

Pengaruh PHBS Dengan Pengetahuan PHBS Pada Remaja
Di Pondok Pesantren Ulil Albaab Desa Prian
Kabupaten Lombok Timur

Maelina Ariyanti, Zul Hendry, Muhammad Alwi Andi

Abstrak

Di negara berkembang seperti Indonesia, *morbidity* (angka kesakitan) dan *mortality* (angka kematian) akibat penyakit menular cukup tinggi dan prevalensinya terus meningkat. Hal ini banyak dipengaruhi oleh faktor lingkungan dan perilaku hidup masyarakat. Terlebih lagi dengan sosial ekonomi yang rendah sehingga kejadian kasus penyakit menular (virus) maupun tidak menular (bakteri) memerlukan penanganan yang lebih serius dan profesional. Berdasarkan hasil survey PHBS yang dilaksanakan oleh Dinas Kesehatan Lombok Timur, bahwa di Lombok Timur didapatkan hasil 8 Wilayah dalam kategori 4 yang termasuk kriteria PHBS kurang atau jelek, dari 8 wilayah tersebut Desa Prian Kecamatan Jenggik termasuk kategori 4 dengan kriteria PHBS kurang. Berdasarkan pada angka hasil survey PHBS tersebut ternyata masih ada sebagian dari penduduk yang masuk kriteria tidak sehat sehingga dimungkinkan bisa menjadi penyebab tingginya angka kejadian penyakit di wilayah Lombok Timur khususnya di Desa Prian Kecamatan Montong Gading kabupaten Lombok Timur

Tujuan penelitian ini adalah untuk mencari pengaruh perilaku hidup bersih dan sehat terhadap pengetahuan PHBS siswa di Pondok Pesantren Ulil Albaab Desa Prian Kecamatan Montong Gading Kabupaten Lombok Timur. Jenis Penelitian ini merupakan penelitian *pra eksperimen* dengan *desain one group pre-post test design*. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa di pondok pesantren Ulil Albaab berjumlah 625 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling* sehingga jumlah sampel sebanyak 244 siswa. Instrumen pengumpulan data menggunakan kuesioner dan dianalisis menggunakan uji *Man-Whitney*

Latar Belakang

Kurangnya pengetahuan juga bisa mempengaruhi perilaku seseorang termasuk perilaku di bidang kesehatan sehingga bisa menjadi penyebab tingginya angka penyebaran suatu penyakit termasuk penyakit yang disebabkan oleh kurangnya pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dan mempunyai resiko penularan dan penyebaran cukup tinggi.

Berdasarkan hasil survey PHBS yang dilaksanakan oleh Dinas Kesehatan Lombok Timur, bahwa di Lombok Timur didapatkan hasil 8 Wilayah dalam kategori 4 yang termasuk kriteria PHBS kurang atau jelek, dari 8 wilayah tersebut Desa Prian Kecamatan Montong Gading termasuk kategori 4 dengan kriteria PHBS kurang. Berdasarkan pada angka hasil survey PHBS tersebut ternyata masih ada sebagian dari penduduk yang masuk kriteria tidak sehat sehingga dimungkinkan bisa menjadi penyebab tingginya angka kejadian penyakit di wilayah Lombok Timur khususnya di Desa Prian Kecamatan Montong Gading kabupaten Lombok Timur.

TINJAUAN PUSTAKA

Perilaku hidup bersih dan sehat adalah sekumpulan perilaku yang di praktekan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat. (Depkes RI, 2007)

Jenis Kegiatan PHBS

Menurut buku promosi kesehatan DepKes RI (2007) bahwa PHBS dapat di kelompokkan ke dalam: PHBS bidang gizi, misalnya: makan dengan gizi seimbang , mengkonsumsi garam beryodium dll. PHBS bidang kesehatan Ibu dan Anak (KM) dan keluarga berencana (KB), misalnya: memeriksakan kehamilan, kelahiran atau persalinan di tolong oleh tenaga kesehatan, melakukan imunisasi lengkap, mengikuti program keluarga berencana (KB), dll. PHBS bidang kesehatan lingkungan, misalnya: mencuci tangan dengan sabun dan air setelah buang air besar, menempati rumah sehat, memiliki akses dan menggunakan air bersih, memiliki akses dan menggunakan jamban, memberantas jentik nyamuk, membuang sampah di tempat sampah

