

PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) MASYARAKAT DESA SAMIR DALAM MENINGKATKAN KESEHATAN MASYARAKAT

Oleh :

Dra. NUNUN NURHAJATI, M.Si.

(100%),10. Tidak merokok dalam rumah (40%) Adapun faktor yang mempengaruhi masyarakat melakukan PHBS terutama yang menghambat adalah: Tingkat pendidikan, dan kurangnya sarana kesehatan.

Kata Kunci : Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, Kesehatan Masyarakat

ABSTRAK

Menciptakan hidup sehat sebenarnya sangatlah mudah serta murah, apabila dibandingkan dengan biaya yang harus dikeluarkan untuk pengobatan apabila mengalami gangguan kesehatan cukup mahal. Hidup sehat merupakan hal yang seharusnya diterapkan oleh setiap orang, mengingat manfaat yang ditimbulkan akan sangat banyak, mulai dari konsentrasi kerja, kesehatan dan kecerdasan anak sampai dengan keharmonisan keluarga.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan dapat berperan aktif dalam kegiatan – kegiatan kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan–kegiatan kesehatan di masyarakat.

Dari 10 indikator PHBS, hasil penelitian pada masyarakat desa Samir diketahui bahwa ada 7 indikator yang telah memenuhi target PHBS dan ada 3 indikator yang hasilnya berada dibawah target/dibawah 70%. Hasil selengkapnya: 1. Pertolongan persalinan oleh tenaga kesehatan (100%), 2. Bayi di beri ASI eksklusif (17%), 3. Menimbang balita setiap bulan (100%), 4. Ketersediaan air bersih (84,1%), 5. Mencuci tangan dengan air bersih dan sabun (100%), 6. Ketersediaan jamban sehat (82,3%), 7. Memberantas jentik nyamuk (70,5%), 8. Makan buah dan sayur (52%), 9. Melakukan aktifitas fisik setiap hari

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah kesehatan yang ada dimasyarakat sangatlah banyak dan beragam macamnya. Penelusuran dari rumah ke rumah merupakan cara yang paling efektif untuk mengetahui secara nyata masalah kesehatan yang sebenarnya sedang dihadapi oleh masyarakat.

Sebagian masyarakat ada yang menyadari bahwa ada masalah kesehatan yang sedang dialami dan sebagian masyarakat juga ada yang tidak menyadari bahwa terdapat masalah kesehatan yang dialami.

Hidup sehat merupakan suatu hal yang seharusnya memang diterapkan oleh setiap orang, mengingat manfaat kesehatan yang sangat penting bagi setiap manusia, mulai dari konsentrasi dalam bekerja dan beraktivitas dalam kehidupan sehari-hari tentu memerlukan kesehatan, baik kesehatan pribadi maupun kesehatan anak serta keluarga

2 Nunun Nurhajati, *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Masyarakat Desa Samir Dalam Meningkatkan Kesehatan Masyarakat*

untuk mencapai keharmonisan keluarga. Menciptakan hidup sehat sebenarnya sangatlah mudah serta murah, dibandingkan biaya yang harus kita keluarkan untuk pengobatan apabila mengalami gangguan kesehatan. Akan tetapi yang kebanyakan yang terjadi sudah mengidap penyakit baru mengobati sehingga akan membuat kerugian tersendiri bagi yang mengalaminya.

Menteri Kesehatan Republik Indonesia telah membuat Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang tertuang dalam Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor: 2269/MENKES/PER/XI/2011 yang mengatur upaya peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat atau disingkat PHBS di seluruh Indonesia dengan mengacu kepada pola manajemen PHBS, mulai dari tahap pengkajian, perencanaan, dan pelaksanaan serta pemantauan dan penilaian. Upaya tersebut dilakukan untuk memberdayakan masyarakat dalam memelihara, meningkatkan dan melindungi kesehatannya sehingga masyarakat sadar, mau, dan mampu secara mandiri ikut aktif dalam meningkatkan status kesehatannya.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga

atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan dapat berperan aktif dalam kegiatan – kegiatan kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan–kegiatan kesehatan di masyarakat (Depkes RI, 2007).

Pemberdayaan masyarakat harus dimulai dari rumah tangga atau keluarga, karena rumah tangga yang sehat merupakan asset atau modal pembangunan di masa depan yang perlu dijaga, ditingkatkan dan dilindungi kesehatannya. Beberapa anggota rumah tangga mempunyai masa rawan terkena penyakit menular dan penyakit tidak menular, oleh karena itu untuk mencegah penyakit tersebut, anggota rumah tangga perlu diberdayakan untuk melaksanakan PHBS (Depkes, 2013).

