

## **BAB II**

### **PEMBAHASAN**

#### **A. Tinjauan Pustaka Penelitian**

##### **1. Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS)**

###### **a. Defisini PHBS**

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong diri sendiri (mandiri) di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat. Dalam PHBS terdapat 5 tatanan salah satunya yaitu tatanan pendidikan atau tatanan sekolah, yang dimana tatanan ini mencakup kesehatan pada tingkat sekolah, adakah sekumpulan perilaku yang diterapkan/dipraktikkan oleh peserta didik, guru dan masyarakat lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, dan meningkatkan kesehatan, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat (Roza Asnel, 2019).

PHBS berasal dari tiga kata kunci yaitu, perilaku, hidup bersih, dan sehat.

## 1) Perilaku

Perilaku menurut Notoatmodjo dari pandangan biologis merupakan suatu kegiatan atau aktivitas organisme atau makhluk hidup yang bersangkutan dan perilaku merupakan respon atau reaksi seseorang terhadap stimulus (rangsangan dari luar). Sedangkan menurut Dachroni, Perilaku adalah merupakan perbuatan yang dapat diamati dan dilakukan berulang-ulang, yang disadari oleh pengetahuan dan kemauan serta didukung oleh adanya peluang dan sarana yang diperlukan.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas maka dapat disimpulkan bahwa perilaku adalah suatu kegiatan atau aktivitas manusia yang dapat diamati, dipelajari dan terjadi karena adanya respon terhadap stimulus serta dilakukan berulang-ulang yang didasari oleh pengetahuan dan kemauan serta didukung oleh adanya peluang dan sarana yang diperlukan (Murti, 2016).

## 2) Hidup bersih

Perilaku hidup bersih dan sehat adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri dibidang kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan di masyarakat.

Hidup bersih dapat diimpulkan yaitu pola hidup yang selalu menjaga kebersihan diri dan lingkungannya agar kehidupan menjadi nyaman tanpa adanya suatu apapun.(Mutiara, 2019).

### 3) Sehat

Salah satu aspek individu yang sejahtera yakni sehat. World Health Organization (WHO) mendefinisikan sehat yakni suatu keadaan yang sempurna baik fisik, mental, dan sosial dan yang sejahtera dan bukan hanya ketiadaan penyakit dan lemah. Sehat adalah suatu keadaan yang dibutuhkan oleh setiap manusia untuk dapat menjalankan kegiatannya, Kesehatan adalah keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis (Undang-Undang Kesehatan No 36, 2009).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan cerminan pola hidup keluarga yang senantiasa yang memperhatikan dan menjaga kesehatan seluruh anggota keluarga. Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa PHBS adalah merupakan serangkaian kegiatan manusia yang dapat diamati, dipelajari dan terjadi karena adanya respon terhadap stimulus tentang kesehatan yang dilakukan

atas dasar kesadaran, yang membuat individu, keluarga, masyarakat, yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis (Serri Hutahaeen, 2021).

#### 4) Manfaat PHBS

PHBS Manfaat PHBS secara umum adalah meningkatkan kesadaran masyarakat untuk mau menjalankan hidup bersih dan sehat. Hal tersebut agar masyarakat bisa mencegah dan menanggulangi masalah kesehatan. Selain itu, dengan menerapkan PHBS masyarakat mampu menciptakan lingkungan yang sehat dan meningkatkan kualitas hidup. Manfaat PHBS di sekolah merupakan kegiatan memberdayakan siswa, guru dan masyarakat lingkungan sekolah untuk mau melakukan pola hidup sehat untuk menciptakan sekolah sehat.

#### 5) Indikator PHBS

Pada indikator PHBS disekolah memiliki tatanan yaitu suatu alat ukur atau suatu petunjuk yang membatasi fokus perhatian untuk menilai keadaan atau permasalahan kesehatan disekolah. Berikut ini adalah indikator PHBS dalam sekolah yaitu (Serri Hutahaeen, 2021).

