

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Pengertian PHBS di Sekolah**

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru dan masyarakat di lingkungan Sekolah atas dasar Kesadaran sebagai hasil pembelajaran, sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatan, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat (Kemenkes, 2014)

PHBS di Sekolah adalah upaya untuk memperdayakan siswa, guru dan masyarakat lingkungan sekolah agar tahu, mau, dan mampu mempraktikkan PHBS dan berperan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat. Perilaku hidup Bersih dan Sehat juga merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru, dan masyarakat lingkungan Sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan Sehat (Depkes RI, 2007).

#### **B. Tujuan PHBS di Sekolah**

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah mempunyai tujuan yakni:

##### **1. Tujuan Umum**

Memperdayakan setiap siswa, guru dan masyarakat lingkungan Sekolah agar tahu, mau dan mampu menolong diri sendiri di bidang kesehatan dengan menerapkan PHBS dan berperan aktif mewujudkan Sekolah sehat.

## **2. Tujuan Khusus**

- a. Meningkatkan Pengetahuan tentang PHBS bagi setiap siswa, guru, dan masyarakat lingkungan Sekolah.
- b. Meningkatkan peran serta aktif setiap siswa, guru, dan Masyarakat lingkungan Sekolah ber PHBS di Sekolah.
- c. Memandirikan setiap siswa, Guru, dan Masyarakat lingkungan

## **C. Manfaat PHBS di Sekolah**

### **1. Manfaat bagi siswa:**

- a. Meningkatkan kesehatannya dan tidak sakit
- b. Meningkatkan semangat belajar
- c. Meningkatkan Produktifitas belajar
- d. Menurunkan angka absensi karena sakit

### **2. Manfaat bagi warga Sekolah:**

- a. Meningkatnya semangat belajar siswa berdampak positif terhadap pencapaian target dan tujuan.
- b. Menurunnya biaya kesehatan yang harus dikeluarkan oleh orang tua
- c. Meningkatnya citra Sekolah yang Positif.

### **3. Manfaat bagi Sekolah:**

- a. Adanya bimbingan teknis pelaksanaan pembinaan PHBS di Sekolah
- b. Adanya dukungan buku pedoman dan media promosi PHBS di Sekolah

### **4. Manfaat bagi Masyarakat**

- a. Mempunyai lingkungan sekolah yang sehat
- b. Dapat mencontoh perilaku hidup Bersih dan Sehat yang diterapkan oleh Sekolah.

#### **D. Sasaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (Sasaran PHBS )**

Menurut Depkes RI, (2008) dikembangkan dalam lima tatanan yaitu di rumah atau tempat tinggal, di tempat kerja, di tempat umum, institusi pendidikan, dan di sarana kesehatan. Sedangkan sasaran PHBS di institusi pendidikan adalah seluruh warga institusi pendidikan yang terbagi dalam:

a. Sasaran primer

Yaitu sasaran utama dalam institusi pendidikan yang akan dirubah perilakunya atau murid dan guru yang bermasalah (individu/kelompok dalam institusi pendidikan yang masalah)

b. Sasaran sekunder

Yaitu sasaran yang mempengaruhi individu dalam institusi pendidikan yang bermasalah misalnya, kepala sekolah, guru, orang tua murid, kader kesehatan sekolah, tokoh masyarakat, petugas kesehatan dan lintas sektor terkait

c. Sasaran tersier

Yaitu merupakan sasaran yang diharapkan menjadi pembantu dalam mendukung pendanaan, kebijakan, dan kegiatan untuk tercapainya pelaksanaan PHBS di institusi pendidikan seperti, kepala desa, lurah, camat, kepala Puskesmas, Diknas, guru, tokoh masyarakat.

## **E. Strategi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat**

Kebijakan Nasional Promosi Kesehatan menetapkan tiga strategi dasar promosi kesehatan dan PHBS menurut (Manda 2006) yaitu:

### **a. Gerakan Pemberdayaan (Empowerment)**

Merupakan proses pemberian informasi secara terus menerus dan berkesinambungan agar sasaran berubah dari aspek knowledge, attitude, dan practice. Sasaran utama dari pemberdayaan adalah individu dan keluarga, serta kelompok masyarakat.

### **b. Bina Suasana (Social Support)**

Adalah upaya menciptakan lingkungan sosial yang mendorong individu anggota masyarakat untuk mau melakukan perilaku yang diperkenalkan.

Terdapat tiga pendekatan dalam bina suasana antara lain:

1. Pendekatan individu
2. Pendekatan kelompok
3. Pendekatan masyarakat umum

### **c. Advokasi (Advocacy)**

Adalah upaya yang terencana untuk mendapatkan dukungan dari pihak-pihak terkait (stakeholders). Pihak-pihak terkait ini dapat berupa tokoh masyarakat formal yang berperan sebagai penentu kebijakan pemerintahan dan penyandang dana pemerintah. Selain itu, tokoh masyarakat informal seperti tokoh agama, tokoh pengusaha, dan lain sebagainya dapat berperan sebagai penentu kebijakan tidak tertulis dibidangnya atau sebagai penyandang dana non pemerintah. Sasaran advokasi terdapat tahapan-tahapan yaitu:

1. Mengetahui adanya masalah
2. Tertarik untuk ikut menyelesaikan masalah

3. Peduli terhadap pemecahan masalah dengan mempertimbangkan alternatif pemecahan masalah sekolah ber PHBS.
4. Sepakat untuk memecahkan masalah dengan memilih salah satu alternatif pemecahan masalah
5. Memutusi tindak lanjut kesepakatan

## **F. Indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah**

Menurut (Depkes RI, 2001) Ada 8 Indikator Perilaku hidup Bersih dan Sehat di Sekolah Antara lain:

### **1. Mencuci Tangan dengan Air Bersih yang Mengalir dan Sabun**

Anak sering bermain dengan tanah atau batu dan bermain di tempat- tempat yang kurang bersih seperti selokan. Ada cara lain yang cukup “ampuh” yang dapat menghindarkan anak dari kuman-kuman penyakit yaitu dengan kebiasaan mencuci tangan.

Kebiasaan mencuci tangan masyarakat Indonesia masih belum baik. Terlihat dari kebiasaan mencuci tangan dengan menggunakan semangkuk air atau kobokan untuk membasuh tangan sebelum makan. Padahal kebiasaan sehat mencuci tangan dengan air bersih mengalir dan sabun dapat menyelamatkan nyawa dengan mencegah penyakit (Hasyim,2009).

