

GAYA HIDUP BERKELANJUTAN WARGA PENJARINGANSARI RUNGKUT, SURABAYA

Hana Norhamida¹, Dwi Sambada, Tri Dyah Prastiti

Universitas Terbuka

Abstrak

Kata Kunci:

Gaya hidup berkelanjutan, teknik *ecoprint*, *frugal living*.

Isu perubahan iklim telah terjadi sejak awal tahun 2000an, dan dampaknya telah dirasakan oleh seluruh masyarakat di semua negara, termasuk di Indonesia. Kondisi ini memerlukan proses adaptasi gaya hidup masyarakat. Demi mengurangi laju dampak perubahan iklim, masyarakat perlu belajar gaya hidup yang berkelanjutan. Masyarakat perlu diedukasi agar mencapai kesehatan fisik dan mental yang baik, memanfaatkan energi baik yang ramah lingkungan, dan bijak mengonsumsi dan menghasilkan sesuatu dengan tetap memperhatikan keseimbangan alam. Edukasi tersebut salah satunya terwujud pada kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) di sekitar Kantor Universitas Terbuka (UT) Surabaya berada, sebagai Mitra PkM. Mitra PkM adalah Ibu-ibu Warga RW XI, Kelurahan Penjaringansari, Kecamatan Rungkut, Surabaya. Selain karena faktor jarak yang dekat dengan Kantor UT Surabaya, terdapat alasan lain yaitu kebutuhan mitra untuk semakin berdaya secara ekonomi dan peduli lingkungan, demi menjaga kelangsungan kehidupan yang harmoni antarsesama dan alam (*sustainability*). Selama ini mitra yang dalam hal ini adalah para ibu rumah tangga yang tergabung dalam kelompok PKK (Pembinaan Kesejahteraan Keluarga), yang tinggal di daerah urban, dekat dengan sumber polusi, perlu perubahan gaya hidup yang berkelanjutan, demi lestariinya bumi dan kesejahteraan hidup manusia. Gaya hidup berkelanjutan dalam kegiatan PkM ini adalah pemanfaatan teknik *ecoprint* dan praktik *frugal living*. Kedua kompetensi tersebut perlu dimiliki oleh mitra karena sesuai dengan kebutuhan masyarakat urban yang mulai menyadari pentingnya menjaga kelestarian alam dan kesejahteraan, dalam hal ini adalah bijak mengelola keuangan. Teknik *ecoprint* merupakan teknik pewarnaan kain yang ramah lingkungan, sedangkan praktik *frugal living* adalah gaya hidup yang tepat diterapkan saat ini di tengah tekanan finansial karena pendapatan yang relatif tetap bahkan menurun, sementara tingkat harga cenderung naik (inflasi). Berdasarkan isu dan fenomena di atas maka tim PkM mempunyai alasan yang memadai untuk memberikan *Workshop Ecoprint* dan *Frugal Living*. Metode pelaksanaan kegiatan adalah dengan *workshop*. Warga diberikan edukasi pentingnya gaya hidup *frugal living* dan praktik pewarnaan kain alami *ecoprint*. Konsep kemandirian finansial, pola konsumsi yang bijak ditekankan dalam mengatur keuangan. Selanjutnya, warga diajak praktik *ecoprint* di atas selembar kain ukuran 120x60 cm yang bisa digunakan untuk hijab maupun *vest*, dan kain ukuran 115x200 cm untuk bahan baju. Setelah proses mordan (fiksasi) yaitu mengikat warna pada serat kain, daun dan bunga diletakkan pada kain, kemudian digulung dan diikat dengan lakban dengan erat. Selanjutnya kain tersebut dikukus selama kurang lebih 3 (tiga) jam untuk memindahkan warna daun dan bunga ke kain. Setelah dikukus, bisa dilihat hasilnya namun menunggu pendinginan

kurang lebih 1 (satu) jam. Dengan melihat hasil karya mereka, warga menyadari bahwa masing-masing pribadi memiliki potensi berkembang. Pilihan menjadi ibu rumah tangga tidak menghalangi untuk tetap tumbuh dan berkreasi dengan bahan yang ada di alam sekitar. Dengan *ecoprint* dan *frugal living*, warga menyadari pula untuk selalu hati-hati dalam menggunakan sumber daya (*resources*), dan menghindari sampah, demi keseimbangan alam semesta.