Penjelasan dari tiap indikator PHBS tersebut adalah sebagai berikut :

a) Mencuci Tangan dengan Air yang Mengalir dan Memakai Sabun

Mencuci tangan sebaiknya menggunakan air yang mengalir, seperti menggunakan kran atau wastafel. Kebiasaan mencuci tangan di dalam baskom sebaiknya diubah. Selain itu, penggunaan sabun bertujuan agar kuman atau bakteri menjadi hilang. Sabun juga dapat diganti penggunaannya dengan alkohol. Untuk mengeringkan tangan, sebaiknya menggunakan kain/ handuk yang rutin diganti setiap hari atau tisu. Mencuci tangan menggunakan sabun merupakan langkah awal untuk hidup sehat

b) Mengonsumsi Jajanan Sehat di Kantin Sekolah

Kejadian keracunan makanan masih banyak ditemukan di lingkungan sekolah. Mengonsumsi makanan yang tidak sehat dapat menyebabkan berbagai macam penyakit, terutama di saluran cerna. Contoh makanan yang tidak sehat antara lain makanan yang mengandung bahan tambahan pangan secara berlebihan dan tidak sesuai dengan undang-undang. Penggunaan asam borak dan pewarna tekstil sangat berbahaya bagi tubuh karena mengandung bahan kimia berbahaya. Makanan juga dapat tercemar oleh benda

asing seperti pestisida, serangga, jamur, cacing atau benda lain (pasir, kerikil, tanah, klip, dsb).

Makanan yang dikonsumsi sebaiknya sebelum masa kadaluarsa. Oleh karena itu, jajan di kantin sekolah lebih sehat, bersih dan bergizi. Kantin sekolah harus memiliki tempat khusus untuk mencuci tangan dengan air mengalir dan sabun. Guru di sekola juga harus mengawasi aneka jajanan dan perilaku jajan siswa. Membawa bekal dari rumah juga menjadi salah satu upaya untuk hidup sehat.

c) Menggunakan Jamban yang Bersih dan Sehat

Jamban yang sehat adalah jamban yang tidak mencemari air. Jarak pemasangan septic tank dan sumur minimal 10 meter serta tidak dibuang ke selokan, empang, danau, sungai atau laut.. Tidak buang air besar di kebun atau pekarangan, yang dapat mencemari tanah permukaan. Jamban yang bersih dan sehat juga memiliki kriteria, antara lain: bebas dari serangga, aman, tidak berbau dan mudah dibersihkan oleh pemakainya. Agar tidak menimbulkan pandangan yang kurang sopan, jamban sebaiknya memiliki dinding dan berpintu.

d) Olahraga yang teratur dan terukur

Beberapa sarana olahraga telah disediakan oleh pihak sekolahan. Fasilitas tersebut harus digunakan secara maksimal untuk meningkatkan aktivitas fisik anak. Pembuatan ruang hijau di dalam lingkungan sekolah dapat memacu kreativitas anak dalam kegiatan olahraga. Selain itu, kegiatan olahraga bersama dapat dimanfaatkan sebagai sarana untuk mengeratkan seluruh siswa dan guru di sekolah tersebut.

e) Memberantas Jentik Nyamuk

Pemberantasan Sarang Nyamuk (PSN) dapat dilakukan minimal dengan 3M (mengubur barang bekas, menguras tempat penampungan air dan menutup tempat penampungan air. Minimal dalam seminggu, kegiatan membasmi sarang nyamuk harus dilakukan untuk memutus daur hidup nyamuk.

f) Tidak Merokok di Sekolah

Sesuai dengan Undang-undnag Nomor 36 tahun 2009 ayat 115 tentang Kesehatan, disebutkan bahwa ada tujuh tempat yang menjadi Kawasan Tanpa Rokok (KTR), yaitu fasilitas pelayanankesehatan, tempat proses belajar mengajar, tempat anak bermain, tempat ibadah, angkutan umum, tempat kerja dan tempat umum.

Sekolah menjadi salah satu kawasan KTR hendaknya menerapkan dengan bijak. Bila perlu, sanksi ditegakkan agar tidak ada siswa yang merokok di sekolah.

g) Menimbang Berat Badan (BB) dan Mengukur Tinggi Badan (TB) setiap bulan

Pengukuran BB dan TB dilakukan setiap bulan untuk mengetahui status gizi masing-masing siswa. Bila ditemukan siswa dengan gizi kurang, sekolah dapat bekerjasama dengan fasilitas kesehatan dalam pengadaan makanan tambahan. Bila ditemukan siswa dengan berat badan lebih, kegiatan olahraga dapat menjadi salah satu sarana untuk mengembalikan status gizinya.

h) Membuang Sampah pada Tempatnya

Sampah dibagi dalam 3 kategori, yakni sampah organik, non organik dan B3 (Bahan Berbahaya dan Beracun). Sampah yang terdiri dari sayur, buah, daun serta sisa makanan tergolong dalam sampah organik dengan warna tong sampah hijau. Warna tong sampah kuning digunakan untuk tempat sampah jenis non organik seperti kertas, plastik dan kaca. Sedangkan sampah khusus B3, merupakan jenis sampah untuk kaca, kaleng, logam, baterai, botol, beling yang

menggunakan tong sampah warna merah.

