

**PENERAPAN PSIKOEDUKASI DENGAN *THEORY OF PLANNED BEHAVIOR* UNTUK  
MEMINIMALISIR DAMPAK URBANISASI PADA WARGA PEMUKIMAN  
PINGGIRAN DI KOTA SURABAYA**

**Andini Saputri<sup>1</sup>, Tesya Kirana<sup>2</sup>**  
**Email: [andinisaputri04@gmail.com](mailto:andinisaputri04@gmail.com)<sup>1</sup>**

**Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Surabaya<sup>1,2</sup>**

**Abstrak**

Urbanisasi memberikan berbagai dampak yang mempengaruhi kehidupan warga pemukiman di pinggiran kota Surabaya. Kebersihan lingkungan menjadi salah satu aspek yang terdampak dari adanya pemukiman padat penduduk di pinggiran kota. Bijak dalam mengelola sampah menjadi penting untuk diperhatikan guna meminimalisir dampak buruk pada lingkungan di kemudian hari. Psikoedukasi dengan *Theory of Planned Behavior* diberikan kepada warga pemukiman di pinggiran kota Surabaya untuk meminimalisir dampak dari urbanisasi. Partisipan pada penelitian ini adalah ibu PKK dan perangkat desa. Terdapat perubahan pada level *knowledge*, *skill*, dan *attitude* pada partisipan.

Kata kunci: Urbanisasi, *Theory of Planned Behavior*, Sampah.

**Abstract**

Urbanization has various impacts that affect the lives of residents living on the countryside of Surabaya. Environmental cleanliness is one aspect that is affected by the presence of densely populated settlements on the countryside of the city. It is important to pay attention to waste management wisely in order to minimize the negative impact on the environment in the future. Psychoeducation with Theory of Planned Behavior is given to residents of residential areas on the countryside of Surabaya to minimize the impact of urbanization. The participants in this study were PKK women and village officials. There is a change in the level of knowledge, skill, and attitude of the participants.

Keywords: Urbanization, Theory of Planned Behavior, Waste.

## PENDAHULUAN

Bloom, dkk. (2008) menjelaskan bahwa urbanisasi merupakan suatu fenomena yang kompleks. Permukiman yang sangat kecil pada awalnya dapat berkembang dengan cepat yang mengakibatkan populasi tumbuh dan ekonomi baru dan struktur politik muncul. Namun, dengan kualitas hidup yang lebih baik, kota dapat menjadi populasi pedesaan utama yang menyebabkan banyak permasalahan.

Sebuah kawasan perdagangan dan industri yang berada di pinggiran kota besar merupakan salah satu wilayah pemukiman padat penduduk. Adanya urbanisasi sebagai salah satu penyebab pertumbuhan populasi di wilayah ini menjadi tidak terkontrol, sehingga lokasi tempat tinggal menjadi kurang tertata dengan baik dan menimbulkan masalah baru. Kebersihan merupakan masalah yang umum akibat adanya urbanisasi.

Kondisi sebuah pemukiman penduduk desa yang terletak di pinggiran kota Surabaya menjadi perhatian peneliti. Peneliti melakukan wawancara dan observasi pada beberapa penduduk desa termasuk perangkat desa untuk menggali informasi mengenai kondisi pemukiman saat ini. Saat ini kondisi perairan wilayah di pemukiman ini sudah tercemar akibat permasalahan drainase yang buruk seperti limbah dari sampah rumah tangga dan beberapa aktivitas yang dilakukan warga di sekitar lokasi perairan. Aliran sungai tidak dapat mengalir dan

hanya menggenang tanpa solusi yang konkrit. Hal ini menimbulkan berbagai dampak buruk bagi kelangsungan hidup warga yang bermukim di wilayah pemukiman ini.

Warga di pemukiman memiliki pengetahuan yang minim terkait dengan dampak dari kurangnya menjaga kebersihan lingkungan. Meskipun demikian, peneliti menilai bahwa informasi yang minim tersebut belum mampu untuk mendorong warga memiliki keinginan dan menjalankan perilaku sehat secara optimal. Kondisi tersebut mengakibatkan warga kurang memiliki kesadaran dan kurang terlibat secara aktif dalam menjaga kebersihan lingkungan di sekitar tempat tinggal. Hal ini terlihat dari masih banyaknya sampah yang berserakan dan mencemari lingkungan sekitar tempat tinggal, sehingga memengaruhi kondisi fisik sebagian warga di pemukiman. Kondisi ini dapat dipahami mengingat lingkungan yang kotor dan kurang sehat merupakan sumber dari berbagai macam jenis penyakit baik yang menular maupun yang tidak menular.