Saat harus mencuci tangan yaitu:

- a. Setiap kali tangan kita kotor (setelah memegang uang, memegang binatang, berkebun)
- b. Setelah buang air besar
- c. Sebelum makan dan sebelum memegang makanan

Manfaat mencuci tangan diantaranya :

- a. Membunuh kuman penyakit yang ada ditangan
- b. Mencegah penularan penyakit seperti diare, disentri, kolera, thypus, kecacingan, penyakit kulit, infeksi saluran pernapasan akut (ISPA), flu burung atau SARS.
- c. Tangan menjadi bersih dan bebas dari kuman

Cara mencuci tangan yang baik dan benar, yaitu:

- a. Cuci tangan dengan air bersih yang mengalir dan memakai sabun
- b. Bersihkan telapak, punggung tangan dan pergelangan tangan lengan, gosok bila perlu
- c. Bersihkan juga sela-sela jari dan lipatan kuku jari
- d. Setelah itu keringkan dengan lap bersih. (Depkes RI, 2001).

## **2. Jajan Di Kantin Sekolah Yang Sehat**

Jajan bagi anak merupakan hal yang paling sering dilakukan, dan hal ini dapat membahayakan apabila jajanan yang mereka konsumsi tidak sehat, hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan di Bogor dimana telah ditemukan *Salmonella Paratyphi A* di 25%-50% sampel minuman yang dijual di kaki lima. Bakteri ini mungkin berasal dari es batu yang tidak dimasak terlebih dahulu. Selain cemaran mikrobiologis, cemaran kimiawi yang umum ditemukan pada makanan jajanan kaki lima adalah penggunaan bahan tambahan pangan (BTP) ilegal seperti *borax* (pengawet yang mengandung logam berat Boron), *formalin* (pengawet yang digunakan untuk mayat), *rhodamin B* (pewarna merah pada tekstil), dan *methanilyellow* (pewarna kuning pada tekstil) (Judwarwanto, 2008).

Menurut Depkes RI (2001) alasan tidak boleh jajan di sembaran, tempat, harus di kantin sekolah karena:

- a. Makanan dan minuman yang dijual cukup bergizi, terjamin kebersihannya, terbebas dari zat-zat berbahaya dan terlindung dari serangga dan tikus.

- b. Makanan yang bergizi akan meningkatkan kesehatan dan kecerdasan siswa, sehingga siswa menjadi lebih berprestasi di sekolah.
- c. Tersedianya air bersih yang mengalir dan sabun untuk mencuci tangan dan peralatan makan.
- d. Tersedianya tempat sampah yang tertutup dan saluran pembuangan air kotor.
- e. Adanya pengawasan secara teratur oleh guru, siswa dan komite sekolah.

### **3. Membuang Sampah pada Tempatnya**

Membuang sampah pada tempatnya merupakan cara sederhana yang besar manfaatnya untuk menjaga kebersihan lingkungan, namun sangat susah untuk diterapkan. Hasil penelitian ini sesuai dengan pernyataan oleh Andang Binawan menyebutkan bahwa kebiasaan membuang sampah sembarangan dilakukan hampir di semua kalangan masyarakat, tidak hanya warga miskin, bahkan mereka yang berpendidikan tinggi pun melakukannya (Kartiadi, 2009).

Alasan harus membuang sampah ditempatnya adalah karena sampah adalah suatu bahan yang terbuang atau dibuang dari sumber hasil aktivitas manusia maupun alam. Selain kotor, tidak sedap dipandang mata, sampah juga mengundang kuman penyakit. Oleh karena itu sampah harus dibuang di tempat sampah. Secara garis besar, Depkes RI (2001) membedakan sampah menjadi tiga jenis, yaitu:

- a. Sampah anorganik atau kering, yang tidak dapat mengalami pembusukan secara alamiah, contoh: logam, besi, kaleng, plastik, karet, atau botol.
- b. Sampah organik atau basah, yang dapat mengalami pembusukan secara alami, contoh: sampah dapur, sampah restoran, sisa sayuran, rempah-rempah, atau sisa buah.
- c. Sampah berbahaya, contoh: baterai, botol racun nyamuk, atau jarum suntik bekas.

Akibat dari membuang sampah sembarangan adalah:

- a. Sampah menjadi tempat berkembang biak dan sarang serangga dan tikus
- b. Sampah menjadi sumber polusi dan pencemaran tanah, air dan udara
  - a. Sampah menjadi sumber dan tempat hidup kuman-kuman yang membahayakan kesehatan
  - b. Sampah dapat menimbulkan kecelakaan dan kebakaran

Pengelolaan sampah dapat dilakukan dengan cara memusnahkan atau memanfaatkannya. Beberapa cara pemusnahan sampah yang dapat dilakukan secara sederhana sebagai berikut:

#### A. Penumpukan

Dengan metode ini sebenarnya sampah tidak dimusnahkan secara langsung, namun dibiarkan membusuk menjadi bahan organik. Metode penumpukan murah, sederhana, tetapi menimbulkan risiko karena berjangkitnya penyakit menular, menyebabkan pencemaran udara, terutama bau, sumber penyakit dan mencemari sumber-sumber air.

#### B. Pengomposan

Cara pengkomposan merupakan cara sederhana dan dapat menghasilkan pupuk yang mempunyai nilai ekonomi.

#### C. Pembakaran

Metode ini dapat dilakukan hanya untuk sampah yang dapat dibakar habis. Harus diusahakan jauh dari pemukiman untuk menghindari pencemaran asap, bau, dan kebakaran.

#### D. Sanitari *landfill*

Metode ini hampir sama dengan pemupukan, tetapi cekungan yang telah penuh terisi sampah ditutupi tanah, namun cara ini memerlukan areal khusus yang sangat luas.

