

## GAMBARAN PERILAKU HIDUP SEHAT DAN BERSIH INDIKATOR RUMAH TANGGA DI KELURAHAN BAGAN DELI

<sup>1</sup>Zuhrina Aidha, <sup>2</sup>Anna Tasya Putri, <sup>3</sup>Abdinda Lorensyifa, <sup>4</sup>Rini Deby Astria Lubis,  
<sup>5</sup>Serahayati br. Hasibuan, <sup>6</sup>Suci Rahmadani lingga, <sup>7</sup>Vany silvia Sabillah,  
<sup>8</sup>Syarifah A'ini

<sup>2</sup>atasyaaakptr@gmail.com, <sup>3</sup>Abdindasiregar@gmail.com <sup>4</sup>rini070719@gmail.com,  
<sup>5</sup>serahayatihasyibuan@gmail.com, <sup>6</sup>sucilingga00@gmail.com, <sup>7</sup>vanysilvia2409@gmail.com,  
<sup>8</sup>syrfhainiii02@gmail.com

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

### ABSTRAK

Faktor utama yang harus diperhatikan oleh keluarga adalah kesehatan. Oleh karena itu, penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sangat diperlukan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana gambaran PHBS rumah tangga di Bagan Deli. Penelitian ini menggunakan survei silang dengan metodologi kualitatif. Sebanyak 65 ibu rumah tangga berpartisipasi dalam penelitian ini sebagai responden. Menurut temuan studi tersebut, rumah tangga Bagan Deli kurang mempraktekkan hidup bersih dan sehat; mayoritas rumah tangga di sana masih kekurangan jamban dan tempat pembuangan sampah, dan banyak orang merokok, sering berolahraga, dan mengkonsumsi sayuran. dan buah masih kurang. Rata-rata keluarga hanya menerapkan 4 dari 10 indikator perilaku hidup bersih dan sehat dalam tatanan rumah tangga menurut Dinas Kesehatan Sumut. Indikator yang termasuk dalam kategori baik adalah: tempat persalinan, pemberian ASI, imunisasi di posyandu dan pemenuhan air bersih. Sedangkan kategori lainnya berada pada kategori kurang baik.

Kata Kunci: PHBS, Rumah Tangga.

### ABSTRACT

*The main factor that must be considered by the family is health. Therefore, the implementation of Clean and Healthy Behavior (PHBS) is very necessary. The purpose of this study was to find out how the description of household PHBS in Bagan Deli. This study used a cross survey with a qualitative methodology. A total of 65 housewives participated in this study as respondents. According to the study findings, Bagan Deli households do not practice clean and healthy living; the majority of households there still lack latrines and landfills, and many people smoke, exercise frequently, and eat vegetables. and fruit is still lacking. The average family only implements 4 out of 10 indicators of clean and healthy living behavior in the household setting according to the North Sumatra Health Office. Indicators included in the good category are: place of delivery, breastfeeding, immunization at posyandu and fulfillment of clean water. While the other categories are in the less good category.*

*Keywords: PHBS, Household.*

### PENDAHULUAN

Sesuai dengan cita-cita bangsa Indonesia, kesehatan merupakan hak asasi manusia dan salah satu komponen kesejahteraan yang harus dicapai. Menurut H. L. Blum, faktor genetik, perilaku, lingkungan, dan layanan kesehatan semuanya berdampak pada seberapa sehat masyarakat umum atau individu. Bersamaan dengan faktor lingkungan, faktor perilaku memiliki pengaruh yang sangat kuat terhadap tingkat kesehatan masyarakat. Diharapkan dengan mensosialisasikan perilaku hidup bersih dan sehat melalui penerapan pembangunan kesehatan, angka kesakitan masyarakat akan menurun.

Seseorang, keluarga, atau masyarakat yang melakukan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) akan mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) di bidang kesehatan dan berperan proaktif dalam mewujudkan kesehatan. PHBS adalah seperangkat perilaku yang diamalkan atas dasar kesadaran sebagai hasil belajar. Terdapat lima konteks perilaku hidup bersih dan sehat, yaitu rumah, tempat kerja, lembaga pendidikan, ruang publik, dan fasilitas kesehatan (Dinas Kesehatan Kabupaten Kendal, 2013).

