

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Perilaku Kesehatan**

Perilaku kesehatan adalah suatu respons seseorang terhadap stimulus atau objektif yang berkaitan dengan sakit dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, makanan, dan minuman, serta lingkungan. Perilaku sehat adalah tindakan yang dilakukan individu untuk memelihara dan meningkatkan kesehatannya, termasuk pencegahan penyakit, perawatan kebersihan diri, penjagaan kebugaran melalui olahraga dan makanan bergizi. Perilaku sehat ini diperlihatkan oleh individu yang merasa dirinya sehat meskipun secara medis belum tentu mereka betul-betul sehat (Irwan, 2014, h. 121).

Tiga kategori perilaku kesehatan:

1. Perilaku kesehatan preventif adalah setiap kegiatan yang dilakukan oleh seseorang yang meyakini dirinya sehat dengan tujuan untuk mencegah atau mendeteksi penyakit dalam keadaan *asimtomatik* (suatu kondisi penyakit yang sudah positif diderita, tetapi tidak memberikan gejala klinis apapun terhadap orang tersebut)

2. Perilaku sakit

Setiap kegiatan yang dilakukan oleh seseorang yang merasa dirinya sakit, untuk mengetahui keadaan kesehatannya dan mencari pengobatan yang tepat.

3. Perilaku peran sakit

Setiap kegiatan yang dilakukan oleh seseorang yang mengira dirinya sakit, dengan tujuan untuk sembuh, termasuk menerima pengobatan dari pelayanan kesehatan (Pakpahan, et al, 2021, h.17-18).

Terbentuknya perilaku sehat disebabkan oleh 3 aspek antara lain : Pengetahuan, sikap, dan tindakan.

### 1. Pengetahuan

Adalah hasil penginderaan manusia yang melalui proses belajar atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimiliki. Pengetahuan terkait kesehatan adalah segala sesuatu yang diketahui oleh seseorang terhadap cara-cara memelihara kesehatan.

Pengetahuan terkait cara-cara memelihara kesehatan meliputi :

- a. Pengetahuan tentang penyakit menular dan tidak menular yakni jenis penyakit, gejala-gejala penyakit, penyebab penyakit, dan cara penularan serta pencegahan penyakit.
- b. Pengetahuan tentang faktor-faktor yang terkait atau mempengaruhi kesehatan antara lain : gizi makanan, sarana air bersih, pembuangan air limbah, sampah atau kotoran manusia, perumahan sehat, polusi udara dan sebagainya.
- c. Pengetahuan tentang fasilitas pelayanan kesehatan yang profesional maupun tradisional
- d. Pengetahuan untuk menghindari kecelakaan baik kecelakaan rumah tangga, kecelakaan lalu lintas dan tempat-tempat umum.

### 2. Sikap

Adalah respon tertutup seseorang terhadap stimulus atau objek tertentu yang melibatkan faktor pendapat dan emosi yang bersangkutan. Sikap terhadap kesehatan adalah pendapat atau penilaian orang terhadap hal-hal yang berkaitan dengan pemeliharaan kesehatan yang mencakup 4 hal yaitu :

- a. Sikap terhadap penyakit menular dan tidak menular
- b. Sikap terhadap faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan

- c. Sikap terhadap fasilitas pelayanan kesehatan yang profesional maupun tradisional
- d. Sikap untuk menghindari kecelakaan, baik kecelakaan rumah tangga, lalu lintas maupun tempat-tempat umum.

### 3. Tindakan

Tindakan memerlukan faktor lain yaitu adanya fasilitas atau sarana dan prasarana. Sedangkan tindakan kesehatan yang dimaksud adalah semua kegiatan atau aktifitas yang dimaksud untuk memelihara kesehatan. Tindakan kesehatan meliputi 4 faktor yaitu :

- a. Tindakan sehubungan dengan penyakit menular atau tidak menular
- b. Tindakan sehubungan dengan faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan
- c. Tindakan sehubungan dengan penggunaan fasilitas pelayanan kesehatan
- d. Tindakan untuk menghindari kecelakaan baik kecelakaan rumah tangga, lalu lintas maupun di tempat-tempat umum (Irwan, 2014, h.121-123).

Menurut teori bloom Perilaku ibu rumah tangga dapat dianalisis melalui domain kognitif, afektif, dan psikomotor dalam perspektif teori Bloom. Perilaku ini mencerminkan bagaimana ibu rumah tangga mengelola kehidupan sehari-hari mereka, mendidik anak-anak, dan mengelola rumah tangga, dengan melibatkan pengetahuan, nilai, keterampilan sosial, dan keterampilan fisik. Mengamati perilaku ibu rumah tangga dapat membantu kita memahami bagaimana peran mereka dalam keluarga berkontribusi pada perkembangan anak dan kesejahteraan keluarga secara keseluruhan.

