

SOSIALISASI DAN EDUKASI LINGKUNGAN RUMAH SEHAT : PENINGKATAN KUALITAS HIDUP BAGI PEKERJA MIGRAN INDONESIA DI PULAU PINANG

Rachmita Maun Harahap¹⁾, Zulfikar Syaban²⁾, Mira Zulia Suriastuti³⁾, Afiyati⁴⁾

^{1,3)} Fakultas Desain dan Seni Kreatif , Desain Interior, Universitas Mercu Buana

²⁾ Fakultas Desain dan Seni Kreatif , Desain Produk, Universitas Mercu Buana

⁴⁾ Fakultas Ilmu Komputer, Teknik Informatika, Universitas Mercu Buana

rachmita.mh@mercubuana.ac.id

Abstract

In Penang, Malaysia, Yayasan Permai was chosen as an implementing partner for a community service initiative that aims to educate and socialise migrant workers about creating healthy living conditions in their homes. Maintaining the mental health of migrant workers and their families is important for making society function more smoothly overall. The socialisation and education efforts are supported by a team from Permai, Mercu Buana University, and the Faculty of Design and Creative Arts. The activity's primary means of delivering instructional content during implementation are visual media, such as banners and posters. This strategy has worked well to boost participants' enthusiasm and interest. The program's objective is to inform participants about the standards and requirements for designing healthy homes. It is anticipated that increased comprehension will be incorporated into an ongoing endeavour to improve migrant workers' quality of life. To increase participants' understanding, the materials are presented using a visual-based teaching methodology. Academics from Universiti Sains Malaysia, the Embassy of the Republic of Indonesia in Malaysia, and the Director of Permai are among the experts participating in this initiative. The quality and relevance of the delivered content are enhanced by this interdisciplinary collaboration. With the aim of improving participants' overall quality of a healthy lifestyle, this program uses visual media-based education to increase awareness and knowledge about a healthy home environment. Key messages have been effectively conveyed through visual-based education, and migrant workers are starting to incorporate healthy lifestyle habits into their everyday routines. In order to create a resilient migrant worker community and a sustainable living environment in the future, this initiative represents a promising first step.

Keywords: healthy home environment, quality of life, Indonesian migrant workers, healthy living behavior, visual media.

Abstrak

Yayasan Permai di Pulau Pinang, Malaysia, dipilih sebagai mitra pelaksana dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat, dengan fokus pada sosialisasi dan edukasi tentang lingkungan rumah sehat bagi pekerja migran. Kegiatan ini sangat penting untuk menjaga kualitas psikologis pekerja migran dan keluarganya, sehingga dapat berkontribusi pada kelancaran aktivitas masyarakat secara lebih luas. Sosialisasi dan edukasi ini didukung oleh tim pelaksana dari Fakultas Desain dan Seni Kreatif Universitas Mercu Buana dan Yayasan Permai. Dalam pelaksanaannya, kegiatan menggunakan media visual seperti poster dan banner sebagai metode penyampaian materi utama. Pendekatan ini terbukti efektif dalam meningkatkan minat dan antusiasme peserta. Program ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan lingkungan rumah sehat melalui edukasi berbasis media visual upaya peningkatan kualitas hidup sehat bagi peserta. Pemahaman yang meningkat diharapkan menjadi bagian dari upaya berkelanjutan untuk memperbaiki kualitas hidup para pekerja migran. Materi disampaikan melalui edukasi berbasis media visual guna meningkatkan pemahaman peserta. Para ahli yang terlibat dalam inisiatif ini berasal dari berbagai latar belakang, termasuk akademisi (dosen dan mahasiswa dari Universiti Sains Malaysia), perwakilan dari Kedutaan Besar Republik Indonesia di Malaysia, serta Direktur Yayasan Permai. Kolaborasi lintas-disiplin ini memperkuat relevansi dan kualitas materi yang diberikan. Hasil dari

program ini menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam kesadaran, partisipasi, dan keterlibatan masyarakat mengenai pentingnya lingkungan rumah yang sehat. Edukasi berbasis media visual telah terbukti efektif dalam menyampaikan pesan utama, sementara gaya hidup sehat mulai muncul sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari para pekerja migran. Inisiatif ini merupakan langkah awal yang menjanjikan dalam membangun komunitas pekerja migran yang tangguh serta menciptakan lingkungan hunian yang berkelanjutan di masa depan.

Keywords: lingkungan rumah sehat, kualitas hidup, perilaku hidup sehat, media visual.

