

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diare merupakan penyakit yang terjadi pada saluran pencernaan dan disebabkan oleh adanya kontaminasi bakteri, virus dan parasit organisme. Penyakit diare menjadi permasalahan utama kesehatan di Negara-negara berkembang termasuk di Indonesia. Penyakit diare menduduki urutan kedua setelah pneumonia sebagai penyebab kematian balita Indonesia. (Syadat et al., 2022)

Diare didefinisikan sebagai Buang Air Besar (BAB) yang sering lebih 3 kali perhari konsistensinya cair atau encer. Walaupun buang air besar berkali-kali tetapi jika BAB nya padat itu tidak termasuk diare, yang termasuk dalam pencegahan diare ialah, minum dengan air yang higienis, penggunaan sanitasi yang baik dan membilas tangan dengan sabun, dapat mengurangi risiko penyakit. Larutan rehidrasi oral (ORS), larutan air bersih, gula, dan garam adalah pengobatan terbaik untuk diare. Penggunaan tablet zinc dispersi selama sepuluh hingga empat belas hari juga dapat memperpendek durasi diare dan meningkatkan hasilnya. (WHO, 2019)

Penyakit diare merupakan bagian dari masalah kesehatan diseluruh dunia yang terjadi karena infeksi pada pencernaan. Menurut *WHO (World Health Organization)* dan *UNICEF (United Nations Children's Fund)*, terdapat 1,9 juta anak meninggal dunia dan didapatkan kasus diare setiap tahunnya diseluruh dunia sebesar 2 miliar yang disebabkan diare. Pada negara berkembang Terdapat 78% dari seluruh kematian terjadi, salah satunya di daerah Afrika dan Asia Tenggara (Kemenkes RI, 2021).

Menurut (Kemenkes RI, 2022) Penyakit endemis salah satunya adalah diare, penyakit ini dapat menyebabkan kematian di Indonesia dan bisa membuat Kejadian Luar Biasa (KLB). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 didapatkan jumlah keseluruhan kasus pada semua umur didapatkan 8 %, balita didapat 12,3 %, sedangkan pada bayi ada 10,6%. Hitungan Sample Registration System tahun

2018, diare merupakan penyebab kematian neonates terdapat 7% sedangkan bayi diusia 4 minggu ada 6% kasus.

Berdasarkan data Profil Kesehatan Sumatera Utara (Dinkes Sumut, 2020) Ditahun 2020, Didapatkan yang mengalami diare di Sumatera Utara sebesar 164.593 populasi atau 41,46%, pada tahun 2019 penderitanya di Sumatera Utara turun sebanyak 177.438 populasi (45,13%) dari asumsi kejadian diare yang diurus di sarana kesehatan. Untuk kasus pada semua umur termasuk balita yang terdapat di Kabupaten Mandailing Natal ada 7.546 orang (88,52 %). (Drs.Rinaldi, 2020) Tahun 2021 untuk yang mengalami diare disemua umur ada 4.143 penderita atau 32,1% mengalami penurunan dibandingkan dengan tahun 2020 terdapat 8.693 penderita atau 68,1%. Sementara itu kasus diare di Muara Soma terdapat 47,3%, sedangkan balita 15,8%.

Tiga faktor dapat memengaruhi penyakit diare. Faktor *host* atau penyebab adalah faktor yang dapat menyebabkan penyakit diare, seperti faktor higiene yang buruk, seperti tidak mencuci tangan dengan sabun atau air yang mengalir. Bakteri dapat mudah menyebar ke tangan yang kotor atau terkontaminasi. Faktor *agen* atau manusia adalah faktor yang dapat menyebabkan penyakit diare, seperti faktor infeksi (dalam saluran pencernaan) misalnya terjadi saat lahir karna infeksi, malabsorpsi, makanan dan Faktor *environment* atau lingkungan, yang dapat menyebabkan diare adalah kondisi lingkungan yang kotor atau tidak bersih. (Fikry Iqbal et al., 2022)

