

## UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN RUMAH SEHAT SEDERHANA YANG LAYAK HUNI DI KELOMPOK USAHA BERSAMA AGRIBISNIS (KUBA) PALAMPANG TARUNG DI PALANGKA RAYA

Wita Kristiana <sup>1)</sup>

### ABSTRAK

*Rumah sederhana adalah rumah yang layak dihuni dan bisa diperoleh dengan harga terjangkau pada umumnya. Rumah sederhana setidaknya memiliki syarat minimal rumah sehat. Syarat minimal rumah sehat adalah Kesehatan, Kenyamanan dan keamanan.*

*Rumah yang sehat dan nyaman dipengaruhi tiga aspek yaitu aspek pencahayaan, aspek penghawaan dan aspek kelembaban didalam rumah itu, kurangnya salah satu aspek tersebut maka rumah menjadi tidak sehat dan tidak nyaman untuk dihuni.*

*Tujuan dari kegiatan ini adalah mengetahui sejauh mana peningkatan pengetahuan masyarakat di kelompok usaha bersama Agribisnis (KUBA) Palampang Tarung di Palangka Raya mengenai rumah sehat sederhana. Sehingga masyarakat setempat memahami dan mengerti betapa penting memiliki rumah sehat sederhana untuk kehidupannya. Sehingga dapat membantu dalam memberikan kenyamanan, keamanan dan kesehatannya. Dan mempengaruhi taraf penghasilan sehari-hari yg hanya berjualan berbagai macam tanaman hias.*

**Kata kunci :** *Rumah sederhana , Rumah Sehat , Rumah Sehat Sederhana*

### Latar Belakang

Rumah adalah suatu yang didambakan setiap keluarga dengan memiliki rumah berarti kita mempunyai alamat. Kealamat itulah kita pulang setelah bepergian, kealamat itulah orang mencari kita. Punya rumah sendiri merupakan kebanggaan yang tiada taranya apalagi kalau rumah itu punya nilai yang tinggi. Bagi masyarakat yang sebagian tinggal didesa rumah dibangun dengan sederhana tapi memiliki kenyamanan , keamanan dan sehat sedang rumah rakyat miskin yang tinggal dikota dibangun ditempat yang kumuh dimana unsur kenyamanan hampir terabaikan.

Rumah sederhana adalah rumah yang layak dihuni dan bisa diperoleh dengan harga terjangkau pada umumnya. Ini artinya adalah rumah yang dibangun dengan menggunakan bahan bangunan dan konstruksi sederhana, tetapi masih memenuhi standar kebutuhan minimal dari aspek kesehatan, keamanan, dan kenyamanan dengan mempertimbangkan dan memanfaatkan potensi lokal, meliputi potensi fisik seperti bangunan, geologis, dan iklim setempat, serta potensi sosial budaya seperti arsitektur lokal dan cara hidup. Sederhana apa pun, rumah mestilah memungkinkan penghuninya untuk bisa hidup sehat dan menjalankan kegiatan sehari-hari secara layak. Aktivitas dasar sehari-hari manusia di dalam rumah antara lain adalah tidur, makan, kerja, duduk, mandi, kakus, cuci, dan memasak serta gerak lainnya.

Rumah sederhana setidaknya memiliki syarat minimal rumah sehat. Syarat minimal rumah sehat adalah Kesehatan, Kenyamanan dan keamanan.

Rumah yang sehat dan nyaman dipengaruhi tiga aspek yaitu aspek pencahayaan, aspek penghawaan dan aspek kelembaban didalam rumah itu, kurangnya salah satu aspek tersebut maka rumah menjadi tidak sehat dan tidak nyaman untuk dihuni.

---

<sup>1)</sup> Dosen Tetap Jurusan Teknik Sipil Universitas Palangka Raya.

Aspek pencahayaan artinya setiap ruang didalam rumah tersebut pada siang hari mendapatkan pencahayaan dari cahaya alam yaitu sinar matahari bukan dari sinar buatan seperti lampu, sinar matahari yang masuk menembus ruangan secara langsung dapat membunuh bibit penyakit menghantarkan hawa hangat yang menyehatkan ruangan maka itu diharapkan setiap ruangan rumah pada siang hari terbuka untuk masuknya sinar matahari. Pencahayaan berkaitan dengan seberapa banyak sebuah ruangan terkena sinar matahari langsung. Sebuah ruangan sekurang-kurangnya harus terkena sinar matahari langsung selama satu jam melalui lubang cahaya yang minimum berukuran sepersepuluh dari luas lantai ruangan. Kualitas pencahayaan juga dipengaruhi oleh tata letak perabotan rumah tangga seperti lemari, meja tulis, atau meja makan serta dipengaruhi bidang pembatas ruangan seperti partisi atau tirai masif.

