

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

1. Laju ventilasi ruang tidur sebagian besar rumah (67,4%) tidak memenuhi syarat, hanya (32,6%) rumah yang memiliki laju ventilasi yang sesuai dengan standar kesehatan.
2. Kondisi lantai ruang tidur seluruh rumah (100%) telah memenuhi syarat kesehatan, yaitu menggunakan lantai yang kedap air dan mudah dibersihkan.
3. Kondisi langit-langit ruang tidur sebagian besar rumah (86%) tidak memenuhi syarat, hanya (14%) rumah yang memiliki langit-langit sesuai standar kesehatan.
4. Pencahayaan ruang tidur pada (62,8%) rumah sudah memenuhi syarat, sementara (37,2%) rumah masih memiliki pencahayaan yang tidak memadai.
5. Suhu ruang tidur mayoritas rumah (84,9%) berada dalam kisaran suhu ideal, hanya (15,1%) rumah yang tidak memenuhi syarat suhu sehat.
6. Kepadatan hunian ruang tidur masih menjadi masalah utama, karena (93%) rumah tidak memenuhi syarat (kepadatan berlebih), hanya (7%) rumah yang memenuhi standar kepadatan hunian.
7. Kelembaban ruang tidur sebagian besar rumah (74,4%) belum memenuhi syarat kelembaban ideal, hanya (25,6%) rumah yang kelembabannya sudah memenuhi syarat.

8. Perilaku merokok di dalam rumah sangat tinggi, yaitu (91,9) rumah memiliki anggota keluarga yang merokok di dalam rumah, hanya (8,1%) rumah yang bebas dari perilaku merokok di dalam ruangan.

## **B. Saran**

### a. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini bisa menjadi bahan pembelajaran langsung bagi mahasiswa tentang bagaimana kondisi lingkungan rumah bisa memengaruhi penyakit ISPA. Mahasiswa diharapkan bisa meningkatkan pengetahuan dan keterampilan lapangan, serta bisa menerapkan ilmu yang sudah dipelajari, terutama tentang ventilasi, pencahayaan, kelembaban, dan kebiasaan merokok di rumah.

### b. Bagi Instansi / Puskesmas

Puskesmas dan instansi kesehatan bisa menggunakan data ini untuk melihat kondisi nyata lingkungan pemukiman. Dengan banyaknya rumah yang tidak memenuhi syarat laju ventilasi (67,4%), kepadatan hunian ruang tidur tinggi (79,1%), kelembaban ruang tidur tidak sehat (74,4%), dan kebiasaan merokok di dalam rumah (91,9%), maka disarankan agar dilakukan penyuluhan kesehatan secara rutin, pembinaan lingkungan sehat, serta edukasi berhenti merokok di dalam rumah. Kegiatan bisa dilakukan dengan melibatkan kader dan masyarakat setempat.

### c. Bagi Masyarakat

Masyarakat, terutama yang terkena ISPA atau berisiko, sebaiknya mulai menjaga lingkungan rumah agar lebih sehat, seperti:

1. Membuka jendela agar udara segar bisa masuk (ventilasi).
2. Mengatur pencahayaan supaya cukup sinar matahari masuk.
3. Menjaga kebersihan dan kelembaban agar tidak lembap.
4. Menghindari merokok di dalam rumah, apalagi di dekat anak-anak atau orang tua.

Dengan lingkungan rumah yang lebih sehat, kesehatan keluarga bisa terjaga dan produktivitas juga bisa meningkat.