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang tidak baik adalah salah satu faktor yang menyebabkan diare. Faktor-faktor ini termasuk penggunaan air bersih yang tidak memadai, air yang tercemar oleh tinja, kekurangan sarana kebersihan, pembuangan tinja yang tidak higienis, kebersihan pribadi, dan kondisi lingkungan yang buruk. Hanya empat indikator dari delapan indikator yang didapatkan yang akan dipelajari dan dikaitkan dengan diare. Indikator yang berkaitan merupakan, menggunakan air bersih, mencuci tangan, menggunakan jamban sehat, dan pengelolaan sampah. (Nawalia et al., 2022)

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat adalah upaya untuk memperkuat budaya seseorang, kelompok maupun masyarakat agar peduli dan mengutamakan kesehatan untuk mewujudkan kehidupan yang lebih berkualitas. Perilaku hidup bersih dan sehat bertujuan memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, kelompok, keluarga, dengan membuka jalur komunikasi, informasi, dan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, serta perilaku sehingga masyarakat sadar, mau dan mampu mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat (Kemensos RI, 2020).

Berdasarkan survey awal serta konsultasi terhadap pihak puskesmas menyatakan bahwa penyakit diare pada semua umur merupakan salah satu penyakit tertinggi di Puskesmas Batang Natal sebanyak 87 penderita yang disebabkan karena kebanyakan penduduk masih terbiasa buang air besar sembarangan di sungai bahkan masih banyak yang tidak mempunyai jamban sehat, serta masih kurang pedulinya kesehatan pada diri seperti pembuangan sampah yang tidak memadai, minum air mentah, dan tidak mencuci tangan dengan benar.

Menurut hasil penelitian (Kusuma & Maharani, 2022) kejadian diare berhubungan dengan jamban yang sehat, didapatkan 26 responden atau 96.3% yang dikategorikan tidak mampu dalam mengaplikasikan kebersihan jamban seperti kurangnya alat kebersihan, air yang cukup tidak tersedia, dan pencahayaan yang tidak memadai. (Sukatin et al., 2022) berdasarkan uji stasistik dipenelitian menuliskan bahwa PHBS golongan mencuci tangan, makanan bernutrisi, jamban yang sehat sebagai variabel independen, dinyatakan memiliki “hubungan pada kasus diare” (nilai p 0,05). (Simanjuntak, Situmeang, 2019) Di wilayah kerja Puskesmas Bandar Khalifah, 47 dari 48 sampel yang jarang melakukan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di rumah tangga mengalami diare, menunjukkan hubungan signifikan antara keduanya (p value= 0,000).

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan diatas, rumusan masalah penelitian ini adalah “apakah terdapat hubungan perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) dengan kejadian diare di puskesmas batang natal”.

1.2 Rumusan Masalah

Penelitian kali ini adapun rumusan masalahnya ialah : “Apakah terdapat hubungan antara Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) dengan kejadian diare di Puskesmas Batang Natal?”.

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis “Hubungan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) dengan kejadian diare di Puskesmas Batang Natal”

1.3.2 Tujuan khusus

- a. Mengetahui karakteristik kejadian diare berdasarkan jenis kelamin, usia dan pekerjaan di wilayah kerja Puskesmas Batang Natal
- b. Mengetahui indikator Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (penggunaan air bersih, mencuci tangan, menggunakan jamban sehat, dan pengolahan sampah) di Wilayah Batang Natal
- c. Mengidentifikasi Kejadian Diare di Puskesmas Batang Natal
- d. Mengidentifikasi hubungan antara Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat dengan kejadian diare

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Menjadikan salah satu bahan informasi tentang cara mencegah kasus diare dan riwayat diare teruntut sikap hidup bersih dan sehat serta diharapkan bisa dipakai sebagai pembanding dipenelitian lain.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi peneliti
Memberikan rujukan data tentang bagaimana mencegah kasus diare dan Hubungan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat dengan diare bisa di jadikan sebagai penelitian lanjutan
- b. Bagi Pendidikan

