

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

a. Pengertian Jamban.

Jamban berfungsi sebagai tempat pembuangan dan penyimpanan limbah manusia, yang sering disebut kakus atau toilet. Fungsinya adalah untuk menampung kotoran di suatu tempat guna mencegah timbulnya masalah seperti penyebaran penyakit serta pencemaran lingkungan.

Jamban merupakan sebuah ruangan yang dirancang khusus untuk membuang kotoran manusia. Fasilitas ini dapat berupa tempat jongkok atau tempat duduk, baik yang dilengkapi dengan leher angsa maupun yang tidak (cemplung). Jamban juga dilengkapi dengan unit penampungan untuk kotoran dan air yang digunakan untuk membersihkan. Pembuangan tinja adalah salah satu aspek penting dalam kesehatan lingkungan, dan setiap keluarga harus memenuhi standar sanitasi dasar (Fauzi, 2014). Oleh karena itu, pembuangan kotoran yang baik seharusnya dilakukan ke dalam tempat penampungan yang dikenal sebagai jamban.

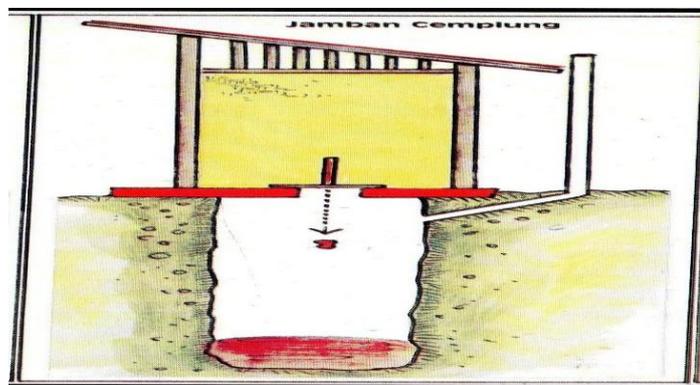
Jamban sehat didefinisikan sebagai fasilitas pembuangan tinja yang berfungsi secara efektif untuk memutus rantai penularan penyakit. Sementara itu, jamban keluarga adalah sebuah bangunan yang digunakan oleh anggota keluarga untuk membuang tinja atau kotoran manusia, dan sering kali juga dikenal dengan istilah kakus atau WC (Anjeli, 2024).

b. Jenis -jenis Jamban.

Menurut klasifikasi yang dikemukakan oleh (Waristo, 1996), jenis-jenis jamban dapat dibedakan berdasarkan bentuk konstruksi dan cara penggunaannya. Adapun beberapa tipe jamban yang umum ditemukan di masyarakat adalah sebagai berikut

1) Jamban Cemplung

Jenis ini merupakan bentuk jamban paling sederhana yang hanya terdiri dari lubang galian di tanah dan ditutupi oleh lantai sebagai tempat berpijak. Limbah tinja dibuang langsung ke dalam lubang tersebut tanpa proses pengelolaan lebih lanjut. Karena tidak ada sistem pengelolaan limbah, jamban ini beresiko mencemari tanah dan air di sekitar, serta menimbulkan bau tidak sedap.

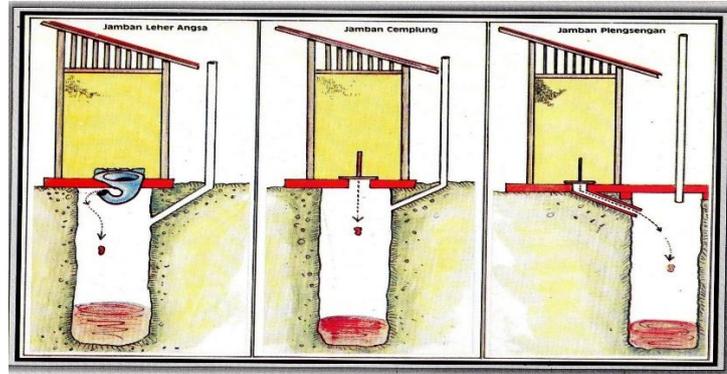


Gambar 1. Jamban Cemplung

2) Jamban Plengsengan

Jamban ini dilengkapi dengan saluran miring yang menghubungkan tempat buang air (jongkok) ke tempat pembuangan limbah. Dibandingkan dengan jamban cemplung, jamban plengsengan lebih higienis karena baunya lebih ringan dan lebih aman dibandingkan.

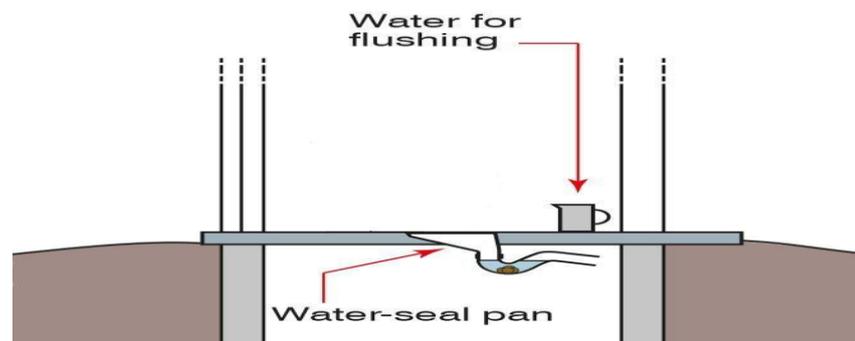
Namun, untuk meningkatkan kebersihannya, disarankan agar bagian tempat buang air dilengkapi dengan tutup.



