Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi **e-ISSN**: 2549-4236, **p-ISSN**: 1411-8939
Lembaga Penellitian dan Pengabdian kepada Masyarakat
Volume 23(2), Juli 2023, 1985-1990
DOI: 10.33087/jiubj.v23i2.3044

Analisis Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Masyarakat Pesisir Kelurahan Bagan Deli Kecamatan Medan Belawan

Arifah Farhah Nasution, Arifatul Aini Asnawi, Aulina Madhani Saragih, Bella Putri Erwina, Fitriani Pramita Gurning
Fakultas Kesehatan Masyarakat, UIN Sumatera Utara, Medan, Indonesia
Correspondence: arifahfarhah@gmail.com, arifatulainiasnawi@gmail.com, aulinamadhani234@gmail.com, bella.putri.bpe@gmail.com, fitrianigurning@uinsu.ac.id

Abstrak. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah upaya untuk meningkatkan kesadaran seseorang atau sekelompok masyarakat untuk peduli dan dapat mengutamakan kesehatan. Tujuannya untuk menganalisis perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) masyarakat pesisir di kelurahan bagan deli. Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data slovin dan metode pnegolahan data dengan analisis univariat. Hasil: Berdasarkan penelitian yang dilakukan tingginya masyarakat kelurahan bagan deli yang tidak menerapkan phbs. Hasil penelitian ditemukan masyarakat kelurahan Bagan Deli kecamatan Medan Belawan belum menerapkan 10 indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di rumah tangga, yang menyebabkan lingkungan tempat tinggal menjadi kotor.

Kata kunci: perilaku, masyarakat pesisir, PHBS

Abstract. *Clean and Healthy living behaviour (PHBS) is an effort to increase the awareness of a person or group of people to care and prioritize health. Objective to analyze the clean and healthy living behavior (PHBS) of coastal communities in Bagan Deli village. This study used the Slovin data collection method and the data processing method with univariate analysis. Based on the research conducted, there were a high number of people in the Bagan Deli sub-district who did not apply PHBS. the results of the study found that the Bagan Deli village community, Medan Belawan sub-district, had not implemented 10 indicators of Clean and Healthy Life Behavior (PHBS) in their households, which caused the living environment to become dirty.*

Keywords: *behaviour, coast community, PHBS*

PENDAHULUAN

Pembangunan kesehatan memiliki tujuan untuk meningkatkan kesadaran dan keinginan hidup dengan sehat untuk setiap masyarakat agar terwujudnya kesehatan yang setinggi-tingginya. Tujuan tersebut dapat diwujudkan jika masyarakat dapat diperdayakan untuk menerapkan PHBS di kehidupan sehari-hari (Shalahuddin et al. 2018). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah upaya untuk meningkatkan kesadaran seseorang atau sekelompok masyarakat untuk peduli dan dapat mengutamakan kesehatan agar terwujudnya kehidupan masyarakat yang lebih berkualitas dan menigkatkan derajat kesehatan di suatu Negara (Kemensos RI 2020).

Program PHBS beberapa macam tatanan , salah satunya ialah PHBS dirumah tangga. PHBS dirumah tangga menjadi salah satu cara untuk memperdayakan keluarga agar mengetahui dan bisa melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat, serta dapat mengikuti dalam gerakan kesehatan di masyarakat (Natsir 2019). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat ditatanan rumah tangga, terdapat 10 indikatornya yaitu: (1) persalinan ditolong oleh tenaga kesehatan; (2) memberikan bayi asi ekslusif; (3) rutin menimbang bayi setiap bulan; (4) menggunakan air bersih; (5) mencuci tangan dengan sabun; (6) menggunakan jamban sehat; (7) membersihkan jentik nyamuk; (8) makan buah dan sayur; (9) melakukan aktivitas fisik setiap hari; dan (10) tidak merokok didalam rumah. (Prarikeslan & Mariya 2017)

Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di rumah tangga diharapkan dapat mengurangi akibat dari persalinan yang tidak ditolong oleh tenaga kesehatan misalnya kejadian kematian bayi, memberikan ASI ekslusif untuk meningkatkan imunitas anak, tidak merokok didalam rumah guna mencegah penyakit pernafasan dan kejadian kematian bayi secara mendadak atau *Suddens Infent Death Synddrome* (SIDS) dan masalah lainnya (Salman et al. 2020). Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor :

2269/MENKES/PERXI/2011 yang berisi tentang usaha peningkatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Indonesia, yang berfokus pada motif manajemen, berawal dari penkajian, perencanaan, dan pelaksanaan pemantauan serta penilaian (Musdalifah et al. n.d.). Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) memiliki arti penting untuk menjalankan kehidupan sehari-hari. Namun faktanya masyarakat masih menganggap menerapkan PHBS tidak begitu penting. Kondisi lingkungan dan pengetahuan masyarakat terkait pentingnya PHBS menjadi faktor pendorong masyarakat untuk tidak menerapkan PHBS (Wahyuni 2021). Kelurahan Bagan Deli merupakan wilayah pesisir di kecamatan Medan Belawan merupakan kelurahan yang mayoritas warganya suku melayu. Bagan deli terdiri dari 15 lingkungan dengan jumlah penduduk sebanyak 18.763 orang dengan jumlah KK sebanyak 3.701 KK, mayoritas masyarakat Kelurahan Bagan Deli berprofesi sebagai nelayan atau mengelola hasil laut dan rata-rata pendapatanan masyarakat masih dibawah UMR.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Kelurahan Bagan Deli kecamatan Medan Belawan, wilayah tersebut masih jauh dikatakan sehat. Hal ini dikarenakan msayarakat masih membuang sampah langsumg dilaut, sedikitnya jumlah masyakat yang memiliki jamban dengan septitanc. Sehingga lingkungan sekttar dikelilingi oleh tumpukan sampah dan polusi udara yang ditimbulkan oleh tumpukan sampah basah, maka dari itu peneliti tertarik untuk menganalsis Perilaku Hidup Besih dan Sehat (PHBS) di Kelurahan Bagan Deli, Kecamatan Medan Belaawan Kota Medan, Sumatera Utara. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran perilaku hidup bersih dan sehat masyarakat kelurahan Bagan Deli Kecamatan Medan Belawan

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif, dengan pendekatan survey deskriptif. Untuk menganalisis perilaku hidup bersih masyarakat Kelurahan Bagan Deli. Sampel yang diambil dalam penelitian ini masyarakat lingkungan V Bagan Deli dengan menggunakan rumus slovin. Kemudian data yang sudah terkumpul diolah menggunakan SPSS.

HASIL

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan kuisioner mawas diri yang dimana kuisioner tersebut bertujuan untuk mengetahui gambaran kesehatan serta tatanan PHBS rumah tangga secara umum. Penelitian ini dilakukan selama satu minggu di bulan September 2022 di Lingkungan 5 Kelurahan Bagan Deli Kecamatan Medan Belawan dengan jumlah responden 82 responden. Dari hasil penelitian yang didapatkan diketahui bahwasanya rata-rata usia responden berusia 40 tahun dengan jenis kelamin yang banyak dijumpai adalah perempuan.

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Masyarakat Lingkungan V, Kelurahan Bagan Deli

Karakteristik Responden	N	%
Umur		
≤ 40 Tahun	44	53.7%
> 40 Tahun	38	46.3%
Jenis Kelamin		
Perempuan	77	93.9%
Laki-laki	5	6.1%
Pendidikan Terakhir		
SD	42	51.2%
SMP	27	32.9%
SMA	11	13.4%
Perguruan Tinggi	2	2.4%
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	1	1.2%
IRT	66	80.5%
Wiraswasta	4	7.3%
Wirausaha	6	4.9%
Guru	2	2.4%
Nelayan	3	3.7%
Penghasilan		
≤ 3 Juta	70	85.4%
> 3 Juta	12	14.6%