## **B. Pengantar Air Minum**

### **1. Definisi Air Minum**

Air merupakan salah satu kebutuhan hidup dan merupakan dasar bagi perikehidupan di bumi. Tanpa air, berbagai proses kehidupan tidak dapat berlangsung. Oleh karena itu, penyediaan air merupakan salah satu kebutuhan utama bagi manusia untuk kelangsungan hidup dan menjadi faktor penentu dalam kesehatan dan kesejahteraan manusia. Air minum adalah air yang melalui proses pengolahan atau tanpa proses pengolahan yang memenuhi syarat kesehatan dan dapat langsung di minum.

Manusia dalam kehidupan sehari-hari memerlukan sumber tenaga yaitu makan dan minum. Salah satunya adalah kebutuhan akan air minum. Diketahui bahwa 70% bagian yang ada di dalam tubuh manusia berbentuk cairan. Oleh karenanya, manusia membutuhkan supply air yang cukup untuk menjaga kesegaran dan kebugaran jasmani. Air minum merupakan unsur gizi yang sama pentingnya dengan karbohidrat, protein, lemak, dan vitamin. Tubuh membutuhkan air mineral untuk dikonsumsi sebanyak 1 sampai 2,5 liter atau setara dengan 6-8 gelas setiap harinya.

## **2. Manfaat Air Minum**

Pemanfaatan air dalam kehidupan harus memenuhi persyaratan meliputi kualitas maupun kuantitas yang erat hubungannya bagi kesehatan baik sebagai air minum maupun keperluan rumah tangga lainnya. “syarat-syarat air minum adalah tidak berwarna, tidak berbau, tidak berasa dan tidak mengandung kuman patogen yang dapat membahayakan kesehatan manusia. Air minum juga tidak mengandung zat kimia yang dapat mengubah fungsi tubuh, tidak dapat diterima secara estetis, dan dapat merugikan secara ekonomis”. Manusia membutuhkan air minum yang sehat yaitu air mineral untuk menjaga kesehatan tubuhnya.

Air minum adalah air yang melalui pengolahan atau tanpa pengolahan yang memenuhi syarat kesehatan dan dapat langsung diminum. Air untuk keperluan

higiene dan sanitasi adalah air yang digunakan untuk keperluan higiene perorangan dan/atau rumah tangga. Air kolam renang adalah air yang telah diolah yang dilengkapi dengan fasilitas kenyamanan dan pengamanan berupa konstruksi kolam baik yang terletak di dalam maupun di luar bangunan yang digunakan untuk berenang, rekreasi, atau olahraga air lainnya Air Solus Per Aqua yang selanjutnya disebut Air SPA adalah air yang digunakan untuk terapi dengan karakteristik tertentu yang kualitasnya dapat diperoleh dengan cara pengolahan maupun alami. Air Pemandian Umum adalah air alam tanpa pengolahan terlebih dahulu yang digunakan untuk kegiatan mandi, relaksasi, rekreasi, atau olahraga, dan dilengkapi dengan fasilitas lainnya (Telan, et al, 2023, h.29-30).

### **3. Metode Pengolahan Air Minum**

Terdapat beberapa pengolahan air secara sederhana yakni:

a. Pengolahan secara alamiah dengan melakukan penyimpanan

Pengolahan ini dilakukan dalam bentuk penyimpanan dari air yang diperoleh dari berbagai macam sumber, seperti air danau, air sungai, air sumur, dan sebagainya. Kemudian akan terjadi koagulasi dari zat-zat yang terdapat di dalam air dan akhirnya terbentuk endapan. Air akan menjadi jernih karena partikel-partikel yang ada dalam air ikut mengendap.

b. Pengolahan air dengan penyaringan

Penyaringan air adalah metode yang digunakan untuk menyaring senyawa kimia yang tidak diinginkan, bahan organik dan anorganik, dan kontaminasi biologis dari air. Tujuan dari penyaringan air adalah untuk menyediakan air minum yang bersih.

c. Pengolahan air dengan menambahkan zat kimia

Zat kimia yang digunakan dapat berupa 2 macam yakni zat kimia yang berfungsi untuk koagulasi dan akhirnya mempercepat pengendapan (misalnya tawas). Zat kimia yang kedua adalah berfungsi untuk menyucihamakan (membunuh bibit penyakit yang ada di dalam air Klor (Cl)).

d. Pengolahan air dengan mengalirkan udara

Tujuan utamanya adalah untuk menghilangkan rasa serta bau yang tidak enak, menghilangkan gas-gas yang tak diperlukan, misalnya CO<sub>2</sub> dan juga menaikkan derajat keasaman air.

e. Pengolahan air dengan cara memanaskan

Tujuannya untuk membunuh kuman-kuman yang terdapat pada air. Pengolahan semacam ini lebih tepat hanya untuk konsumsi kecil misalnya untuk kebutuhan rumah tangga.

f. Pengolahan air minum pada tingkat dasar dapat meliputi, penyaringan, penyimpanan dan pendiaman, filtrasi, desinfeksi, pengolahan air dengan cara memanaskan air.