Agar informasi mengenai dampak akibat lingkungan yang tercemar dapat mendorong warga di pemukiman menjalankan perilaku sehat, maka akan diberikan penyuluhan mengenai pentingnya menjaga kebersihan lingkungan dengan memasukkan informasi yang mengandung tiga komponen *theory of planned behavior* (Odgen, 2008). Komponen pertama *attitudes*

*toward behavior* dibentuk oleh dua hal, yaitu evaluasi positif atau negatif terkait perilaku dan keyakinan mengenai dampak suatu perilaku. Komponen ini mengandung informasi dan gambar-gambar mengenai dampak dari kurangnya menjaga kebersihan lingkungan yang memicu munculnya berbagai penyakit dan keyakinan bahwa perilaku hidup bersih dan sehat akan memperkecil peluang terjadinya berbagai jenis penyakit yang dapat menyerang warga di pemukiman.

Komponen kedua yakni *subjective norm* mengandung penjelasan mengenai dampak lingkungan yang tidak terjaga dengan bersih dan menguatkan dorongan untuk berperilaku sesuai dengan tuntutan hidup bersih dan sehat guna menghindari terjangkit berbagai jenis penyakit. Komponen ketiga yaitu *perceived behavioral control* mengandung faktor risiko dan faktor pendukung terkait kondisi lingkungan di sekitar tempat tinggal, sarana dan prasarana pendukung, serta aktivitas sehari-hari warga di pemukiman.

Komponen *attitudes toward behavior* diberikan dengan cara memberikan ajakan dan himbauan yang konstruktif kepada warga pemukiman, seperti dengan menunjukkan gambar-gambar berbagai jenis dampak dari lingkungan tempat tinggal yang tercemar disertai dengan contoh-contoh perilaku yang memungkinkan warga rentan terhadap dampak tersebut. Selain itu, juga ditampilkan contoh perilaku hidup bersih dan sehat yang dapat diterapkan oleh warga

di pemukiman dengan mudah dan singkat dalam kehidupan sehari-hari berupa video penerapan perilaku hidup sehat seperti membuang sampah pada tempatnya. Komponen *subjective norm* secara teoretik dapat terpenuhi saat warga di pemukiman menerima dan memahami informasi yang berhubungan dengan komponen *perceived behavioral control*.

Komponen *perceived behavioral control* juga dapat berpengaruh secara langsung pada warga di pemukiman untuk menampilkan perilaku hidup bersih dan sehat. Sehingga untuk lebih menegaskan terpenuhinya komponen *perceived behavioral control*, peneliti menambahkan informasi mengenai aktivitas yang tidak dapat dilakukan oleh warga di pemukiman ketika lingkungan tempat tinggal menjadi sangat tercemar karena tidak menjaga kebersihan lingkungan.

Berdasarkan pemaparan tersebut, maka diperlukan penerapan psikoedukasi yang didasari dengan teori TPB guna meminimalisir dampak dari permasalahan yang timbul akibat adanya urbanisasi di wilayah padat penduduk seperti pinggiran kota.

## **KAJIAN PUSTAKA**

### **A. Dampak Membuang Sampah bagi Kesehatan Lingkungan**

Pengelolaan limbah yang tidak tepat berdampak negatif pada kesehatan lingkungan dan masyarakat. Dampak

negatif dapat disebabkan oleh berbagai kegiatan penanganan dan pembuangan yang menghasilkan polusi tanah, air dan udara. Pembuangan yang tidak memadai atau limbah yang tidak diolah dapat menyebabkan masalah kesehatan yang serius bagi populasi di sekitar area pembuangan. Kebocoran dari limbah dapat mencemari tanah dan aliran air, dan menghasilkan polusi udara melalui emisi misalkan logam berat dan polutan organik persisten (POPs), yang pada akhirnya dapat menciptakan bahaya kesehatan. Mengelola limbah dengan baik dan dengan cara yang ramah lingkungan penting karena alasan kesehatan. (WHO, 2015).