Sumber : data olahan

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 82 responden yang menjadi responden dalam penelitian ini, Pada tingkat pendidikan Terakhirnya didapatkan sebanyak 42 (51.2%) responden tingkat pendidikannya “SD”, 27 (32.9%) responden tingkat pendidikannya “SMP”, 11 (13.4) tingkat pendidikannya “SMA”, dan 2 (2.4%) responden tingkat pendidikannya “Perguruan Tinggi”. Distribusi frekuensi menunjukkan bahwa, secara umum tingkat pendidikan responden kelurahan masyarakat Kelurahan Bagan Deli di Lingkungan V berada pada tingkat pendidikan rendah yaitu dengan Pendidikan Terakhir SD dengan jumlah responden pada pendidikan terakhir tersebut sebanyak 42 atau 51.2% dari total 82 responden.

Penelitian yang dilakukan pada 82 responden Lingkungan V Kelurahan Bagan Deli, didapatkan sebanyak 66 (80.5%) responden diantaranya bekerja sebagai "IRT", 6 (7.3%) responden sebagai "Wirausaha", 4 (4.9%) responden sebagai "Wiraswasta", 3 (3.7%) sebagai "Nelayan", 2 (2.4%) sebagai "Guru", dan 1 (1.2%) responden "Tidak Bekerja". Ini menunjukkan bahwa Pekerjaan responden ini lebih banyak yang bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga sebanyak 66 responden atau 80.5% dari total 82 responden. Penelitian ini menunjukkan hasil bahwa sebanyak 70 (85.4%) responden diantaranya penghasilan responden pada kategori "dibawah 3 Juta Rupiah", dan 12 (14.6%) responden dengan penghasilan responden pada kategori "diatas 3 Juta Rupiah". Distribusi frekuensi menunjukkan bahwa, secara umum penghasilan responden masyarakat Kelurahan Bagan Deli di Lingkungan V berada pada penghasilan responden Dibawah 3 Juta Rupiah dengan jumlah responden pada penghasilan responden tersebut sebanyak 70 atau 85.4% dari total 82 responden.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di rumah tangga adalah upaya untuk memberdayakan anggota rumah tangga agar tahu, mau dan mampu mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat serta berperan aktif dalam gerakan kesehatan di masyarakat. PHBS di rumah tangga dilakukan untuk mencapai rumah tangga ber-PHBS (Natsir 2019). Rumah tangga ber-PHBS adalah rumah tangga yang melakukan 10 PHBS di rumah tangga yaitu: 1) Persalinan ditolong oleh tenaga kesehatan, 2) Memberi ASI eksklusif, 3) Menimbang balita setiap bulan, 4) Menggunakan air bersih, 5) Mencuci tangan dengan air bersih dan sabun, 6) Menggunakan jamban sehat, 7) Memberantas jentik di rumah sekali seminggu, 8) Makan buah dan sayur setiap hari, 9) Melakukan aktivitas fisik setiap hari, 10) Tidak merokok di dalam rumah (Raksanagara & Raksanagara 2016).

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Indikator PHBS Masyarakat Lingkungan V, Kelurahan Bagan Deli

Indikator PHBS	N	%
Persalinan		
Rumah Sendiri	2	2.4%
Bidan	45	54.9%
Puskesmas	6	7.3%
Rumah Sakit	29	35.4%
Asi Eksklusif		
Ya	53	64.6%
Tidak	29	35.4%
Rutin Posyandu		
Ya	62	75.6%
Tidak	20	24.4%
Rutin Makan Sayur		
Ya	25	30.5%
Kadang-kadang	57	69.5%
Rutin Makan Buah		
Ya	28	34.1%
Kadang-kadang	54	65.9%
Jamban Keluarga		
Tidak Ada Sarana	39	47.6%
Ada Sarana, Tidak Memenuhi Syarat	25	30.5%
Ada Sarana, Memenuhi Syarat	18	22%
Kualitas Air Bersih		
Berasa, Berbau, Keruh	7	8.5%
Bebas dari Pencemaran	75	91.5%
Tempat Pembuangan Sampah		
Tidak Tersedia (Ke Laut)	74	90.2%
Tersedia, Tidak Tertutup	8	9.8%
Limbah Kamar Mandi		
Ke Selokan/Laut	76	92.7%
Tergenang di Perkarangan	5	6.1%
Septitanc	11	1.2%
Perokok dalam Rumah		
Ada	69	84.1%
Tidak Ada	13	15.9%
Aktivitas Berolahraga		
Ada	28	34.1%
Tidak Ada	54	65.9%
Total	**82**	**100.0%**

