

BAB II

TINJAUAN TEORI

A. Pengertian Rumah Sehat

Rumah merupakan salah satu kebutuhan pokok manusia. Konstruksi dan lingkungan rumah yang tidak memenuhi syarat rumah sehat merupakan salah satu faktor penyebab sumber penyakit dan ketidaknyamanan penghuni rumah. Rumah Sehat merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia yang berfungsi sebagai tempat tinggal atau Hunian yang digunakan untuk berlindung dari gangguan iklim atau makhluk hidup lainnya seperti tempat pengembangan kehidupan keluarga titik oleh karena itu keberadaan rumah yang sehat, aman, serasi dan teratur sangat diperlukan agar fungsi dan kegunaan rumah dapat terpenuhi dengan baik. Sementara itu, sanitasi fisik rumah harus di perhatikan. Rumah harus dilengkapi luas ventilasi minimal 10% dari luas lantai agar di dalam rumah terjadi pertukaran udara yang baik (Diandra, Afla, and Syahputra 2020).

Persyaratan tentang rumah sehat dapat diuraikan sebagai berikut

1. Rumah adalah bangunan yang berfungsi sebagai tempat tinggal atau hunian dan sarana pembinaan keluarga.
2. Perumahan adalah kelompok rumah yang berfungsi sebagai tempat tinggal atau tempat hunian dengan sarana dan prasarana lokal.
3. Kesehatan perumahan adalah kondisi fisik, kimia, dan biologik di dalam rumah, di lingkungan rumah dan perumahan sehingga memungkinkan penghuni atau masyarakat memperoleh derajat

kesehatan yang optimal Prasarana Kesehatan Lingkungan adalah komponen fisik utama lingkungan yang memungkinkan lingkungan permukiman berfungsi dengan baik.

4. Sarana kesehatan lingkungan adalah fasilitas penunjang yang berfungsi untuk penyelenggaraan dan pengembangan kehidupan ekonomis, sosial dan budaya.

1. Persyaratan rumah sehat menurut Winslow dan APHA

Menurut Winslow dan APHA (Faktor – faktor yang berhubungan dengan rumah sehat 2020) rumah dikatakan sehat merupakan tempat tinggal yang memenuhi kriteria tertentu dan tidak selalu besar atau mewah. Namun, rumah yang memenuhi syarat tersebut harus memiliki aspek pencahayaan yang baik, ruang gerak yang memadai, ventilasi yang optimal, serta berada jauh dari kebisingan. Selain itu rumah, berfungsi sebagai ruang bagi anggota keluarga untuk berinteraksi dan berkontaminasi dengan efektif. Rumah yang baik juga harus dilengkapi dengan sarana air bersih, jamban, saluran air limbah, dan tempat sampah. Sehingga mampu mengurangi risiko penularan penyakit, untuk menciptakan rumah sehat diperlukan perhatian terhadap beberapa aspek yang sangat berpengaruh, antara lain :memiliki sirkulasi udara yang bersih ,memiliki cahaya serta penerangan yang memadai, memiliki air bersih yang cukup dan terpenuhi, memiliki sistem pembuangan yang teratur dengan baik dan tidak menyebabkan pencemaran,memiliki lantai yang tidak licin,dinding

yang kering serta tidak terpapar pencemaran seperti aroma tidak sedap, rempesan air kotor, dan kondisi licin.

a. Memenuhi kebutuhan fisiologis

Rumah yang sehat harus memenuhi persyaratan fisiologis seperti pencahayaan, ventilasi, ruang gerak yang cukup dan pelindung dari suara/ kebisingan yang mengganggu.

b. Memenuhi kebutuhan psikologi antara lain cukup aman dan nyaman bagi masing-masing penghuni rumah, privasi yang cukup, komunikasi yang sehat antara anggota keluarga dan penghuni rumah, lingkungan tempat tinggal yang memiliki tingkat ekonomi yang relatif sama.