dan mencuci tangan. PHBS bidang pemeliharaan kesehatan, misalnya: memiliki jaminan pemeliharaan kesehatan, memanfaatkan fasilitas kesehatan seperti puskesmas atau sarana kesehatan lainnya sebagai tempat untuk memeriksakan kesehatan. PHBS bidang gaya hidup sehat, misalnya: tidak merokok, melaksanakan aktifitas fisik atau olahraga secara teratur, makan sayur dan buah-buahan yang cukup. PHBS bidang obat dan farmasi, misalnya: memiliki tanaman obat keluarga (TOGA), tidak menggunakan Narkotika Psikotropikan dan Zat Akdiaktif lainnya (NAPZA), menggunakan obat generik, minum oralit jika terjadi pengetahuan, dll.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan adalah *Pra Eksperimen* dengan menggunakan rancangan "*one group prepost test design*". Populasi dalam penelitian ini adalah siswa Pondok Pesantren Ulil Albaab sebanyak 625 orang pada tahun 2014. Sampel yang diteliti yaitu sebagian siswa-siswi Pondok Pesantren Ulil Albaab tahun 2014 dengan teknik pengambilan sampel dilakukan secara acak yaitu dengan menggunakan teknik *purposif sampling*. Analisa data dalam penelitian inidalah uji *Man-Withney* dengan analisis data menggunakan alat bantu piranti lunak SPSS versi 16.0. (Notoatmodjo S, 2005)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Jenis kelamin laki-laki berjumlah 34 responden (48,6%) dan 26 responden lainnya (51,4%) berjenis kelamin perempuan. Usia kurang dari 16 tahun berjumlah 23 responden (32,9%), responden yang berusia 16-18 tahun berjumlah 47 responden (67,1%), dan tidak ada responden yang berusia diatas 18 tahun (0%). Perilaku responden sebagian besar masuk dalam kategori cukup dengan jumlah 26 responden (37,11%). Jumlah responden yang memiliki perilaku dengan kategori kurang berjumlah 23 responden (32,9%), dan yang memiliki perilaku baik berjumlah 21 responden (30,0%)

Pembahasan

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat adalah budaya hidup perorangan, keluarga dan masyarakat yang berorientasi sehat, serta bertujuan untuk meningkatkan, memelihara, dan melindungi kesehatannya baik fisik, mental maupun sosial. Khumayra dan Sulismo (2012) menyatakan bahwa Pesantren dapat menjadi

ancaman penularan penyakit karena tingkat kepadatan dan lingkungan yang kurang memadai sehingga penanaman Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan kebutuhan yang mutlak yang harus dilakukan karena penghuni pesantren adalah kelompok beresiko terkena penyakit.

Penilaian perilaku hidup bersih dan sehat ini dilakukan dengan mengisi kuesioner yang mengungkap tindakan responden sehari-hari terkait PHBS. Dalam penelitian ini terdapat 21 responden (30%) yang memiliki tindakan PHBS dengan kategori baik, 26 responden (37,1%) dengan kategori cukup, dan 23 responden (32,9) dengan kategori kurang. Hal ini menunjukkan bahwa pada responden penelitian kesadaran untuk melakukan perilaku hidup bersih dan sehat masih rendah. Hal ini dapat disebabkan karena kurangnya promosi kesehatan yang dilakukan puskesmas maupun unit layanan kesehatan lainnya. Minimnya program di pondok dalam mensosialisasikan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat ini juga menjadi penyebab rendahnya jumlah responden yang menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dengan baik.

Hal ini senada dengan pernyataan Ikhwanuddin (2011) n jurnal sosial dan politik yang judul penelitiannya Perilaku Kesehatan Santri, yang menjelaskan bahwa Kebanyakan pondok pesantren di Indonesia memiliki masalah yang begitu klasik yaitu tentang kesehatan santri dan masalah terhadap penyakit. Masalah kesehatan dan penyakit di pesantren sangat jarang mendapat perhatian dengan baik dari warga pesantren itu sendiri maupun masyarakat dan juga pemerintah. Kesederhanaan dan kesahajaan serta kurangnya fasilitas dan sarana di pondok pesantren menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku kesehatan santri di pondok pesantren.

Dari beberapa kriteria Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat, menimbang berat badan adalah salah satu kriteria yang hampir tidak dilakukan oleh semua responden baik santri putra maupun santri putri. Hal ini disebabkan karena di lingkungan pondok jarang terdapat program untuk mengukur berat badan dan tinggi badan secara rutin dikarenakan tidak adanya unit khusus yang menangani kesehatan di Pondok Pesantren Ulil Albaab Desa Prian Kabupaten Lombok Timur baik putra maupun putri

Kriteria yang hampir dilakukan oleh semua responden adalah kriteria yang berkaitan

dengan perilaku tidak merokok. Hanya didapatkan beberapa responden santri putra yang pernah merokok. Hal ini dapat disebabkan karena pergaulan responden di luar lingkungan pondok yang sudah marak dengan perilaku merokok.

Kriteria lainnya menunjukkan kecenderungan yang sama. Kriteria yang berkaitan dengan kebiasaan mencuci tangan dengan air mengalir dan sabun menunjukkan responden perempuan lebih banyak yang terbiasa melakukannya dibandingkan responden laki-laki. Kriteria yang berkaitan dengan kebiasaan jajan sehat di pondok pesantren juga menunjukkan responden perempuan lebih terbiasa melakukannya. Hal ini juga ditunjukkan pada kriteria yang berkaitan dengan kebiasaan penggunaan jamban yang bersih dan sehat dan kebiasaan memberantas jentik nyamuk. Hal ini dapat disebabkan karena responden laki-laki memiliki kebiasaan lebih malas dibandingkan responden perempuan.