Sumber : data olahan

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 82 responden yang diteliti, sebanyak 45 (54.9%) responden melakukan persalinan di "Bidan", 29 (35.4%) responden melakukan persalinan di "Rumah Sakit", 6 (7.3%) responden di "Puskesmas", dan sebanyak 2 (2.4%) responden melakukan persalinan di "Rumah Sendiri". Hasil yang didapatkan menunjukkan bahwa sebanyak 53 (64.6%) responden memberi ASI Eksklusif, dan 29 (35.4%) responden lainnya tidak memberikan ASI Eksklusif, dimana pemberian ASI tersebut tidak dilakukan sampai usia 6 bulan pada bayi.

Didapatkan bahwa sebanyak 62 (75.6%) responden Rutin melakukan pemeriksaan ke Posyandu, dan sebanyak 20 (24.4%) diantaranya tidak membawa bayi mereka ke Posyandu dengan alasan tertentu. Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan bahwa sebanyak 25 (30.5%) reponden Rutin Makan Sayur, sedangkan 57 (69.5%) diantaranya hanya Kadang-kadang dalam mengonsumsi sayur. Didapatkan juga bahwa 28 (34.1%) responden yang Rutin Makan Buah, dan 54 (65.9%) diantaranya hanya Kadang-kadang dalam mengonsumsi buah. Berdasarkan Tabel 2, dari 82 responden yang diteliti dalam penggunaan

Jamban Keluarga, sebanyak 39 (47.6%) responden Tidak Ada Sarana atau tidak memiliki Jamban Keluarga, 25 (30.5%) responden Ada Sarana, namun Tidak Memenuhi Syarat, dan 18 (22%) diantaranya Ada Sarana, Memenuhi Syarat dalam kepemilikan jamban tersebut.

Hasil yang didapatkan pada Kualitas Air Bersih pada 82 responden tersebut, sebanyak 75 (91.5%) responden Bebas dari Pencemaran pada kualitas airnya, sedangkan sebanyak 7 (8.5%) responden memiliki kualitas air yang Berasa, Berbau, dan Keruh. Pada kategori Tempat Pembuangan Sampah, didapatkan sebanyak 74 (90.2%) responden Tidak Tersedia (Ke Laut), dan sebanyak 8 (9.8%) responden diantaranya Tersedia, namun Tidak Tertutup. Berdasarkan hasil penelitian dengan meneliti Pembuangan Limbah Kamar Mandi, didapatkan bahwa sebanyak 76 (92.7%) responden membuang Limbah Kamar Mandi mereka Ke Selokan/Laut, dan sebanyak responden yang membuang Limbah Kamar Mandi ke Septitanc. Penelitian ini menujukkan hasil bahwa sebanyak 69 (84.1%) responden terdapat Perokok dalam Rumah, dan sebanyak 13 (15.9%) diantaranya tidak memiliki Perokok dalam Rumah. Penelitian yang dilakukan pada 82 responden Lingkungan V Kelurahan Bagan Deli, didapatkan sebanyak 28 (34.1%) responden yang melakukan Aktivitas Berolahraga, sedangkan 54 (65.9%) diantaranya Tidak Melakukan Aktivitas Berolahraga.