Aspek Penghawaan artinya didalam ruangan ada udara yang bersih, segar dan sehat untuk dihirup kedalam paru-paru. Agar diperoleh kesegaran dengan penghawaan yang alami diperlukan lubang angin yang sebanding dengan luas rumah yaitu Luas lubang angin kurang lebih 5 persen dari luas lantai, Usahakan udara yang keluar sama dengan udara yang masuk, Udara yang masuk tidak berasal dari WC atau dapur. Udara sangat menentukan tingkat kenyamanan sebuah rumah. Rumah dengan sirkulasi udara yang baik memungkinkan penghuninya hidup sehat dan nyaman.

Aspek Kelembaban artinya udara didalam rumah tidak terlalu lembab, rumah dinyatakan sehat apabila suhu udara didalam dirumah itu sama dengan suhu tubuh manusia normal apabila kurang atau lebih maka mengakibatkan penyakit. Rumah dinyatakan sehat dan nyaman apabila memiliki suhu udara dan kelembaban udara ruangan yang sesuai dengan suhu tubuh manusia normal. Suhu udara dan kelembaban ruangan ini juga sangat dipengaruhi oleh penghawaan dan pencahayaan. Penghawaan yang kurang atau tidak lancar akan menjadikan ruangan terasa pengap atau sumpek dan akan menimbulkan kelembaban tinggi di dalam ruangan.

Maka, yang perlu diperhatikan agar suhu dan kelembaban ruangan normal adalah mengatur keseimbangan volume udara yang masuk dan yang keluar, mengatur pencahayaan sedemikian sehingga cukup pada ruangan dengan perabotan tidak bergerak, menghindari perabotan yang menutupi sebagian besar luas lantai ruangan.

Apabila unsur yang sederhana dari sebuah rumah yang disebutkan diatas terpenuhi maka rumah tersebut dapat digolongkan rumah sederhana yang sehat yang tentunya nyaman untuk ditinggali.

### **Pemahaman mengenai Rumah Sehat Sederhana**

Rumah adalah bangunan yang berfungsi sebagai tempat tinggal atau hunian dan sarana pembinaan keluarga.

Kesehatan adalah keadaan sejahtera badan, jiwa dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial ekonomi

Rumah sehat adalah rumah sebagai tempat tinggal yang memenuhi ketetapan atau ketentuan teknis kesehatan yang wajib dipenuhi dalam rangka melindungi penghuni rumah dari bahaya atau gangguan kesehatan, sehingga memungkinkan penghuni memperoleh derajat kesehatan yang optimal

Rumah sederhana adalah tempat kediaman yang layak dihuni dan harganya terjangkau oleh masyarakat berpenghasilan rendah dan sedang.

Rumah sederhana sehat adalah tempat kediaman yang layak dihuni dan harganya terjangkau oleh masyarakat berpenghasilan rendah dan sedang, berupa bangunan yang luas lantai dan luas kavelingnya memadai dengan jumlah penghuni serta memenuhi persyaratan kesehatan rumah tinggal.

### **Kebutuhan Kesehatan dan Kenyamanan**

Kebutuhan ruang per orang dihitung berdasarkan aktivitas dasar manusia di dalam rumah. Aktivitas seseorang tersebut meliputi aktivitas tidur, makan, kerja, duduk, mandi, kakus, cuci dan masak serta ruang. Rumah sederhana sehat memungkinkan penghuni untuk dapat hidup sehat, dan menjalankan kegiatan hidup sehari-hari secara layak.

- kebutuhan luas per jiwa
- kebutuhan luas per Kepala Keluarga (KK)
- kebutuhan luas bangunan per kepala Keluarga (KK)
- kebutuhan luas lahan per unit bangunan

Rumah sebagai tempat tinggal yang memenuhi syarat kesehatan dan kenyamanan dipengaruhi oleh 3 (tiga) aspek, yaitu pencahayaan, penghawaan, serta suhu udara dan kelembaban dalam ruangan. Aspek-aspek tersebut merupakan dasar atau kaidah perencanaan rumah sehat dan nyaman.

#### a) Pencahayaan

Matahari sebagai potensi terbesar yang dapat digunakan sebagai pencahayaan alami pada siang hari. Pencahayaan yang dimaksud adalah penggunaan terang langit, dengan ketentuan sebagai berikut:

- cuaca dalam keadaan cerah dan tidak berawan, ruangan kegiatan mendapatkan
- cukup banyak cahaya
- ruang kegiatan mendapatkan distribusi cahaya secara merata.

