

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Dasar Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat

1. Pengertian Hidup Bersih dan Sehat

Perilaku merupakan perbuatan dan perkataan seseorang yang sifatnya dapat diamati, digambarkan dan dicatat oleh orang lain ataupun orang yang melakukannya. Perilaku sehat adalah pengetahuan, sikap dan tindakan proaktif untuk memelihara dan mencegah risiko terjadinya penyakit, melindungi diri dari ancaman penyakit, serta berperan aktif dalam gerakan kesehatan masyarakat (Maryunani, 2013, h .26).

Secara umum Perilaku hidup bersih dan sehat dalaha upaya untuk memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, keluarga, kelompok, dan masyarakat dengan membuka jalan komunikasi, memberi informasi dan melakukan edukasi, untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku, melalui pendekatan pimpinan (*advokasi*), bina suasana (*social support*) dan pemberdayaan masyarakat (*empowerman*) sebagai suatu upaya untuk membantu masyarakat mengenali dan mengatasi masalahnya sendiri, dalam tatanan masing-masing agar dapat menerapkan cara-cara hidup sehat, dalam rangka menjaga, memelihara dan meningkatkan kesehatan. Sedangkan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah adalah sekumpulan perilaku yang di praktikan oleh peserta didik, guru dan masyarakat lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, sehingga secara

mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatan, dan berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat (Maryunani 2013, h. 150).

2. Manfaat dan tujuan perilaku hidup bersih dan sehat

Secara umum adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat agar mau dan mampu. Perilaku hidup bersih dan sehat merupakan esensi dan hak asasi manusia untuk tetap mempertahankan kelangsungan hidupnya. Program PHBS merupakan program nasional, yang dibuat untuk seluruh wilayah di Indonesia. Perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah merupakan langkah untuk memberdayakan siswa/siswi, guru dan masyarakat lingkungan sekolah agar bisa dan ingin melakukan perilaku hidup bersih dan sehat dalam menciptakan lingkungan yang sehat di SD tersebut (Ambarwati, 2019)

Perilaku hidup bersih dan sehat bertujuan memberi pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, kelompok, keluarga, dengan membuka jalur komunikasi, informasi, dan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, serta perilaku sehingga masyarakat sadar, mau dan mampu mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat manfaat PHBS. Perilaku mempunyai beberapa dimensi yaitu fisik dapat diamati, digambarkan dan dicatat baik, frekuensi durasi dan intensitasnya, ruang suatu perilaku mempunyai dampak kepada lingkungan (fisik maupun sosial) dimana pun perilaku itu terjadi, waktu,

suatu perilaku mempunyai kaitan dengan masa lampau maupun masa yang akan datang.

3. Indikator sebagai ukuran penilaian perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah

- a. Mencuci tangan dengan air yang mengalir dengan sabun Salah satu kegiatan penyuluhan yaitu peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat dengan mencuci tangan pakai sabun dan air mengalir (Ambarwati, 2019)
- b. Tidak jajan di sembarang tempat melainkan harus dikantin sekolah.

Kantin sekolah merupakan salah satu tempat untuk jajanan anak sekolah. Tempat jajan anak sekolah lainnya adalah pada penjaja makanan yang berada di sekitar sekolah. Ada kantin sekolah yang telah menyediakan makanan sehat dan bergizi, tetapi ada juga yang belum (Lestari, 2021).

Jajanan di sekolah merupakan sebuah kebiasaan yang hampir dilakukan oleh semua siswa/siswa yang ada di sekolah. Jajanan memiliki peranan yang cukup penting untuk memberikan asupan dan gizi yang di konsumsi harusnya sesuai dengan petunjuk gizi yang sudah ditetapkan. Mengonsumsi jajanan sembarangan dapat menyebabkan obesitas yang terjadi pada masa anak-anak memiliki resiko tinggi untuk menjadi obesitas dimasa dewasanya (Sukriani dkk, 2022) .

Jika jajan disebarkan, kemungkinan tidak bisa, dipastikan apakah jajanan tersebut bersih, sehat, bergizi dan aman. jajan yang tidak terjamin kebersihannya bisa saja sudah tercemar kuman sehingga menyebabkan penyakit diare.

c. Gunakan jamban yang bersih dan sehat.