Dalam pemanfaatan sampah, sampah basah dapat dijadikan kompos dan makanan ternak, sampah kering dapat dipakai kembali dan didaur ulang seperti sampah kertas dapat didaur ulang. Daur ulang adalah salah satu strategi pengelolaan sampah padat yang terdiri atas kegiatan pemilahan, pengumpulan, pemrosesan, pendistribusian, dan pembuatan produk atau material bekas pakai. Material yang dapat didaur ulang misalnya:

- 1) Botol bekas wadah kecap, saos, sirup, *cremer*, baik yang putih bening maupun yang berwarna, terutama gelas atau kaca yang tebal.
- 2) Kertas, terutama kertas bekas di kantor, koran, majalah, kardus, kecuali kertas yang berlapis minyak
- 3) Alumunium bekas wadah minuman ringan, bekas kemasan kue
- 4) Besi bekas rangka meja, besi rangka beton
- 5) Plastik bekas tempat shampoo, air mineral, jerigen, ember
- 6) Sampah basah dapat diolah menjadi kompos

Pengelolaan sampah sangat besar sekali manfaatnya bagi diri kita sendiri, orang lain, maupun bagi lingkungan sekitar kita (Kartiadi, 2009), diantaranya:

- a. Menghemat sumber daya alam
- b. Menghemat energi
- c. Mengurangi uang belanja
- d. Menghemat lahan tempat pembuangan akhir (TPA)
- e. Meminimalkan lingkungan jentik di sekolah.

#### 4. Mengikuti Kegiatan Olahraga di Sekolah (Gunarsa, S 2001):

Olahraga adalah serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana untuk memelihara gerak (mempertahankan hidup) dan meningkatkan kemampuan gerak (meningkatkan kualitas hidup). Olahraga adalah suatu bentuk aktivitas fisik yang terencana dan terstruktur, yang melibatkan gerakan tubuh berulang-ulang dan ditujukan untuk meningkatkan kebugaran jasmani.

Kebugaran jasmani sangat penting dalam menunjang aktivitas kehidupan sehari-hari, akan tetapi nilai kebugaran jasmani tiap-tiap orang berbeda-beda sesuai dengan tugas atau profesi masing-masing. Kebugaran jasmani terdiri dari komponen-komponen yang dikelompokkan menjadi kelompok yang berhubungan dengan kesehatan (*Health Related Physical Fitness*) dan kelompok yang berhubungan dengan ketrampilan (*Skill Related Physical Fitness*).

Alasan mengikuti kegiatan olahraga di sekolah adalah untuk memelihara kesehatan fisik dan mental agar tetap sehat dan tidak mudah sakit. Selain itu juga untuk pertumbuhan dan perkembangan fisik. Manfaat olahraga antara lain:

- 1) Terhindar dari penyakit jantung, stroke, osteoporosis, kanker, tekanan darah tinggi, kencing manis
- 2) Berat badan terkendali
- 3) Otot lebih lentur dan tulang lebih kuat
- 4) Bentuk tubuh menjadi ideal dan proporsional
- 5) Lebih percaya diri
- 6) Lebih bertenaga dan bugar
- 7) Keadaan kesehatan menjadi lebih baik (Gunarsa, S: 2007)

## 5. Menimbang Berat Badan dan Mengukur Tinggi Badan Setiap 6 Bulan

Mengukur berat dan tinggi badan merupakan salah satu upaya untuk mengetahui pertumbuhan dan perkembangan anak. Dengan diketahuinya tingkat pertumbuhan dan perkembangan anak maka dapat memberikan masukan untuk peningkatan konsumsi makanan yang bergizi bagi pertumbuhan anak. Sedangkan untuk mengetahui pertumbuhan seorang anak normal atau tidak, bisa diketahui melalui cara membandingkan ukuran tubuh anak yang bersangkutan dengan ukuran tubuh anak seusia pada umumnya. Apabila anak memiliki ukuran tubuh melebihi ukuran rata-rata anak yang seusia pada umumnya, maka pertumbuhannya bisa dikatakan maju. Sebaliknya bila ukurannya lebih kecil berarti pertumbuhannya lambat.

Pertumbuhan dikatakan normal apabila ukuran tubuhnya sama dengan ukuran rata-rata anak-anak lain seusianya. Alasan siswa perlu ditimbang setiap 6 bulan adalah untuk memantau pertumbuhan berat badan dan tinggi badan normal siswa agar segera diketahui jika ada siswa yang mengalami gizi kurang maupun gizi lebih. Cara untuk mengetahui pertumbuhan dan perkembangan siswa yaitu dengan mencatat hasil penimbangan berat badan dan tinggi badan tiap siswa di Kartu Menuju Sehat (KMS) anak sekolah maka akan terlihat berat badan atau tinggi badan naik atau tidak naik (terlihat perkembangannya). Manfaat penimbangan siswa setiap 6 bulan di sekolah (Depkes,2001) antara lain:

- a. Untuk mengetahui apakah siswa tumbuh sehat.
- b. Untuk mengetahui dan mencegah gangguan pertumbuhan siswa.
- c. Untuk mengetahui siswa yang dicurigai gizi kurang dan gizi lebih,

Sehingga jika ada kelainan yang berpengaruh langsung dalam proses belajar di sekolah, dapat segera dirujuk ke Puskesmas. Jenis-jenis kondisi gizi tidak seimbang yang dapat diketahui setelah melakukan penimbangan berat badan adalah:

#### a. Gizi buruk

Gizi buruk adalah bila kondisi gizi kurang berlangsung lama, maka akan berakibat semakin berat tingkat kekurangannya. Pada keadaanya ini dapat menjadi *kwarshiorkor* dan *marasmus* yang biasanya disertai penyakit lain seperti diare, infeksi, penyakit pencernaan, infeksi saluran pernafasan bagian atas, dan anemia

Tanda-tanda gizi buruk (Meru, 2008) yaitu:

- 1) Sangat kurus, tulang iga tampak jelas
- 2) Wajah terlihat lebih tua
- 3) Tidak bereaksi terhadap rangsangan (apatis)
- 4) Rambut tipis, kusam, warna rambut jagung, dan bila dicabut tidak sakit
- 5) Kulit keriput
- 6) Pantat kendur dan keriput
- 7) Perut cekung atau buncit
- 8) Bengkak pada punggung kaki yang berisi cairan dan bila ditekan lama kembali
- 9) Bercak merah kehitaman pada tungkai dan pantat.

#### b. Gizi lebih

Masalah ini disebabkan melebihi dari yang dibutuhkan, terutama konsumsi lemak yang tinggi dan makanan dari gula murni. Pada umumnya masalah ini banyak terdapat di daerah perkotaan dengan dijumpainya balita yang kegemukan.