Kualitas pencahayaan alami siang hari yang masuk ke dalam ruangan ditentukan oleh:

- kegiatan yang membutuhkan daya penglihatan (mata),
- lamanya waktu kegiatan yang membutuhkan daya penglihatan (mata),
- tingkat atau gradasi kekasaran dan kehalusan jenis pekerjaan,
- lubang cahaya minimum sepersepuluh dari luas lantai ruangan,
- sinar matahari langsung dapat masuk ke ruangan minimum 1 (satu) jam setiap hari.
- cahaya efektif dapat diperoleh dari jam 08.00 sampai dengan jam 16.00.

#### b) Penghawaan

Udara merupakan kebutuhan pokok manusia untuk bernafas sepanjang hidupnya. Udara akan sangat berpengaruh dalam menentukan kenyamanan pada bangunan rumah. Kenyamanan akan memberikan kesegaran terhadap penghuni dan terciptanya rumah yang sehat, apabila terjadi pengaliran atau pergantian udara secara kontinyu melalui ruangan-ruangan, serta lubang-lubang pada bidang pembatas dinding atau partisi sebagai ventilasi. alami, maka dapat dilakukan dengan memberikan atau mengadakan peranginan silang (ventilasi silang) dengan ketentuan sebagai berikut:

- Lubang penghawaan minimal 5% (lima persen) dari luas lantai ruangan.
- Udara yang mengalir masuk sama dengan volume udara yang mengalir keluar ruangan.
- Udara yang masuk tidak berasal dari asap dapur atau bau kamar mandi/WC.

#### c) Suhu udara dan kelembaban

Rumah dinyatakan sehat dan nyaman, apabila suhu udara dan kelembaban udara ruangan sesuai dengan suhu tubuh manusia normal. Suhu udara dan kelembaban ruangan sangat dipengaruhi oleh penghawaan dan pencahayaan. Penghawaan yang kurang atau tidak lancar akan menjadikan ruangan terasa pengap atau sumpek dan akan menimbulkan kelembaban tinggi dalam ruangan.

Untuk mengatur suhu udara dan kelembaban normal untuk ruangan dan penghuni dalam melakukan kegiatannya, perlu memperhatikan:

- keseimbangan penghawaan antara volume udara yang masuk dan keluar.
- pencahayaan yang cukup pada ruangan dengan perabotan tidak bergerak.
- menghindari perabotan yang menutupi sebagian besar luas lantai ruangan.

#### Kebutuhan Minimal Keamanan dan Keselamatan

Pada dasarnya bagian-bagian struktur pokok untuk bangunan rumah tinggal sederhana adalah: pondasi, dinding (dan kerangka bangunan), atap serta lantai. Sedangkan bagian-bagian lain seperti langit-langit, talang dan sebagainya merupakan estetika struktur bangunan saja.

**a. Pondasi**

Secara umum sistem pondasi yang memikul beban kurang dari dua ton (beban kecil), yang biasa digunakan untuk rumah sederhana dapat dikelompokkan kedalam tiga sistem pondasi, yaitu: pondasi langsung; pondasi setempat; dan pondasi tidak langsung. Sistem pondasi yang digunakan pada Rumah Inti Tumbuh dan pengembangannya dalam hal ini Rumah Sederhana Sehat ini adalah sistem pondasi setempat dari bahan pasangan batu kali atau pasangan beton tanpa tulangan dan sistem pondasi tidak langsung dari bahan kayu ulin atau galam.

**b. Dinding**

Bahan dinding yang digunakan untuk Rumah Inti Tumbuh dan pertumbuhannya adalah conblock, papan, setengah conblock dan setengah papan atau bahan lain seperti bambu tergantung pada potensi bahan yang dominan pada daerah dimana rumah ini akan dibangun. Ukuran conblock yang digunakan harus memenuhi SNI PKKI NI-05 Untuk dinding papan harus dipasang pada kerangka yang kokoh, untuk kerangka dinding digunakan kayu berukuran 5/7 dengan jarak maksimum 100 cm. Kayu yang digunakan baik untuk papan dan balok adalah kayu kelas kuat dan awet II. Apabila untuk kerangka digunakan kayu balok berukuran 5/10 atau yang banyak beredar dipasaran dengan ukuran sepadan. Jarak tiang rangkanya kurang lebih 150 cm. Papan yang digunakan dengan ketebalan minimal 2 cm setelah diserut dan sambungan dibuat alur lidah atau sambungan lainnya yang menjamin kerapatan. Ring-balok dan kolom dari kayu balok berukuran 5/10 atau yang banyak beredar dipasaran dengan ukuran sepadan. Hubungan antara kolom dengan ringbalok dilengkapi dengan sekur-sekur dari kayu 5/10 atau yang banyak beredar dipasaran dengan ukuran sepadan. Panjang sekur maksimum 50 cm.