Dengan demikian dalam pelaksanaan program PHBS di seluruh kawasan Indonesia juga menggunakan 10 indikator PHBS yang harus dipraktikkan dirumah tangga karena dianggap mewakili atau dapat mencerminkan keseluruhan perilaku hidup bersih dan sehat, indikator tersebut adalah:

1. Pertolongan persalinan oleh tenaga kesehatan.
2. Bayi di beri ASI eksklusif.
3. Menimbang balita setiap bulan.
4. Ketersediaan air bersih.
5. Ketersediaan jamban sehat.
6. Memberantas jentik nyamuk.

7. Mencuci tangan dengan air bersih dan sabun.
8. Tidak merokok dalam rumah.
9. Melakukan aktifitas fisik setiap hari.
10. Makan buah dan sayur.

PHBS merupakan salah satu indikator untuk menilai kinerja pemerintah daerah kabupaten/kota di bidang kesehatan, yaitu pencapaian 70% rumah tangga sehat. Menurut Laporan Akuntabilitas Kinerja Kementerian Kesehatan RI tahun 2014 bahwa target rumah tangga ber-PBHS adalah 70%. Dari yang ditargetkan pemerintah sebesar 70% tersebut propinsi Jawa Timur capaiannya masih dibawah standar yaitu 48,3%.

B. Perumusan Masalah

Dari Uraian di atas maka dirumuskan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana perilaku hidup bersih dan sehat masyarakat desa Samir kecamatan Ngunut kabupaten Tulungagung dalam meningkatkan kesehatan?
2. Faktor-faktor apa yang mempengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat di desa Samir kecamatan Ngunut kabupaten Tulungagung?

C. Tujuan

Adapun tujuan yang hendak dicapai dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) masyarakat di desa Samir kecamatan Ngunut kabupaten Tulungagung dalam meningkatkan kesehatan.
2. Untuk mengetahui faktor faktor yang mempengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat di desa Samir kecamatan Ngunut kabupaten Tulungagung.

D. Manfaat

Penelitian ini dilakukan di Desa Samir kecamatan Ngunut kabupaten Tulungagung. Ada beberapa kegunaan yang bisa diwujudkan, antara lain :

- a. Sebagai bahan informasi untuk penulisan-penulisan yang serupa.
- b. Sebagai bahan informasi untuk memperbaiki kelemahan atau kekurangan dalam meningkatkan kesehatan masyarakat.
- c. Penulisan ini merupakan kesempatan untuk mengembangkan keilmuan

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Perilaku

Perilaku kesehatan adalah suatu respons seseorang (organisme) terhadap stimulus atau objek yang

berkaitan dengan sakit dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, makanan dan minuman, serta lingkungan.

Perilaku kesehatan dapat diklasifikasikan menjadi 3 kelompok, yaitu :

1. Perilaku pemeliharaan kesehatan, yaitu perilaku atau usaha-usaha seseorang untuk memelihara atau menjaga kesehatan agar tidak sakit dan usaha untuk penyembuhan bilamana sakit.
2. Perilaku pencarian dan penggunaan sistem atau fasilitas pelayanan kesehatan, yaitu perilaku yang menyangkut upaya atau tindakan seseorang pada saat menderita penyakit dan atau kecelakaan. Perilaku ini dimulai dari mengobati sendiri sampai mencari pengobatan keluar negeri.
3. Perilaku kesehatan lingkungan, yaitu bagaimana seseorang merespons lingkungan, baik lingkungan fisik maupun sosial budaya, dan sebagainya, sehingga lingkungan tersebut tidak memengaruhi kesehatannya.

B. Konsep Dasar Teori Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

Perilaku hidup bersih sehat (PHBS) adalah upaya untuk memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi bagi

perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat, dengan membuka jalur komunikasi, memberikan informasi dan melakukan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku melalui pendekatan pimpinan (advocacy), bina suasana (social support) dan pemberdayaan masyarakat (empowerment). Masyarakat dapat mengenali dan mengatasi masalahnya sendiri, dan dapat menerapkan cara-cara hidup sehat dengan menjaga, memelihara dan meningkatkan kesehatannya (Notoatmodjo, 2007).

Menyadari bahwa perilaku adalah sesuatu yang rumit. Perilaku tidak hanya menyangkut dimensi kultural yang berupa sistem nilai dan norma, melainkan juga dimensi ekonomi, yaitu hal-hal yang mendukung perilaku, maka promosi kesehatan dan PHBS diharapkan dapat melaksanakan strategi yang bersifat paripurna (komprehensif), khususnya dalam menciptakan perilaku baru.

1. Pengertian Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah semua perilaku yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan dimasyarakat

(Departemen Pekerjaan Umum, 2007: 112)

PHBS adalah upaya memberikan pengalaman belajar bagi perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat, dengan membuka jalur komunikasi, memberikan informasi dan melakukan edukasi, guna meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku, melalui pendekatan Advokasi, Bina Suasana (Social Support) dan Gerakan Masyarakat (Empowerment) sehingga dapat menerapkan cara-cara hidup sehat, dalam rangka menjaga, memelihara dan meningkatkan kesehatan masyarakat (Depkes RI 2011).