Tanda-tanda gizi lebih (Meru, 2008) yaitu:

- 1) Berat badan jauh di atas berat normal
- 2) Bentuk tubuh terlihat tidak seimbang
- 3) Tidak dapat bergerak bebas
- 4) Nafas mudah tersengal-sengal jika melakukan kegiatan
- 5) Mudah lelah
- 6) Malas melakukan kegiatan.

c. Gizi kurang

Gizi kurang disebabkan karena konsumsi gizi yang tidak mencukupi kebutuhannya dalam waktu tertentu (Meru, 2008).

## 6. Tidak Merokok di Sekolah

Rokok mengandung kurang lebih 4.000 elemen-elemen, dan setidaknya 200 diantaranya dinyatakan berbahaya bagi kesehatan. Racun utama pada rokok adalah tar, nikotin, dan karbon monoksida. Oleh karena itu kebiasaan merokok harus dihindarkan sejak dini mulai dari tingkat sekolah dasar (Wastuwibowo, 2008). Alasan tidak boleh merokok di sekolah karena rokok ibarat pabrik bahan kimia. Dalam satu batang rokok yang diisap akan dikeluarkan sekitar 4.000 bahan kimia berbahaya diantaranya yang paling berbahaya adalah nikotin, tar, dan karbon monoksida. Nikotin menyebabkan ketagihan dan merusak jantung serta aliran darah, tar menyebabkan kerusakan sel paru-paru dan kanker, sedangkan karbon monoksida menyebabkan berkurangnya kemampuan darah membawa oksigen, sehingga sel-sel tubuh akan mati.

Menurut Depkes RI (2003), seorang perokok dibedakan menjadi dua, yaitu:

### 1. Perokok aktif

Adalah orang yang merokok secara rutin walaupun itu cuma 1 batang dalam sehari. Atau orang yang menghisap rokok walau tidak rutin sekalipun atau hanya sekedar coba-coba.

### 2. Perokok pasif

Adalah orang yang bukan perokok, tetapi menghirup asap rokok orang lain atau orang yang berada dalam satu ruangan tertutup dengan orang yang sedang merokok.

Bahaya merokok (Depkes RI, 2003), antara lain:

- a. Menyebabkan kerontokan rambut
- b. Gangguan pada mata, seperti katarak

- c. Kehilangan pendengaran lebih awal dibanding bukan perokok menyebabkan penyakit paru-paru, jantung dan kanker
- d. Merusak gigi dan menyebabkan bau mulut yang tidak sedap
- e. Tulang lebih mudah keropos.

#### **7. Memberantas jentik nyamuk di sekolah secara rutin (Depkes RI2001):**

Sekolah menjadi bebas jentik dan warga sekolah serta masyarakat sekolah terhindar dari berbagai penyakit yang ditularkan melalui nyamuk. seperti demam berdarah, malaria, dan kaki gajah. Memberantas jentik di sekolah adalah kegiatan memeriksa tempat-tempat penampungan air bersih yang ada di sekolah (bak mandi, kolam) apakah bebas dari jentik nyamuk atau tidak. Kegiatan memberantas jentik nyamuk di sekolah diantaranya:

- a. Lakukan pemberantasan sarang nyamuk (PSN) dengan cara 3 M plus (menguras, menutup, mengubur, plus menghindari gigitan nyamuk).
- b. PSN merupakan kegiatan memberantas telur, jentik, dan kepompong nyamuk penular berbagai penyakit, seperti demam berdarah, demam dengue, chikungunya, malaria, *filariasis* (kaki gajah) di tempat-tempat perkembangbiakannya.

Tiga (3) M plus adalah tiga cara plus yang dilakukan pada saat PSN, yaitu:

- a. Menguras dan menyikat tempat-tempat penampungan air seperti bak mandi, kolam, tatakan pot kembang
- b. Menutup rapat-rapat tempat penampungan air, seperti lubang bak kontrol, lubang pohon, lekukan-lekukan yang dapat menampung air hujan
- c. Mengubur atau menyingkirkan barang-barang bekas yang dapat menampung air, seperti ban bekas, kaleng bekas, plastik-

plastik yang dibuang sembarangan (bekas botol atau gelas air mineral, plastik kresek)

- d. Plus menghindari gigitan nyamuk, yaitu:
- 1) Memakai obat yang dapat mencegah gigitan nyamuk, misalnya memakai obat nyamuk oles atau diusap ke kulit
  - 2) Mengupayakan pencahayaan dan ventilasi yang memadai
  - 3) Memperbaiki saluran dan talang air yang rusak
  - 4) Menaburkan *larvasida* (bubuk pembunuh jentik) di tempat-tempat yang sulit dikuras, misalnya di talang air atau di daerah sulit air
  - 5) Memelihara ikan pemakan jentik di kolam atau bak penampung air misalnya ikan cupang, ikan nila.
  - 6) Menanam tumbuhan pengusir nyamuk, misalnya zodia lavender, rosemary

Manfaat sekolah bebas jentik adalah:

- a. Populasi nyamuk menjadi terkendali sehingga penularan penyakit dengan perantara nyamuk dapat dicegah atau dikurangi.
- b. Kemungkinan terhindar dan berbagai penyakit semakin besar seperti demam berdarah dengue (DBD), malaria, chikungunya, atau kaki gajah.
- c. Lingkungan sekolah menjadi bersih dan sehat.

Cara pemeriksaan jentik berkala dapat dilakukan secara sederhana dengan menggunakan senter untuk melihat keberadaan jentik. Jika ditemukan jentik, warga sekolah dan masyarakat sekolah diminta untuk menyaksikan atau melihat jentik, kemudian langsung dilanjutkan dengan PSN melalui 3M atau 3M plus. Setelah itu mencatat hasil pemeriksaan jentik.

## **8. Buang air besar dan buang air kecil di jamban sekolah**

**(Depkes RI,2001):**

Jamban merupakan sanitasi dasar penting yang harus dimiliki setiap masyarakat. Pentingnya buang air bersih di jamban yang bersih adalah untuk menghindari dari berbagai jenis penyakit yang timbul karena sanitasi yang buruk. Oleh karena itu jamban harus mengikuti standar pembuatan jamban yang sehat dimana harus terletak minimal 10 meter dari sumber air dan mempunyai saluran pembuangan udara agar tidak mencemari lingkungan sekitar.

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. Jenis jamban ada dua, yaitu:

a. Jamban cemplung

Jamban yang penampungannya berupa lubang berfungsi menyimpan dan meresapkan cairan kotoran/tinja ke dalam tanah dan mengendapkan kotoran ke dasar lubang. Untuk jamban cemplung diharuskan ada penutup agar tidak berbau.

b. Jamban tangki septik atau leher angsa

Jamban berbentuk leher angsa yang penampungannya berupa tangki septik kedap air yang berfungsi sebagai wadah proses penguraian atau dekomposisi kotoran manusia yang dilengkapi dengan resapannya.