Dapat dijadikan sebagai tambahan untuk pembelajaran dan terkhusus dalam implementasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat dengan kejadian diare

c. Bagi Responden

Sebagai acuan untuk mengetahui kejadian diare dan memberikan pandangan tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat dengan kejadian diare.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 DIARE

2.1.1 Definisi Diare

Diare atau '*diarrheal disease*' asal katanya dari Yunani '*diarroi*' berarti terus menerus mengalir, adalah keadaan abnormal pengeluaran tinja yang frekuen. (Qisti et al., 2021). Kadar air dalam tinja normalnya adalah 10 ml/kg/hr untuk bayi juga anak sedangkan pada dewasa dan remaja sekitar 200g/hr. Diare ialah meningkatnya air didalam tinja sebab tidak seimbangnya fungsi fisiologis usus yang menanggungjawab penyerapan berbagai ion, substrat lain, dan hasilnya air. (Valerie & Nicholas, 2022)

Diare adalah buang air yang tinjanya encer atau cair dimana buang airnya lebih sering dari normalnya ini menjadi gejala adanya infeksi pada organ pencernaan yang terjadi karena bakteri, virus, juga parasite yang menyebar dari makan atau minum yang terkontaminasi bisa dari orang lain yang tidak bisa menjaga kebersihan. (WHO, 2019)

Diare disebut juga buang air besar yang berbentuk cairan diatas 3 kali sehari. Untuk orang dewasa frekuensi BAB nya lebih rendah daripada bayi dan anak-anak serta konsistensi tinjanya lebih diutamakan. (Pendidikan Kesehatan et al., 2023)

2.2.1 Faktor penyebab Diare

Paparan faktor risiko terhadap kejadian diare dapat dikaitkan dengan konsep dasar epidemiologi penyakit yaitu segitiga epidemiologi menurut John Gordon yang memberi gambaran tentang hubungan antara tiga faktor yang berperan antara *Host* (pejamu), *Agent* (penyebab) dan *Environment* (lingkungan) dalam terjadinya penyakit.

1) Pejamu (*host*)

Semua elemen dalam tubuh manusia dapat mempengaruhi awal dan perjalanan suatu penyakit. Pejamu, atau host, adalah faktor tersebut, yakni karakteristik anak

balita (umur, jenis kelamin, status gizi) dan karakteristik ibu (tingkat pendidikan, status pekerjaan, tingkat pendapatan keluarga), dimana kebiasaan seseorang tidak mencuci tangan dengan sabun, baik itu sebelum makan dan setelah buang air besar merupakan kebiasaan yang dapat membahayakan karena dapat menimbulkan kontaminasi penyakit, membuang sampah sembarangan sehingga membuat daerah tersebut terkontaminasi. (Dr. h. masriadi, s.km., s.pd.i., 2017)

2) Penyebab Diare (*agent*)

Suatu bahan atau komponen tertentu yang dapat menyebabkan atau mempengaruhi perjalanan suatu penyakit. Dimana pada diare ada beberapa yang menjadi agent penyebab penyakit tersebut:

a. Faktor Infeksi

Sungai yang kotor terkena tinja dapat menyebabkan gejala infeksi diare karena air tersebut mengandung mikroorganisme pathogen. Jika tidak adanya kebersihan dan air yang digunakan untuk dimasak, diminum, sebagai pembersih bukan air yang sehat maka bisa menjadi infeksi. Infeksi Mikroorganisme yang sering adalah bakteri *Escherichia coli*, *Salmonella spp.*, *Shigella spp.*, dan *Camphylobacter spp.*, untuk *parasite Cryptosporidium*, dan *Entamoeba spp.* (WHO, 2019)

b. Faktor malabsorpsi

- Malabsorpsi protein

Protein susu sapi sebagian besar terdiri dari kasein (80 persen) dan whey (20 %). Protein dalam bentuk *kasein*, *beta laktalbumin*, *beta serum albumin*, dan *gamma globulin* adalah yang paling sering berfungsi sebagai alergen (yang menyebabkan elergi).