#### 6) PHBS Di Sekolah

Sekolah adalah lembaga dengan organisasi yang tersusun rapih dengan segala aktivitasnya direncanakan dengan sengaja disusun yang disebut kurikulum. Sekolah adalah tempat diselenggarakanya proses belajar mengajar secara formal, dimana terjadi transformasi ilmu pengetahuan dari para guru atau pengajar kepada anak didiknya. Sekolah memegang peran penting dalam pendidikan karena pengaruhnya besar sekali pada jiwa anak, maka disamping keluarga sebagai pusat pendidikan sekolah juga mempunyai fungsi sebagai pusat pendidikan untuk membentuk.

## 2. Tinjauan Peran Guru Terhadap Perilaku PHBS

Peran guru dapat berperan sebagai pengajar, pemimpin kelas, pembimbing, pengatur lingkungan belajar, perencana pembelajaran, supervisor, motivator, dan sebagai evaluator. Peran guru sangatlah penting dalam membina perilaku hidup sehat bagi siswa di sekolah dengan adanya pembinaan yang dilakukan oleh guru dapat meningkatkan kesadaran siswa dalam berperilaku hidup sehat di sekolah maupun di rumah.

Gary Flewelling dan William Higginson menggambarkan peran guru sebagai berikut :

- a) Memberikan kegiatan kepada siswa dengan menyediakan tugas- tugas pembelajaran yang merangsang kemampuan kognitif anak dan terancang dengan baik untuk meningkatkan perkembangan fisik, bahasa dan sosial-emosional.
- b) Berinteraksi dengan siswa dapat mendorong keberanian, berdiskusi dengan baik, berbagi, menjelaskan, menegaskan, merefleksi, menilai, dan menumbuhkan perkembangan, pertumbuhan dan keberhasilan.
- c) Berperan sebagai seorang yang membantu, mengarahkan dan memberi penegasan, memberi motivasi kepada siswa dengan cara membangkitkan rasa ingin tahu, rasa antusias dan seseorang yang berani mengambil resiko, dengan demikian guru berperan sebagai pemberi informasi dan fasilitas yang baik untuk siswanya.

Sejatinya seorang guru tidak hanya sebatas yang dijelaskan di atas, tetapi masih banyak yang menjadi tanggung jawab guru lainnya. Guru adalah sosok yang terpenting dalam tercapainya perkembangan dan pertumbuhan pada anak didik seperti penanaman perilaku sehat. Perilaku sehat adalah respon seseorang terhadap stimulus atau objek yang berkaitan dengan sehat atau sakit, penyakit, dan faktor-faktor yang mempengaruhi sehat atau sakit seperti lingkungan, makanan, minuman, dan pelayanan kesehatan. Perilaku hidup sehat berkaitan dengan

upaya mempertahankan dan meningkatkan kesehatan diri sendiri dan orang lain (Seana et al., 2020).

Peran guru di sekolah juga sangat menentukan bagi siswa atau bagi anak didiknya sehingga keberhasilan seorang siswa dalam menerapkan PHBS di lingkungan sekolah tidak akan lepas dari berbagai sikap dan perbuatan guru yang menjadi teladan bagi siswanya. Setiap siswa dituntut untuk memelihara kesehatan sekolah sesuai dengan apa yang dicontohkan oleh gurunya di sekolah.

Karena itu, kehadiran guru di sekolah tidak hanya mengajar dan mendidik kepada siswanya, tetapi guru juga perlu memberi contoh yang dapat ditiru oleh siswa. Apabila guru selalu mengajarkan kebiasaan baik terkait PHBS pada anak didiknya, secara otomatis anak didiknya akan mudah untuk melakukan PHBS dan guru diharapkan selalu mengontrol siswa-siswinya dalam menerapkan PHBS (Kanro, 2019).

Adanya PHBS di wilayah sekolah harus didukung oleh kesadaran diri sasaran PHBS yaitu siswa dan warga sekolah dan didukung dengan sarana prasarana yang dibutuhkan dalam indikator PHBS di sekolah. Dalam penerapan PHBS di sekolah dibutuhkan sarana prasarana seperti tempat cuci tangan dengan air mengalir dan sabun, tempat sampah terpisah antara sampah kering dan basah, tersedia kantin yang sehat dan lain sebagainya

(Chrisnawati & Suryani, 2020).