Manfaat yang dapat diperoleh jika menggunakan jamban bersih adalah:

- a. Menjaga lingkungan bersih, sehat dan tidak berbau
- b. Tidak mencemari sumber air yang ada disekitarnya
- c. Tidak mengundang datangnya lalat atau serangga yang dapat menjadi penular penyakit diare, kolera, disentri, typhus, kecacingan, penyakit kulit dan keracunan.

Perilaku kita sangat merugikan pengguna jamban berikutnya :

- a. Buang air besar dan buang air kecil haruslah di jamban untuk mencegah penularan penyakit, karena tinja dan *urine* (air kencing) banyak mengandung kuman penyakit.
- b. Menyiram hingga bersih setelah buang air besar atau buang air kecil.
- c. Buanglah sampah pada tempatnya, agar jamban tidak tersumbat dan penuh dengan sampah.
- d. Mengingatkan guru dan penjaga sekolah untuk mengawasi dan memastikan bahwa jamban yang tersedia selalu dalam keadaan bersih.

## **G. Definisi Perilaku, Bentuk perilaku**

### **1. Pengertian Perilaku**

Perilaku adalah semua kegiatan atau aktivitas manusia baik yang diamati langsung maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar (Notoatmojo, 2007). Robert Kwick (1974) menyatakan bahwa perilaku adalah tindakan atau perbuatan suatu organisme yang dapat diamati dan bahkan dapat dipelajari. Perilaku tidak sama dengan sikap. Sikap adalah hanya satu kecenderungan untuk mengadakan tindakan terhadap suatu objek, dengan suatu cara yang menyatakan adanya tanda-tanda untuk menyenangkan atau tidak menyenangkan objek tersebut. Sikap hanyalah sebagian dari perilaku manusia.

Perilaku kesehatan pada dasarnya adalah respon seseorang terhadap stimulus yang berkaitan dengan sakit dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, serta lingkungan. Perubahan – perubahan perilaku kesehatan dalam diri seseorang dapat diketahui melalui persepsi yang dihasilkan melalui panca indera.

Menurut machfoed (2005), pengertian perilaku kesehatan mempunyai dua unsur pokok, yaitu :

- a. Respon atau reaksi manusia, baik bersifat pasif (pengetahuan, persepsi, dan sikap) maupun bersifat aktif ( tindakan yang nyata dan praktis)
- b. Stimulus dan rangsangan, terdiri dari 4 unsur pokok yaitu sakit dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan dan lingkungan.

## 2. Bentuk – bentuk Perilaku Kesehatan

Perilaku kesehatan menurut Notoatmodjo (2007) mencakup:

1. Perilaku seseorang terhadap sakit dan penyakit, bagaimana manusia berespon, baik secara pasif (mengetahui, bersikap, dan mempersepsi penyakit dan rasa sakit yang ada pada dirinya dan diluar dirinya), maupun aktif (tindakan) yang dilakukan sehubungan dengan penyakit dan sakit tersebut. Perilaku terhadap sakit dan penyakit ini dengan sendirinya sesuai dengan tingkat – tingkat pencegahannya penyakit, yakni:
  - a) Perilaku sehubungan dengan peningkatan dan pemeliharaan kesehatan (Health Promotion Behaviour). Misalnya makan makanan yang bergizi, olahraga dan sebagainya.
  - b) Perilaku pencegahan penyakit (Health Prevention Behavior), adalah respon untuk melakukan pencegahan penyakit, misalnya: tidur memakai kelambu untuk mencegah gigitan nyamuk malaria, imunisasi, dan sebagainya. Termaksud juga perilaku untuk tidak menularkan penyakit pada orang lain.
  - c) Perilaku sehubungan dengan pencarian pengobatan (Health seeking Behaviour), yaitu perilaku untuk melakukan atau mencari pengobatan, misalnya berusaha mengobati sendiri penyakitnya, atau mencari pengobatan ke fasilitas kesehatan modern, maupun ke fasilitas kesehatan.
  - d) Perilaku sehubungan dengan pemulihan kesehatan (Health rehabilitation behavior), yaitu perilaku yang berhubungan dengan usaha – usaha pemulihan kesehatan setelah sembuh dari suatu penyakit. Misalnya melakukan diet, mematuhi anjuran dokter dalam rangka pemulihan kesehatannya.

2. Perilaku terhadap sistem pelayanan kesehatan, adalah respon seseorang terhadap sistem pelayanan kesehatan baik sistem pelayanan kesehatan modern maupun tradisional.
3. Perilaku terhadap makanan (nutrition behaviour), yakni respon seseorang terhadap makanan sebagai kebutuhan vital bagi kehidupan.
4. Perilaku terhadap lingkungan kesehatan (environmental health behavior) adalah respon seseorang terhadap lingkungan sebagai determinan kesehatan manusia. Lingkup perilaku ini seluas lingkup kesehatan lingkungan itu sendiri. Perilaku ini antara lain mencakup:
  - a) Perilaku sehubungan dengan air bersih, termasuk didalamnya komponen, manfaat dan penggunaan air bersih untuk kepentingan kesehatan
  - b) Perilaku sehubungan dengan pembuangan air kotor, yang menyangkut segi-segi hygiene pemeliharaan teknik, dan penggunaannya.
  - c) Perilaku sehubungan dengan limbah, baik limbah padat maupun limbah cair. Termasuk didalamnya sistem pembuangan sampah dan air limbah, serta dampak pembuatan limbah yang tidak baik.
  - d) Perilaku sehubungan dengan rumah yang sehat, yang meliputi ventilasi, pencahayaan, lantai, dan sebagainya.

### 3. Perilaku dalam Bentuk Pengetahuan

Pengetahuan adalah merupakan hasil “tahu“ dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan umumnya datang dari pengalaman, juga dapat diperoleh dari informasi yang disampaikan orang lain, didapat dari buku, atau media massa dan elektronik. (Notoatmodjo, 2003).

Penginderaan terhadap obyek terjadi melalui panca indera manusia yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba dengan sendiri. Pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian persepsi terhadap obyek. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*Ever Behavior*). Pada dasarnya pengetahuan terdiri dari sejumlah fakta dan teori yang memungkinkan seseorang dapat memahami sesuatu gejala dan memecahkan masalah yang dihadapi.