2. PHBS Di Rumah Tangga

Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di rumah tangga adalah upaya untuk memperdayakan anggota rumah tangga agar tahu, mau dan mampu melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat serta berperan aktif dalam gerakan kesehatan di masyarakat.

Pola Hidup Bersih dan Sehat PHBS di rumah tangga dilakukan untuk mencapai rumah tangga Ber-PHBS. Rumah tangga Ber-PHBS adalah rumah tangga yang melakukan 10 PHBS di rumah tangga yaitu :

a. Persalinan di tolong oleh tenaga kesehatan

- b. Memberi bayi asi eksklusif
- c. Menimbang balita setiap bulan
- d. Menggunakan air bersih
- e. Mencuci tangan dengan air bersih dan sabun
- f. Menggunakan jamban sehat
- g. Memberantas jentik di rumah sekali seminggu
- h. Makan buah dan sayur setiap hari
- i. Melakukan aktifitas fisik setiap hari
- j. Tidak merokok di dalam rumah (Departemen Pekerjaan Umum, 2007:113)

3. Manfaat PHBS Bagi Rumah Tangga

a. Bagi Rumah Tangga :

- 1) Setiap anggota keluarga menjadi sehat dan tidak mudah sakit.
- 2) Anak tumbuh sehat dan cerdas.
- 3) Anggota keluarga giat bekerja.
- 4) Pengeluaran biaya rumah tangga dapat ditujukan untuk memenuhi gizi keluarga, pendidikan dan modal usaha untuk menambah pendapatan keluarga.

b. Bagi Masyarakat:

- 1) Masyarakat mampu mengupayakan lingkungan sehat.

6 Nunun Nurhajati, *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Masyarakat Desa Samir Dalam Meningkatkan Kesehatan Masyarakat*

- 2) Masyarakat mampu mencegah dan menanggulangi masalah – masalah kesehatan.
- 3) Masyarakat memanfaatkan pelayanan kesehatan yang ada.
- 4) Masyarakat mampu mengembangkan Upaya Kesehatan Bersumber Masyarakat (UKBM) (Departemen Pekerjaan Umum, 2007:113)

c. Sasaran PHBS di Rumah Tangga

Sasaran PHBS di rumah tangga adalah seluruh anggota keluarga, yaitu :

- 1) Pasangan usia subur
- 2) Ibu hamil dan menyusui
- 3) Anak dan remaja
- 4) Usia lanjut
- 5) Pengasuh anak

4. **Target Rumah Tangga ber-PHBS**

PHBS merupakan salah satu indikator untuk menilai kinerja pemerintah daerah kabupaten/kota di bidang kesehatan, yaitu dengan pencapaian 70% rumah tangga sehat (Laporan Akuntabilitas Kinerja Kementerian RI TH 2014: 72)

Untuk mengukur keberhasilan sasaran strategis tersebut diatas, maka ditetapkan indikator “Persentase Rumah Tangga yang

melaksanakan PHBS”. Rumah Tangga ber-Perilaku Hidup Bersih dan Sehat merupakan upaya untuk memberdayakan anggota keluarga agar tahu, mau, dan mampu melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat serta berperan aktif dalam gerakan kesehatan di masyarakat. Rumah Tangga Ber-PHBS didapatkan dari rumah tangga yang seluruh anggotanya berperilaku hidup bersih dan sehat.

a. *Pertolongan persalinan oleh tenaga kesehatan*

Yang dimaksud tenaga kesehatan disini seperti dokter, bidan dan tenaga paramedis lainnya.

d. *Bayi diberi ASI eksklusif*

Seorang ibu dapat memberikan buah hatinya ASI Eksklusif yakni pemberian ASI tanpa makanan dan minuman tambahan lain pada bayi mulai usia nol hingga enam bulan.

e. *Balita ditimbang setiap bulan*

Penimbangan bayi dan Balita setiap bulan dimaksudkan untuk memantau pertumbuhan Balita tersebut setiap bulan. Penimbangan ini dilaksanakan di Posyandu (Pos Pelayanan Terpadu) mulai usia 1 bulan hingga 5 tahun.

f. *Menggunakan air bersih*

Menggunakan air bersih dalam kehidupan sehari-hari seperti memasak, mandi, hingga untuk kebutuhan air minum. Air yang tidak bersih banyak mengandung kuman dan bakteri yang dapat menyebabkan berbagai macam penyakit.