**c. Kerangka bangunan**

Rangka dinding untuk rumah tembok dibuat dari struktur beton bertulang. Untuk rumah setengah tembok menggunakan setengah rangka dari beton bertulang dan setengah dari rangka kayu. Untuk rumah kayu tidak panggung rangka dinding menggunakan kayu. Untuk sloof disarankan menggunakan beton bertulang. Sedangkan rumah kayu panggung seluruhnya menggunakan kayu, baik untuk rangka bangunan maupun untuk dinding dan pondasinya.

**d. Kuda-kuda**

Rumah sederhana sehat ini menggunakan atap pelana dengan kudakuda kerangka kayu dengan kelas kuat dan awet II berukuran 5/10 atau yang banyak beredar dipasaran dengan ukuran sepadan. Disamping sistem sambungan kuda-kuda tradisional yang selama ini sudah digunakan dan dikembangkan oleh masyarakat setempat. Dalam rangka mempercepat pelaksanaan pemasangan kerangka kuda-kuda disarankan menggunakan sistem kuda-kuda papan paku, yaitu pada setiap titik simpul menggunakan klam dari papan 2/10 dari kayu dengan kelas yang sama dengan rangka kuda-kudanya. Khusus untuk rumah tembok dengan konstruksi pasangan, dapat menggunakan kuda-kuda dengan memanfaatkan ampig tembok yang disekelilingnya dilengkapi dengan ring-balok konstruksi beton bertulang. Kemiringan sudut atap harus mengikuti ketentuan sudut berdasarkan jenis penutup atap yang digunakan, sesuai dengan spesifikasi yang dikeluarkan oleh pabrik atau minimal 200 untuk pertimbangan kenyamanan ruang didalamnya.

**Cara Penelitian**

Untuk mencapai tujuan dan sasaran studi, maka diperlukan pendekatan meliputi : memberikan pemahaman dan pengetahuan rumah sehat sederhana yang layak huni di kelompok usaha bersama Agribisnis (KUBA) Palampang Tarung di Palangka Raya adalah mengenai rumah sehat sederhana yang layak huni di kelompok usaha bersama Agribisnis (KUBA) Palampang Tarung di Palangka Raya. Dengan melakukan sosialisasi tentang rumah sehat sederhana terhadap 30 KK di kelompok usaha bersama Agribisnis (KUBA). Yang biasanya dilakukan pada saat kelompok usaha bersama Agribisnis (KUBA) melakukan kegiatan kumpul bersama.

## Pembahasan

Rumah Sederhana Sehat yaitu rumah yang dibangun dengan menggunakan bahan bangunan dan konstruksi sederhana akan tetapi masih memenuhi standar kebutuhan minimal dari aspek kesehatan, keamanan, dan kenyamanan, dengan mempertimbangkan dan memanfaatkan potensi lokal meliputi potensi fisik seperti bahan bangunan, geologis, dan iklim setempat serta potensi sosial budaya seperti arsitektur lokal, dan cara hidup masyarakat yang berpenghasilan rendah. Dalam pelaksanaannya pemenuhan penyediaan Rumah Sederhana Sehat masih menghadapi kendala, berupa rendahnya tingkat kemampuan masyarakat, mengingat harga Rumah Sederhana Sehat masih belum memenuhi keterjangkauan secara menyeluruh.

Untuk itu perlu disediakan disain rumah antara yang pertumbuhannya diarahkan menjadi Rumah Sederhana Sehat. Rumah antara yang dimaksud adalah Rumah Inti Tumbuh, yaitu rumah yang hanya memenuhi standar kebutuhan minimal rumah, dengan kriteria sebagai berikut:

- Rumah Inti Tumbuh memiliki ruang paling sederhana yaitu sebuah ruang tertutup dan sebuah ruang terbuka beratap dan fasilitas MCK.
- Rumah Inti Tumbuh memiliki bentuk atap dengan mengantisipasi adanya perubahan yang bakal dilakukan yaitu dengan memberi atap pada ruang terbuka yang berfungsi sebagai ruang serba guna.
- Bentuk generik atap pada Rumah Inti Tumbuh selain pelana, dapat berbentuk lain (limasan, kerucut, dll) sesuai dengan tuntutan daerah bila itu ada.
- Penghawaan dan pencahayaan alami pada Rumah Inti Tumbuh menggunakan bukaan yang memungkinkan sirkulasi silang udara dan masuknya sinar matahari.