Pengetahuan dapat diperoleh dari pengalaman langsung ataupun melalui pengalaman orang lain. Pengetahuan dapat ditingkatkan melalui penyuluhan, baik secara individu maupun kelompok, untuk meningkatkan pengetahuan.

perubahan perilaku individu, keluarga dan masyarakat dalam upaya mewujudkan derajat kesehatan optimal. Menurut Notoatmodjo, 2003), pengetahuan mempunyai 6 (enam) tingkatan, yaitu:

1. Tahu (*Know*)

Diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk kedalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) terhadap suatu yang spesifik dan seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh sebab itu “tahu” ini adalah merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari yaitu menyebutkan, menguraikan, mengidentifikasi, mengatakan.

2. Memahami (*Comprehention*)

Artinya sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dimana dapat menginterpretasikan secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi terus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan dan sebagainya terhadap suatu objek yang dipelajari.

3. Aplikasi (*Application*)

Diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi ataupun kondisi riil (sebenarnya). Aplikasi disini dapat diartikan sebagai aplikasi atau penggunaan buku, rumus metode, prinsip dalam konteks atau situasi lain. Misalnya adalah dapat menggunakan rumus statistik dalam perhitungan-perhitungan hasil penelitian dan dapat menggunakan prinsip- prinsip siklus pemecahan masalah kesehatan dari kasus-kasus yang diberikan.

#### 4. Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menyatakan materi atau suatu objek kedalam komponen – komponen tetapi masih di dalam struktur organisasi tersebut dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari penggunaan kata kerja, seperti: dapat menggambarkan, membedakan, memisahkan, mengelompokkan dan sebagainya.

#### 5. Sintesis (*Syntesis*)

Sintesis yang dimaksud menunjukkan pada suatu kemampuan untuk melaksanakan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusunformulasi baru dari formulasi yang ada. Misalnya: dapat menyusun, merencanakan, meringkaskan, menyesuaikan dan sebagainya terhadap suatu teori atau rumusan- rumusan yang telah ada.

#### 6. Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian itu berdasarkan suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau menggunakan kriteria.

### **4. Perilaku dalam Bentuk Sikap**

Sikap adalah merupakan reaksi atau respon seseorang yang masih tertutup terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap tidak dapat langsung dilihat, tetapi hanya dapat ditafsirkan terlebih dahulu dari perilaku yang tertutup. Sikap secara nyata menunjukkan konotasi adanya kesesuaian reaksi terhadap stimulus tertentu yang dalam kehidupan sehari-hari adalah merupakan reaksi yang bersifat emosional terhadap stimulus sosial (Notoatmodjo, 1993).

Secara umum sikap dapat dirumuskan sebagai kecenderungan untuk merespon (secara positif atau negatif) terhadap orang, objek atau situasi tertentu. Sikap mengandung suatu penelitan emosional/efektif (senang, benci, sedih dan sebagainya). Sikap ini tidaklah sama dengan perilaku, dan perilaku tidaklah selalu mencerminkan sikap seseorang, sebab seringkali terjadi bahwa seseorang dapat berubah dengan memperlihatkan tindakan yang bertentangan dengan sikapnya, Sikap seseorang dapat berubah dengan diperolehnya tambahan informasi tentang objek tersebut melalui persuasi serta tekanan dari kelompok sosialnya.

Sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap stimulus atau objek. Manifestasi sikap itu tidak dapat langsung dilihat, tetapi dapat ditafsirkan terlebih dahulu dari perilaku yang tertutup. Allport (1954) dalam soekidjo (1993), menjelaskan bahwa sikap itu mempunyai 3 (tiga) komponen pokok, yaitu:

- a. Kepercayaan (keyakinan), ide terhadap suatu objek
- b. Kehidupan emosional atau evaluasi terhadap suatu objek.
- c. Kecenderungan untuk bertindak (tend to behave).

Sikap ini terdiri dari 4 (empat) tingkatan yakni (Soekidjo Notoatmodjo, 1996):

1. Menerima (*receiving*)

Menerima diartikan bahwa orang (subjek) mau dan memperhatikan stimulus yang diberikan (objek). Misalnya: misalkan sikap orang terhadap lingkungan dapat dilihat dari kesediaan dan perhatian orang itu terhadap ceramah-ceramah tentang lingkungan.

2. Merespon (*responding*)

Memberikan jawaban apabila ditanya, mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang diberikan adalah suatu indikasi sikap karena dengan suatu usaha untuk menjawab pertanyaan atau mengerjakan tugas yang diberikan. Lepas pekerjaan itu benar atau salah adalah berarti orang itu menerima ide tersebut.

3. Menghargai (*valuing*)

Mengajak orang lain untuk mengerjakan atau mendiskusikan dengan orang lain terhadap suatu masalah adalah suatu indikasi sikap tingkat tiga. Misalnya: seorang ibu mengajak ibu yang lain (tetangga, saudaranya, dsb) untuk menimbang anaknya ke posyandu atau mendiskusikan tentang gizi adalah suatu bukti bahwa si ibu telah mempunyai sikap positif terhadap gizi anak.

4. Bertanggung jawab (*responsible*)

Bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah dipilihnya dengan segala resiko adalah mempunyai sikap yang paling tinggi. Misalnya: seorang ibu mau menjadi akseptor KB, meskipun mendapatkan tantangan dari mertua atau orang tuanya sendiri.

Ciri-ciri sikap adalah:

1. Sikap bukan dibawa sejak lahir melainkan dibentuk atau dipelajari sepanjang perkembangan dalam hubungan objeknya. Sifat ini membedakannya dengan sifat motif-motif biogenesis seperti lapar, haus, kebutuhan akan istirahat.
2. Sikap dapat berubah-ubah karena itu sikap dapat dipelajari dan sikap dapat berubah pada orang-orang bila terdapat keadaan-keadaan dan syarat-syarat tertentu yang mempermudah sikap pada orang itu.
3. Sikap tidak berdiri sendiri, tapi senantiasa mempunyai hubungan tertentu terhadap suatu objek dengan kata lain, sikap itu terbentuk, dipelajari atau berubah senantiasa berkenaan dengan suatu objek tertentu yang dapat dirumuskan dengan jelas.
4. Objek sikap itu merupakan suatu hal tertentu tetapi dapat juga merupakan kumpulan dari hal-hal tersebut.
5. Sikap mempunyai segi-segi motivasi dan segi-segi perasaan, sifat alamiah yang membedakan sikap dan kecakapan-kecakapan atau pengetahuan yang dimiliki orang (Heri Purwanto, 1998).