Menurut Permenkes nomor 2 tahun 2023 bahwa, jamban bentuk leher angsa yang terbuat dari bahan yang kuat, permukaan yang halus dan bisa di bersihkan kemudian jumlah yang cukup, bersih, tersedia air mengalir, serta di lengkapi dengan sabun, tempat sampah, tisu, dan ventilasi baik.

Sedangkan syarat untuk jamban sehat, adalah tidak mencemari sumber air minum, tidak berbau, tidak dapat dijamah oleh hewan seperti serangga dan tikus, tidak mencemari tanah sekitarnya, mudah dibersihkan dan aman digunakan, dilengkapi dinding dan atap pelindung, penerangan dan ventilasi udara yang cukup, rantai kedap air, tersedia air, sabun, dan alat pembersih yang memadai

Untuk menjaga agar lingkungan selalu bersih dan tidak berbau, supaya tidak mencemari sumber air lingkungan sekitar dan juga agar tidak mengandung datangnya serangga kecoa/lalat mejadi vektor penyakit seperti diare, cholera, disentri dan kecacingan. Syarat jamban untuk anak sekolah dasar yaitu 1 jamban idealnya digunakan oleh 25 anak perempuan sedangkan untuk anak laki-laki satu jamban itu idealnya digunakan oleh 40 anak.

- d. Olahraga dan aktifitas fisik yang teratur dan terukur.

Kebugaran yang baik hanya bisa mencapai apabila dilakukan latihan yang teratur. Agar tubuh selalu bugar, lebih bersemangat dalam belajar, memelihara fisik dan mental agar tetap bugar dan tidak mudah sakit serta untuk pertumbuhan dan perkembangan fisik.

- e. Memberantas jentik nyamuk di sekolah secara rutin.

Pemeriksaan tempat berkembangbiakan nyamuk yang ada di bak kamar mandi, vas bunga, dispenser, dan media penyimpanan lainnya. Kegiatan ini dilakukan secara teratur setiap minggu dilakukan pemberantasan sarang nyamuk dengan cara 3M, (menguras, mengubur, menutup).

- f. Bebas Dari Asap Rokok

Menurut Perda nomor 19 tahun 2020 bahwa, Kawasan Tanpa Rokok adalah ruangan atau area yang dinyatakan dilarang untuk kegiatan memproduksi, menjual mengiklankan atau mempromosi produk tembakau yaitu, di area fasilitas pelayanan kesehatan, tempat umum (hotel, rumah makan, bioskop, salon terminal angkutan umum) tempat kerja, tempat ibadah (gereja, masjid dan lainnya), tempat anak bermain, tempat proses belajar mengajar (sekolah dan kampus) dan tempat umum lain yang ditetapkan.

- g. Menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan

Untuk mengetahui pertumbuhan dan perkembangan serta status gizi sebaiknya melakukan Pengukuran tinggi badan (TB) dan berta badan

(BB) setiap enam bulan sekali untuk memantau pertumbuhan siswa/siswi.

- h. Membuang sampah secara terpisah di tempatnya.

Seperti yang kita tahu bahwa sampah merupakan sarang kuman dan bakteri penyakit, membuang sampah pada tempatnya menghindari tubuh agar tidak tertular penyakit dan menjaga kebersihan sekolah. Sampah yang di buang sembarang akan menjadi tempat perkembangbiak serangga dan tikus, menjadi sumber polusi dan pencemaran terhadap tanah, air dan udara.

4. Penting Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Untuk Anak Usia Sekolah.

Anak usia sekolah adalah waktu yang paling tepat untuk menanamkan pengertian dan kebiasaan hidup bersih. Anak sekolah merupakan kelompok terbesar dari golongan anak-anak, terutama di negara yang mengenal wajib belajar. Sekolah adalah salah satu institusi masyarakat yang telah terorganisir secara baik. Anak usia sekolah termasuk kelompok masyarakat yang mempunyai resiko tinggi. Kesehatan anak usia sekolah akan menentukan kesehatan masyarakat dan bangsa di masa depan.