Gambar 2. Leher Angsa ,Cemplung, Plongsengan

3) Leher Angsa (Water Seal Latrine)

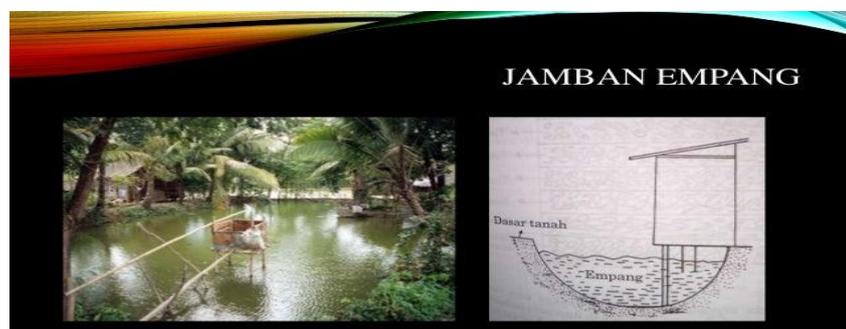
Jenis jamban ini menggunakan pipa berbentuk leher angsa yang selalu terisi air pada bagian melengkungnya. Sistem ini mampu mencegah bau menyebar ke lingkungan dan menghalangi kontak langsung antara tinja dan serangga seperti lalat. Oleh karena itu, jamban tipe ini dinilai higienis dan direkomendasikan untuk digunakan di dalam rumah.



Gambar 3. Jamban Angsatrine (Water Seal Latrine)

4) Jamban Empang (Jamban Menggantung)

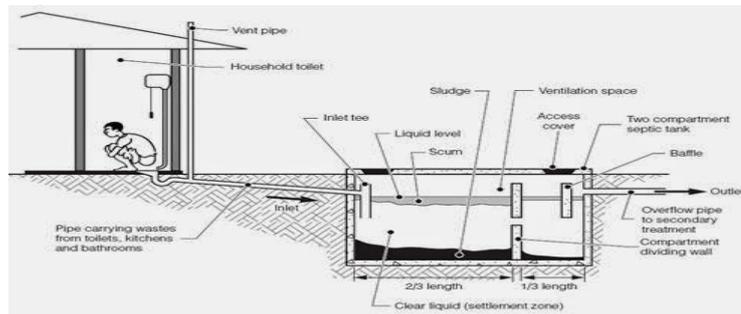
Jamban Empang adalah jenis toilet yang dibangun di atas air, seperti sungai atau kolam. Kotoran manusi langsung dibuang ke air atau ditampung melalui saluran bambu atau kayu. Meskipun masih digunakan di beberapa tempat, jamban ini berisiko tinggi mencemari sumber air dan tidak disarankan untuk penggunaan jangka panjang.



Gambar 4. Jamban Empang

5) Jamban Septic Tank

Merupakan tipe jamban yang moderen yang dilengkapi dengan tangki septik (septic tank) untuk menampung dan menguraikan limbah secara anaerob. Limbah tinja melalui proses pengendapan dan pembusukan oleh mikroorganisme, sebelum akhirnya masuk ke tahap pengolahan berikutnya atau dialirkan ke sistem peresapan. Jamban ini dinilai paling aman dari segi kesehatan dan lingkungan, karena mampu mencegah kontaminasi serta bau.



Gambar 5. Jamban Septic Tank

c. Syarat- syarat Jamban Sehat.

Jamban yang sehat merupakan salah satu bentuk akses sanitasi yang memenuhi syarat. Akses sanitasi dianggap layak jika fasilitas untuk buang air besar dimiliki secara pribadi atau bersama (Irawan, 2013). Selain itu, jenis kloset yang digunakan sebaiknya adalah kloset leher angsa, dan pembuangan air tinja harus dilakukan melalui tangki septic tank atau sarana pembuangan air limbah (SPAL).

Adapun syarat jamban sehat adalah sebagai berikut :

- a. Jamban tidak boleh mengotori sumber air.
- b. Jamban harus bebas bau dan mencegah serangga masuk ke dalam lubang
- c. Air seni, dan air untuk menyiram kotoran tidak boleh mencemari tanah di sekitar jamban
- d. Jamban mudah dibersihkan dan aman digunakan.
- e. Jamban perlu dilengkapi dengan dinding atau alat pembersih
- f. Lantai jamban harus tidak tembus air
- g. Tersedianya fasilitas yang memadai

Adapun syarat-syarat jamban Plengsengan jika digunakan oleh masyarakat adalah sebagai berikut :

- a. Jarak dari sumber air : jamban plengsengan harus berjarak minimal 10 meter dari sumber air, seperti sumur atau sungai, untuk mencegah kontaminasi air.
- b. Jarak dari tempat tinggal : Jamban Plengsengan harus berjarak minimal 5 meter dari tempat tinggal untuk mencegah bau dan kotoran yang dapat mengganggu kesehatan.
- c. Kedalaman lubang : Lubang jamban harus memiliki kedalaman Minimal 2 meter untuk mencegah limbah mengalir kepermukaan tanah.
- d. Penggunaan penutup : Jamban Plengsengan harus memiliki penutup yang dapat menutup lubang jamban untuk mencegah bau dan kotoran yang dapat mengganggu kesehatan.
- e. Pembersihan rutin : Jamban plengsengan harus dibersihkan secara rutin untuk mencegah penumpukan limbah dan bau yang tidak sedap.