A. PENDAHULUAN

Isu perubahan iklim telah terjadi sejak awal tahun 2000an, dan dampaknya telah dirasakan oleh seluruh masyarakat di semua negara, termasuk di Indonesia. Pemanasan global (*global warming*) telah menjadi fenomena nyata, tiap tahun suhu bumi naik 1°celcius. Bahkan sebagian ahli menyebut pemanasan global ini tidak lagi *global warming*, tetapi *global boiling* atau pendidihan global, karena laju kenaikan suhu bumi lebih tinggi dari yang diperkirakan sebelumnya. Dampak perubahan iklim yang lain yang nyata dirasakan oleh segenap umat manusia adalah seringnya terjadi bencana alam seperti banjir, tanah longsor, kekeringan, gagal panen, dan beberapa bencana alam lainnya.

Kondisi alam yang telah berubah dibandingkan tiga sampai empat dekade yang lalu memerlukan proses adaptasi gaya hidup masyarakat, meskipun diketahui pula bahwa kerusakan alam yang terjadi saat ini juga sebagian besar akibat ulah manusia itu sendiri. Ulah manusia yang terlalu mengeksplorasi alam dengan berlebihan, tanpa memperhatikan keseimbangan ekosistem.

Demi mengurangi laju dampak perubahan iklim, masyarakat perlu belajar gaya hidup yang berkelanjutan, agar bumi ini merupakan tempat yang ramah tidak hanya untuk generasi sekarang, tetapi juga masa yang akan datang. Seiring dengan 17 (tujuh belas) poin dalam *Sustainability Development Goals* (SDGs), yang antara lain adalah *Good Health and Well Being, Clean Energy, Responsible Consumption and Production*.

Masyarakat perlu diedukasi pada isu-isu tersebut agar mencapai kesehatan fisik dan mental yang baik, memanfaatkan energi baik yang ramah lingkungan, dan bijak mengonsumsi dan menghasilkan sesuatu dengan tetap memperhatikan keseimbangan alam. Edukasi tersebut salah satunya terwujud pada kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) di sekitar Kantor UT Surabaya berada, sebagai Mitra PkM.

Mitra PkM pada tahun 2025 ini adalah Warga RW XI, Kelurahan Penjaringansari, Kecamatan Rungkut, Surabaya yang berjarak 2 km dari Kantor UT Surabaya (Jl. Ir. Soekarno Hatta, Surabaya). Selain karena faktor jarak yang dekat dengan Kantor UT Surabaya, terdapat alasan lain yaitu

kebutuhan mitra untuk semakin berdaya secara ekonomi dan peduli lingkungan, demi menjaga kelangsungan kehidupan yang harmoni antarsesama dan alam (*sustainability*). Selama ini mitra yang dalam hal ini adalah para ibu

Berdasarkan isu dan fenomena di atas maka tim PkM mempunyai alasan yang memadai untuk memberikan pelatihan yang menunjang gaya hidup berkelanjutan. Pada tahun 2025 ini dipilih pelatihan *Frugal Living* dan *Ecoprint*.

Frugal living bisa mengubah gaya hidup seseorang menjadi efisien secara ekonomi, bijak mengonsumsi barang maupun jasa, sehingga tidak banyak menimbulkan barang tak berguna, sampah sehingga mendukung keberlanjutan. *Frugal living* tidak hanya tentang menghemat uang, tapi juga meningkatkan kesadaran literasi keuangan, mendukung keberlanjutan lingkungan melalui mengonsumsi sesuatu dengan bijak, dan membentuk *mindset* jangka panjang mengenai kesejahteraan finansial (Sinnwee dan Nicholson, 2023). Konsep *frugal living* bukan hal baru, namun merebak kembali akhir-akhir ini yang dipicu oleh isu lingkungan dan kondisi perekonomian yang sedang lesu. Lastovicka et al., (1999) menyatakan bahwa konsep *frugal living* telah ada di kehidupan sehari-hari masyarakat Amerika sejak tahun 1700-an. Konsep ini mengemuka terutama ketika pertumbuhan sedang melambat, depresi ataupun resesi.

Teknik *ecoprint* dipilih karena keterampilan pewarnaan kain ini bisa dikuasai oleh setiap orang dengan bahan yang ada di sekitar tempat tinggal dan biaya yang tidak terlalu mahal, namun hasilnya memiliki keunikan tersendiri. Motif setiap kain tidak akan sama karena produk kain merupakan *handmade*. Setiap individu bisa berkreasi sesuai cita rasa seni masing-masing, dalam memberi warna, memilih dan menata daun/bunga di atas kain.