#### **B. Dampak Membuang Sampah bagi Kesehatan Fisik**

Pandey, dkk., (2014) menjelaskan bahwa penularan penyakit dari sampah yang dibuang sembarangan dapat dibagi menjadi dua, yakni secara langsung dan tidak langsung. *Australian Government Departement of Health* (2010) mengungkapkan bahwa sampah yang berserakan memungkinkan kuman penyebab penyakit untuk berkembangbiak, dan dapat menjadi sarang bagi hewan perantara penyakit tersebut.

#### **C. Dampak Membuang Sampah bagi Kesehatan Mental**

Pemandangan yang kotor, gersang, dan dipenuhi sampah dapat

meningkatkan stres. Kondisi lingkungan yang nyaman dipandang oleh mata dapat memberikan pengaruh pada penurunan stres. Pemandangan yang dimaksud adalah pemandangan lingkungan yang hijau dengan pepohonan atau lingkungan yang bersih.

Selain itu, lingkungan yang tidak nyaman dipandang dapat menyebabkan buruknya suasana hati. Sedangkan lingkungan yang nyaman dipandang mampu meningkatkan suasana hati (Velarde dan Tveit, 2007). Lingkungan yang kotor dan tidak sehat dapat meningkatkan kelelahan mental (mental fatigue), membuat individu masih merasa lelah meskipun telah beristirahat. Sedangkan sebaliknya lingkungan yang bersih dan sehat dapat menurunkan kelelahan mental setelah seharian beraktivitas (Sullivan dan Chang, 2011).

#### **D. Theory of Planned Behavior (TPB)**

TPB model teori yang menggabungkan sikap sosial individu dan kontrol perilaku yang dirasakan (Turner-Cobb, 2013). Kedua hal tersebut yang memengaruhi sikap dan keinginan individu untuk merubah perilakunya (Ogden, 2007; Turner-Cobb, 2013). Terdapat tiga komponen di dalam model teori TPB (Ogden 2008). Pertama, *attitude towards a behaviour* (sikap terhadap perilaku), yang meliputi evaluasi positif maupun negatif terkait perilaku maupun keyakinan mengenai

dampak perilaku. Kedua, *subjective norm* (norma subjektif), merupakan persepsi norma sosial dan tekanan untuk menampilkan perilaku, serta evaluasi individu mengenai motivasi untuk menghadapi tekanan tersebut. Ketiga, *perceived behavioural control* (ekspektasi terhadap kontrol perilaku), terdiri atas keyakinan individu untuk memunculkan dan mempertahankan perilaku tertentu berdasarkan pertimbangan faktor internal dan eksternal.

## METODE PENELITIAN

Studi ini melibatkan peserta yang merupakan anggota Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK) warga pemukiman di pinggiran Kota Surabaya. PKK ini beranggotakan ibu-ibu yang sebagian besar berprofesi sebagai ibu rumah tangga dengan kisaran usia di antara 30 sampai dengan 45 tahun.

Psikoedukasi dipilih menjadi metode yang digunakan peneliti untuk menyampaikan materi terkait dengan kebersihan lingkungan. Psikoedukasi dilakukan dengan menggabungkan beberapa metode seperti ceramah, diskusi, *audiovisual*, dan demonstrasi.

Sebelum psikoedukasi dilaksanakan, peserta kegiatan diberikan pengukuran dengan menggunakan skala yang bertujuan untuk mengukur sejauh mana pemahaman partisipan terkait dengan materi yang disampaikan oleh peneliti.

## HASIL

Hasil intervensi dijelaskan berdasarkan kategori pada masing-masing level sasaran penelitian, yakni level mikrosistem, mesosistem, dan makrosistem.

### A. Level Mikrosistem

Evaluasi reaksi diberikan kepada partisipan untuk mengetahui tanggapan partisipan terhadap pelatihan secara keseluruhan. Berikut ini merupakan reaksi yang diberikan oleh partisipan pelatihan:



Hasil di atas menunjukkan bahwa dari skala 1-5, peserta merasa puas dengan pelatihan secara keseluruhan dengan memberikan nilai rata-rata di atas 4,50

Evaluasi *level behavior* juga dilakukan peneliti untuk mengetahui perubahan perilaku pada partisipan penyuluhan pada level mikrosistem. Evaluasi ini dilakukan dengan mengunjungi kembali wilayah pemukiman untuk *follow-up* kepada partisipan, warga, serta perangkat desa. Peneliti mendatangi lokasi tanpa pemberitahuan kepada pihak-pihak yang bersangkutan terlebih dahulu. Hal

tersebut dilakukan untuk mengetahui kondisi sebenarnya pada lokasi serta warga setempat. Evaluasi dilakukan dengan mewawancarai partisipan pelatihan, beberapa warga setempat yang dipilih secara acak, serta perangkat desa. Berdasarkan hasil wawancara, secara garis besar didapatkan beberapa temuan, antara lain:

1. Partisipan membagikan pengetahuan yang didapatkan selama penyuluhan dengan warga pemukiman yang lain. Sosialisasi ini dilakukan dengan cara informal yaitu dengan membahasnya ketika bertemu warga lain di berbagai kesempatan, seperti saat pergi ke pasar, bertemu di warung, atau saat sedang melakukan kegiatan bersama.
2. Partisipan menunjukkan perubahan perilaku berupa membuang sampah pada tempat yang disediakan oleh perangkat desa. Sebelum membuang pada tempat yang disediakan tersebut, partisipan terlebih dahulu memilah sampah sesuai pengetahuan yang didapat.
3. Partisipan mulai mempersiapkan berbagai hal untuk membuat bank sampah. Anggota PKK telah mengadakan beberapa kali pertemuan dengan perangkat

desa untuk membicarakan pembuatan bank sampah bagi desa mereka. Pada salah satu pertemuan, anggota PKK mengundang pihak kecamatan untuk perizinan serta keperluan lainnya. Sejauh ini, perangkat desa, anggota PKK, serta warga desa lainnya sedang mempersiapkan tempat yang akan digunakan untuk bank sampah.

## **B. Level Mesosistem**

Observasi dan wawancara juga dilakukan untuk mengetahui proses yang terjadi pada level komunitas. Setelah Ibu PKK menyebarluaskan informasi kepada warga pemukiman yang lain, ketua RT memasang poster-poster yang trainer berikan di sekitar desa sebagai pengingat bagi warga.

## **C. Level Makrosistem**

Ketua RT mengadakan pertemuan dengan kelurahan dan pengurus Dinas Kebersihan dan Ruang Terbuka Hijau (DKRTH) Kota Surabaya mengenai bank sampah dan pengelolaan sampah di desa. Kelurahan dan DKRTH sepakat untuk bekerjasama memberikan bimbingan kepada warga pemukiman.

## **PEMBAHASAN**

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa partisipan penyuluhan mengalami peningkatan pengetahuan. Sebelum

diberikan penyuluhan, sebagian besar partisipan hanya mengetahui dampak sampah secara umum dan banyak diantara partisipan belum mengetahui tentang *bank* sampah. Setelah diberikan penyuluhan, partisipan mengetahui tentang dampak sampah pada kesehatan fisik maupun mental, jenis-jenis penyakit yang dapat ditimbulkan oleh sampah, *bank* sampah serta cara membuatnya.

Selain mengalami peningkatan pada *level knowledge*, partisipan juga mengalami peningkatan pada *level attitude*. Partisipan pada awalnya menganggap bahwa membuang sampah sembarangan tidak merugikan secara pribadi, hanya merusak pemandangan dan mengotori lingkungan. Namun setelah mengikuti pelatihan, partisipan menilai bahwa membuang sampah sembarangan memberikan banyak kerugian, tidak hanya secara umum, namun juga merugikan pribadi masing-masing, terutama pada segi kesehatan. Selain itu, partisipan yang pada awalnya memilih untuk membuang sampah di tempat terdekat pada akhirnya memberikan usaha lebih untuk membuang sampah pada tempat pembuangan sampah sementara sebelum *bank* sampah yang dibangun dapat beroperasi dengan optimal. Partisipan pelatihan juga mengalami peningkatan pada *level skill*. Sebagian besar partisipan telah menerapkan kemampuan untuk memilah sampah, antara sampah organik dengan

nonorganik, serta memisahkan berdasarkan tingkat kelapukannya.

Selain mengalami peningkatan pada *level learning*, partisipan juga mengalami perubahan pada *level behavior*. Peneliti melakukan *follow up* pada partisipan penyuluhan dengan mengunjungi perwakilan warga secara acak tanpa pemberitahuan akan kedatangan peneliti terlebih dahulu. Peneliti melakukan wawancara dan observasi pada beberapa perwakilan warga yang menjadi partisipan pada penyuluhan. Hasil wawancara dan observasi menunjukkan bahwa partisipan mulai membuang sampah pada tempat pembuangan sementara yang disediakan oleh perangkat desa, dan mengurangi perilaku membuang sampah sembarangan. Partisipan juga dapat menerapkan pengetahuan yang didapatkan saat penyuluhan tentang cara membuat *bank* sampah, dimulai dengan mempersiapkan hal-hal yang diperlukan.