Namun perlu diingat bahwa jamban Plengsengan tidak lagi direkomendasikan sebagai pilihan sanitasi yang baik karena dapat menyebabkan penyebaran penyakit dan kontaminasi air. Sebaiknya, masyarakat menggunakan jenis jamban yang lebih moderen dan sehat, seperti jamban duduk atau jamban septik tank.

Adapun syarat-syarat berbagi jamban agar tidak ada penularan penyakit :

- a. Jumlah pengguna : Jumlah pengguna jamban harus dibatasi untuk mencegah kepadatan dan penyebaran penyakit.
- b. Jadwal pembersihan : Jadwal pembersihan jamban harus ditentukan dan diikuti secara rutin untuk memastikan kebersihan.
- c. Pengawasan Kesehatan : Pengawasan kesehatan harus dilakukan secara rutin untuk mencegah penyebaran penyakit.
- d. Pendidikan Kesehatan : Pendidikan kesehatan harus diberikan kepada pengguna jamban untuk memastikan mereka memahami pentingnya kebersihan dan kesehatan.
- e. Fasilitas Cuci Tangan : Fasilitas cuci tangan harus tersedia dan digunakan secara rutin oleh pengguna jamban.
- f. Pengelolaan Limbah : Pengelolaan limbah harus dilakukan secara baik untuk mencegah kontaminasi air dan tanah.
- g. Pemeliharaan Jamban : Pemeliharaan jamban harus dilakukan secara rutin untuk memastikan jamban tetap bersih dan berfungsi dengan baik.

Namun perlu diingat bahwa berbagi jamban harus dilakukan dengan memperhatikan syarat-syarat di atas untuk memastikan kesehatan kesehatan dan kebersihan masyarakat.

Jarak aman antara fasilitas sanitasi (Seperti lubang kakus) dan sumber air minum dipengaruhi oleh beberapa variabel lingkungan dan teknis. Pemahaman terhadap faktor-faktor ini penting guna mencegah kontaminasi air oleh mikroorganisme patogen yang berasal dari limbah manusia (WHO,2023). Faktor-faktor yang mempengaruhi antara lain:

a. Topografi Tanah

Karakteristik permukaan tanah, termasuk kemiringan dan bentuk kontur wilayah, menentukan arah aliran air permukaan maupun rembesan tanah. Pada daerah dengan kemiringan tajam, potensi aliran limbah menuju sumber air menjadilebih besar, sehingga diperlukan jarak pemisah yang lebih jauh.

b. Kondisi Hidrologi

Faktor ini mencakup kedalaman muka air tanah, arah dan kecepatan pergerakan air tanah, serta jenis lapisan tanah. Pada tanah berpasir atau berbatu, kemampuan filtrasi lebih tinggi, namun memungkinkan kontaminan bergerak lebih cepat, sehingga memerlukan jarak aman yang lebih besar dibandingkan tanah liat yang cenderung impermeabel.

c. Aspek Meteorologis

Daerah dengan curah hujan tinggi memiliki risiko kontaminasi lebih besar akibat rembesan air hujan yang membawah limbah dari kakus menuju sumur. Oleh karena itu, di wilayah seperti ini, jarak antara kakus dan sumber air harus diperluas untuk mencegah pencemaran.

d. Jenis dan Ketahanan Mikroorganismen

Ketahanan agen infeksi seperti bakteri patogen dan parasit tergantung pada kondisi lingkungan. Misalnya, bakteri patogen dapat bertahan lebih lama di tanah yang lembab dan memiliki pH basa. Beberapa jenis cacing usus diketahui mampu bertahan hingga lima bulan pada tanah lembab, namun hanya sekitar satu bulan pada tanah kering.

e. Perawatan dan Pemeliharaan Fasilitas Sanitasi.

Kondisi fisik dan sanitasi jamban juga mempengaruhi potensi pencemaran lingkungan. Jamban yang tidak dipelihara dengan baik beresiko lebih tinggi mencemari sumber air sekitarnya, baik melalui rembesan tumpahan limbah.

Toilet sehat di daerah pedesaan harus memenuhi kriteria lingkungan dan teknis untuk mencegah pencemaran dan mendukung gaya hidup bersih. Syaratnya meliputi :

- a. Tidak mencemari tanah atau sumber air
- b. Mencegah hewan atau serangga
- c. Menyediakan air bersih
- d. Melakukan perbaikan segera
- e. Menghindari pembuangan sampah non-biodegradable
- f. Tidak menggunakan bahan kimia beracun

d. Pengaruh Tinja Bagi Kesehatan.

Menurut Arbobi (2018), tinja manusia merupakan buangan padat yang kotor dan bau juga media penularan penyakit bagi masyarakat. Kotoran manusia mengandung organisme patogen yang dibawah air, makanan, serangga

sehingga menjadi penyakit misalnya : bakteri salmonella, vibriokolera, amuba virus cacing, disentri, poliomyelitis, ascariasis, dan lain-lain.