g. *Mencuci tangan dengan air bersih dan sabun*

Mencuci tangan di air mengalir dan memakaisabun dapat menghilangkan berbagai macam kuman dan kotoran yang menempel di tangan sehingga tangan bersih dan bebas kuman.
F

h. *Menggunakan jamban sehat*

Jamban adalah suatu ruangan yang mempunyai fasilitas pembuangan kotoran manusia yang terdiri atas tempat jongkok atau tempat duduk dengan leher angsa atau tanpa leher angsa (cemplung) yang dilengkapi dengan unit penampungan kotoran dan air untuk membersihkannya. Ada beberapa syarat untuk jamban sehat, yakni tidak mencemari sumber air minum, tidak berbau, tidak dapat dijamah oleh serangga dan tikus, tidak mencemari tanah sekitarnya,

mudah dibersihkan dan aman digunakan, dilengkapi dinding dan atap pelindung, penerangan dan ventilasi udara yang cukup, lantai kedap air, tersedia air, sabun, dan alat pembersih.

i. *Memberantas jentik di rumah sekali seminggu*

Lakukan Pemeriksaan Jentik Berkala (PJB) di lingkungan rumah tangga. PJB adalah pemeriksaan tempat perkembangbiakan nyamuk yang ada di dalam rumah, seperti bak mandi, WC, vas bunga, tatakan kulkas, dan di luar rumah seperti talang air, dan lain-lain yang dilakukan secara teratur setiap minggu. Selain itu, juga lakukan Pemberantasan Sarang Nyamuk (PSN) dengan cara 3 M (Menguras, Mengubur, Menutup).

j. *Makan sayur dan buah setiap hari*

Konsumsi sayur dan buah sangat dianjurkan karena banyak mengandung berbagai macam vitamin, serat dan mineral yang bermanfaat bagi tubuh.

k. *Melakukan aktivitas fisik setiap hari*

Aktivitas fisik, baik berupa olahragamaupun kegiatan lain yang mengeluarkan tenaga yang sangat penting bagi pemelihara-

8 Nunun Nurhajati, *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Masyarakat Desa Samir Dalam Meningkatkan Kesehatan Masyarakat*

an kesehatan fisik, mental, dan mempertahankan kualitas hidup agar tetap sehat dan bugar sepanjang hari.

Jenis aktifitas fisik yang dapat dilakukan dalam kehidupan sehari-hari yakni berjalan kaki, berkebun, mencuci pakaian, dan lain-lainnya.

I. *Tidak Merokok di Dalam Rumah*

Hal ini dikarenakan dalam satu puntung rokok yang diisap, akan dikeluarkan lebih dari 4.000 bahan kimia berbahaya, diantaranya adalah nikotin, tar, dan karbon monoksida (CO).

5. **Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Hidup Sehat**

Menurut Lawrence Green faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku 3 faktor utama. (Notoatmodjo, 2007:16-17), yakni :

a. *Faktor-faktor Predisposing (Predisposing Faktor)*

Faktor-faktor predisposing adalah faktor-faktor yang mempermudah atau mempredisposisikan terjadinya perilaku seseorang. Faktor-faktor ini mencakup pengetahuan dan sikap masyarakat terhadap kesehatan, tradisi dan kepercayaan masyarakat terhadap hal-hal yang

berkaitan dengan kesehatan, sistem nilai yang dianut masyarakat, tingkat pendidikan, tingkat sosial ekonomi, dan sebagainya.

b. *Faktor-faktor Pemungkin (Enabling Faktor)*

Faktor-faktor pemungkin adalah faktor-faktor yang memungkinkan atau yang memfasilitasi perilaku atau tindakan. Faktor ini mencakup ketersediaan sarana dan prasarana atau fasilitas kesehatan bagi masyarakat. Fasilitas ini pada hakikatnya mendukung atau memungkinkan terwujudnya perilaku kesehatan, maka faktor-faktor ini disebut juga faktor pendukung. Misalnya Puskesmas, Posyandu, Rumah Sakit, tempat pembuangan air, tempat pembuangan sampah, dan sebagainya.

c. *Faktor-faktor penguat (Reinforcing Faktor)*

Faktor-faktor penguat adalah faktor-faktor yang mendorong atau memperkuat terjadinya perilaku. Kadang-kadang meskipun orang mengetahui untuk berperilaku sehat, tetapi tidak melakukannya. Faktor-faktor ini meliputi faktor sikap dan perilaku tokoh masyarakat, tokoh agama, sikap dan perilaku para petugas

termasuk petugas kesehatan. Termasuk juga disini undang-undang, peraturan-peraturan baik dari pusat maupun dari pemerintah daerah terkait dengan kesehatan.

C. Kesehatan Masyarakat

Pengertian Kesehatan Masyarakat Menurut Winslow dalam Notoatmodjo: 2003, bahwa Kesehatan Masyarakat (Public Health) adalah Ilmu dan Seni : mencegah penyakit, memperpanjang hidup, dan meningkatkan kesehatan, melalui "Usaha-usaha Pengorganisasian masyarakat " untuk :

1. Perbaikan sanitasi lingkungan
2. Pemberantasan penyakit-penyakit menular
3. Pendidikan untuk kebersihan perorangan
4. Pengorganisasian pelayanan-pelayanan medis dan perawatan untuk diagnosis dini dan pengobatan.
5. Pengembangan rekayasa sosial untuk menjamin setiap orang terpenuhi kebutuhan hidup yang layak dalam memelihara kesehatannya.