5. Faktor-faktor yang mempengaruhi rendahnya pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

Faktor- faktor yang mempengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat tidak terlaksanakan di sekolah karena guru kurang berperan aktif dalam pelayanan kesehatan terutama dalam mengajarkan tentang bagaimana

menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam lingkungan sekolah, untuk yang setiap menangani tentang kesehatan yaitu guru olahraga sehingga terbatas dalam pelaksanaan kesehatan bagi siswa/siswi (Linda, 2019).

Faktor-faktor yang mempengaruhi rendah Perilaku Hidup Bersih dan sehat adalah:

a. Faktor perilaku dan non perilaku

faktor perilaku ditentukan oleh tiga faktor utama yaitu, faktor pemudah yang mencakup pengetahuan dan sikap anak terhadap perilaku hidup bersih dan sehat, faktor pemungkin yang merupakan pemicu terhadap perilaku yang memungkinkan suatu motivasi atau tindakan terlaksana dan faktor penguat yang merupakan faktor yang menentukan apakah tindakan kesehatan memperoleh dukungan atau tidak.

Sedangkan faktor non perilaku (non behavioral) yang mempengaruhi pencapaian kesehatan individu atau kelompok, yang misalnya sulit untuk mencapai kesehatan mahalnya pengobatan. Adapun faktor internal seperti keturunan dan faktor eksternal seperti faktor yang menyebabkan atau mempengaruhi seseorang (Lestari, 2018).

b. Faktor sosial ekonomi

Ambarwati (2019) mengatakan bahwa, pekerjaan ialah simbol status seseorang di masyarakat yang merupakan jembatan untuk

memperoleh uang dalam memenuhi kebutuhan hidup untuk mendapatkan tempat pelayanan kesehatan. Faktor yang mempengaruhi sosial ekonomi ialah, pekerjaan, pendidikan, pendapatan, serta banyaknya anggota keluarga. Pekerjaan adalah suatu hal yang menentukan status sosial ekonomi karena dari bekerja segala kebutuhan akan dapat terpenuhi.

Faktor kesibukan juga termasuk dalam pekerjaan yang membuat orang tua memiliki waktu yang terbatas dalam memperhatikan pertumbuhan perkembangan anak. Sedangkan tingkat pendidikan orang tua yang rendah menyebabkan kurangnya pemahaman tentang pentingnya perilaku hidup bersih. Orang tua yang kurang memiliki pengetahuan mengenai kebersihan lingkungan, kesehatan, dan gizi yang baik kurang mengerti dalam mengajarkan anak-anak untuk menjalani pola hidup yang sehat dan bersih, seperti mencuci tangan dengan benar dan menjaga kebersihan diri dan lingkungan.

Anak-anak dari keluarga yang rendah pendapatan mungkin tidak mendapatkan akses untuk kebutuhan kesehatan, seperti pakaian bersih, dan fasilitas sanitasi yang memadai, kemungkinan berdampak bagi kesehatan anak-anak serta penerapan perilaku hidup bersih dan sehat misalnya kebersihan diri yang kurang terjaga.

c. Faktor Teknis

Kurangnya ketersediaan fasilitas pendukung yaitu ketersediaan air bersih yang terbatas, tidak tersedia tempat cuci tangan dengan sabun

tidak tersedianya tempat sampah yang cukup dan terpisah untuk sampah anorganik dan organik, anggaran sekolah yang terbatas untuk mendukung adanya kegiatan perilaku hidup bersih dan sehat seperti mengadakan fasilitas kebersihan.

d. Faktor geografi.

Sekolah yang terletak di daerah terpencil atau pedesaan seringkali memiliki akses yang terbatas ke fasilitas kesehatan yang memadai, seperti puskesmas, rumah sakit yang dapat mendukung adanya perilaku hidup bersih dan sehat secara baik dan efektif.

Sekolah yang terletak di daerah yang jauh dan sulit di jangkau sinyal seluler dapat menjadi masalah yang sering terjadi pada siswa yang mengikuti pembelajaran online tidak maksimal dalam pelaksanaannya (Tulangow, 2021)

Adapun tantangan dalam mengirimkan bahan pendidikan, tenaga guru, tenaga medis ke sekolah, serta keterbatasan transportasi dapat memperlambat distribusi alat kebersihan dan edukasi perilaku hidup bersih dan sehat.

e. Faktor kurangnya upaya promotif tentang kesehatan terutamanya mengenai perilaku hidup bersih dan sehat karena sering di sebabkan oleh kurangnya sumber daya manusia yaitu tidak semua guru memiliki pengetahuan dan ketrampilan yang memadai untuk melakukan mempromosikan perilaku hidup bersih dan sehat, kurangnya peran orang tua yaitu dengan rendahnya partisipasi orang tua dalam

mendukung perilaku hidup bersih dan sehat di rumah sehingga siswa/siswi tidak mendapatkan pengetahuan tentang kebiasaan sehat. Untuk meningkatkan upaya promotif mengenai perilaku hidup bersih dan sehat perlu adanya kerja sama antara sekolah, pemerintah, masyarakat.