c. Memenuhi persyaratan pencegahan penularan penyakit antara penghuni rumah dengan kejadian air bersih, pengolahan tinja dan air limbah rumah tangga, bebas vektor penyakit dan tikus, kepadatan hunian yang berlebihan, cukup sinar matahari pagi, terlindungnya makanan dan minuman dari pencemaran

d. Memenuhi persyaratan untuk mencegah terjadinya kecelakaan baik yang timbul karena keadaan luar rumah. Persyaratan ini termasuk bangunan yang kokoh, terhindar dari bahaya kebakaran, tidak menyebabkan keracunan gas, dan terlindung dari kecelakaan lalu lintas.

B. Kondisi Fisik Rumah

1. Rumah

Rumah adalah pusat kesehatan keluarga karena rumah merupakan tempat dimana anggota keluarga berkumpul dan saling berhubungan. Anggota keluarga serta kebiasaan hidup sehari-hari merupakan sesuatu ketentuan yang berhubungan. Cara itulah sebabnya kesehatan harus dimulai dari rumah. Untuk itu, rumah dan pengaturannya harus memenuhi syarat-syarat kesehatan. Rumah harus dilengkapi luas ventilasi minimal 10% dari luas lantai agar di dalam rumah terjadi pertukaran udara yang baik. Adapun rumah yang memenuhi syarat tersebut harus memiliki aspek pencahayaan yang baik, ruang gerak yang memadai, ventilasi yang optimal, serta berada jauh dari kebisingan. (Falah et al. 2023)

a. Jenis Lantai dan dinding rumah

Kondisi lingkungan fisik rumah merupakan salah satu faktor penting yang memberikan dampak besar terhadap status kesehatan penghuni rumah, dinding yang lembab, lantai yang tidak kedap air sehingga akan mempengaruhi kelembaban didalam rumah. (Putri and Mantu 2021).

Berdasarkan Kepmenkes RI Nomor 829/Menkes/SK/VII/1999, lantai yang memenuhi syarat kesehatan adalah lantai yang kedap air, tidak lembab, mudah dibersihkan, dan tidak berdebu, seperti keramik, ubin, atau semen yang diplester. Lantai yang tidak kedap air, seperti lantai tanah

atau papan berlubang, berisiko menjadi media tumbuhnya mikroorganisme patogen dan sumber penularan penyakit berbasis lingkungan, terutama penyakit saluran pernapasan. Dampak dari kelembaban yang terlalu tinggi atau rendah dapat menyebabkan suburnya pertumbuhan mikroorganisme apalagi jika kondisi bangunan rumah yang kurang baik

b. Luas Ventilasi Rumah

Luas Ventilasi Rumah (Aditya, Wahjuni, and Isfandiari 2018) Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No.077/MENKES/PER/V/2011 tentang pedoman penyehatan udara dalam ruang rumah yang persyartan adanya ventilasi disetiap rumah. Ventilasi berfungsi untuk menjaga sirkulasi udara dari dalam keluar dan dari luar kedalam rumah tetap terjaga sehingga keseimbangan oksigen (O_2) yang diperlukan penghuninya dapat terpenuhi dengan baik.

Berdasarkan Permenkes RI Nomor 2 Tahun 2023, Ventilasi dikategorikan baik apabila memenuhi syarat yaitu luas ventilasi $\geq 10\%$ dari luas lantai dan terbuka, Dikategorikan tidak memenuhi syarat jika $<10\%$ dari luas lantai. berfungsi menjaga pertukaran udara secara optimal, memastikan ketersediaan oksigen, serta mengurangi konsentrasi polutan udara termasuk asap rokok. Sebaliknya, ventilasi yang tidak memenuhi syarat dapat meningkatkan risiko penularan penyakit pernapasan

c. Kepadatan Hunian

Kepadatan hunian merupakan proses penularan penyakit. Semakin padat penghuni sebuah rumah, maka penyakit akan semakin mudah dan cepat menyebar, terutama melalui udara (Hardianti and Wahyuni 2021). Oleh karena itu, kepadatan rumah tempat tinggal dapat berpengaruh pada penghuninya, luas rumah yang tidak sebanding dengan jumlah orang yang tinggal di dalamnya akan menyebabkan terlalu padat.

