakses pada 6 Oktober 2022, melalui <https://xsproject-id.org/about-us/>

Lampiran 1 :
 Susunan acara pengabdian masyarakat

| No. | Acara | PIC | Waktu |
|-----|---|---|-------------------|
| 1 | Registrasi peserta, ditimbang dan ditensi | Nur Asni Gani | 08.00 - 09.00 WIB |
| 2 | Salam pembuka dan pengantar kegiatan | Retno Hapsari | 09.00 - 09.10 WIB |
| 3 | Penjelasan sehat dan pola hidup sehat & tanya jawab | Siti Riptifah Tri Handari & Nur Asni Gani | 09.10 - 09.50 WIB |
| 4 | Gerakan senam sehat | Ranti dan Tim | 09.50 - 10.10 WIB |
| 5 | Pengisian kuesioner umpan balik | Andry Priharta | 10.10 - 10.25 WIB |
| 6 | Pembagian vitamin | Ranti dan Tim | 10.25 - 10.35 WIB |
| 7 | Games, pembagian hadiah dan penutup | Andry Priharta | 10.35 - 11.00 WIB |

Lampiran 2 :
 Contoh kuesioner cara hidup sehat dan umpan balik

24 Sep 22

NAMA : Alfiah
 USIA : 33.

29

PETUNJUK
 Jawablah pertanyaan berikut dengan memilih jawaban salah satu dan beri tanda V
 YA, TIDAK DAN KADANG KADANG

| NO | PERTANYAAN | YA | TIDAK | KADANG KADANG | |
|----|---|------------------|------------------|----------------------------------|-------------------------------|
| 1 | Apakah anda cuci tangan sebelum makan? | ✓ | | | |
| 2 | Apakah anda cuci tangan setelah buang air kecil? | ✓ | | | |
| 3 | Apakah anda cuci tangan setelah buang air besar ? | ✓ | | | |
| 4 | Apakah anda setiap hari mandi? | ✓ | | | |
| 5 | Apakah anda mandi pakai sabun mandi? | ✓ | | | |
| 6 | Apakah anda cuci rambut pakai shampo? | ✓ | | | |
| 7 | Apakah anda menggosok gigi setiap hari ? | ✓ | | | |
| 8 | Apakah anda rutin membersihkan dan memotong kuku setiap minggu? | ✓ | | | |
| 9 | Apakah setiap hari anda mengganti baju? | ✓ | | | |
| 10 | Apakah anda melakukan olah raga secara rutin dalam seminggu? | | ✓ | | |
| 11 | Apakah anda menumpuk sampah di pekarangan rumah? | | ✓ | | |
| 12 | Apakah anda merokok ? | | ✓ | | |
| 13 | Apakah anda merokok didalam ruangan? | | ✓ | | |
| 14 | Apakah anda setiap hari makan sayur ? | | | ✓ | |
| 15 | Apakah anda setiap hari makan buah? | | | ✓ | |
| 16 | Pilih 2 informasi yang ingin anda ketahui tentang kesehatan | Pola Hidup Sehat | Pola Makan Sehat | Olah Raga yang cocok dengan usia | Pemeriksaan kesehatan berkala |
| | | ✓ | | | ✓ |

BB = 49
 TB = 140
 TTV = 106/70