Penyakit yang disebabkan oleh kotoran manusia.

a. Bakteri

- 1) Disentri adalah penyakit yang disebabkan oleh bakteri shigella, yang dapat menyebabkan diare, demam, dan perut keram.
- 2) Kolera adalah penyakit yang disebabkan oleh bakteri vibrio cholerae, yang dapat menyebabkan diare parah dan dehidrasi.
- 3) Tifus adalah penyakit yang disebabkan oleh bakteri samonella typhia, yang b dapat menyebabkan demam sakit kepala, dan diare.

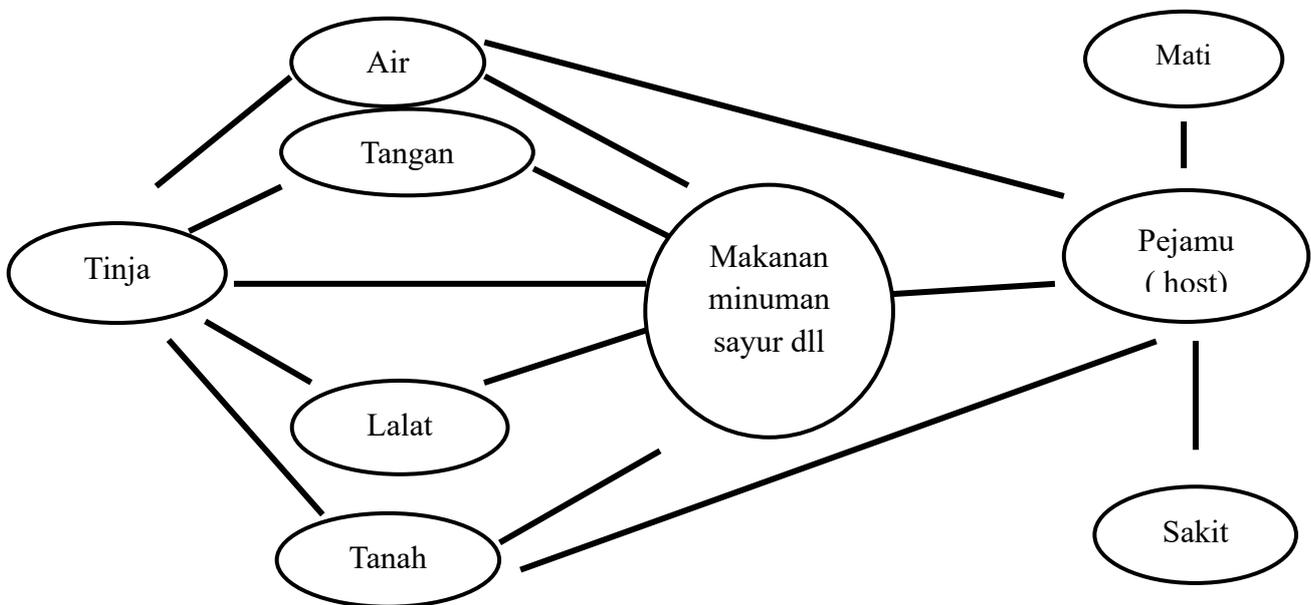
b. Virus

- 1) Hepatitis A adalah penyakit yang disebabkan oleh virus hepatitis A, yang dapat menyebabkan peradangan hati dan gejala seperti demam, mua, dan diare.
- 2) Rotavirus adalah penyakit yang disebabkan oleh virus rotavirus yang dapat menyebabkan diare parah dan dehidrasi pada anak-anak.

c. Parasit.

- 1) Amoebiasis adalah penyakit yang disebabkan oleh parasit entamoeba histoloycis yang dapat menyebabkan diare, perut keram, dan demam.
- 2) Giardiasis adalah penyakit yang disebabkan oleh parasit giardia lambila, yang dapat menyebabkan diare, perut keram, dan demam.

Pembuangan tinja yang tidak memenuhi standar sanitasi dapat berdampak langsung terhadap peningkatan kejadian penyakit berbasis lingkungan, seperti kolera, disentri, dan tikus. Secara tidak langsung, kondisi tersebut juga mencerminkan buruknya sanitasi lingkungan secara umum (Fauziyah, 2023). Penyebaran penyakit akibat kontaminasi tinja dapat melalui berbagai media seperti air, makana, tangan yang tidak bersih, serangga, dan tanah yang terkontaminasi. Hal ini dapat dilihat dari gambar berikut :



Gambar 6. Mata Rantai Penularan Penyakit Dari Tinja.

Dari skema tersebut dapat dilihat peranan tinja dalam penyebaran penyakit sangat jelas. Disamping itu dapat langsung mengkontaminasi makanan, minuman, sayuran, air tanah, serangga dan sebagainya. Tinja atau kotoran manusia merupakan media sebagai tempat berkembang dan berinduknya bibit penyakit menular (misal kuman/ bakteri, virus dan cacing). Apabila tinja tersebut dibuang di sembarang tempat misalnya, kebun, kolam, sungai, dll maka bibit penyakit tersebut akan

menyebarkan luas ke lingkungan dan akhirnya akan masuk dalam tubuh manusia, dan beresiko menimbulkan penyakit pada seseorang dan bahkan menjadi wabah penyakit pada masyarakat yang lebih luas.