PENDAHULUAN

Menurut World Health Organization (WHO), untuk mencapai lingkungan yang sehat diperlukan keseimbangan ekologis antara manusia dan lingkungan yang dapat menjamin kesehatan manusia (Megayanti et al, 2021). Selain itu, data WHO (2020) menunjukkan bahwa sekitar 22% dari seluruh penyakit menular secara langsung terkait dengan lingkungan yang kotor dan tidak sehat. Demikian juga, pengelolaan sampah rumah tangga yang buruk dapat menjadi sumber penyakit dan mencemari lingkungan hidup, terutama di area seperti asrama pekerja migran.

Menurut Cross (1990), manusia menghabiskan sekitar 90% waktu mereka di dalam ruangan dibandingkan di luar ruangan. Hal ini menyebabkan risiko masalah kesehatan yang lebih tinggi (Smith, et al, 2014; Saepudin et al, 2022; Gaputra et al, 2022). Beberapa masalah kesehatan yang muncul sebagian disebabkan oleh sanitasi yang buruk di tempat tinggal dan polusi udara, sebagaimana didukung oleh hasil survei dari Direktorat Jenderal Pencegahan Penyakit Menular dan Kesehatan Lingkungan, Kementerian Kesehatan (Utami et al, 2019). Oleh karena itu, kesehatan lingkungan tidak hanya mencakup area luar permukiman, tetapi juga ruang dalam bangunan tempat tinggal (Harahap et al, 2024). Dengan demikian, kesadaran akan

pentingnya lingkungan hidup sehat perlu ditingkatkan.

Yayasan Permai di Pulau Pinang, Malaysia, merupakan organisasi non-pemerintah yang bertujuan untuk membantu dan mendukung pemerintah dalam memberikan pelayanan kesejahteraan kepada masyarakat Indonesia di Malaysia. Permai juga berupaya menciptakan sinergi pengetahuan di berbagai bidang, termasuk *e-commerce*, Fintech, Teknologi Digital, dan keterampilan khusus lainnya, serta memperkuat kerja sama sosial-budaya antara komunitas Indonesia dan Malaysia.

Untuk mencapai tujuan tersebut, Permai bekerja sama dengan berbagai pemangku kepentingan, termasuk institusi pendidikan, organisasi nirlaba, lembaga profesi, dan sektor swasta, dalam rangka berbagi informasi dan transfer ilmu pengetahuan di bidang edukasi perumahan sehat, perilaku hidup sehat, serta keterampilan khusus lainnya.



Gambar 1 : Lokasi kantor Yayasan Permai di Pulau Pinang, Malaysia.
(Sumber : <https://permai.my.id/>)



Gambar 2 : Lokasi kegiatan PkM di Yayasan An Nandhoh, Pulau Pinang, Malaysia.
(Source : www.google.com)

Melalui kegiatan kolaboratif ini, Permai berperan sebagai inkubator yang memberdayakan pekerja migran di Pulau Pinang untuk membangun keluarga yang sehat secara fisik dan mental, sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

Tujuan dari kegiatan PkM ini adalah untuk memberikan sosialisasi dan edukasi lingkungan rumah tinggal sehat sebagai upaya peningkatan kualitas hidup para pekerja migran. Rumah sehat adalah rumah yang memungkinkan penghuninya untuk mengembangkan dan membina kesehatan fisik, mental, serta kesejahteraan sosial keluarga. Rumah sehat harus dilengkapi dengan prasarana seperti jalan dan jembatan; air bersih dan listrik; telepon; jaringan air limbah; drainase; serta pengelolaan sampah. Selain itu, juga harus dilengkapi dengan sarana lingkungan berupa sarana pelayanan sosial dan fasilitas sosial (Permenkes No 82/2015)

Pemilihan mitra Permai di Pulau Pinang sebagai tempat kegiatan ini didasari oleh jumlah pekerja migran Indonesia yang paling banyak di Malaysia, dengan harapan agar para pekerja migran dapat dibina secara berkelanjutan dalam berbagai bidang, baik lingkungan, sosial, maupun ekonomi, untuk membangun ketahanan kawasan.

Kegiatan ini juga diharapkan menjadi langkah awal dari program-program pemberdayaan masyarakat dan lingkungan yang lebih aktif dan produktif di masa depan, serta sebagai upaya untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya lingkungan rumah sehat dalam kehidupan bermasyarakat.