6. Peran Usaha Kesehatan Sekolah Dalam Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat

Melalui UKS dalam meningkatkan PHBS dapat dimulai sejak dini dan di harapkan memberi pengaruh positif bagi lingkungan sekolah. Usaha kesehatan sekolah dengan titik berat pada upaya promotif dan preventif didukung oleh upaya kuratif dan rehabilitatif yang berkualitas menjadi sangat penting dan strategis untuk mencapai derajat kesehatan yang setinggi-tingginya, yang salah satunya tampak dari perilaku hidup bersih dan sehat (Maryunani 2013, h. 154).

7. Penyakit Yang Sering Di Derita Oleh Anak Sekolah Dasar

penyakit yang biasa atau sering terjadi pada anak-anak sekolah dasar yaitu terkait dengan tidak adanya perilaku hidup bersih dan sehat berhubungan dengan kebersihan diri, pola hidup yang kurang sehat serta lingkungan yang kurang bersih. Kurangnya penerapan perilaku hidup bersih dan sehat di kawasan lingkungan SD yaitu:

a. Diare

Penyakit diare sering terjadi pada anak-anak sekolah dasar yang tidak terbiasa mencuci tangan dengan benar sebelum makan atau setelah

buang air besar (BAB). Kebersihan makanan minuman juga berperan penting untuk mencegah adanya penyakit diare.

b. Kecacingan

Penyakit kecacingan masih ditemukan kecacingan pada anak usia sekolah dasar salah satu faktor penyebabnya adalah anak belum memiliki kesadaran akan kebersihan diri yang baik. Kebersihan diri dikatakan merupakan faktor risiko yang berhubungan dengan kecacingan. Tidak mencuci tangan dengan sabun setelah bermain atau sebelum makan akan dapat meningkatkan risiko infeksi cacing, seperti cacing kremi atau cacing gelang, yang dapat mengganggu kesehatan anak (Saputri, dkk 2024).

Untuk mencegah penyakit-penyakit yaitu dengan pentingnya bagi anak-anak untuk diberi pemahaman mengenai cara kebersihan diri dan lingkungan, seperti membersihkan kuku, perilaku mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, menjaga kebersihan tubuh dan lingkungan sekitar serta mengkonsumsi makanan yang sehat dan bergizi salah satunya yaitu penerapan PHBS di sekolah seperti menyediakan fasilitas cuci tangan dan mendidik anak-anak tentang pola hidup bersih dan sehat di lingkungan.

c. Kudis

Penyakit kudis mudah terkena di anak sekolah dasar karena ada beberapa faktor yang sering terjadi yaitu, dengan kontak dekat anak-anak sering berinteraksi dalam jarak dekat, saat bermain, duduk

bersama di kelas, dan sering berbagi barang seperti, alat tulis, atau mainan.

Masalah kebersihan yang kurang juga mungkin belum sepenuhnya anak-anak mengerti pentingnya kebersihan diri misalkan, jarang mencuci tangan atau tidak mandi dengan benar, atau lingkungan sekolah tidak terlalu bersih, maka penyebaran penyakit seperti kudis akan lebih mudah terjadi. Kudis disebabkan oleh tunggau kecil yang menular melalui kontak langsung dengan kulit yang terinfeksi.

d. Flu dan pilek

Sistem kekebalan tubuh anak-anak terutama pada usia SD, mereka mudah terkena infeksi virus seperti flu dan pilek di bandingkan dengan orang dewasa yang memiliki kekebalan tubuh yang kuat. Anak-anak sering terpapar virus karena mereka lebih beraktifitas di luar rumah.