Membuang air besar sembarangan dapat menyebabkan diare pada balita yaitu lalat yang hinggap pada tinja akan membawahkan kuman atau bakteri kepada makanan yang akan mereka makan dan karena anak kecil memiliki kebiasaan tidak mencuci tangan menggunakan sabun dengan baik dan benar, maka kuman atau bakteri tersebut akan masuk ke dalam sistem pencernaan mereka dan lainnya sehingga mengakibatkan penyakit (Notoatmodjo, 2007).

E. Manfaat dan Fungsi Jamban.

Manfaat jamban :

- a. Mencegah penyebaran penyakit jamban yang memadai dapat mencegah penyebaran penyakit yang disebabkan oleh bakteri, virus, dan parasit yang terkait dengan kotoran manusia.
- b. Menjaga kebersihan lingkungan jamban yang memadai dapat menjaga kebersihan lingkungan dengan mengurangi jumlah kotoran yang terbuang di sembarang tempat.
- c. Meningkatkan kualitas hidup jamban yang memadai dapat meningkatkan kualitas hidup masyarakat dengan mengurangi risiko penyebaran penyakit dan menjaga kebersihan lingkungan.
- d. Mengurangi risiko kematian jamban yang memadai dapat mengurangi risiko kematian yang disebabkan oleh penyakit yang terkait dengan kotoran manusia.

Fungsi jamban :

- a. Tempat buang air besar jamban berfungsi sebagai tempat buang air besar yang memadai dan seimbang.
- b. Pengolahan kotoran jamban berfungsi sebagai pengolahan kotoran yang dapat mengurangi jumlah kotoran yang terbuang di sembarang tempat.
- c. Mencegah penyebaran penyakit jamban berfungsi sebagai alat pencegah penyebaran penyakit yang disebabkan oleh bakteri, virus dan parasit yang terkait dengan kotoran manusia.
- d. Menjaga kebersihan lingkungan jamban berfungsi sebagai alat menjaga kebersihan lingkungan dengan mengurangi jumlah kotoran yang terbuang di sembarang tempat

F. Diare

Diare merupakan suatu gangguan pada sistem pencernaan yang ditandai dengan frekuensi buang air besar yang lebih sering dari biasanya, disertai dengan perubahan konsistensi feses menjadi cair atau setengah air. Kondisi ini umumnya terjadi lebih dari tiga kali dalam sehari. Diare dapat disebabkan oleh berbagai etiologi, seperti infeksi bakteri, selain itu konsumsi makana atau minuman yang tidak higienis, pola makan yang tidak seimbang, serta intoleransi makanan juga dapat menjadi pemicu terjadinya diare (WHO,2022; Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Diare masih menjadi penyebab utama pada kematian di negara berkembang, tingkat penyebab pertama kematian balita (bawah lima tahun) diseluruh dunia dan dimana tingkat penyebab kedua kematian bayi di seluruh dunia. Kehilangan cairan

pada tubuh karena diare dapat menyebabkan terjadinya dehidrasi dengan gangguan elektrolit seperti kurangnya kalium atau tidak seimbangan garam lainnya pada tubuh. Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2009, diare sudah diperkirakan telah menyebabkan 1,1 juta kematian pada orang dewasa dan 1,5 juta kematian pada anak dibawah lima tahun (balita). Berdasarkan data yang dikeluarkan dari The United Nations Children's Fund (UNICEF) tercatat setiap 30 detik ada satu balita meninggal dunia karena diare.

Diare masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat yang signifikan di negara-negara berkembang, termasuk Indonesia, dengan angka morbiditas yang relatif tinggi. Kejadian luar biasa (KLB) akibat diare juga masih sering terjadi di berbagai daerah, disertai dengan nilai Crude Fatality Rate (CFR) atau angka kematian kasar yang masih tergolong tinggi.

Menurut Profil Kesehatan Indonesia tahun 2023, diare dikategorikan sebagai penyakit edemis yang memiliki potensi besar untuk menimbulkan KLB, serta masih menjadi salah satu penyebab utama kematian, khususnya pada kelompok balita. Hasil Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 menunjukkan bahwa prevalensi diare pada seluruh kelompok umur mencapai 2%, sedangkan prevalensi pada balita tercatat sebesar 4,9%, dan pada anak usia dibawah lima tahun sebesar 3,9%. Selain itu, data dari Sampel Registration System (SRS) tahun 2018 menunjukkan bahwa diare masih merupakan salah satu penyebab utama kematian pada bayi baru lahir, dengan kontribusi sebesar 7%, serta sebesar 6% pada bayi berusia 28 hari ke atas.