Dalam proses pengembangan Rumah Inti Tumbuh menjadi Rumah Sederhana Sehat memberi peluang peran calon penghuni/penghuni dalam mengekspresikan kebutuhan pengungkapan jati diri. Sehingga akan mengurangi peluang terhadap pembongkaran bagian-bagian bangunan secara besar-besaran.

Kendala keterjangkauan masyarakat terhadap Rumah Sederhana Sehat, telah diupayakan menyasati kondisi tersebut melalui satu rancangan rumah antara yaitu RIT sebagai rumah cikal bakal I Rumah Sederhana Sehat. Rancangan Rumah Inti Tumbuh memenuhi tuntutan kebutuhan paling mendasar dari penghuni untuk mengembangkan rumahnya, dalam upaya peningkatan kualitas kenyamanan, dan kesehatan penghuni dalam melakukan kegiatan hidup sehari-hari, dengan ruang-ruang yang perlu disediakan sekurang-kurangnya terdiri dari :

- 1 ruang tidur yang memenuhi persyaratan keamanan dengan bagianbagiannya tertutup oleh dinding dan atap serta memiliki pencahayaan yang cukup berdasarkan perhitungan serta ventilasi cukup dan terlindung dari cuaca. Bagian ini merupakan ruang yang utuh sesuai dengan fungsi utamanya.
- 1 ruang serbaguna merupakan ruang kelengkapan rumah dimana didalamnya dilakukan interaksi antara keluarga dan dapat melakukan aktivitas-aktivitas lainnya. Ruang ini terbentuk dari kolom, lantai dan atap, tanpa dinding sehingga merupakan ruang terbuka namun masih memenuhi persyaratan minimal untuk menjalankan fungsi awal dalam sebuah rumah sebelum dikembangkan.
- 1 kamar mandi/kakus/cuci merupakan bagian dari ruang servis yang sangat menentukan apakah rumah tersebut dapat berfungsi atau tidak, khususnya untuk kegiatan mandi cuci dan kakus.

Ketiga ruang tersebut diatas merupakan ruang-ruang minimal yang harus dipenuhi sebagai standar minimal dalam pemenuhan kebutuhan dasar, selain itu sebagai cikal bakal rumah sederhana sehat. Konsepsi cikal bakal dalam hal ini diwujudkan sebagai suatu Rumah Inti yang dapat tumbuh menjadi rumah sempurna yang memenuhi standar kenyamanan, keamanan, serta kesehatan penghuni, sehingga menjadi rumah sederhana sehat.

**Kesimpulan**

Pentingnya pemahaman peningkatan pengetahuan rumah sehat sederhana yang layak huni di kelompok usaha bersama Agribisnis (KUBA) Palampang Tarung di Palangka Raya adalah mengenai rumah sehat sederhana yang layak huni di kelompok usaha bersama Agribisnis (KUBA) Palampang Tarung di Palangka Raya.

Sehingga masyarakat setempat dilingkungan kelompok usaha bersama Agribisnis (KUBA) Palampang Tarung memahami dan mengerti bahwa rumah sehat sederhana yg layak huni yg setidaknya memiliki syarat minimal rumah sehat adalah Kesehatan, Kenyamanan dan keamanan. Sehingga akan mempengaruhi dalam taraf penghasilan yang hanya berpatokan pada hasil berjualan berbagai macam tanaman hias.

**DAFTAR PUSTAKA**

Kep. Men. Neg. Perumahan rakyat No. 06/ KPTS/1994 tentang Pedoman Pembangunan Perumahan Bertumpu Pada kelompok.

Kep. Men. Neg. Perumahan rakyat No. 06/ KPTS/1994 tentang Kebijakan dan Strategi

Prof. Hassan Poerbo. 1999. *Lingkungan Binaan Untuk Rakyat*. PT Akatiga. Bandung

Prof. Eko Budihardjo. 1999. *Kota Berkelanjutan* Penerbit Alumni Bandung

Emil Salim. 1979. *Lingkungan Hidup dan Pembangunan*. Jakarta: Mutiara.

Ir. Siswono Yudohusodo dan Rekan. 1991. *Rumah untuk Seluruh Rakyat*. Jakarta: Bharakerta.

Masalah Permukiman di Indonesia. Dep. PU Cipta Karya. Jakarta