- Malabsorpsi Lemak

Malabsorpsi lemak merupakan salah satu sindrom malabsorpsi yang paling umum, dan muncul akibat defek pada pencernaan dan penyerapan lemak. Pertumbuhan bakteri usus halus yang berlebihan adalah suatu kondisi di mana bakteri kolon terlihat berlebihan di usus halus. Dekonjugasi luminal asam empedu oleh pertumbuhan bakteri usus halus

yang berlebihan menyebabkan defungsi asam empedu dan juga dapat mengakibatkan malabsorpsi lemak. Dekonjugasi bakteri juga menyebabkan produksi asam litokolik, yang dapat bersifat toksik bagi epitel usus, sehingga mengakibatkan gangguan penyerapan lemak dan nutrisi lainnya. Asam lemak terhidroksilasi (dan asam empedu bebas) juga merangsang sekresi air dan elektrolit, yang menyebabkan diare. (Montoro-Huguet et al., 2021)

- Malabsorpsi karbohidrat

Intoleransi laktosa di seluruh dunia yang terkait dengan penurunan aktivitas laktase yang berkaitan dengan usia, tetapi bervariasi secara etnis, sejak penyapihan dan seterusnya. Akhir-akhir ini, banyak perhatian tertuju pada oligosakarida, monosakarida, dan poliol yang dapat difermentasi, yaitu sekelompok senyawa yang meliputi fruktan, laktosa, fruktosa, dan sorbitol, yang sulit diserap tetapi mudah difermentasi. Fermentasinya oleh bakteri anaerob di kolon pada akhirnya menghasilkan asam laktat dan asam lemak rantai pendek (SCFA) asetat, propionat, dan butirrat (dengan penurunan pH lumen kolon) dan gas hidrogen, metana, dan karbon dioksida. SCFA memberikan berbagai efek pada motilitas dan sekresi usus, yang dapat menyebabkan timbulnya kram perut dan diare. (Omer & Quigley, 2018)

c. Faktor makanan

Keracunan makanan yang mengandung bakteri *Stafilokokus* adalah keracunan akibat memakan makanan yang terkontaminasi oleh racun dari beberapa tipe *Staphylococcus*, yang menyebabkan diare dan muntah. Resiko untuk terjadinya penyakit ini tinggi bila pengelola makanan yang menderita infeksi mencemari makanan, yang kemudian dibiarkan dalam suhu ruangan, sehingga memungkinkan bakteri tumbuh dan menghasilkan racunnya dalam makanan tersebut.

3) Lingkungan (*environment*)

Faktor lingkungan yang berkaitan dengan diare antara lain masalah sanitasi meliputi jamban, SPAL, pengelolaan sampah, sarana air bersih, dan kualitas bakteriologis air. Sanitasi lingkungan yang tidak tepat dapat meningkatkan kasus diare. Penyediaan air bersih, kondisi sarana air bersih, sumber air minum, kondisi jamban, SPAL dan sarana pengelolaan sampah menjadi faktor dominan penyebab diare. (Maywati et al., 2023)

2.1.2 Patofisiologi

Tinja normal terjadi karena fungsi absorpsi dan sekresi dinding usus dikontrol oleh regulator-regulator dalam keadaan normal. Kedua mekanisme tersebut membutuhkan pemecahan nutrisi yang baik untuk menghasilkan molekul-molekul yang diperlukan untuk membentuk ikatan dengan air dan elektrolit selama proses absorpsi, seperti glukosa, galaktosa, dan asam amino. Selain itu, proses osmotik di dalam usus mencegah substansi aktif yang tidak dapat diabsorpsi secara aktif.