Dalam Undang-undang Nomor 23 tahun 1992 tentang Kesehatan ditetapkan bahwa kesehatan adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa dan

sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomi.

Dari uraian tersebut di atas dapat diketahui bahwa kesehatan masyarakat merupakan hal yang sangat penting, untuk itu pemerintahpun dalam Pembangunan kesehatan yang diselenggarakan di Puskesmas bertujuan untuk mewujudkan masyarakat yang:

1. memiliki perilaku sehat yang meliputi kesadaran, kemauan dan kemampuan hidup sehat;
2. mampu menjangkau pelayanan kesehatan bermutu
3. hidup dalam lingkungan sehat; dan
4. memiliki derajat kesehatan yang optimal, baik individu, keluarga, kelompok dan masyarakat.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian ini, peneliti menggunakan metode deskriptif kualitatif.

B. Fokus penelitian

Peneliti memfokuskan penelitian pada hal-hal sebagai berikut:

- 1 Perilaku hidup bersih dan sehat masyarakat desa Samir kecamatan

Ngunut kabupaten Tulungagung dalam meningkatkan kesehatan masyarakat.

Dengan indikator tersebut adalah:

- a. Pertolongan persalinan oleh tenaga kesehatan.
- b. Bayi di beri ASI eksklusif.
- c. Menimbang balita setiap bulan.
- d. Ketersediaan air bersih.
- e. Mencuci tangan dengan air bersih dan sabun.
- f. Ketersediaan jamban sehat.
- g. Memberantas jentik nyamuk.
- h. Makan buah dan sayur.
- i. Melakukan aktifitas fisik setiap hari.
- j. Tidak merokok dalam rumah.

2. Faktor faktor yang mempengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat di desa Samir kecamatan Ngunut kabupaten Tulungagung.

Dengan indikator :

- Tingkat Pendidikan
- Fasilitas Kesehatan

a. **Lokasi Penelitian**

Penelitian dilaksanakan di Desa Samir Kecamatan Ngunut kabupaten Tulungagung.

b. **Jenis dan Sumber Data**

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi:

- 1) Data primer, yaitu data yang diperoleh dengan jalan terjun langsung ke obyek penelitian, hal ini dilakukan dengan tujuan

untuk memperoleh data secara empiris

- 2) Data sekunder, yaitu data pendukung atau data pelengkap yang dapat diperoleh dalam penelitian ini dengan tidak harus terjun langsung pada obyek penelitian. Salah satu kegunaan data sekunder ini adalah sebagai penguat dasar analisa teori yang ada hubungannya dengan tema penelitian ini.

E. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini akan menggunakan :

1. Studi Kepustakaan, yaitu penelitian dilakukan dengan cara membaca dan mempelajari buku-buku ilmiah, literatur dan sebagainya.
2. Studi Lapangan, yaitu penelitian yang dilakukan penulis untuk mengumpulkan data dengan jalan terjun langsung ke obyek penelitian untuk memperoleh data yang diperlukan. Sedangkan tekniknya adalah sebagai berikut :
 - a. Interview (wawancara)
 - b. Penyebaran Kuesioner
 - Pengamatan (observasi), yaitu peneliti melihat secara langsung aktivitas yang dilakukan di tempat dan bidang kerja masing-masing.

- Dokumentasi, yaitu: mempelajari dan melihat laporan-laporan tertulis resmi yang ada pada desa Samir Kecamatan Ngunut Kabupaten Tulungagung.

F. Instrumen Penelitian

Yang dimaksud dengan instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk memperoleh atau mengumpulkan data dalam rangka memecahkan masalah dan mencapai tujuan penelitian. Menurut Ismani H.P. (1991 : 135), instrumen penelitian yang umum digunakan untuk suatu penelitian adalah : wawancara, Kuesioner, observasi dan dokumenter. Dalam penelitian ini instrumen alat yang digunakan adalah :

1. Peneliti sendiri

Salah satu ciri penelitian kualitatif adalah memasukan manusia atau peneliti sendiri sebagai alat pengumpul data utama. Hal ini berpengaruh terutama dalam proses wawancara dan analisa data.

2. Pedoman wawancara

Hal ini berguna untuk membatasi dan mengarahkan peneliti dalam mencari data-data yang diperlukan guna kegiatan penelitian.

3. Perangkat penunjang

Perangkat ini meliputi : buku catatan dan alat tulis menulis yang dapat digunakan selama berada di

lapangan untuk memudahkan hal-hal tertentu yang mungkin belum didapat dari dokumen tertulis.

E. Teknik Analisa Data

Menurut M. Nazir (2005 : 358) analisa adalah mengelompokan, membuat suatu urutan, memanipulasi serta menyingkat data sehingga mudah dibaca. Tujuan dari analisa adalah untuk mereduksi data agar dapat dikerjakan, dimanfaatkan dan dipahami sedemikian rupa sehingga berhasil menyimpulkan suatu fenomena yang dapat dipakai untuk menjawab persoalan-persoalan yang diajukan dalam penelitian.