Berdasarkan laporan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2023, cakupan pelayanan kesehatan bagi penderita diare pada semua kelompok umur tercatat sebesar 41,5%, sementara pada kelompok balita sebesar 31,7% dari total sasaran. Provinsi dengan cakupan tertinggi untuk pelayanan diare pada balita adalah Jawa Timur, yaitu sebesar 62,25%, sedangkan cakupan terendah tercatat di Provinsi Kepulauan Riau, yaitu hanya sebesar 5,3%. Di sisi lain, penggunaan oralit sebagai penanganan awal diare pada semua kelompok umur secara nasional mencapai 92,1% (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Berbagai faktor lingkungan dan perilaku individu memiliki kontribusi signifikan terhadap kejadian penyakit diare. Beberapa di antaranya mencakup :

- 1) Terbatasnya akses terhadap air bersih
- 2) Kontaminasi sumber air oleh limbah tinja
- 3) Minimnya fasilitas kebersihan
- 4) Praktik pembuangan tinja yang tidak higienis
- 5) Rendahnya kesadaran akan kebersihan pribadi
- 6) Kondisi lingkungan yang tidak sehat.

Dari seluruh faktor tersebut ketersediaan air bersih dan kontaminasi air oleh tinja merupakan dua aspek utama yang sangat erat kaitannya dengan perilaku masyarakat dalam menjaga kebersihan lingkungan dan sistem sanitasi. Tidak sadar dalam pengelolaan air bersih dan limbah domestik sering kali menjadi permasalahan dalam penyebaran penyakit berbasis lingkungan, seperti diare.

Penyakit diare pada anak-anak, khususnya balita, merupakan masalah kesehatan masyarakat yang dapat dicegah secara efektif apabila terdapat

pengetahuan yang memadai serta partisipasi aktif dari masyarakat. Faktor-faktor, seperti kurangnya akses air bersih dan kontaminasi air oleh tinja, memiliki hubungan yang sangat erat dengan perilaku masyarakat dalam menjaga kebersihan dan sanitasi lingkungan. Peran keluarga, terutama orang tua dan pengasuh, menjadi kunci utama dalam pencegahan penyakit diare. Tanggung jawab dalam menjaga kebersihan lingkungan rumah, memastikan anak-anak mengonsumsi air dan makanan yang aman, serta mengajarkan kebiasaan mencuci tangan dengan sabun merupakan bagian dari intervensi preventif yang harus dilakukan secara konsisten.

Edukasi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) serta pengelolaan sanitasi berbasis rumah tangga perlu dijadikan strategi utama dalam program pencegahan diare yang berkelanjutan. Upaya ini tidak hanya membutuhkan dukungan dari sektor kesehatan, tetapi juga keterlibatan lintas sektor dan kesadaran kolektif masyarakat (WHO, 2023).

G. Hubungan Jamban Dengan Kejadian Diare

Jamban atau toilet merupakan fasilitas penting dalam sistem sanitasi yang berfungsi untuk membuang limbah biologis manusia, yaitu tinja dan urine, secara higienis. Istilah lain yang umum digunakan untuk menyebut jamban antara lain kakus, latrine, atau WC (Water Closet). Sistem pembuangan limbah tinja yang tepat memainkan peran penting dalam menjaga kualitas lingkungan dan kesehatan masyarakat. Praktik pembuangan yang tidak memenuhi standar sanitasi beresiko tinggi mencemari tanah serta sumber air permukaan dan air tanah. Selain itu,

kondisi tersebut dapat menciptakan lingkungan yang kondusif bagi berkembang biaknya vektor penyakit, seperti lalat dan serangga lainnya.

Oleh karena itu, perlu sistem pengelolaan tinja yang sesuai dengan prinsip sanitasi lingkungan. Tujuan utamanya adalah mencegah kontak langsung antara manusia dan tinja, serta menghindari kontaminasi terhadap lingkungan. Sistem ini harus mampu menampung atau mengalirkan limbah secara aman sehingga risiko penyebaran penyakit dapat ditekan secara signifikan.

Jamban yang tidak memenuhi standar sanitasi dapat menjadi sumber penularan berbagai penyakit, termasuk diare yang disebabkan oleh bakteri *Escherichia coli*. Feses, baik dari orang dewasa maupun anak-anak, mengandung patogen seperti virus dan bakteri dalam jumlah tinggi. Pembuangan feses di tempat terbuka meningkatkan risiko penyebaran penyakit, karena dapat menarik lalat untuk bertelur dan berkembang biak. Lalat yang bersentuhan dengan feses kemudian dapat menjadi vektor, membawahi mikroorganisme patogen ke makanan dan peralatan makanan, sehingga memperbesar kemungkinan penularan penyakit kepada manusia, (WHO, 2022). Berikut ini adalah beberapa hubungan antara jamban dan kejadian diare :

a. Faktor- faktor yang mempengaruhi.

- 1) Kondisi jamban : Jamban yang tidak bersih, tidak terawat, atau tidak memiliki fasilitas pembuangan yang memadai dapat menjadi sumber penyebaran penyakit diare.