B. Metode Pelaksanaan

Kegiatan PkM ini dilaksanakan melalui 2 (dua) kali workshop. Workshop pertama dilaksanakan pada 8 Juli 2025, dan kedua pada 3 Oktober 2025. Kegiatan berlangsung di Balai RW XI, Kelurahan Penjaringansari, Rungkut, Surabaya, yang merupakan daerah tempat tinggal para mitra PkM.

Peserta adalah kelompok ibu-ibu warga RW tersebut, yang tergabung dalam kelompok Pembinaan Kesejahteraan Keluarga (PKK). Tidak semua anggota PKK dipilih menjadi peserta *workshop*, ada kriteria yang ditentukan, yaitu tidak bekerja dan berusia produktif, kurang dari 60 (enampuluh)

tahun. Alasan ketersediaan waktu bagi warga yang tidak bekerja menjadi dasar pemilihan peserta dan demi memotivasi penggalian potensi diri. Peserta dengan usia produktif juga menjadi alasan karena kegiatan ini membutuhkan kekuatan fisik yang prima, serta harapan manfaatnya bagi peserta jika dibandingkan mereka yang lanjut usia.

Workshop pertama adalah penyampaian materi *frugal living* dan dilanjutkan dengan teknik *ecoprint*. Kegiatan berlangsung dari pukul 08.30-16.00. Praktik *ecoprint* membutuhkan waktu yang lebih lama yaitu sekitar 5 (lima) jam.

Teknik *ecoprint* yang digunakan adalah teknik *steaming* atau pengukusan. Adapun tahapannya meliputi persiapan kain (*scouring* dan *mordanting*), penataan daun di atas kain, pengukusan (*steaming*) gulungan kain, pendinginan, dan pembukaan kain (Bahankain, 2020). Proses pengeringan kain dilanjutkan oleh setiap peserta di rumah masing-masing dengan cara diangin-anginkan selama 7 (tujuh) hari dan diakhiri dengan pencucian kain tanpa sabun. Pada *workshop* pertama, teknik *ecoprint* diaplikasikan pada selembar kain ukuran 60x120 cm yang bisa digunakan untuk pasmina atau *vest*. *Workshop ecoprint* kedua, untuk tingkat lanjut, diaplikasikan pada kain ukuran 115x200 cm, yang bisa digunakan untuk baju atasan/bawahan.

Setelah selesai *workshop* peserta merasa puas dengan ilmu yang diperoleh. Dengan *frugal living*, peserta menyadari ada banyak yang bisa dihemat dari sumber daya yang dimiliki, yang bisa dimanfaatkan untuk kegiatan lain yang lebih produktif. Selanjutnya peserta juga merasa puas atas hasil nyata dari *workshop ecoprint*. Peserta menyadari bahwa kain dengan motif alami dan unik, tidak harus membeli namun bisa dihasilkan sendiri. Hal ini membawa dampak pada meningkatnya *value* diri peserta. Selanjutnya, pengurus RW mitra berencana untuk membuat pelatihan serupa kepada seluruh warga.

C. Hasil dan Pembahasan

Hasil dari kegiatan Pk Mini adalah sebagai berikut. abdimas diuraikan secara lengkap setiap kegiatan (waktu pelaksanaan, metode, lokasi, materi yang diberikan, jumlah peserta, dan dampak bagi peserta (mitra)

1. *Workshop Frugal Living*

Dilaksanakan pada Rabu, 9 Juli 2025 sesi pertama, sebelum materi *ecoprint*. Metode ceramah dan diskusi yang disampaikan oleh Tim PkM, sesuai dengan latar belakang pendidikan pemateri yaitu bidang Akuntansi. Diskusi juga dipandu oleh tim PkM, sesuai dengan latar

belakang keilmuan tim yaitu Kependidikan. Jumlah peserta 28 orang, berlokasi di Balai RW XI Penjaringansari, Rungkut, Surabaya. Dampak bagi peserta adalah menyadari pentingnya hidup sederhana, bijak berkonsumsi di tengah kondisi perekonomian yang sulit.