Fungsi sikap dibagi menjadi 4 (empat) golongan, yakni :

1. Communicable artinya sesuatu yang mudah menular, sehingga mudah pula menjadi milik bersama.
2. Sebagai alat pengukur tingkah laku. Kita tahu bahwa tingkah laku anak kecil atau binatang pada Sebagai alat untuk menyesuaikan diri. Sikap adalah sesuatu yang bersifat umumnya merupakan aksi-aksi yang spontan terhadap sekitarnya. Antara perangsang dan reaksi tidak ada pertimbangan, tetapi pada orang dewasa dan yang sudah lanjut usianya, perangsang itu pada umumnya tidak diberi reaksi secara spontan akan tetapi terdapat adanya proses secara sadar untuk menilai perangsang-perangsang itu. Jadi, antara perangsang dan reaksi terhadap sesuatu yang disisipkannya yaitu sesuatu yang berwujud pertimbangan- pertimbangan atau penilaian-penilaian terhadap perangsang itu sebenarnya bukan hal yang berdiri sendiri tetapi merupakan sesuatu yang erat hubungannya dengan cita-cita orang, tujuan hidup orang, peraturan-peraturan kesusilaan yang ada dalam bendera, keinginan- keinginan pada orang itu dan sebagainya.
3. Sebagai alat pengatur pengalaman-pengalaman. Dalam hal ini perlu dikemukakan bahwa manusia di dalam menerima pengalaman- pengalaman dari dunia luar sikapnya tidak pasif, tetapi diterima secara aktif artinya semua pengalaman yang berasal dari dunia luar tidak semuanya dilayani oleh manusia tetapi manusia memilih mana-mana yang perlu dan mana-mana yang tidak perlu dilayani. Jadi semua pengalaman ini diberi penilaian lalu dipilih.

4. Sebagai pernyataan kepribadian. Sikap sering mencerminkan pribadi seseorang. Ini sebabnya karena sikap tidak pernah terpisah dari pribadi yang mendukungnya. Oleh karena itu dengan melihat sikap-sikap pada objek tertentu, sedikit banyak orang bisa mengetahui pribadi orang tersebut. Jadi, sikap sebagai pernyataan pribadi. Apabila kita akan mengubah sikap seseorang, maka kita harus mengetahui keadaan sesungguhnya dari sikap orang tersebut dan dengan mengetahui keadaan sikap itu kita akan mengetahui pula mungkin tidaknya sikap tersebut diubah dan bagaimana cara mengubah sikap-sikap tersebut (Purwanto, 1999).

## 5. Perilaku dalam Bentuk Tindakan

Suatu sikap belum tentu otomatis terwujud dalam suatu tindakan untuk terwujudnya sikap menjadi suatu perubahan nyata diperlukan faktor pendukung/suatu kondisi yang memungkinkan (Notoatmojo, 1993). Tindakan terdiri dari 4 (empat) tingkatan, yaitu :

### 1. Persepsi (*Perception*)

Mengenal dan memilih berbagai objek sehubungan dengan tindakan yang akan diambil adalah merupakan praktek tingkat pertama.

### 2. Respon Terpimpin (*Guided Response*)

Dapat melakukan sesuatu sesuai dengan urutan yang benar dan sesuai dengan contoh adalah merupakan indikator praktek tingkat dua.

### 3. Mekanisme (*Mechanism*)

Apabila seseorang telah dapat melakukan sesuatu dengan benar secara otomatis, atau sesuatu itu sudah merupakan kebiasaan, maka ia sudah mencapai praktek tingkat tiga.

### 4. Adopsi (*Adoptioan*)

Adaptasi adalah praktek atau tindakan yang sesudah berkembang dengan baik, artinya tindakan itu sudah di modifikasikan tanpa mengurangi kebenaran tingkat tersebut.

## H. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku

Menurut L.W.Green, faktor penyebab masalah kesehatan adalah faktor perilaku dan faktor non perilaku. Faktor perilaku khususnya perilaku kesehatan dipengaruhi oleh 3 (tiga) faktor, yaitu :

### 1. Faktor-faktor Predisposisi (*Predisposing Factors*)

Adalah faktor yang terwujud dalam kepercayaan, keyakinan, nilai-nilai dan juga variasi demografi, seperti : status ekonomi, umur, jenis kelamin dan susunan keluarga. Faktor ini lebih bersifat dari dalam diri individu tersebut.

### 2. Faktor-faktor Pemungkin (*Enabling Factors*)

Adalah faktor pendukung yang terwujud dalam lingkungan fisik, termasuk di dalamnya adalah berbagai macam sarana dan prasarana, misalnya : dana, transportasi, kebijakan pemerintah dan lain sebagainya.