kepadatan hunian dinyatakan memenuhi syarat (MS) apabila luas ruang tidur lebih dari 9 m², sedangkan dinyatakan tidak memenuhi syarat (TMS) apabila luas ruang tidur kurang dari 9 m². Rumah dengan luas ruang tidur yang tidak memenuhi ketentuan ini berisiko menimbulkan berbagai dampak negatif bagi penghuninya, baik dari segi kesehatan fisik maupun mental, seperti meningkatnya risiko penularan penyakit infeksi saluran pernapasan akibat sirkulasi udara yang kurang baik, maupun gangguan psikologis akibat kurangnya privasi dan kesulitan tidur, dapat mengurangi asupan oksigen, hal ini tidak sehat karena mengurangi konsumsi oksigen. Selain itu, jika salah satu anggota keluarga menderita penyakit tersebut dapat dengan mudah menular kepada anggota keluarga lainnya.

C. Kebiasaan Merokok Dalam Rumah

1. Definisi

Pada zaman modern saat ini, rokok bukanlah benda asing lagi. Bagi mereka yang hidup dikota maupun didesa umumnya mereka sudah mengenal benda yang bernama rokok. Bahkan oleh sebagian orang, rokok sudah menjadi kebutuhan hidup yang tidak bisa ditinggalkan begitu saja dalam kehidupan sehari-hari. Resiko asap rokok bagi perokok aktif maupun pasif membahayakan tubuh dan meningkatkan risiko timbulnya berbagai penyakit seperti penyakit jantung dan gangguan pembuluh darah, kanker paru-paru, kanker rongga mulut.

Rokok adalah lintingan atau gulungan tembakau yang digulung/dibungkus dengan kertas, daun, atau kulit jagung, sebesar kelingking dengan panjang 8-10 cm, biasanya dihisap seseorang setelah dibakar ujungnya. Rokok merupakan pabrik bahan kimia berbahaya. Hanya dengan membakar dan menghisap sebatang rokok saja, dapat diproduksi lebih dari 4000 jenis bahan kimia. 400 diantaranya beracun dan 40 diantaranya bisa berakumulasi dalam tubuh dan dapat menyebabkan kanker. Rokok juga termasuk zat adiktif karena dapat menyebabkan adiksi (ketagihan) dan dependensi (ketergantungan) bagi orang yang menghisapnya. Rokok merupakan salah satu bahan adiktif artinya dapat menimbulkan ketergantungan bagi pemakainya. Dengan kata lain, rokok termasuk golongan NAPZA (Naja Ayu Helfrida, Jamila Kasim 2021).

2. Kebiasaan Merokok

Merokok adalah suatu kebiasaan mengisap rokok yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari, merupakan sesuatu kebutuhan yang tidak bisa dihindari bagi orang yang mengalami kecenderungan terhadap rokok. Rokok merupakan salah satu bahan adiktif artinya dapat menimbulkan ketergantungan bagi pemakainya karena kebiasaan merokok masyarakat dengan jumlah rokok dalam sehari menghabiskan beberapa batang rokok, jenis rokok yang digunakan setiap harinya, dan lama waktu merokok (Ahyanti and Duarsa 2016).

Kebiasaan merokok penghuni rumah yang dapat berpengaruh terhadap kesehatan. Secara umum dapat disebabkan oleh penurunan status sosial ekonomi, asap rokok, dan pencemaran udara. Perokok membakar sebatang rokok dan menghisapnya, asap utama dihisap dan asap yang keluar dari bagian yang terbakar dari ujung rokok disebut asap samping atau sidestream smoke. Asap yang keluar dari bagian yang terbakar dari ujung rokok dan menghisapnya, asap utama disap dan asap yang keluar dari bagian terbakar dari ujung rokok tersebut asap samping atau sidestream smoke. Asap samping mengandung lebih banyak.