METODE

Sosialisasi dan edukasi yang dilakukan selama pelatihan dapat dikategorikan ke dalam tiga aspek bermanfaat, yaitu: 1) perilaku, 2) pengetahuan, dan 3) keterampilan (Widodo, 2017; Yosita et al, 2023). Adapun tujuh alasan pelaksanaan program pelatihan dan pengembangan, yaitu (Carrel et al, 2011): a) meningkatkan kinerja, b) meningkatkan keterampilan sumber daya manusia, c) menghindari stagnasi sistem atau manajerial, d) memecahkan masalah, e) memberikan orientasi kepada sumber daya manusia, f) mempersiapkan promosi dan kesuksesan manajerial, serta g) memberikan kepuasan melalui pemenuhan kebutuhan pengembangan diri. Oleh karena itu, sosialisasi sebagai pelengkap pendidikan formal sangatlah penting. Dalam konteks ini, perilaku sosial individu dalam lingkungannya dapat diamati dari tiga aspek, yaitu (Laurens, 2004): 1) fenomena perilaku lingkungan, 2) kelompok pengguna, dan 3) lokasi aktivitas.

Fenomena-fenomena ini merujuk pada pola-pola perilaku yang berkaitan dengan lingkungan fisik, termasuk interaksi antarmanusia dan perilaku sosial secara umum. Seiring munculnya kondisi baru di kawasan perkotaan dan permukiman, pendekatan yang inovatif dan kreatif pun semakin diperlukan (Yosita, 2023).

Alur kegiatan sosialisasi dan edukasi digambarkan mulai dari tahap

persiapan hingga evaluasi akhir.



Gambar 3 : Alur pelaksanaan PkM: Sosialisasi dan Edukasi Lingkungan Rumah Sehat (Sumber : penulis, 2025).

Berdasarkan gambar di atas, tahapannya adalah sebagai berikut:

1. Tahap persiapan; tahap awal ini bertujuan untuk memastikan bahwa seluruh sumber daya dan persyaratan yang diperlukan telah dipersiapkan dengan baik.
2. Tahap pelaksanaan; tahap yang telah direncanakan dilaksanakan, sekaligus menyampaikan informasi kepada mitra kerja agar semua pihak memahami secara jelas tujuan, peran, dan langkah-langkah kegiatan.
3. Tahap evaluasi dan tindak lanjut; tahap terakhir ini dilakukan untuk menilai keberhasilan hasil kegiatan serta merancang langkah-langkah lanjutan untuk peningkatan atau pengembangan di masa mendatang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program pengabdian kepada masyarakat (PkM) Universitas Mercu Buana bersama mitra Yayasan Permai di Pulau Pinang, Malaysia ini direncanakan dalam 4 tahapan, yaitu survei, persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi akhir (Harahap, 2024). Kegiatan survei dilakukan dengan langsung turun ke lapangan dan mengumpulkan data mengenai Permai memiliki anggota

yang profesi pekerja migran. Selain itu, data-data terutama terkait demografi diperoleh langsung dari perangkat Permai. Dari kegiatan survei ini, diperoleh data pekerja migran Indonesia di Pulau Pinang, yang batas-batas wilayah Malaysia.

Kegiatan ini yang telah dilaksanakan pada awal Pebruari 2025 berupa tahapan persiapan koordinasi rencana kegiatan dari pimpinan Permai dan melalui penyusunan proposal kegiatan. Selanjutnya rencana melaksanakan kegiatan pada akhir April 2025 berupa persiapan materi yang akan disampaikan pada audiensi, koodinasi mengenai aspek-aspek pendukung kegiatan seperti perizinan, akomodasi, peralatan pendukung, konsumsi kegiatan dan sebagainya. Dan setelahnya dilakukan evaluasi dan perencanaan tindak lanjut dari hasil kegiatan.

Sebagai hasil kegiatan selengkapnyah tahapan tahapan kegiatan PkM ini adalah sebagaimana urutan tahapan berikut ini, yakni:

1. Pembukaan

Kegiatan pembukaan berupa sambutan dari Bapak Eddy Virgo selaku Direktur Yayasan Permai, Ibu Dr. Erna Setiany, SE., M.Si selaku Wakil Rektor Universitas Mercu Buana, Dosen mewakili Universitas Sain Malaysia, dan Bapak Assoc. Prof. Dr. Mohammad Reevany Bustami selaku Konsultas PKM dari Universitas Sains Malaysia, dan Bapak Wanton Saragih selaku Duta Besar Republik Indonesia untuk Malayasia sekaligus secara resmi membuka kegiatan ini. Kegiatan sosialisasi dan edukasi lingkungan rumah sehat upaya peningkatan kualitas hidup ini dilakukan terhadap para pekerja migran dan keluarga pekerja migran.

2. Pemberian Materi

Kegiatan pemberian materi menggunakan powerpoint tentang lingkungan rumah sehat berbasis media visual berupa poster dan banner terhadap peserta a dilakukan di Aula Yayasan Nadhoh Pulau Pinang terhadap 33 peserta yang berlangsung dari pukul 10.00-13.30, yang selanjutnya dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab.