Gambar 1. Persiapan Kegiatan Bersama Tim



Gambar 2. Penyajian Materi dan Diskusi



2. **Workshop Ecoprint tahap 1**

Teknik ecoprint yang diaplikasikan pada selembar kain ukuran 60x120 cm untuk pasmina/hijab atau vest. Kegiatan dilaksanakan setelah sesi materi *frugal living*. Proses dimulai dari mordan kain sehari sebelum kegiatan, selanjutnya di hari H kegiatan proses dimulai dengan fiksasi, dilanjutkan dengan penataan daun dan bunga pada kain, penggulungan kain, pengukusan dan pendinginan kain. Jumlah peserta adalah 28 orang. Kegiatan mulai dari pukul 10.00-16.00 WIB. Hasil kain *ecoprint* diberikan kepada setiap peserta, sebagai bukti hasil karya mereka.

Gambar 3. Proses Fiksasi



Gambar 4. Penataan Daun dan Bunga



Gambar 5. Proses Pengukusan dan Pendinginan



Gambar 6. Hasil Ecoprint Tahap 1



Gambar 7. Hasil dan Ketika Dikenakan



3. *Workshop Ecoprint Tahap 2*

Teknik *ecoprint* yang diaplikasi pada selembar kain ukuran 115x200 cm yang bisa digunakan untuk baju atasan/bawahan. Teknik yang digunakan masih sama yaitu steaming, tetapi dengan menggunakan pemindahan warna dari kain bayangan ke kain utama. Peserta sejumlah 7 (tujuh) orang, terbatas bagi mereka yang memiliki ketertarikan, karena tahap ini merupakan tahap lanjut.

Gambar 8. Proses Penataan Daun/Bunga pada Kain Utama



Gambar 9. Pemindahan Warna dari Kain Bayangan ke Kain Utama



Gambar 10. Proses Penggulungan Kain dan Pemasangan Lakban



Gambar 11. Hasil Ecoprint Kain Utama dan Bayangan @ 115x200cm



Kegiatan PkM Dosen UT tahun 2025 ini juga mendapat perhatian Radio Republik Indonesia (RRI) Surabaya, yang beritanya dapat diakses pada

tautan <https://rri.co.id/daerah/1679282/ut-kenalkan-frugal-living-dan-ecoprint-ke-warga>

D. SIMPULAN

Kegiatan PkM Dosen UT tahun 2025 ini telah dilaksanakan sesuai dengan tujuan dan target yang ditetapkan. Kegiatan telah mencapai tujuan yaitu memberikan edukasi dan keterampilan yang mendukung gaya hidup berkelanjutan, melalui workshop *frugal living* dan *ecoprint*. Target peserta sesuai yang ditetapkan yaitu kepada ibu rumah tangga yang tergabung dalam kelompok PKK, RW XI, Penjaringansari, Rungkut, Surabaya.

Keterampilan *ecoprint* meskipun relatif mudah dikuasai peserta, namun perlu keuletan, kesabaran, dan ketelitian. Selain itu jam terbang juga sangat menentukan hasil yang diperoleh. Untuk mendapatkan hasil yang baik, perlu praktik berulang, yang sayangnya belum bisa dilakukan di tahun ini. Proses pembelajaran melalui *trial and error*, sangat dibutuhkan, untuk mendapatkan warna dan motif kain yang indah. Namun dengan hasil yang tidak akan pernah sama antarpeserta, tetap menjadikan keunggulan teknik *ecoprint*.

E. UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan ini terlaksana atas kerjasama dengan mitra PkM yaitu RW XI, Kelurahan Penjaringansari, Rungkut Surabaya. Pendanaan penuh didukung oleh LPPM UT. Terima kasih kepada semua pihak yang membantu terlaksananya kegiatan ini.

F. REFERENSI

- Lastovicka, John L., Bettencourt, Lance A., Hughner, R.S., Kuntze, R.J., (1999) Lifestyle of the tight and frugal: Theory & measurement, *The Journal of Consumer Research*, 26 (1), 85-98. <https://doi.org/10.1086/209552>
- Bahankain. (2020). 3 (Tiga) Macam teknik Ecoprinting. Retrieved September 24, 2024, <https://www.bahankain.com/2020/12/24/3-macam-teknik-eco-printing?srstid>
- Sinnewe, E. dan Nicholson, G. (2023) Healthy financial habits in young adults: An exploratory study of the relationship between subjective financial literacy, engagement with finances, and financial decision making. *The Journal of Consumer Affairs* 57, 564-592 <https://doi.org/10.1111/joca.12512>