Sesudah data terkumpul dengan lengkap yang disajikan dalam bentuk penyajian data, langkah yang harus ditempuh adalah menganalisa data. Dalam menganalisa data penelitian ini akan mengacu pada model yang dikemukakan oleh Miles dan Huberman dalam Husaini Usman (2008 : 88) yang terdiri dari tiga alur kegiatan yang akan dilaksanakan dari awal hingga selesai yakni: reduksi data (data Reduction), penyajian data (data display) dan penarikan kesimpulan

PENYAJIAN DATA, HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Penyajian Data Penelitian

1. Tinjauan Umum Lokasi Penelitian

Desa	: Samir
Kecamatan	: Ngunut
Kabupaten	: Tulungagung
Jumlah penduduk	: 2049 orang
Jumlah rumah dihuni	: 601 rumah yang dihuni
Jumlah RT	: 11 RT
Jumlah RW	: 3 RW

B. Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Pelaksanaan Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) masyarakat desa Samir kecamatan Ngunut kabupaten Tulungagung dalam meningkatkan kesehatan

a. Persalinan di tolong oleh tenaga kesehatan

Dari data yang telah diperoleh, dapat disimpulkan bahwa di desa Samir seluruh persalinan yang dilakukan oleh ibu bersalin di tolong oleh Bidan (tenaga kesehatan). Hal ini berarti seluruh persalinan berdasarkan penolong persalinan di Bidan sebanyak 5 (100%) dari 5 ibu bersalin selama satu tahun.

Masyarakat desa Samir sudah memiliki kepercayaan bahwa tenaga kesehatan

merupakan orang yang sudah ahli dalam membantu persalinan, sehingga keselamatan ibu dan bayi lebih terjamin. Disamping itu dengan ditolong oleh tenaga kesehatan, apabila terdapat kelainan dapat diketahui dan segera ditolong atau dirujuk ke Puskesmas atau Rumah Sakit. Jika ibu bersalin ditolong oleh tenaga kesehatan maka peralatan yang digunakan aman, bersih dan steril sehingga mencegah terjadinya infeksi dan bahaya kesehatan lainnya

b. Memberi bayi ASI Eksklusif

Hasil penelitian tentang pemberian ASI eksklusif bagi bayi, bahwa ibu yang memberikan ASI secara eksklusif di Desa Samir hanya 17%, hal ini berarti bahwa sebagian besar ibu tidak memberikan ASI secara eksklusif (0-6 bulan).

Hal ini harusnya disadari bahwa ASI adalah makanan alamiah berupa cairan dengan kandungan zat gizi yang cukup dan sesuai untuk kebutuhan bayi, sehingga tumbuh dan berkembang dengan baik. Air susu ibu pertama berupa cairan bening berwarna kekuningan (kolostrum) sangat baik untuk bayi

karena mengandung zat kekebalan terhadap penyakit.

Adapun manfaat memberi ASI bagi ibu adalah dapat menjalin hubungan kasih sayang antara ibu dan bayi, mengurangi pendarahan setelah persalinan, mempercepat pemulihan kesehatan ibu, dapat menunda kelahiran berikutnya, mengurangi risiko kena kanker payudara dan lebih praktis karena ASI lebih mudah diberikan pada saat bayi membutuhkan.

c. **Menimbang Balita Setiap Bulan**

Di desa Samir terdapat posyandu sebanyak 3 buah. Dari data dapat disimpulkan bahwa seluruh bayi berdasarkan kategori tempat penimbangan seluruhnya menimbang di posyandu sebanyak 112 balita atau 100%.

Bagi masyarakat desa Samir, menimbang secara rutin di posyandu akan terlihat perkembangan berat badan balita apakah naik atau tidak. Manfaatnya, anda dapat mengetahui apakah balita anda tumbuh sehat, tahu dan bisa mencegah gangguan pertumbuhan balita, untuk mengetahui balita sakit (demam, batuk, pilek, diare), jika berat

badan dua bulan berturut-turut tidak naik atau bahkan balita yang berat badannya dibawah garis merah (BGM) dan dicurigai gizi buruk, sehingga dapat dirujuk ke Puskesmas. Datang secara rutin ke Posyandu juga berfungsi untuk mengetahui kelengkapan imunisasi serta untuk mendapatkan penyuluhan gizi.

d. **Menggunakan Air Bersih**

Berdasarkan data penelitian, dari total 601 rumah hampir seluruh (84,1%) 506 rumah mempunyai sarana air bersih memenuhi syarat.