Selama diare, antara transportasi elektrolit dan air keseimbangannya terganggu. Fungsi absorpsi menurun, dan sekresi elektrolit dan nutrisi mengambil alih, dengan sekresi aktif anion terutama terjadi di sel kriptus. Akibatnya, usus mengeluarkan air yang berlebihan. Diare osmotik dan sekretorik adalah dua mekanisme utama yang kadang-kadang terjadi secara bersamaan.

1) Diare Osmotik

Diare osmotik terjadi ketika mukosa usus tidak dapat mendigesti dan atau mengabsorpsi satu atau lebih nutrisi, yang menyebabkan kekuatan osmotik abnormal (*osmotic force*). Pada akhirnya, air dalam jumlah besar dikeluarkan ke lumen melalui junction yang ketat yang bocor. Mikroflora kolon akan mengkonsumsi nutrisi tersebut dan menyebabkan kekuatan osmotik lebih lanjut. Contoh zat yang tidak dapat diserap adalah *laktulosa*, garam magnesium, dan *polietilen glikol*. Diare osmotik juga dapat disebabkan oleh intoleransi laktosa (yang tidak dapat diproses karena tubuh tidak memiliki enzim digestif khusus), konsumsi fruktosa dalam jumlah berlebihan (seperti pada jus buah atau soda), dan maldigesti

lemak dan protein pada penyakit *Celiac*. Selama kadar elektrolit feses rendah dan ion gap melebihi 100 mOsm/kg, osmolaritas feses akan meningkat. Biasanya, diare ini menyebabkan keluarnya feses dalam jumlah kecil dan proporsional terhadap substrat yang tidak dapat diabsorpsi usus. Jika Anda berhenti mengonsumsi nutrisi yang menyebabkan diare, Anda akan melihat perbaikan diare.

2) Diare sekretorik

Peningkatan sekresi klorida, penurunan absorpsi natrium, atau peningkatan permeabilitas mukosa dapat menyebabkan diare ini. Dalam diare sekretorik, transportasi ion pada sel epitel berubah menjadi sekresi aktif di usus halus dan usus besar. Ini terjadi karena *enterotoksin* menyebabkan stimulasi sistem saraf pusat dan pelepasan mediator-mediator inflamasi (seperti *prostaglandin* dan *platelet-activating factor*) yang diinduksi oleh sitotoksin atau enterotoksin dalam infeksi bakteri. Sebagai contoh, enterotoksin *E.coli* menghasilkan dua enterotoksin: toksin yang tahan panas (LT) dan toksin yang tahan panas (Sta). Stimulasi toksin menyebabkan kolera, termasuk diare sekretorik, yang meningkatkan cAMP dalam enterosit. Feces biasanya mengeluarkan banyak air. (Thomsen & Zöllner, 2023)

2.1.3 Gejala Diare

Menurut (Johns, n.d.) Gejala setiap orang mungkin berbeda-beda, antara lain:

- Kram perut
- Sakit perut
- Pembengkakan atau kembung
- Mual
- Kebutuhan mendesak untuk pergi ke kamar mandi
- Demam
- Kehilangan Cairan tubuh (dehidrasi)
- Tidak bisa mengontrol buang air besar (inkontinensia)

Dehidrasi adalah efek samping diare paling serius, gejalanya meliputi :

- Jarang buang air kecil

- Merasa sangat Lelah
- Pusing atau ingin pingsan
- Sakit kepala detak jantung cepat

Diare dapat menyebabkan dehidrasi, hilangnya elektrolit melalui dehidrasi mempengaruhi jumlah air dalam tubuh, aktivitas otot, dan fungsi penting lainnya. Dehidrasi sangat berbahaya pada anak-anak, orang usia lanjut dan orang yang system kekebalan tubuhnya lemah. Dehidrasi harus segera ditangani untuk menghindari masalah kesehatan yang serius.