Menurut Natoatmodjo (2007) dalam Mailoa, Kurniasari, & Messakh (2017), meskipun setiap orang menerima stimulus yang sama, namun perilakunya berbeda-beda. Faktor internal dan eksternal berfungsi sebagai faktor pembeda. Kurangnya pengetahuan juga berdampak pada perilaku seseorang, termasuk perilaku dalam industri kesehatan. Akibatnya, dapat berkontribusi terhadap tingginya angka penularan dan penyebaran penyakit yang diakibatkan oleh ketidakpedulian terhadap Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

Penerwhat Dalam kehidupan sehari-hari, PHBS sangat berarti. Karena perilaku PHBS dilakukan dengan kesadaran untuk mencapai derajat kesehatan yang setinggi-tingginya, maka akan berdampak signifikan terhadap derajat kesehatan masyarakat (Patilainya, 2018). (Delastara, 2017).

Menurut Undang-Undang Kesehatan No. 23 Tahun 1992, tujuan pembangunan kesehatan menuju Indonesia Sehat Tahun 2010 adalah untuk meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang guna mewujudkan derajat kesehatan masyarakat yang optimal melalui terwujudnya masyarakat, bangsa, dan negara yang bercirikan masyarakatnya yang hidup dengan perilaku dan lingkungan yang sehat masyarakat mampu mengakses pelayanan kesehatan yang bermutu secara adil dan merata serta memiliki pilihan (Depkes RI, 1992). dengan lebih menekankan pada pemberdayaan masyarakat melalui penerapan praktik hidup bersih dan sehat.

Sejalan dengan hal tersebut, Pemerintah Provinsi Sumatera Utara memberikan penekanan yang kuat pada inisiatif promotif dan preventif kesehatan yang diwujudkan melalui kebijakan bidang kesehatan yang diarahkan pada “Sumatera Utara Bermartabat, Kesehatan Prima” (Dinkes Sumut, 2018).

Di Kecamatan Belawan Pemerintah Kota Medan terdapat Bagan Deli. Kecamatan Medan Belawan merupakan kecamatan Bagan Deli pesisir yang mayoritas penduduknya adalah Melayu. 15 lingkungan membentuk Bagan Deli, yang memiliki total populasi 18.763 jiwa dan 3.701 keluarga. Mayoritas penduduk Desa Bagan Deli berprofesi sebagai nelayan atau di bidang terkait, dan rata-rata pendapatan tahunan mereka masih di bawah upah minimum federal.

Menurut penelitian, Desa Bagan Deli di Kecamatan Medan Belawan masih dalam kondisi kesehatan yang buruk. Hal ini disebabkan masih sedikitnya warga yang menggunakan jamban terbuka tanpa septic tank di masyarakat. Akibatnya, ada tumpukan sampah di mana-mana dan tumpukan sampah basah bertanggung jawab atas polusi udara.

Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Gambaran Perilaku Hidup Sehat Dan Bersih Indikator Rumah Tangga Di Kelurahan Bagan Deli”.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang menggunakan metodologi wawancara dan survei cross-sectional. Narasumber yang digunakan dalam penelitian ini adalah ibu rumah tangga yang sudah mengikuti penyuluhan PHBS sebanyak 5 orang. Sedangkan, pengumpulan data survei cross-sectional dilakukan dengan menggunakan accidental sampling, yaitu dengan mengunjungi rumah responden yang dapat ditemui dan memenuhi kriteria sebagai berikut: Populasi terdiri dari 146 keluarga, dan 65 keluarga dipilih sebagai responden dengan menggunakan teknik cluster sampling proportional random sampling untuk menentukan jumlah responden untuk setiap RT (4 RT). Sebuah keluarga harus setidaknya salah satu dari berikut ini: 1) penduduk kecamatan Bagan Deli, 2) melek huruf dan bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian, 3) dan berusia antara 20 dan 50 tahun.

Checklist indikator perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan rumah tangga digunakan bersama dengan kuesioner untuk mengetahui karakteristik responden. Berdasarkan pedoman PHBS Dinas Kesehatan Yogyakarta tahun 2000 yang penulis modifikasi dan uji