Masyarakat desa Samir sebagian besar menggunakan air bersih untuk kebutuhan sehari-hari yang berasal dari air pompa dan sumur. Mereka menyadari manfaat menggunakan air bersih yang sangat banyak, sehingga dapat terhindar dari semua penyakit seperti diare, kecacingan, penyakit kulit atau keracunan. Dan dengan menggunakan air bersih setiap anggota keluarga terpelihara kebersihan dirinya.

e. **Mencuci tangan dengan air bersih dan sabun**

Berdasarkan data penelitian, dari total 601 rumah, seluruh

penghuni rumah desa Samir terbiasa mencuci tangan dengan air bersih dan sabun. Kebiasaan ini biasanya dilakukan sebelum makan dan makan, sesudah buang air besar, sebelum memegang bayi, setelah menceboki anak dan sebelum menyiapkan makanan tentunya menggunakan air bersih mengalir dan sabun. Masyarakat desa Samir juga mengetahui manfaat mencuci tangan sangat banyak, antara lain : agar tangan menjadi bersih dan dapat membunuh kuman yang ada di tangan, mencegah penularan penyakit seperti diare, cacingan, penyakit kulit, infeksi daluran pernafasan akut (ISPA), bahkan flu burung dan lainnya.

f. **Menggunakan Jamban Sehat**

Berdasarkan data penelitian, dari total 601 rumah hampir seluruh (82,3%) 495 rumah mempunyai jamban yang memenuhi syarat. Ada 106 rumah yang belum memiliki jamban yang memenuhi syarat. Hal ini

g. **Memberantas Jentik di Rumah Sekali Seminggu**

Berdasarkan hasil penelitian, dari total 601 rumah

masyarakat desa Samir, sebagian besar (70,5%) 424 rumah mempunyai rumah yang bebas jentik. Meskipun masih ada 177 rumah yang belum bebas dari jentik-jentik. Hal ini dikarenakan disekitar rumah masih banyak genangan-genangan air pada lokasi aliran pembuangan air limbah.

h. **Makan Buah dan Sayur Setiap Hari**

Berdasarkan data penelitian, bahwa dari total 601 rumah, 52% rumah tangga mengkonsumsi buah dan sayur setiap hari. Ini berarti bahwa 312 rumah tangga setiap hari mengkonsumsi buah dan sayur, dan masih banyaknya rumah tangga (289 rumah tangga) yang tidak mengkonsumsi buah dan sayur. Apabila dipandang dari sudut manfaatnya, buah dan sayur mengandung vitamin dan mineral, yang mengatur pertumbuhan dan pemeliharaan tubuh dan mengandung serat yang tinggi.

Sebagian besar masyarakat desa Samir yang tidak mengkonsumsi buah dan sayur dikarenakan kurang menyukai sayuran hijau serta kurang mengetahui manfaat dari buah-buahan.

i. **Melakukan**

Aktifitas Fisik Setiap Hari

Berdasarkan data penelitian, bahwa semua anggota rumah tangga (601 rumah) atau 100% rumah tangga melakukan aktifitas setiap harinya.

Aktivitas fisik adalah melakukan pergerakan anggota tubuh yang menyebabkan pengeluaran tenaga yang sangat penting bagi pemeliharaan kesehatan fisik, mental, dan mempertahankan kualitas hidup agar tetap sehat dan bugar sepanjang hari. Dengan aktivitas fisik dilakukan secara teratur paling sedikit 30 menit dalam sehari, sehingga dapat menyehatkan jantung, paru-paru serta alat tubuh lainnya.

Aktivitas yang dilakukan masyarakat desa Samir banyak sekali, mulai kegiatan membersihkan rumah, sampai dengan penyelesaian pekerjaan yang waktunya hampir seharian. Dan hal ini merupakan aktivitas rutin mereka.

j. **Tidak Merokok di Dalam Rumah**

Berdasarkan data penelitian, dari total 601 rumah sebagian

besar (60%) dalam rumah tangga ada anggota keluarga yang merokok di dalam rumah. Meskipun sudah mengerti bahwa di dalam satu puntung rokok yang diisap, akan dikeluarkan lebih dari 4.000 bahan kimia berbahaya, diantaranya adalah nikotin, tar, dan karbon monoksida (CO), namun mereka tetap melakukannya dan mengabaikan kesehatan anggota rumah tangga lainnya (perokok pasif).

Adapun rumah tangga yang tidak merokok di dalam rumah, sebagian besar memang tidak mengkonsumsi rokok.

2. **Faktor faktor yang Mempengaruhi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di desa Samir kecamatan Ngunut kabupaten Tulungagung.**

a. **Tingkat Pendidikan**

Berdasarkan hasil penelitian, dapat dikatakan bahwa masyarakat desa Samir mayoritas memiliki (42%) penduduk yang tamatan SD, setelah itu 14,7% penduduk tamat SMP

Dengan mayoritas masyarakat berpendidikan SD, hal ini menunjukkan bahwa faktor pendidikan haruslah diperhatikan.

b. **Fasilitas Kesehatan**

Data penelitian tentang sarana kesehatan di desa Samir menunjukkan bahwa sarana kesehatan yang terdapat di desa Samir kurang mencukupi bagi kesehatan masyarakat. Dengan jumlah penduduk 2049 seharusnya pemerintah dapat menambahkan beberapa posyandu di desa Samir.