Hasil ini serupa dengan hasil penelitian Khumayra dan Sulisno (2012) yang menunjukkan Penelitian yang dilakukan pada dua kelompok santriputra dan santri putri menunjukkan lebih baik sikap PHBS pada putri lebih baik dikarenakan bahwasannya putri cenderung memakai rasa dalam menilai sebuah objek sehingga yang muncul adalah rasa senang dan tidak senang untuk menunjukkan arah negatif dan positif.

Responden laki-laki menunjukkan perilaku yang baik pada kriteria yang berkaitan dengan kebiasaan berolahraga yang teratur. Hal ini disebabkan karena di Pondok Pesantren Ulil Albaab Desa Prian Kabupaten Lombok Timur ada program rutin olahraga di setiap sorenya.

Kecenderungan individu dalam mempersepsikan sebuah objek mengikuti atau berusaha untuk sama dengan teman sebaya. Pondok pesantren merupakan sebuah komunitas yang mana terdiri dari kumpulan individu yang memiliki karakteristik umur yang hampir sama. Hasil penelitian pun menunjukkan bahwa dari kelompok putri lebih banyak pada kriteria baik dan pada kelompok putra lebih banyak pada kriteria cukup pada perilaku Hidup Bersih dan Sehat.

Selain itu, program intervensi dari pondok pesantren juga penting untuk penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Fasilitas yang

lengkap dan mendukung juga akan mendorong perilaku yang baik seperti yang ditunjukkan santri putri. Pondok pesantren putri, berdasarkan hasil observasi peneliti selama penelitian memiliki fasilitas yang lebih baik seperti adanya bak sampah di setiap kelas, fasilitas kantin yang menjual makanan sehat, keran, dan cukup dengan rumah pimpinan pondok. Berbeda dengan pondok putri, di pondok putra karena masih dalam proses pembangunan sehingga fasilitas yang dimiliki tidak sebaik pondok putri. Di pondok putra tidak disediakannya bak sampah di tiap kelas sehingga santri putra masih membuang sampah tidak pada tempatnya. Selain itu keran air yang terkadang sering macet juga menghambat perilaku santri putra untuk menerapkan PHBS dengan kriteria mencuci tangan dengan air mengalir dan sabun.

Kesimpulan

Sebagian besar responden memiliki kebiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan kriteria cukup.

DAFTAR PUSTAKA

- _____.(2003). *Sikap Manusia, Teori dan Pengukurannya*. Pustaka Pelajar : Yogyakarta.
- Arikunto, Suharsimi (2002). *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta : Jakarta.
- _____.(2006). *Prosedur Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta : Jakarta.
- Aziz, A. (2005). *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Salemba Medika : Jakarta.
- Chaniago, A. (2002). *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*. CV. Pustaka Setia : Bandung.
- Depkes RI,(2007). *Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia*. Jakarta.
- _____.(2008). *Buku Pedoman Pelaksanaan Program P2 Pengetahuan*. Ditjen PPM dan PL : Jakarta.
- _____.(2010). *Panduan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di Rumah Tangga*. Pusat Promosi Kesehatan : Jakarta.
- _____.(2010). *Buku Saku Petugas Kesehatan Lintas Pengetahuan*. Ditjen PPM dan PL : Jakarta.
- Dinkes Kota Bima, (2011) . *Profil PHBS* <http://www.Dinkeskotabima.co.id>. Diakses tanggal 03 Februari 2012 . jam 16.35 Wita.

- Hidayat, A. Aziz Alimul. (2009). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data*. Salemba Medika : Jakarta.
- Machfoed, Irchan. (2009). *Tatanan dan Sasaran PHBS Masyarakat*. Kayon: Yogyakarta.
- Marimbi, Hanum. (2009). *Sosiologi dan Antropologi Kesehatan*. Nuha Medika : Jakarta.
- Mubarak, Wahid I dan Chayatin, Nurul. (2009). *Ilmu Kesehatan Masyarakat: Teori dan Aplikasi*. Salemba Medika : Jakarta.
- Notoatmodjo, S.(2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Prilaku*. Rineka Cipta : Jakarta.
- _____,(2005). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta : Jakarta.
- Nursalam. (2008). *Konsep dan penerapan Metode Penelitian Ilmu Keperawatan*. Salemba Medika : Jakarta.
- Setiadi. (2007). *Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan*. Graha Ilmu : Yogyakarta.
- Setiawati, S; Darmawan A.C. (2008). *Proses Pembelajaran Dalam Pendidikan Kesehatan*. Trans Info Media : Jakarta.
- Soetjiningsih. (2001). *Tumbuh Kembang Anak*. EGC : Jakarta.
- Stikes Yarsi Mataram. (2012). *Buku Panduan Penyusunan Proposal dan Skripsi*. Mataram.
- Suharto, dkk. (2007). *Metode Penelitian Kesehatan Masyarakat*. Cetak 1. Medika Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada : Yogyakarta.
- Syafrudin. (2009). *Buku Ajar Ilmu Kesehatan Masyarakat Untuk Mahasiswa Kebidanan*. EGC: Jakarta.
- Wiroatmojo dan Sasonohardjo, 2002. *Media Pembelajaran*. Jakarta: LAN RI.