reliabilitas dan validitasnya, penilaian PHBS dalam penelitian ini menggunakan 10 indikator PHBS rumah tangga, antara lain: 1. persalinan (Kesehatan Ibu dan Anak/KIA), 2. imunisasi, 3. perilaku buang air besar, 4. penggunaan sarana air bersih, 5. pengelolaan sampah, 6. kebersihan kuku, 7. gizi keluarga, 8. perilaku merokok, 9. pengetahuan HIV/AIDS, dan 10. peran serta keluarga dalam kesehatan kegiatan. Rumah responden didatangi pada Desember 2022, dan data juga dikumpulkan melalui wawancara dan review dokumentasi. Analisis deskriptif mean aritmatika digunakan untuk menganalisis data, dan kategori baik (76%-100%), cukup (56%-75%), buruk (40%-55%), dan tidak baik (40 %) digunakan untuk mendeskripsikan hasil secara kualitatif (Arikunto, 1998).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara mengenai pelaksanaan PHBS rumah tangga kebanyakan informan menyatakan pelaksanaan PHBS tidak dilakukan sendiri namun bersamaan dengan kegiatan posyandu, dan kegiatan PHBS lain yang dilakukan oleh kelurahan atau Pustu. Sedangkan pelaksanaan kegiatan PHBS rumah tangga berdasarkan pengetahuan informan hanyalah kebersihan rumah dan pekarangan, makan makanan yang sehat dan berolah raga, sebagaimana dikemukakan berikut :

Informan I : “...PHBS itu ya bersih-bersih rumah kayak nyapu, ngepel terus bersihkan kamar mandi, masak makanan sendiri, makan makanan yang sehat terus olahraga yakan biar sehat”

Informan II : “...PHBS rumah tangga itu kayak kebersihan rumah tangga kan, bersihkan rumah, terus kalau sakit berobat, makan teratur terus mandi setiap hari, jaga kebersihan ya gitu gitu lah dek”

Informan III: “...hidup sehatkan berarti kita harus jaga kesehatan, makan juga harus yang bersih, gak merokok, gak mabuk, terus kalau sakit ya berobat”

Informan IV: “...biasanya kalau PHBS itu sering ikut di posyandu gitu ya kalau sendiri itu biasanya paling bersih bersih rumah, terus makan makanan sehat, udah gitu aja sih yang sering kami sekeluarga lakukan.”

Selain wawancara dengan ibu rumah tangga, penulis juga melakukan wawancara terhadap petugas kesehatan yang merupakan informan V dalam penelitian kali ini mengatakan bahwa

kegiatan PHBS biasanya dilakukan melalui penyuluhan kepada ibu ibu di puskesmas pembantu dan posiandu dengan bantuan kader PKK dan juga dilakukan pembagian poster.

*Informan V : "...biasanya kami melakukan penyuluhan PHBS ini di puskesmas pembantu yaa secara kecil kecilan, dan melalui perpanjangan tangan ibu ibu kader PKK di posiandu dalam penyuluhan ini kami sering juga bagikan poster ke masyarakat melalui kader PKK dan posternya juga kami tempelkan ke tempat-tempat yang sering dilewati dan mudah dibaca sama masyarakat."*

Berdasarkan hasil wawancara tersebut di atas, diketahui bahwa masyarakat Bagan Deli yang mengikuti penyuluhan PHBS sudah paham dan tau bagaimana cara menciptakan lingkungan yang Bersih dan Sehat. Oleh karena itu, peneliti melakukan penelitian lebih lanjut kelapangan dengan menyebarkan kuesioner untuk mengetahui gambaran pola hidup sehat Bagan Deli setelah adanya penyuluhan PHBS yang dilaksanakan oleh puskesmas sekitar.

Perilaku sehat adalah setiap tindakan yang dilakukan oleh individu yang sehat untuk menangkal atau mendeteksi penyakit sebelum timbul gejala (Sapardi, 1996). Temuan penelitian ini menggambarkan bagaimana keluarga atau rumah tangga mempraktekkan hidup sehat. Keluarga, yang merupakan unit sosial terkecil, sangat penting untuk meningkatkan kesehatan lingkungan secara umum. Mayoritas responden dalam penelitian ini adalah ibu rumah tangga, semuanya berjenis kelamin perempuan, berusia antara 30-39 tahun, dan berpendidikan paling tinggi berijazah SMA atau sederajat. Anak terakhir dalam keluarga biasanya berusia antara 6 dan 12 tahun, dan pendapatan bulanan keluarga berkisar antara Rp. 500.000 menjadi Rp. 2.000.000. Ada anggota keluarga yang dapat berperan, tetapi ibu rumah tangga memiliki potensi yang paling besar dari semuanya (Kasnodihardjo, 1997). Kecenderungan keluarga untuk menggunakan pelayanan kesehatan yang meliputi umur, jenis kelamin, ukuran keluarga, dan kebutuhan keluarga dalam menggunakan pelayanan kesehatan mempengaruhi partisipasi keluarga dalam pelayanan kesehatan. Dalam penelitian ini ditemukan bahwa 70% responden yang bekerja sebagai ibu rumah tangga adalah dewasa muda, berusia antara 30-39 tahun. Menurut penelitian Yuningsih (2000), terdapat hubungan terbalik yang signifikan antara usia dengan perilaku, artinya semakin muda perilaku seseorang semakin baik (Yuningsih, 2000).