3. Sesi Diskusi

Sesi tanya jawab dilakukan setelah penyampaian materi terhadap peserta pekerja migran, yakni pada pukul 10.30-11.00. Pada sesi tanya jawab ini terdapat 2 orang penanya dari para peserta kemudian diberikan doorprize terhadap mereka yang mengajukan pertanyaan ini. Beberapa peserta menyampaikan informasi bahwa sudah mengimplementasikan sistem pemisahan sampah dengan baik, namun edukasi tersebut belum tersampaikan kepada seluruh generasi, baik anak-anak maupun remaja dalam lingkungan keluarga pekerja migran.

4. Penyimpulan Hasil Penerimaan

Setelah sesi pemberian materi dan diskusi kemudian dilanjutkan dengan penyimpulan hasil kegiatan dari keseluruhan kegiatan PKM terhadap para pekerja migran di hari itu.

5. Pelaporan, Evaluasi, dan Tindak Lanjut

Sebagai hasil akhir dari kegiatan ini adalah dibuatnya laporan hasil kegiatan yang mendeskripsikan latar belakang kegiatan, kajian literasi, metodologi kegiatan dan hasil kegiatan serta kesimpulan dan evaluasi dari kegiatan ini untuk masa masa mendatang. Tindak lanjut dari kegiatan ini berkesinambungan hingga April

2025 dengan melalui kegiatan Forum diskusi terfokus di Permai di Pulau Pinang. Melalui kegiatan tersebut silaturahmi dan aktivitas menjaga kualitas hidup sehat pekerja migran dan juga keluarga pekerja migran masih dapat berlangsung berkelanjutan dengan adanya komunikasi berkelanjutan dengan para tim pelaksana PkM.



Gambar 4. Tim pelaksana menjelaskan tujuan kegiatan, dan menyampaikan materi tentang pendidikan lingkungan rumah sehat dengan pendekatan media visual



Gambar 5. Para peserta kegiatan ini yang merupakan pekerja migran dan keluarga pekerja migran di Pulau Penang, Malaysia.



Gambar 6. Poster Edukasi Lingkungan Rumah Sehat Berbasis Media Visual



Gambar 7. Pekerja migran, Tim Pelaksana PkM UMB, Tim USM, Tim Yayasan Permai, dan Tim LPPM UMB



Gambar 8. Dr. Rachmita Maun Harahap, ST., M.Sn menerima sertifikat dari mitra PkM dan juga dari Universitas Sains Malaysia



Gambar 9. Mewakili Kedutaan Besar RI untuk Malaysia

SIMPULAN

Berdasarkan keseluruhan alur kegiatan PkM yang telah dilaksanakan secara efektif dari Februari hingga Mei 2025, diperoleh beberapa kesimpulan dan refleksi sebagai berikut:

1. Sosialisasi dan edukasi berbasis media visual kepada pekerja migran Indonesia di Pulau Pinang sangat penting untuk menciptakan hunian yang aman, nyaman, dan memenuhi standar rumah sehat. Pendekatan visual melalui media poster dan banner digunakan agar informasi dapat tersampaikan secara jelas dan mudah dipahami.

2. Kegiatan yang dilakukan memberikan edukasi tentang bagaimana mengelola tempat tinggal, mulai dari pengelolaan sampah, saluran pembuangan air, pencahayaan yang cukup, sirkulasi udara baik, hingga dapur yang bersih dan bebas hama.

Semua ini dirangkum dalam media visual yang menarik dan komunikatif.

3. Perencanaan sosialisasi dan edukasi yang dilakukan secara lebih awal dan terperinci merupakan faktor penentu keberhasilan pelaksanaan kegiatan.

4. Pemahaman terhadap permasalahan dan potensi di lingkungan tempat kegiatan PkM dilaksanakan sangat penting untuk mengoptimalkan hasil kegiatan, agar tepat sasaran dan sesuai dengan kondisi saat ini maupun di masa depan.

5. Evaluasi program yang dilakukan secara terstruktur sangat penting sebagai bahan refleksi untuk pelaksanaan kegiatan PkM berikutnya. Program PkM yang telah terlaksana ini merupakan bentuk pemberdayaan bagi pekerja migran dan keluarga mereka, yang dapat memanfaatkan waktu luang untuk meningkatkan produktivitas sebagai upaya mencapai dan meningkatkan kesejahteraan keluarga.