- 2) Penggunaan Jamban : Penggunaan jamban yang tidak seimbang, seperti berbagi jamban dengan orang lain, dapat meningkatkan risiko penyebaran penyakit diare.
 - 3) Pembersihan Jamban : Pembersihan jamban yang tidak rutin atau tidak efektif dapat menyebabkan penumpukan kuman dan bakteri yang dapat menyebabkan diare.
 - 4) Pengelolaan Limbah : Pengelolaan limbah jamban yang tidak memadai dapat menyebabkan kontaminasi air dan tanah, yang dapat menyebabkan diare.
- b. Mekanisme Penyebaran
- 1) Kontaminasi Air : Air yang terkontaminasi dengan limbah jamban dapat menjadi sumber penyebaran penyakit diare.
 - 2) Kontaminasi Makanan : Makanan yang terkontaminasi dengan limbah jamban dapat menjadi sumber penyebaran penyakit diare.
 - 3) Kontak Langsung : Kontak langsung dengan orang yang terinfeksi diare dapat menjadi sumber penyebaran penyakit diare.
- c. Dampak pada kesehatan
- 1) Diare : Jamban yang tidak bersih dan tidak terawat dapat menjadi sumber penyebaran penyakit diare.
 - 2) Dehidrasi : diare yang tidak diobati dengan baik dapat menyebabkan dehidrasi.
 - 3) Kematian : Diare yang tidak diobati dengan baik dapat menyebabkan kematian, terutama pada anak-anak dan orang tua.

d. Pencegahan

- 1) Membangun jamban yang bersih dan sehat : Membangun jamban yang bersih dan sehat dapat membantu mencegah penyebaran penyakit diare.
- 2) Menggunakan Jamban dengan Benar : Menggunakan jamban dengan benar, seperti mencuci tangan setelah menggunakan jamban, dapat membantu mencegah penyebaran penyakit diare.
- 3) Mengelola Limbah jamban dengan baik : Mengelola limbah jamban dengan baik, seperti membuang limbah jamban ke tempat pembuangan yang memadai, dapat membantu mencegah penyebaran penyakit diare.

H. Hubungan Perilaku Dengan Kejadian Diare

Perilaku individu mencerminkan respons, atau kebiasaan yang diwujudkan melalui tindakan nyata dalam kehidupan sehari-hari. Sementara itu, diare merupakan gangguan saluran pencernaan yang ditandai dengan peningkatan frekuensi buang air besar, biasanya disertai dengan perubahan konsistensi feses menjadi encer atau semi-cair. Terdapat keterkaitan yang signifikan antara pola perilaku dengan kejadian diare, di mana praktik kebersihan yang kurang baik, konsumsi makanan yang tidak higienis, serta kurangnya kesadaran akan sanitasi lingkungan dapat meningkatkan risiko seseorang mengalami diare,(WHO,2023). Berikut ini adalah beberapa contoh perilaku yang dapat meningkatkan risiko diare:

- a. Tidak mencuci tangan : Tidak mencuci tangan sebelum makan dan setelah menggunakan jamban dapat meningkatkan risiko penyebaran penyakit diare.

- b. Makan makanan yang tidak seimbang : Makan makanan yang tidak seimbang, tidak sehat, atau tidak dimasak dengan baik dapat meningkatkan risiko penyebaran penyakit diare.
- c. Minum air yang tidak seimbang : Minum air yang tidak seimbang, tidak sehat, atau tidak dimasak dengan baik dapat meningkatkan risiko penyebaran penyakit diare.
- d. Tidak menggunakan jamban dengan benar : Tidak menggunakan jamban dengan benar, seperti tidak mencuci tangan setelah menggunakan jamban, dapat meningkatkan risiko penyebaran penyakit diare.
- e. Tidak mengolah limbah dengan baik : Tidak mengolah limbah dengan baik, seperti membuang limbah ke tempat pembuangan yang tidak memadai, dapat meningkatkan risiko penyebaran penyakit diare.

Faktor- faktor yang memepengaruhi :

Berikut ini adalah beberapa faktor yang mempengaruhi hubungan perilaku dengan kejadian diare:

- a. Pendidikan : Pendidikan yang baik dapat membantu seseorang memahami pentingnya perilaku sehat untuk mencegah penyebaran penyakit diare.
- b. Kesadaran : Kesadaran yang baik dapat membantu seseorang memahami pentingnya perilaku sehat untuk mencegah penyebaran penyakit diare.
- c. Lingkungan : Lingkungan yang sehat dan bersih dapat membantu mencegah penyebaran penyakit diare.

- d. Ekonomi: Ekonomi yang baik dapat membantu seseorang membeli makanan yang seimbang dan sehat, serta memiliki akses ke fasilitas kesehatan yang baik.

Pencegahan :

Berikut adalah beberapa cara untuk mencegah penyebaran penyakit diare melalui perilaku :

- a. Mencuci tangan : Mencuci tangan sebelum makan dan setelah menggunakan jamban dapat membantu mencegah penyebaran penyakit diare.
- b. Makan makanan yang seimbang : Makan makanan yang seimbang, sehat, dan dimasak dengan baik dapat membantu mencegah penyebaran penyakit diare.
- c. Minum air yang seimbang : Minum air yang seimbang, sehat, dan dimasak dengan baik dapat membantu mencegah penyebaran penyakit diare.
- d. Menggunakan jamban dengan benar : Menggunakan jamban dengan benar, seperti mencuci tangan setelah menggunakan jamban, dapat membantu mencegah penyebaran [enyakit diare.
- e. Mengelola limbah dengan baik : Mengelola limbah dengan baik, seperti membuang limbah ke tempat pembuangan yang memadai, dapat membantu mencegah penyebaran penyakit diare.