Tujuan perilaku hidup bersih dan sehat di rumah (PHBS) adalah agar anggota rumah tangga mengetahui, berkeinginan, dan mampu mempraktekkan perilaku hidup bersih dan sehat

serta berpartisipasi aktif dalam gerakan kesehatan masyarakat. Untuk menjangkau rumah tangga dengan PHBS, dilaksanakan PHBS dalam rumah tangga. Rumah tangga dengan PHBS adalah rumah tangga yang melakukan 10 PHBS, antara lain: 1) Pemberian ASI Eksklusif, 2) Persalinan ditolong oleh tenaga medis, 3) Penimbangan Balita sebulan sekali; 4) Menggunakan air bersih; 5) Mencuci tangan dengan sabun dan air; 6) Menggunakan jamban yang higienis; 7) Membasmi jentik di rumah seminggu sekali; 8) Mengonsumsi buah dan sayur setiap hari; 9) Terlibat dalam latihan sehari-hari; dan 10) Tidak Merokok Di Dalam Ruangan. Tabel 2 berikut menampilkan distribusi frekuensi masyarakat berdasarkan Indikator PHBS Lingkungan V masyarakat Desa Bagan Deli:

**Tabel menunjukkan distribusi frekuensi indikator lingkungan PHBS Desa Bagan Deli**

<b>Indikator PHBS</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Persalinan</b>		
Rumah Sendiri	3	4,6%
Bidan	37	56,9%
Puskesmas	12	18,5%
Rumah Sakit	13	20%
<b>Asi Eksklusif</b>		
Ya	49	75,4%
Tidak	16	24,6%
<b>Rutin Posyandu</b>		
Ya	51	78,4%
Tidak	14	21,6%
<b>Rutin Makan Sayur</b>		
Ya	22	33,9%
Kadang-kadang	43	66,1%
<b>Rutin Makan Buah</b>		
Ya	26	40%
Kadang-kadang	39	60%
<b>Jamban Keluarga</b>		
Tidak Ada Sarana	19	29,2%
Ada Sarana, Tidak Memenuhi Syarat	27	41,5%
Ada Sarana, Memenuhi Syarat	19	29,2%
<b>Kualitas Air Bersih</b>		
Berasa, Berbau, Keruh	19	29,2%
Bebas dari Pencemaran	46	70,8%
<b>Tempat Pembuangan Sampah</b>		
Tidak Tersedia (Ke Laut)	43	66,2%
Tersedia, Tidak Tertutup	22	33,8%
<b>Limbah Kamar Mandi</b>		
Ke Selokan/Laut	39	60%
Tergenang di Perkarangan	6	9,2%
Septitanc	20	30,8%
<b>Perokok dalam Rumah</b>		

Ada	59	90,8%
Tidak Ada	6	9,2%
<b>Aktivitas Berolahraga</b>		
Ada	18	27,7%
Tidak Ada	47	72,3%
<b>Total</b>	<b>65</b>	<b>100%</b>

Sumber : Olah Data

Berdasarkan tabel di atas, sekitar 56,9% ibu melahirkan di bidan, merupakan persentase tertinggi. 49 ibu, atau sekitar 75,4%, secara eksklusif dan sering menyusui bayinya. Sebanyak 51 ibu atau 78,4% membawa anaknya ke posyandu secara rutin. Terkait konsumsi sayur, 22 ibu secara konsisten memberi makan sayur pada anaknya, dibandingkan dengan ibu lainnya yang hanya melakukannya secara sporadis. Demikian pula, hanya 26 ibu, atau 40%, yang rutin memberikan buah pada anaknya. Keluarga di Bagan Deli memiliki jamban keluarga, namun 41,5% diantaranya tidak sesuai dengan peraturan. Hingga 46 orang memiliki akses ke air bersih yang bebas polusi. Sekitar 43 KK atau sekitar 66,2% masyarakat Bagan Deli kekurangan tempat pembuangan sampah. 39 KK atau 60% limbah WC umum dibuang ke selokan atau badan air. 90,8% orang tua di Bagan Deli, atau 59 orang, merokok. Selain itu, hanya sekitar 18 keluarga (atau 27,7%) yang rutin berolahraga.