## B. Tinjauan Sudut Pandang Islami

Kedudukan guru dalam Islam sangat istimewa. Banyak dalil naqli yang menunjukkan hal tersebut. Misalnya Hadits yang diriwayatkan Abi Umamah berikut :

عن أبي أمامة الباهلي قال ... قال رسول الله صلى الله عليه وسلم إن الله وملائكته وأهل السموات والأرضين حتى النملة في حجرها وحتى الحوت ليصلون على معلم الناس الخير. رواه الترمذي.<sup>6</sup>

“Sesungguhnya Allah, para malaikat, dan semua makhluk yang ada dilangit dan di bumi, sampai semut yang ada di liangnya dan juga ikan besar, semuanya bersalawat kepada mu'allim yang mengajarkan kebaikan kepada manusia (HR. Tirmidzi).”

Tingginya kedudukan guru dalam Islam, menurut Ahmad Tafsir, tak bisa dilepaskan dari pandangan bahwa semua ilmu pengetahuan bersumber pada Allah, sebagaimana disebutkan dalam Surat al-Baqarah ayat 32:

قالوا سبحانك لا علم لنا إلا ما علمتنا. إنك أنت العليم الحكيم. البقرة : 32

“Mereka menjawab, “Mahasuci Engkau, tidak ada pengetahuan bagi kami selain dari apa yang telah Engkau ajarkan kepada kami. Sesungguhnya Engkau Maha Mengetahui (lagi) Maha Bijaksana.”

Karena ilmu berasal dari Allah, maka guru pertama adalah Allah. Pandangan demikian melahirkan sikap pada orang Islam bahwa ilmu

itu tidak terpisah dari Allah, ilmu tidak terpisah dari guru.

### **C. Kerangka Teori**

Menurut teori Lawrence Green (Notoatmodjo, 2021) perilaku dipengaruhi oleh tiga faktor utama yaitu faktor predisposisi seperti pengetahuan dan keterampilan, faktor pendukung seperti fasilitas baik sarana maupun prasarana, faktor penguat seperti kelompok panutan dan perilaku petugas kesehatan.

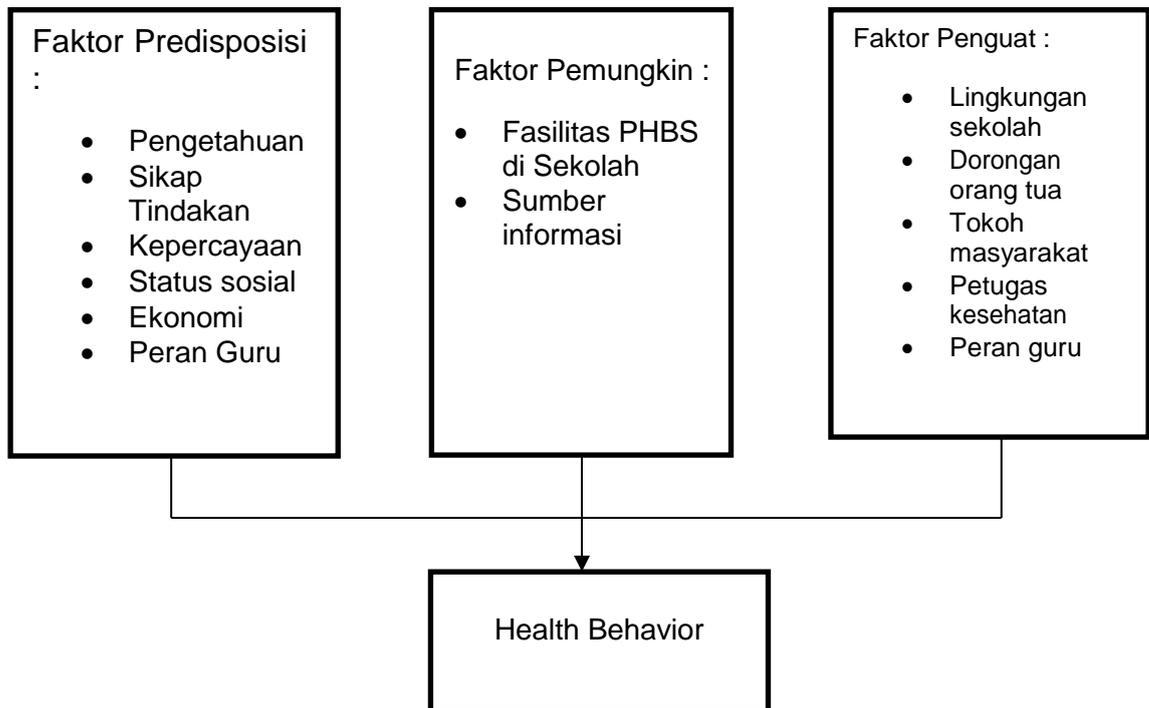
Green menjelaskan bahwa faktor perilaku ditentukan oleh tiga faktor utama :