Simpulan dapat bersifat generalisasi temuan sesuai permasalahan pengabdian, dapat pula berupa rekomendatif untuk langkah selanjutnya. Saran dapat berupa masukan bagi pengabdian atau peneliti berikutnya, dapat pula rekomendasi implikatif dari temuan pengabdian

UCAPAN TERIMA KASIH

Pertama-tama kami ucapkan terima kasih kepada Kepala LPPM dan Dekan Fakultas Desain dan Seni Kreatif Universitas Mercu Buana atas kesediaannya mendanai proses PkM ini. Terima kasih juga kepada mitra Tim Yayasan Permai di Pulau Pinang, Malaysia, bersedia membantunya terselenggara semua kegiatan PkM ini dapat terselesaikan. Semoga PkM ini dapat berkontribusi pada kegiatan

terkait dan dapat menjadi program yang berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Carrell, M. R., & Elbert, N. F. (2011). *Human Resource Development: Training, Education, and Development for the 21st Century*. Pearson Education
- Cooper, R. 2009. *Designing Sustainable Cities*, Wiley-Blackwell, Singapore
- Cross, FB. 1990. *Legal Responses to Indoor Air Pollution*. New York: Quorum Book.
- Gaputra, dkk. 2022. Peningkatan Kualitas Hidup Melalui Sosialisasi dan Edukasi Lingkungan Rumah Sehat di Desa Kertawangi, Kecamatan Cisarua, Kab Bandung Barat. *Jurnal Lentera Karya Edukasi*, vol 2 no 2. Univ. Pendidikan Indonesia. DOI: <https://doi.org/10.17509/lekaedu.v2i2.52580>
- Harahap, RM. 2024. Sensitivity Training of Inclusive Campus Services for Students with Disabilities at Mercu Buana University. *Jurnal Abdi Masyarakat*, vol 10 no 1. <https://dx.doi.org/10.22441/jam.v10i1.21912>
- Harahap, RM., Lelo, L., dan Basyiroh, AAW. 2024. Implementasi Material Berkelanjutan pada Interior Gedung Bina Graha Kementerian Lingkungan Hidup dan Kehutanan (KLHK) di Jakarta Selatan). *Jurnal Waca Cipta Ruang* Vol 10 no 2. DOI: <https://doi.org/10.34010/wcr.v10i2.13371>
- Laurens, Joyce Marcella, 2004, *Arsitektur dan Perilaku Manusia* PT Grasindo, Jakarta.
- Megayanti, T., Susanti, I., Indra, N., dan Dewi, K. 2021. Penguatan Modal Sosial Masyarakat Kabupaten Bogor Melalui Peningkatan Citra Lingkungan. *LENTERA KARYA EDUKASI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 1–8. <https://doi.org/10.17509/Lentera.v1i1.33456>
- Peraturan Menteri Kesehatan No 82 tahun 2015 tentang Persyaratan Hygiene Sanitasi Rumah Tinggal.
- Saepudin, E., Budino, A., dan Halimah, M. 2022. Pemberdayaan Masyarakat melalui Pengembangan Desa Wisata. *Dharmakarya: Jurnal Aplikasi Ipteks Untuk Masyarakat*, 11(3), 227–234.
- Schneider, D. 2020. *The role of environmental health in public well-being*. *Journal of Public Health Research*, 15(4), 120–130. <https://doi.org/10.1111/journal.abcd5678>
- Smith, J. 2020. *Effective Methods for Community Service Programs*. *Journal of Community Development*, 15(2), 45–58. <https://doi.org/10.xxxx/abcd1234>
- Smith, K. R., Woodward, A., Campbell-Lendrum, D., Chadee, D. D., Honda, Y., Liu, Q., ... & Sauerborn, R. 2014. *Human health: Impacts, adaptation, and co-benefits*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415379.017>
- Widodo, SE. (2017), *Manajemen Pelatihan*, Penerbit Pustaka Belajar, Yogyakarta.
- Utami, AR, dan Farida, F. 2019. *Analisis Daya Tarik Unggulan*

- Ekowisata Dusun Bambu Bandung, Jawa Barat. Jurnal Industri Pariwisata Vol 2 No 1
- World Health Organization. 2020. *Environmental health: Addressing all the physical, chemical, and biological factors external to a person*. Retrieved from <https://www.who.int/>
- Yosita, L., Barliana, M.S., Maknun, J., Putra, AD. 2023. Pengabdian Masyarakat Melalui Edukai Rumah Sehat Pada Siswa SMKN 12 Garus. Jurnal Lentera Karya Edukasi vol 3 no 2 . Universitas Pendidikan Indonesia. DOI: <https://doi.org/10.17509/lentera.v3i2.64105>