### 3. Faktor-faktor Pendukung (*Reinforcing Factors*)

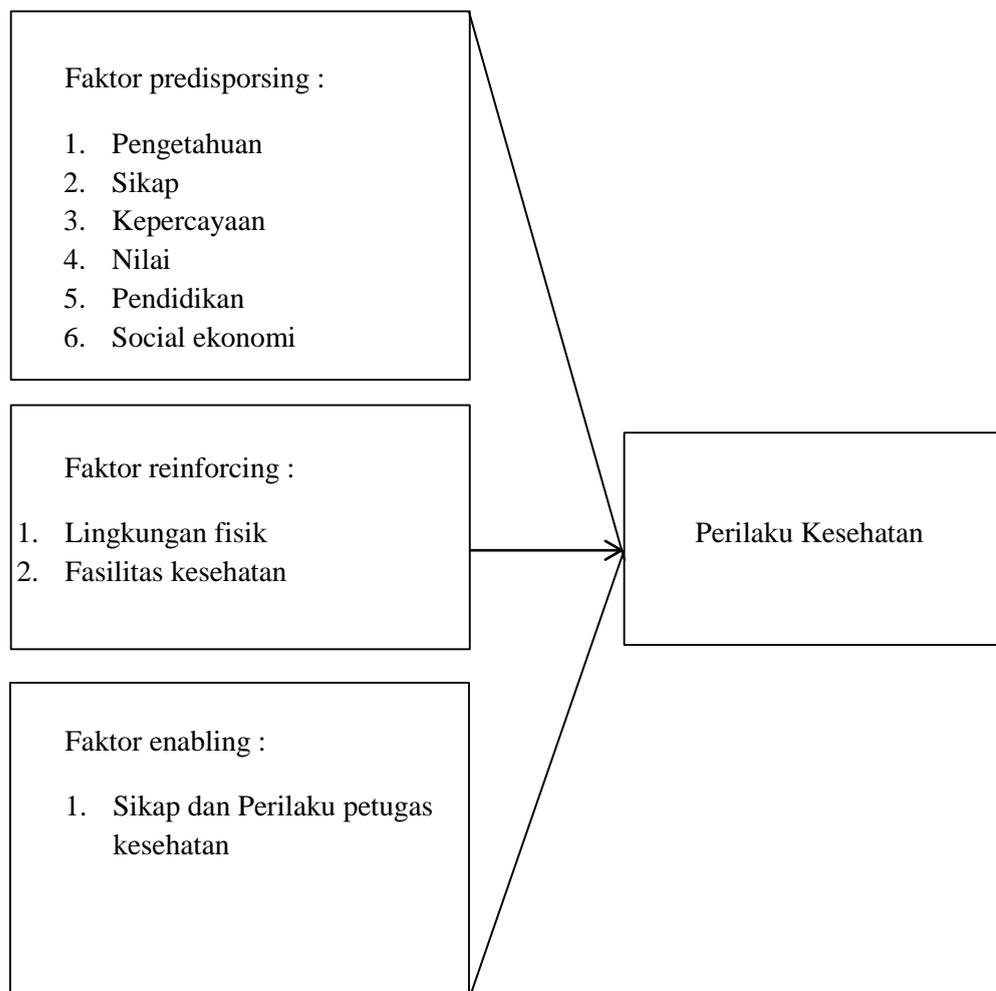
Adalah faktor-faktor ini meliputi : faktor sikap dan perilaku tokoh masyarakat, tokoh agama, sikap dan perilaku petugas termasuk petugas kesehatan, undang-undang peraturan-peraturan baik dari pusat maupun pemerintah daerah yang terkait dengan kesehatan.

### 3. Faktor-faktor Pendukung (*Reinforcing Factors*)

Adalah faktor-faktor ini meliputi : faktor sikap dan perilaku tokoh masyarakat, tokoh agama, sikap dan perilaku petugas termasuk petugas kesehatan, undang-undang peraturan-peraturan baik dari pusat maupun pemerintah daerah yang terkait dengan kesehatan.

## I. Kerangka Teori

Berdasarkan uraian-uraian teori sebelumnya, maka dapat dilihat dalam kerangka teori dibawah ini:

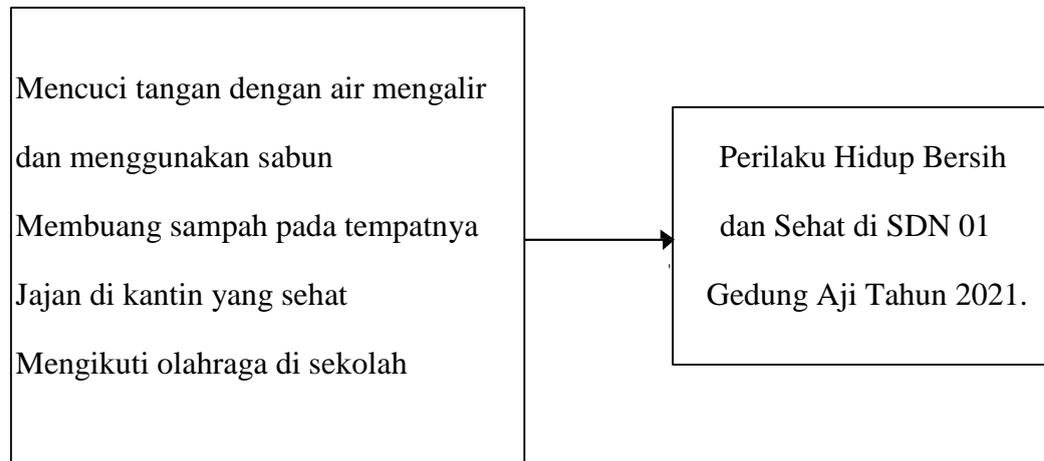


Gambar 2.1 Kerangka Teori

(Sumber : L. Green dalam Soekidjo Notoatmodjo:2003)

## J. Kerangka Konsep

### Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah



Gambar 2.2 Kerangka Konsep

## K. Defenisi Operasional

No	Komponen	Definisi	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
1.	Perilaku mencuci tangan	Mencuci tangan dengan air yang mengalir dan menggunakan sabun.	Wawancara dan Observasi	Kuesioner	Dalam Indikator PHBS Perilaku baik : bila responden memperoleh nilai menjawab $\geq 60\%$ Perilaku kurang : bila responden memperoleh nilai menjawab $\leq 60\%$	Ordinal
2.	Perilaku membuang sampah	Mengenai perilaku murid dalam membuang sampah pada tempatnya baik dikelas, dilingkungan sekolah, maupun dilingkungan	Wawancara dan Observasi	Kuesioner	Dalam Indikator PHBS Perilaku baik : bila responden memperoleh nilai menjawab $\geq 60\%$ Perilaku kurang : bila responden memperoleh nilai menjawab $\leq 60\%$	Ordinal

3.	Perilaku jajan dikantin sekolah	Perilaku jajan dikantin sekolah dalam penelitian ini adalah perilaku murid mengenai jajan dikantin sekolah yang sehat.	Wawancara dan Observasi	Kuesioner	Dalam Indikator PHBS Perilaku baik : bila responden memperoleh nilai menjawab $\geq 60\%$ Perilaku kurang : bila responden memperoleh nilai menjawab $\leq 60\%$	Ordinal
4.	Perilaku mengikuti olahraga disekolah	Mengikuti kegiatan olahraga di sekolah dalam penelitian ini adalah perilaku murid mengenai mengikuti kegiatan olahraga di sekolah secara berkesinambungan	Wawancara dan Observasi	Kuesioner	Dalam Indikator PHBS Perilaku baik : bila responden memperoleh nilai menjawab $\geq 60\%$ Perilaku kurang : bila responden memperoleh nilai menjawab $\leq 60\%$	Ordinal