- a. Faktor Predisposisi Terbentuknya suatu perilaku baru dimulai pada cognitive domain dalam arti subyek tahu terlebih dahulu terhadap stimulus sehingga menimbulkan pengetahuan baru pada subyek tersebut, selanjutnya menimbulkan respon batin dalam bentuk sikap subyek. Pengetahuan dan sikap subyek terhadap PHBS diharapkan akan membentuk perilaku (psikomotorik) subyek terhadap PHBS. Faktor-faktor yang mempermudah atau mempredisposisi terjadinya perilaku seseorang antara lain pengetahuan, sikap, keyakinan, kepercayaan dan juga nilai-nilai tradisi.
- b. Faktor pendukung atau pemungkin hubungan antara konsep pengetahuan dan praktek kaitannya dalam suatu materi kegiatan biasanya mempunyai anggapan yaitu adanya pengetahuan tentang manfaat sesuatu hal yang akan

menyebabkan orang mempunyai sikap positif terhadap hal tersebut. Selanjutnya sikap positif ini akan mempengaruhi untuk ikut dalam kegiatan ini. Niat ikut serta dalam kegiatan ini akan menjadi tindakan apabila mendapatkan dukungan sosial dan tersedianya fasilitas kegiatan ini disebut perilaku. Berdasarkan teori WHO menyatakan bahwa yang menyebabkan seseorang berperilaku ada tiga alasan diantaranya adalah sumber daya (resource) meliputi fasilitas, pelayanan kesehatan dan pendapatan keluarga.

- c. Faktor penguat faktor yang mendorong untuk bertindak untuk mencapai suatu tujuan yang terwujud dalam peran keluarga terutama orang tua, guru dan petugas kesehatan untuk saling bahu membahu, sehingga tercipta kerjasama yang baik antara pihak rumah dan sekolah yang akan mendukung anak dalam memperoleh pengalaman yang hendak dirancang, lingkungan yang bersifat anak sebagai pusat yang akan mendorong proses belajar melalui penjelajah dan penemuan untuk terjadinya suatu perilaku. Hak-hak orang sakit (right) dan kewajiban sebagai orang sakit sendiri maupun orang lain (terutama keluarganya), yang selanjutnya disebut perilaku orang sakit.

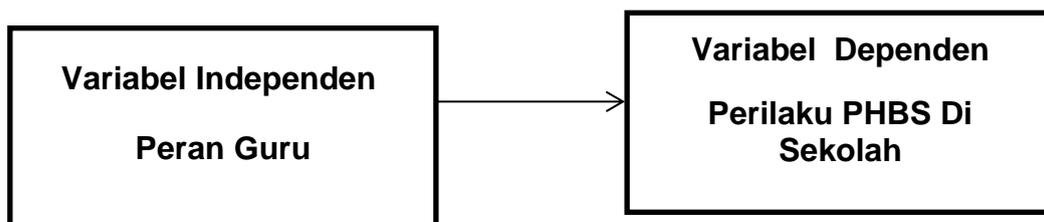
Berdasarkan teori di atas maka, dapat dibuat kerangka konsep penelitian sebagai berikut :



**Gambar 2. 1 Kerangka Teori**

Sumber : Lawrence Green, Rogers, E.M (Arnoldusmawe, 2018)

#### D. Kerangka Konsep Penelitian



**Gambar 2. 2 Kerangka Konsep penelitian**

### **E. Hipotesis/Research Questions**

Hipotesis merupakan suatu pernyataan yang sifatnya sementara, atau kesimpulan sementara atau dugaan yang bersifat logis tentang suatu populasi (Heryana, 2020).

Ho: Tidak ada hubungan antara peran guru dengan perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada siswa SMAN 2 Tenggara

H1: Ada hubungan antara Hubungan antara peran guru dengan perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa SMAN 2 Tenggara