3. Rekapitulasi hasil penelitian

Tabel 1

Rekapitulasi PHBS Masyarakat Desa Samir Dalam Meningkatkan Kesehatan (Target 70%)

NO	URAIAN	KETERANGAN
1	Perilaku Hidup Bersih dan Sehat	
a.	Pertolongan persalinan oleh tenaga kesehatan	100% Diatas target
b.	Bayi di beri ASI eksklusif	17% Dibawah target
c.	Menimbang balita setiap bulan	100% Diatas target
d.	Ketersediaan air bersih	90% Diatas target
e.	Mencuci tangan dengan air bersih dan sabun	100% Diatas target
f.	Ketersediaan jamban sehat	82,3% Diatas target

g. Memberantas jentik nyamuk 70% Sesuai target

h. Makan buah dan sayur 52% Dibawah target

i. Melakukan aktifitas fisik setiap hari 100% Diatas target

j. Tidak merokok dalam rumah 40% Dibawah target

2 Faktor faktor yang Mempengaruhi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

a. Tingkat Pendidikan 63% Tamat SD dan SMP

b. Sarana Kesehatan 60% Kurang mencukupi

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

PHBS di Rumah Tangga adalah upaya untuk memberdayakan anggota rumah tangga agar tahu, mau dan mampu melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat serta berperan aktif dalam gerakan kesehatan di masyarakat. PHBS di Rumah Tangga dilakukan untuk mencapai Rumah Tangga Sehat di desa kabupaten/kota di seluruh Indonesia. Kegiatan PHBS ini sendiri memiliki manfaat baik bagi rumah tangga itu sendiri maupun masyarakat. Sasaran dari kegiatan

PHBS rumah tangga ini adalah : Pasangan Usia Subur, Ibu Hamil dan Ibu Menyusui, Anak dan Remaja, Usia Lanjut, Pengasuh Anak.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa PHBS masyarakat desa Samir sebagai berikut :

1. Semua persalinan masyarakat desa ditolong oleh tenaga kesehatan
2. Masih sedikitnya ibu yang mau memberikan ASI eksklusif pada bayinya,.
3. Semua bayi dan balita tiap bulan melakukan penimbangan di posyandu serta untuk memantau kesehatannya.
4. Masyarakat selalu menjaga kebersihan dengan selalu mencuci tangan dengan air bersih dan sabun setelah melakukan aktivitas umum dan BAB.
5. Hasil penelitian: masyarakat desa dalam kesehariannya menggunakan air bersih.
6. Menggunakan jamban sehat
7. Masyarakat sebagian besar memberantas jentik di rumah
8. Masyarakat desa banyak yang tidak makan buah dan sayur setiap hari
9. Masyarakat desa banyak yang selalu melakukan aktivitas fisik setiap hari
10. Masyarakat desa kebanyakan merokok di dalam rumah.

11. Bahwa tingkat pendidikan masyarakat desa kebanyakan lulusan SD dan SMP. Meskipun mayoritas penduduk desa yang berpendidikan SD dan SMP lebih banyak namun dari 10 standar PHBS, tujuh indikator telah melebihi standar 70%
12. Sarana kesehatan yang disediakan pemerintah untuk masyarakat desa masih belum mencukupi.

B. Saran

Dari hasil penelitian di atas penulis dapat memberikan beberapa saran :

1. Pemberian ASI Eksklusif
Dengan sangat sedikitnya ibu yang mau memberikan ASI eksklusif pada bayinya ini sangat disayangkan untuk itu memberikan penyuluhan tentang pentingnya ASI eksklusif bagi bayi. Hal ini bisa dilakukan pada saat ibu hamil memeriksakan diri di Posyandu ataupun di Bidan Praktek Mandiri.
2. Makan buah dan sayur
Bagi masyarakat desa Samir makan buah dan sayuran hijau tidak begitu penting dibandingkan dengan lauk pauk. Untuk mengatasinya yaitu dengan penyuluhan yang dilaksanakan petugas kesehatan melalui posyandu

3. Tidak merokok di dalam rumah
Dengan masih banyaknya masyarakat yang merokok di dalam rumah, hal ini berarti dapat menurunkan derajat kesehatan rumah tangga tersebut. Untuk itu selain rutin diberikan penyuluhan-penyuluhan tentang bahaya merokok juga bisa melalui pemasangan poster-poster ditempat umum, sehingga bisa mengingatkan bagi perokok.
4. Sarana kesehatan yang disediakan pemerintah untuk masyarakat desa masih belum mencukupi, untuk itu diperlukan tambahan beberapa sarana kesehatan seperti posyandu.