I. Hubungan Air Bersih , dan Kejadian Diare.

Air bersih sangat penting dalam mencegah penyakit diare. Jika kualitas air buruk, dapat menyebabkan infeksi di sistem pencernaan. Tiga aspek utama yang menghubungkan air bersih, kondisi jamban, dan insiden diare adalah:

- 1) Pencemaran Sumber Air Oleh Limbah Manusia, dimana jamban yang buruk dapat mencemari lingkungan dan sumber air, meningkatkan risiko infeksi.
- 2) Praktik Sanitasi Yang tidak memadai, seperti buang air besar di luar ruangan, yang dapat mencemari tanah dan air.
- 3) Tingkat Pendidikan dan kesadaran Masyarakat, dimana pengetahuan tentang kebersihan dan sanitasi berkontribusi pada perilaku hidup sehat.

Terdapat hubungan yang erat antara ketersediaan air bersih, keberadaan jamban yang layak, dan kejadian diare di masyarakat. Akses terhadap air bersih serta fasilitas sanitasi yang memadai merupakan komponen penting dalam upaya pencegahan penyakit diare. Oleh karena itu, peningkatan cakupan air bersih dan sarana sanitasi harus menjadi fokus utama dalam program-program kesehatan masyarakat. Dengan meningkatkan kualitas sanitasi dan kemudahan akses terhadap air bersih, diharapkan prevalensi diare dapat menurun, sehingga derajat kesehatan masyarakat secara umum dapat ditingkatkan, (WHO,2022; Kementerian Kesehatan RI, 2023).

J. Faktor Lain Penyebab Diare.

Diare tidak selalu disebabkan oleh infeksi virus, bakteri, atau parasit. Beberapa kondisi non infeksi juga dapat memicu diare, baik akut maupun kronis, sebagai berikut:

a. Alergi dan Intoleransi Makanan

Beberapa individu mengalami diare akibat reaksi tubuh terhadap zat makanan tertentu.

1) Intoleransi Laktosa

Merupakan kondisi ketika tubuh kekurangan enzim laktase sehingga tidak dapat mencerna laktosa (gula alami dalam produk susu). Gejala umum meliputi perut kembung, nyeri abdomen, dan diare setelah konsumsi produk berbasis susu.

2) Alergi Makanan

Disebabkan oleh reaksi sistem imun terhadap protein dalam makanan tertentu seperti telur, kacang-kacangan, atau makanan laut. Selain diare, gejala bisa mencakup muntah, dan dalam kasus berat, dapat menyebabkan syok anafilaksis.

b. Penyakit pencernaan Kronis

Gangguan seperti irritable Bowel Syndrome (IBS) menyebabkan diare kronis, kembung, dan nyeri perut tanpa kelainan struktural yang nyata.

c. Efek samping obat-obatan

Beberapa obat yang umum menyebabkan diare antara lain :

- Antibiotik (mengganggu keseimbangan mikrobiota usus)
- Laksatif (terutama jika digunakan berlebihan)
- Obat kemoterapi dan obat lambung berbasis magnesium

d. Stres dan faktor psikologis

Stres berat serta gangguan kecemasan diketahui berkontribusi terhadap gangguan motilitas usus melalui sistem saraf enterik yang menghubungkan otak dan saluran pencernaan.

e. Konsumsi Makanan atau Minuman Tertentu.

Makanan tinggi lemak, pedes, atau berminyak dapat transit usus. Minuman berkafein dan alkohol juga dapat mengiritasi mukosa usus. Pemanis buatan seperti sorbitol dan manitol berpotensi menimbulkan diare osmotik.

f. Ketidakseimbangan Flora Usus

Penggunaan antibiotik dalam jangka panjang dapat menyebabkan disbiosis usus. Dalam kasus tertentu, dapat berkembang menjadi infeksi *Clostridium difficile* yang menyebabkan diare berat, khususnya pada pasien rawat inap.

g. Gangguan penyerapan

Kerusakan mukosa usus, kekurangan enzim pencernaan, atau gangguan fungsi hati, pankreas, dan saluran empedu dapat mengganggu proses penyerapan zat gizi dan menyebabkan penarikan air berlebih ke dalam lumen usus.

h. Perubahan Pola Makanan atau Perjalanan

Perubahan mendadak dalam pola makanan, terutama saat bepergian ke wilayah dengan kebersihan lingkungan yang berbeda, dapat memicu diare (dikenal sebagai *traveler's diarrhea*).

i. Hormon dan kondisi medis lain

Kondisi medis tertentu seperti hipertiroidisme dan neuropati otonom pada penderita diabetes dapat mempengaruhi fungsi usus. Tumor neuroendokrin

seperti karsinoid atau VIPoma juga berpotensi memicu diare kronis melalui sekresi hormon tertentu.

Diare bukan hanya disebabkan oleh agen infeksi, tetapi juga oleh berbagai faktor non-infeksi seperti alergi makanan, gangguan sistem pencernaan, efek samping obat, stres psikologis, perubahan diet, serta kondisi medis tertentu. Oleh karena itu, identifikasi penyebab yang mendasari sangat penting untuk menentukan pendekatan diagnosis dan penanganan yang tepat. Apabila diare berlangsung lebih dari beberapa hari atau disertai gejala berat seperti diare dalam tinja, demam tinggi, atau tanda dehidrasi, sebaiknya segera mendapat evaluasi medis,