Sarana air minum juga penting untuk diperhatikan kebersihannya. Sarana air minum yang kotor atau kurang higienis memungkinkan menyebabkan penyakit diare. Bahkan jika air tersebut sudah direbus terlebih dahulu tetapi jika sarana tempat air minumnya kurang higienis maka dapat menjadi penyebab terjadinya diare, sehingga wadah penyimpanan air minum setelah pengolahan air juga perlu diperhatikan yakni :

a. Wadah tertutup, berleher sempit, dan lebih baik dilengkapi dengan kran.

b. Air minum sebaiknya disimpan di wadah pengolahannya.

- c. Air yang sudah diolah sebaiknya disimpan dalam tempat yang bersih dan selalu tertutup.
- d. Minum air dengan menggunakan gelas yang bersih dan kering atau tidak minum air langsung mengenai mulut/wadah kran.
- e. Letakkan wadah penyimpanan air minum di tempat yang bersih dan sulit terjangkau oleh binatang.
- f. Wadah air minum dicuci setelah tiga hari atau saat air habis, gunakan air yang sudah diolah sebagai air bilasan terakhir (Poltekkes Denpasar, 2018, h.11-14).

#### **4. Air Minum dan Kesehatan Masyarakat**

Air dan kesehatan merupakan dua hal yang saling berhubungan. Kualitas air yang dikonsumsi masyarakat dapat menentukan derajat kesehatan masyarakat tersebut. Air minum haruslah memenuhi syarat baik dari aspek kuantitas maupun kualitas. Aspek yang paling utama dipenuhi adalah aspek kualitas, dimana air minum dapat secara langsung mempengaruhi kesehatan masyarakat.

Selain memberikan manfaat yang menguntungkan bagi manusia, air juga dapat memberikan pengaruh buruk terhadap kesehatan manusia. Air yang sudah tercemar oleh adanya virus, bakteri, protozoa, dan cacing adalah merupakan air yang tidak memenuhi persyaratan kesehatan sangat baik sebagai media penularan penyakit. Penyakit yang dapat ditularkan melalui media air dapat di kelompokkan menjadi empat kategori (Feachem,1980), yaitu :

##### *a. Water Borne Diseases*

Water borne diseases adalah penyakit-penyakit yang ditularkan melalui air yang disebabkan oleh organisme-organisme yang sangat menular dan bisa menulari seseorang hanya dengan jumlah sedikit saja. Hal ini tergantung tingkat polusi yang terjadi. Dua penyebab utama yang menyebabkan kematian yang tinggi jika tidak ada pengobatan, yaitu tifus dan kolera. Dua penyakit tersebut kejadiannya sangat

dramatis, karena sumber penularan umumnya merupakan sumber air masyarakat yang tercemar oleh tinja penderita atau pembawa infeksi (carier). Orang akan menjadi sakit, apabila air yang tercemar pada saat bersamaan karena penularannya sangat cepat. Penyakit ini muncul secara tiba-tiba dan menyebar secara tiba-tiba serta menyebar secara luas, akibatnya penyakit tersebut sangat ditakuti.

b. *Water Washed Diseases*

Penyakit karena kurangnya air untuk kebersihan perorangan (*Water Washed Diseases*). Air yang tidak mencukupi untuk membersihkan diri atau untuk mencuci alat-alat makan dan pakaian. Karena kebersihan kurang maka infeksi kulit mudah berkembang. Begitu juga dengan penularan infeksi usus seperti diare (disentri basiler) juga menjadi tidak mudah melalui tangan dan peralatan rumah tangga yang tercemar.

c. *Water Based Diseases*

Infeksi yang ditularkan melalui hewan-hewan air yang tidak bertulang belakang. (*Water Based Diseases*). Peranan hewan air yang tidak bertulang belakang seperti siput sebagai perantara perkembangan hidup mikroba. Semula dari telur atau larva yang kemudian hidup dalam siput dan menjadi matang dan tersebar diperairan dan akan menjadi infeksius terhadap manusia, contoh dari water based diseases adalah *schtstosomtasis*

d. *Water Related Insect Vector*

Infeksi yang ditularkan oleh serangga yang bergantung pada air (*water related insect vector*). Contohnya nyamuk berkembang biak di air dan dapat menularkan penyakit malaria.