Mereka termasuk dalam kategori "baik" berdasarkan jumlah ibu yang melahirkan bidan. Terwujudnya keberhasilan pembangunan kesehatan, khususnya penurunan angka kematian ibu dan balita, akan didukung oleh tingginya kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan ibu dan anak yang dimulai sedini mungkin (AKI dan AKB). Mayoritas responden memeriksakan kehamilannya di Puskesmas yang dekat dengan tempat tinggalnya; bidan membantu persalinan di Puskesmas di rumah sakit terdekat. Hal yang sama berlaku untuk menyusui secara eksklusif. Di Bagan Deli, pemberian ASI eksklusif sangat dianjurkan. Susu formula jauh lebih buruk daripada ASI eksklusif untuk mempromosikan perkembangan anak. Menurut temuan penelitian, hingga 78,4% keluarga telah memenuhi persyaratan imunisasi anaknya dan secara teratur menimbang anaknya di Posyandu. Salah satu strategi untuk melindungi bayi dan balita dari paparan penyakit yang dapat membahayakan kesehatannya adalah dengan melakukan imunisasi. Lima jenis imunisasi dasar yang diberikan pada bayi adalah BCG, polio, hepatitis, DPT, dan campak (Satrinawati, 2002). Bayi dan balita ditimbang secara berkala di posyandu untuk menilai status gizinya, yang hasilnya dicatat di KMS (Kartu Sehat). Setiap RT mengikuti kegiatan posyandu di RW 04 sebulan sekali.

Hanya sebagian kecil ibu yang rutin menyediakan sayur dan buah untuk konsumsi keluarganya, sehingga indikator makan sayur dan buah ini masih kurang baik. Ini sebanding dengan pembuangan limbah, peralatan pembuangan limbah yang tidak memadai, dan prevalensi perokok aktif di rumah tangga. Kesehatan keluarga dianggap terganggu oleh hal ini. Kesehatan keluarga dapat ditingkatkan dengan memperhatikan kelima indikator tersebut. Untuk mensosialisasikan warga Bagan Deli agar peduli terhadap kesehatan, diperlukan Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang lebih intensif.

## KESIMPULAN

Berdasarkan temuan penelitian tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa rumah tangga di Bagan Deli belum mempraktekkan perilaku hidup bersih dan sehat. Sebagian besar keluarga ini masih kekurangan akses ke jamban dan tempat pembuangan sampah, dan banyak yang terus merokok, melakukan aktivitas fisik secara teratur, dan memenuhi kebutuhan konsumsi mereka. Kurang buah dan sayuran. Menurut Dinas Kesehatan Sumut, hanya 4 dari 10 indikator perilaku hidup bersih dan sehat yang digunakan rata-rata keluarga dalam tatanan rumah tangga.

Tempat persalinan, pemberian ASI, imunisasi di Posyandu, dan ketersediaan air bersih merupakan indikator yang masuk dalam kategori “baik”. Kategori lain, bagaimanapun, termasuk dalam kategori yang kurang diinginkan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aswadi, A., Syahrir, S., Delastara, V., & Surahmawati, S. (1). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (Phbs) Pada Siswa-Siswi SDK Rita Pada Kecamatan Kota Komba Kabupaten Manggarai Timur Propinsi Nusa Tenggara Timur. *Al-Sihah: The Public Health Science Journal*, 9(2). <https://doi.org/10.24252/as.v9i2.3775>
- Dinkes Sumut. (2018). Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara Budayakan Hidup Sehat Melalui Gerakan Masyarakat Hidup Sehat. <http://dinkes.sumutprov.go.id/artikel/dinas-kesehatan-provinsi-sumatera-utara-budayakan-hidup-sehat-melalui-gerakan-masyarakat-hidup-sehat> , diakses pada 18 Januari 2023
- karnasih, T. (2009). *Hubungan pengetahuan kesehatan reproduksi remaja dan pencegahan perilaku hubungan seksual pranikah pada siswa SMA di Jakarta*. [Yogyakarta] : Universitas Gadjah Mada.

Mailia, Aprillia Vanessha, dkk. (2017). Persepsi warga mengenai perilaku hidup bersih dan sehat di Dusun Kebonan, Semarang. *Masyarakat, Kebudayaan dan Politik* Vol. 30, No. 3,

Rahman, Hamidah dan Hairudin La Patilaiya. (2018). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Untuk Meningkatkan Kualitas Kesehatan Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat* Vol. 2 Nomor 2