Flu dan pilek lebih sering terjadi pada musim hujan atau dingin. Kebiasaa kebersihan yang belum terbiasa anak-anak mungkin belum terbiasa dengan mencuci tangan yang benar, atau menutup mulut dan hidung saat bersin, kemungkinan meningkatkan penyebaran virus ke anak yang lain atau ke benda yang bisa di sentuh oleh orang lain karena virus flu dan pilek sangat mudah menular dari satu orang ke orang yang lain, dan di lingkungan sekolah anak-anak lebih mudah terpapar.

B. Pengertian Sekolah Dasar

Menurut Permendikbudristek nomor 47 tahun 2023, bahwa jenjang pendidikan dasar dan jenjang pendidikan menengah, satuan pendidikan sekolah dasar adalah kelompok layanan pendidikan yang menyelenggarakan pendidikan pada jalur formal dan nonformal pendidikan sekolah dasar. Peserta didik adalah anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan potensi diri melalui proses pembelajaran yang tersedia pada jalur, jenjang, dan jenis pendidikan tertentu. Adapun kewawasan kegiatan pendidikan yang akan dilaksanakan oleh:

1. Kepala sekolah melaksanakan proses pelaksanaan kurikulum dan pelajaran untuk memastikan agar tercapainya tujuan pembelajaran yang terpusat pada peserta didik.
2. Komite sekolah dengan fungsinya untuk melaksanakan pemantauan terhadap kualitas layanan pendidikan sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan
3. Pemerintah pusat dan daerah adalah untuk mengembangkan pelaksanaan pembelajaran, memenuhi kebutuhan, pengembangan kompetensi dan kinerja tenaga pendidikan, serta menyediakan sarana dan prasana dan menyediakan pengelolaan, memenuhi kebutuhan dan penggunaan anggaran satuan pendidikan.

C. Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Anak Sekolah Dasar

Berdasarkan penelitian Koem (2017) di SD Inpres Sukur, bahwa pengetahuan terhadap siswa-siswi tentang perilaku hidup bersih dan sehat

yang baik sebanyak 54,5% sedangkan siswa/siswi yang berperilaku tidak baik, dan 45,5%.menunjukkan bahwa pada pengetahuan baik tetapi masih terdapat siswa/siswi yang belum tahu tentang perilaku hidup bersih dan sehat. Sedangkan untuk sikap siswa/siswi terhadap perilaku hidup bersih dan sehat 67,9% yang berperilaku tidak baik.

Menurut Nurhidayah (2021) siswa/siswi kelas V dan VI di SD Negeri 1 Sukakarya sebagian besar memiliki pengetahuan cukup sebanyak 56,3% dan hampir setengahnya yaitu 43,7%. Diantaranya indikator memberantas jentik nyamuk dikarenakan tidak ada informasi baik pelatihan atau pemantauan secara langsung sehingga pengetahuan anak berkurang, siswa/siswi juga mempunyai sikap negatif yang sangat berisiko. apabila terus dibiarkan maka dapat terjangkit berbagai penyakit. Sedangkan sebagian besar kelas V dan VI mempunyai sikap negatif tentang perilaku hidup bersih dan sehat. Sikap untuk Indikator mencuci tangan paling dengan sikap positifnya sebanyak 35,6% dan negatif 64,4% banyak ditemukan siswa/siswi tidak melakukan kebiasaan mencuci tangan dirumahnya sehingga kebiasaan buruk terbawah ke sekolah.

Menurut Siregar (2023), bahwa siswa/sisiwi di SD N 200101 Padang Sidempuan yang menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat sebagian responden yang menjawab tidak pernah pada kuesioner pernyataan yang diberikan, mencuci tangan yang baik dan benar sebanyak (0%), menjawab jarang sebanyak (42,1%), menjawab kadang-kadang sebanyak (31,4%),menjawab selalu sebanyak 5,4% dan menjawab sering 21,1%.

Berdasarkan hasil presentase responden kepada siswa/siswi kelas empat, lima, dan enam mengenai PHBS lebih besar yang menjawab jarang dan berdasarkan uraian di atas mengenai perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa/siswi kelas empat, lima dan enam, maka dapat disimpulkan bahwa pentingnya melakukan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah karena sekolah tersebut masih berada di lingkungan kawasan dengan kategori kurang.