Analisis Persalinan yang Ditolong oleh Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan seperti bidan, puskesmas, rumah sakit, dan di rumah sendiri. Berdasarkan hasil penelitian pertolongan persalinan oleh tenaga kesehatan (Bidan 54,9%, Rumah Sakit 35,4%, Puskesmas 7,3%) sudah mencapai target, ini merupakan menjadi salah satu faktor mencegah tingginya angka kematian ibu. Sejalan dengan teori yang ada bahwa pelayanan kesehatan memiliki peluang besar dalam menciptakan derajat kesehatan masyarakat melalui berbagai macam program pelayanan kesehatan yang dapat di lakukan oleh petugas kesehatan. Hal ini karena masyarakat Bagan Deli terkhusus ibu hamil dan menyusui sadar akan pentingnya kesehatan ibu dan anak maka dari itu di percayai atau lebih dapat ditangani oleh ahli nya. Hal ini sangat berarti karena preventif penolong persalinan amat penting dengan memperhatikan berapa banyaknya persalinan yang dapat ditangani khususnya oleh tenaga kesehatan.(Daniyanti, suci & Maduratna, Sari 2021).

Analisis Memberi Bayi ASI Eksklusif

Ibu memberikan anaknya ASI eksklusif dengan cara tanpa makanan, minuman tambahan atau tanpa mengganti dengan hal-hal lainnya di usia baru lahir hingga 6 bulan. Berdasarkan hasil penelitian di Kelurahan Bagan Deli terdapat (64,6%) para ibu memberikan ASI eksklusif yang dimana ini brarti petugas kesehatan berhasil memberikan penyuluhan saat posyandu atau posbindu serta para ibu mengamalkannya untuk kesehatan anak nya. Pelayanan kesehatan seperti posyandu sendiri juga dapat sebagai sarana dan wadah pertumbuhan untuk memantau perkembangan anak dan mencatatnya pada KMS. Jika para ibu tidak peka akan perkembangan anak nya itu akan mengakibatkan perhambatan tumbuh kembang anak seperti kekurangan gizi atau penyakit anak lainnya (Nurjahati 2011)

Analisis Rutin Posyandu

Setiap bulan penimbangan bayi dan balita diartikan untuk memantau pertumbuhan balita tersebut setiap bulan. Penimbangan ini dilaksanakan di Posyandu (Pos Pelayanan Terpadu) mulai usia 1 bulan hingga 5 tahun. Berdasarkan hasil penelitian yang di dapat 75,6% para ibu sudah rutin membawa anak nya posyandu. Hal ini dikarenakan lokasi posyandu nya yang dekat serta pengetahuan ibu tentang tumbuh kembang anak sudah terpenuhi. Pos Pelayanan Terpadu merupakan tempat yang paling banyak dikunjungi untuk penimbangan balita hal ini di sebebkan karena anak mereka mendapatkan pengobatan, cek rutin, imunisasi serta suplemen penambahan gizi dari posyandu. Peran kader sangat penting dalam pelaksanaan program ini di karenakan terdapatnya supervisi serta pertemuan dengan puskesmas yang konsisten mengakibatkan hal positif seperti para ibu dan penyuluhan teratur terlaksana dan juga kader akan sangat bangga ketika tau para ibu aktif datang ke posyandu secara teratur dan rutin untuk menjaga kesehatan gizi anak mereka (Norfai et al. 2020)

Analisis Konsumsi Sayur dan Buah

Konsumsi sayur dan buah sangat dianjurkan karena banyak mengandung berbagai macam vitamin, serat dan mineral yang bermanfaat bagi tubuh. Berdasarkan hasil penelitian di Kelurahan Bagan Deli terdapat

69,5% kadang-kadang makan sayur dan 65,9% kadang-kadang makan buah. Kebiasaan ini di kategorikan cukup namun hal ini berarti masi perlunya pengoptimalan rutin makan sayur dan buah.