## KESIMPULAN

Secara umum partisipan mengalami peningkatan pengetahuan, sikap, kemampuan, serta perilaku. Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan yang diberikan kepada partisipan telah memberikan manfaat kepada partisipan serta dapat menjadi bekal pada warga pemukiman pinggir kota untuk membiasakan perilaku yang lebih sehat demi hidup yang lebih sehat.

Hasil dari penyuluhan menunjukkan bahwa warga mulai menampilkan upaya dalam berperilaku sehat dengan mulai membuang sampah pada tempatnya. Hal ini disebabkan oleh adanya peningkatan pada motivasi dari warga dalam melakukan perilaku sehat untuk menghindari dampak negatif dari perilaku membuang sampah sembarangan.

## **SARAN**

Anggota PKK yang mengikuti penyuluhan diharapkan untuk tetap aktif mengingatkan warga setempat jika mendapati warga yang hendak membuang sampah sembarangan menggunakan pengetahuan yang telah dibagikan sebelumnya kepada warga. Selain itu, partisipan juga diharapkan untuk tetap melanjutkan pembuatan *bank* sampah serta mengajak seluruh warga untuk memanfaatkannya dengan baik.

Perangkat desa disarankan untuk menempatkan poster-poster yang telah peneliti berikan pada tempat-tempat yang strategis di desa. Poster-poster tersebut berfungsi sebagai pengingat bagi warga mengenai dampak membuang sampah sembarangan jika pada suatu waktu hendak mengulangi perilaku membuang sampah sembarangan. Perangkat desa juga disarankan untuk turut aktif dalam mengawasi perilaku membuang sampah warga setempat serta mengawasi kegiatan pembentukan *bank* sampah desa.

Perangkat desa disarankan untuk membuat peraturan yang jelas dan terstruktur mengenai perilaku menjaga kebersihan lingkungan bagi masyarakat, termasuk di dalamnya konsekuensi bagi warga jika tidak mematuhi aturan. Perangkat desa diharapkan dapat membuat kelompok khusus untuk menangani masalah perilaku warga dalam membuang sampah. Kelompok tersebut dapat menyebarluaskan informasi, menyosialisasikan peraturan dan tata cara membuang sampah yang benar, serta membantu mengontrol kondisi di sekitar desa.

Dinas kebersihan terkait diharapkan untuk turut membimbing dan mengawasi warga pemukiman pinggir kota secara berkala untuk memastikan bahwa warga telah memanfaatkan *bank* sampah dan mengelola sampah dengan baik.

## **DAFTAR PUSTAKA**

1. Australian Government Department of Health (2010). Rubbish and disease.
2. Bloom, D. E., Canning, D., & Fink, G. (2008). Urbanization and the Wealth of Nations. *Science*, 319(5864), 772–775. doi:10.1126/science.1153057.
3. Centers for Disease Control and Prevention CDC (2016). Water, Sanitation & Environmentally-related Hygiene . *Hygiene in Lower Income Countries*.

4. City, B. L. (2010). Bull world health organ. SciELO Public Health, 88:245–246. doi:10.2471/BLT.10.010410.
5. Harpham, T. (2009). Urban health in developing countries: What do we know and where do we go? Health & Place, 15(1), 107–116. doi:10.1016/j.healthplace.2008.03.004.
6. Higuera, V. & Pietrangelo, A. Healthline (2016). How Are Diseases Transmitted?
7. PS, Tim Penulis. (2010). Penanganan dan pengolahan sampah. Penebar Swadaya Grup.
8. Stephens, C. (2008). Health Promotion: A Psychosocial Approach. Mc Graw Hill.
9. Sullivan, W. C., & Chang, C. Y. (2011). Mental health and the built environment. In Making healthy places (pp. 106-116). Island Press, Washington, DC.
10. Velarde, M. D., Fry, G., & Tveit, M. (2007). Health effects of viewing landscapes – Landscape types in environmental psychology. Urban Forestry & Urban Greening, 6(4), 199–212. doi:10.1016/j.ufug.2007.07.001
11. World Health Organization (2015). Waste and Human Health: Evidence and Needs. Denmark: World Health Organization Regional Office for Europe.