Air minum yang dikonsumsi masyarakat di Indonesia, harus memenuhi syarat yang telah ditentukan oleh pemerintah dalam Peraturan Menteri Kesehatan Nomor



492 Tahun 2010 Tentang Persyaratan Kualitas Air Minum agar dapat menjadi air minum layak dan aman untuk dikonsumsi.

Salah satu parameter yang wajib dipenuhi dan berpengaruh langsung terhadap kesehatan adalah parameter mikrobiologi, dimana salah satu indikatornya adalah total coliform. Dalam air minum, total coliform tidak boleh ditemukan sama sekali (0 CFU/100 mL). Apabila di dalam air minum terdapat kandungan total coliform, maka air tersebut sudah tidak aman/tidak layak untuk dikonsumsi. Air minum yang tidak aman tentu dapat berdampak buruk bagi kesehatan, terutama bagi kelompok rentan seperti balita, orang dengan imunitas rendah, dan lansia. Salah satu masalah kesehatan yang dapat ditimbulkan dari mengonsumsi air yang tidak aman adalah penyakit akibat air *waterborne disease*, dimana diare merupakan salah satu penyakit yang paling sering dikaitkan dengan konsumsi air yang tidak layak (Arsyina, et al, 2019, h.19).

Air juga dapat menjadi medium penularan berbagai penyakit, khususnya jika kualitas air yang digunakan tidak terjaga dengan baik. Hal ini menjadi fokus utama dalam pendekatan Sanitasi Total Berbasis Masyarakat (STBM) yang diterapkan di Indonesia untuk mempromosikan perilaku hidup bersih dan sehat, dengan tujuan utama untuk mencegah penularan penyakit yang berkaitan dengan air.

Program ini bertujuan untuk mencegah penularan penyakit melalui lima pilar utama, yang salah satunya berkaitan dengan pengelolaan air bersih dan sanitasi. Berikut adalah peran air dalam penularan penyakit menurut STBM:

#### Pilar 1: Stop Buang Air Sembarangan

Menjaga agar air tidak tercemar oleh limbah manusia adalah langkah penting dalam mengurangi penularan penyakit berbasis air. Jika air tercemar oleh tinja manusia, berbagai penyakit seperti diare, kolera, dan disentri dapat dengan mudah menyebar.

STBM mendorong masyarakat untuk tidak membuang air besar sembarangan, serta membangun toilet yang layak dan aman, yang membantu memutus rantai penyebaran patogen melalui air.

#### Pilar 2: Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS)

Mencuci tangan dengan sabun, terutama setelah buang air besar, sebelum makan, atau menyiapkan makanan, adalah salah satu cara efektif untuk mencegah penularan penyakit yang ditularkan melalui air atau makanan. Dengan mencuci tangan, masyarakat dapat mengurangi risiko kontaminasi dari air yang terkontaminasi oleh kuman dan patogen.

#### Pilar 3: Pengelolaan Air Minum yang Aman

Pengelolaan air minum yang bersih dan aman sangat penting dalam mencegah penyakit berbasis air. STBM mendorong penggunaan air yang bersih dan aman untuk konsumsi, yang bisa dicapai dengan cara penyaringan, pemurnian (misalnya, dengan merebus air atau menggunakan filter air), serta memastikan bahwa sumber air tidak terkontaminasi oleh limbah.

#### Pilar 4: Pengelolaan Sampah Rumah Tangga

Sampah rumah tangga yang tidak dikelola dengan baik, terutama sampah organik atau sampah yang terkontaminasi, dapat mencemari sumber air. STBM mengajarkan pentingnya mengelola sampah dengan baik, termasuk pemisahan sampah organik dan non-organik serta pembuangan sampah yang benar. Hal ini mengurangi risiko kontaminasi air dan tanah, yang pada gilirannya mengurangi kemungkinan penyebaran penyakit.

#### Pilar 5: Pengelolaan Limbah Cair

Limbah cair rumah tangga, seperti air bekas mandi, cuci, dan buang air besar, jika tidak dikelola dengan baik, bisa mencemari lingkungan dan sumber air. STBM mendorong masyarakat untuk membuat sistem pembuangan limbah cair yang aman, seperti sistem septik tank yang benar, untuk mencegah pencemaran air tanah dan sumber air bersih lainnya.

Penyakit yang dapat ditularkan seperti, Diare, kolera, tipus, hepatitis A, dan disentri.