Analisis Penggunaan Jamban Sehat

Berdasarkan penelitian di dapatkan hasil bahwa terdapat (47,6%) warga Bagan Deli tidak ada sarana. Hal ini berarti masih kurang di bagian kebersihan, sedangkan jamban ialah suatu ruangan khusus yang mempunyai fasilitas seperti pembuangan kotoran manusia yang terdiri seperti tempat jongkok atau tempat duduk dengan leher angsa atau tanpa leher angsa (cemplung) yang disertai dengan penampungan kotoran dan air untuk membersihkannya. Namun alasan masyarakat Bagan Deli adalah bahwa kotoran tersebut pasti terbawa oleh air laut dan tidak akan tinggal di tempat tersebut. Maka dari itu upaya penanggulangannya adalah dengan pemerintah meningkatkan fokusnya pada pengunaan jamban serta memberikan secara gratis guna untuk kesejahteraan hidup dan kebersihan serta kesehatan (Kallo 2015)

Analisis Kualitas Air Bersih

Air merupakan sumber daya alam yang diperlukan untuk kehidupan orang banyak. Air bersih adalah air yang digunakan untuk keperluan sehari-hari dan akan menjadi air minum setelah dimasak terlebih dahulu. Air bersih adalah air yang memenuhi persyaratan bagi sistem penyediaan air minum. Persyaratan yang dimaksud adalah persyaratan dari segi kualitas yang meliputi fisik, kimia, biologi dan radiologis, sehingga apabila dikonsumsi tidak menimbulkan efek samping (Permenkes No. 416/PER/IX/1990). Berdasarkan penelitian di dapatkan hasil bahwa responden yang memiliki sarana air bersih yang bebas dari pencemaran ada sebanyak 75 responden (91,5%) dan sisanya yaitu 7 responden (8,5%) memiliki sarana air yang tercemar hal ini ditinjau dari keadaan fisik air yang keruh dan berbau. Dari hasil distribusi frekuensi menunjukkan bahwa mayoritas masyarakat Bagan Deli di Lingkungan V memiliki sarana air bersih yang memadai, kualitas air yang digunakan baik dan bebas dari pencemaran. Air yang digunakan masyarakat Bagan Deli sebagian besar bersumber dari PAM kelurahan. Kualitas air PAM ini sudah sesuai dan mendukung penerapan PHBS rumah tangga (Nurjahati 2011)

Analisis Kebiasaan Merokok dalam Rumah

Berdasarkan penelitian di dapatkan hasil bahwa 69 responden (84,1%) merokok dalam rumah dan sisanya sebanyak 13 responden (15,9%) tidak. Hasil distribusi frekuensi ini menunjukkan bahwa mayoritas masyarakat Bagan Deli di Lingkungan V memiliki kebiasaan merokok dalam rumah yang mana artinya tidak menerapkan perilaku PHBS pada poin tidak merokok dalam rumah. Kebiasaan merokok dalam rumah ini sudah menjadi hal yang sulit diubah dalam keseharian hidup masyarakat di Bagan Deli khususnya bagi kepala keluarga. Dari wawancara atau penelitian lapangan yang dilakukan anggota keluarga mengaku tidak bisa menghalangi kebiasaan dari para perokok. Hasil data sekunder dari Puskesmas Pembantu menunjukkan salah satu angka penyakit tertinggi di Kelurahan Bagan Deli adalah ISPA, angka penyakit ini tinggi khususnya pada balita. Angka penyakit ISPA ini memiliki korelasi dengan kebiasaan merokok dalam rumah. Kebiasaan merokok orang tua di dalam rumah menjadikan balita sebagai perokok pasif yang selalu terpapar asap rokok. Rumah yang orang tuanya mempunyai kebiasaan merokok berpeluang meningkatkan kejadian ISPA sebesar 7,83 kali dibandingkan dengan rumah balita yang orang tuanya tidak merokok di dalam rumah. Sementara itu jumlah perokok dalam suatu keluarga cukup tinggi (Izzati & Bestari 2020). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Salma (2015), yang menyatakan ada hubungan antara kebiasaan merokok di dalam rumah dengan kejadian ISPA pada anak, semakin berat perilaku merokok orangtua maka semakin besar potensi anak balitanya menderita ISPA.