Keberadaan adanya anggota keluarga di dalam rumah yang aktif merokok merupakan faktor yang menyebabkan masalah bagi kesehatan didalam keluarga seperti masalah pernapasan serta bisa meningkatnya serangan infeksi pernapasan akut terutamanya kanak-kanak kecil. Kanak-kanak yang ibu bapanya salah satunya bahkan keduanya

merokok akan lebih rentan mengalami sakit pernapasan. Tabiat merokok ibu bapak di dalam rumah menjadikan kanak-kanak kecil yang selalu perokok pasif rentan kepada asap rokok. menyatakan bahwa rumah di mana ibu bapa mempunyai tabiat merokok rumah untuk kanak-kanak yang ibu bapaknya tidak merokok.

Hubungan kebiasaan Pengetahuan yang baik terkait penyakit ISPA pada balita tentu akan berdampak sehingga pengetahuannya baik bisa mencegah ISPA lebih dini, misalnya mencontohkan anaknya untuk mencuci tangan sesuai prosedur kebersihan, lebih-lebih beraktivitas dan sesudahnya di tempat publik, serta menghindarkan anaknya pada orang yang merokok. Hal ini tentu akan menjadi kebiasaan yang baik pada anak dan dapat mencegah berbagai penyakit menular yang lainnya. merokok dengan kejadian ISPA (M. Nabil 1 et al. 1993) (Berfilda, Sumiatin, and Ningsih 2024)

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) ialah semua tingkah laku kesehatan yang dijalankan atas kesadaran individu supaya keluarga atau ahli keluarga dapat membantu diri dalam sektor kesehatan dan berperanan aktif dalam aktivitas kesehatan dalam masyarakat. Indikator Tingkah Laku Hidup Bersih dan Sehat ialah tingkah laku kanak-kanak dalam melakukan kebersihan diri dengan mencuci tangan menggunakan sabun, tingkah laku kanak-kanak menggunakan air bersih, dan menggunakan tandas yang sehat. PHBS yang jarang ditemui pada kanak-kanak ialah mencuci tangan sebelum dan selepas bertindak.

3. Tanda dan Gejala penyebab merokok

Tanda dan gejala penyebab merokok biasanya muncul dalam beberapa jam sampai beberapa hari. dapat menimbulkan bermacam-macam tanda dan gejala seperti batuk, kesulitan bernapas, sakit tenggorokan, pilek, sakit telinga panas atau demam. (Sudiarti, Z.R, and Safitri 2023) Gejala penyebab merokok berdasarkan tingkat keparahan berikut beberapa gejala dari penyebab merokok:

a. Gejala dari penyebab merokok ringan

- 1) Batuk.
- 2) Serak
- 3) Pilek, yaitu mengeluarkan lendir atau ingus dari hidung.
- 4) Panas atau demam, dengan suhu badan lebih dari 37,0°C.

b. Gejala dari penyebab merokok sedang

- 1) Pernapasan cepat (fast breathing) sesuai umur yaitu untuk kelompok umur kurang dari 2 bulan frekuensi nafas 60 kali per menit atau lebih dari dan 40 kali permenit untuk umur 12 bulan - 5 tahun.
- 2) Suhu tubuh lebih dari 39,0°C.
- 3) Tenggorokan berwarna merah.
- 4) Timbul bercak-bercak merah pada kulit menyerupai bercak campak.
- 5) Berbunyi pernapasan seperti mengorok (mendengkur).

c. Gejala dari penyebab merokok berat

- 1) Warna bibir atau kulit membiru.
- 2) Bunyi pernapasan seperti mengorok dan anak tampak gelisah.
- 3) Selama tertarik ke dalam pada waktu bernapa
- 4) Tenggorokan berwarna merah