Analisis Aktivitas Fisik/Olahraga

Mengutip dari Daniyanti (2021); Karuniawati & Putrianti (2020) peningkatan kesehatan dan menjaga kebugaran tubuh bisa dilakukan dengan kita melakukan olahraga setiap hari. Olahraga bisa tidak hanya bisa dilakukan di dalam rumah akan tetapi bisa dilakukan di luar rumah. Olahraga di luar rumah salah satu alternatif yang bisa dilakukan agar tidak bosan.(Usman et al. 2020). Berdasarkan penelitian didapatkan hasil bahwa responden yang melakukan aktivitas fisik/olahraga secara rutin sebanyak 28 responden (34,1%), sedangkan sebanyak 54 (65,9%) tidak. Hal tersebut menunjukkan bahwa mayoritas masyarakat Bagan Deli di Lingkungan V belum

menerapkan poin indikator PHBS ini dengan baik. Dari wawancara yang dilakukan diketahui bahwa masyarakat hanya berolahraga jika ada himbauan senam dari kelurahan, namun himbauan itu tidak bersifat wajib sehingga hanya masyarakat yang berminat saja yang ikut serta.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan masyarakat kelurahan Bagan Deli kecamatan Medan Belawan belum menerapkan 10 indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di rumah tangga, yang menyebabkan lingkungan tempat tinggal menjadi kotor. Hal ini menyebabkan timbulnya berbagai macam masalah penyakit, seperti : penyakit kulit, masalah pernafasan, masalah pencernaan, dan lain-lain.

DAFTAR PUSTAKA

Daniyanti, suci, E. & Maduratna, Sari, E., 2021. Analisis Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Dalam Pencegahan Penularan Covid 19 Pada Dosen Stikes Ngudia Husada Madura. *Nursing Update Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*, 12(1), 65–72.

Izzati, W. & Bestari, D.O., 2020. Hubungan Sikap Dan Motivasi Dengan Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Keluarga. *Prosiding Seminar Kesehatan Perintis*, 3(2), 12–18.

Kallo, V.D., 2015. *ejournal keperawatan (e-Kp)*, 3(2), 1–7.

Kemensos RI, 2020. *Perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) penguatan kapabilitas anak dan keluarga*,

Musdalifah, M., Daud, F. & Pagarra, H., Analisis Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Masyarakat Desa Nelayan di Kabupaten Takalar Analysis of Clean and Healthy Behavior (PHBS) of Fishing Village Communities in Takalar Regency, 407–416.

Natsir, M.F., 2019. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Tatanan Rumah Tangga Masyarakat Desa Parang Baddo. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK)*, 1(3), 54–59.

Norfai, N., Rahman, E. & Anam, K., 2020. Edukasi 10 Indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Tatanan Rumah Tangga di SMA Korpri Kota Banjarmasin Tahun 2020. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 2(3), 178.

Nurjahati, N., 2011. Nunun Nurhajati, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Masyarakat Desa Samir Dalam Meningkatkan Kesehatan Masyarakat, 1, 1–18.

Prarikeslan, W. & Mariya, S., 2017. Tingkat Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Masyarakat Di Pesisir Pantai Sasak Pasaman Barat, 6(1), 11–19.

Raksanagara, A. & Raksanagara, A., 2016. Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Sebagai Determinan Kesehatan Yang Penting Pada Tatanan Rumah Tangga Di Kota Bandung. *Jurnal Sistem Kesehatan*, 1(1), 30–34.

Salman et al., 2020. Analisis Faktor-Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Tatan Rumah Tangga di Perumahan Citra Kebun Mas Kabupaten Karawang 2020. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Celebes*, 2(1), 1–9.

Shalahuddin, I., Rosidin, U. & Nurhakim, F., 2018. Pendidikan/Penyuluhan Kesehatan tentang PHBS Tatanan Rumah Tangga. *Media Karya Kesehatan*, 1(2), 127–134.

Usman, R., Daud, F. & Wiharto, M., 2020. Biology Teaching and Learning Hubungan Status Sosial Ekonomi dengan. *Biology Teaching and Learning*, 3(1), 15–23.

Wahyuni, I.R., 2021. Analisis Sosial, Ekonomi Dan Budaya Dalam Pengelolaan Sanitasimasyarakat Permukiman Pesisir Kota Kendari. *Khazanah Multidisplin*, 2(1), 12–21.