Diare seringkali disertai gejala lain termasuk demam, mual, muntah, sakit perut, urgensi buang air besar, dan tenesmus. Diantaranya, demam merupakan salah satu indikator utama untuk mengenali diare berat, karena kemungkinan berhubungan dengan komplikasi penyakit atau invasi bakteri patogen ke dalam darah, sehingga memerlukan penanganan medis yang intensif. (Wang et al., 2023)

2.1.4 Pencegahan diare

Jika infeksi menyebabkan diare, dapat dicegah. Beberapa cara untuk mencegah penyebaran infeksi yang dapat menyebabkan diare adalah sebagai berikut:

- Cuci tangan sebelum makan atau saat menyajikan makanan dan setelah dari toilet
- Apabila sudah buang air besar, kamar mandi, juga ganggang pintu dan kloset seluruhnya dibersihkan menggunakan desinfektan
- Jangan memakai barang yang sama dengan penderita diare
- Selama menderita diare jauhkan berhubungan dengan orang sekitar sampai gejalanya hilang
- Ketika diare baru sembuh tetapkan dirumah paling lama 48 jam
- Selama enam bulan pertama kehidupan bayi, ibu harus menyusuinya secara eksklusif. Setelah itu, ibu dapat mulai memberinya makanan tambahan seperti air, jus buah, dan makanan luar.
- Kekebalan yang diberikan oleh ibu menyusui begitu penting agar mencegah diare.

- Berenang di kolam renang umum harus dihindari kira-kira 2 minggu sesudah akhir diare jika infeksi disebabkan oleh parasit *cryptosporidium*.
- Vaksin rotavirus dapat mencegah diare rotavirus pada bayi. (Mandal et al., 2023)

Untuk menghindari hal ini, penderita diare dapat meminum cairan elektrolit untuk mengisi cairan tubuh sebagai pencegahan diare yang hilang akibat diare. Selain itu, konsumsi makanan lunak, suplemen probiotik, dan obat anti diare, yang dapat dibeli di apotek atau toko obat, juga disarankan untuk mempercepat pemulihan dari diare, Dokter akan memberikan obat-obatan seperti antibiotik dan pereda nyeri untuk kondisi yang lebih serius, obat yang memiliki potensi untuk memperlambat gerakan usus. (Kemenkes, 2022)

2.1.5 Penularan Diare

Salah satu cara diare menyerang manusia adalah melalui air yang digunakan setiap hari. Air yang tidak bersih dapat membawa bakteri ke dalam perut dan berdiam di usus besar, menginfeksi seluruh usus. Selanjutnya, tanah yang kotor dapat membawa bakteri *E. coli* ke dalam perut, yang berarti Anda harus selalu mencuci tangan. (Puteri et al., 2023).

Salmonella sp. *Salmonella* biasanya ditemukan di usus manusia dan hewan, tetapi telah ditemukan juga di reptil dan serangga. Telur, daging, produk susu, sayuran, dan air adalah beberapa sumber infeksi utama. Diare yang sembuh sendiri adalah tanda Salmonellosis yang disebabkan oleh strain *Salmonella* nontifoid. (Gabriela & Mircea, 2021)

Shigellosis adalah diare bakteri gram negatif yang disebabkan oleh bakteri spesies *Shigella*. Bakteri ini dapat menyebabkan infeksi pada orang dari semua usia. Di negara maju, shigellosis menular sebagian besar melalui jalur *fecal-oral*, sedangkan di negara berkembang melalui air atau makanan. Setelah tertelan, bakteri menyebar di usus kecil dan memasuki usus besar. Ia menyerang di usus besar melalui *transcytosis* dan diangkut melalui epitel basolateral melalui sel M, yang sebagian besar bertanggung jawab untuk aktivasi kekebalan jaringan limfoid usus melalui pengenalan antigen. Setelah *transcytosis*, ia menyebabkan makrofag dan

apoptosis seluler. Ini menyebabkan pelepasan sitokin inflamasi seperti IL-1 dan IL-18, yang menyebabkan peradangan di usus, yang pada gilirannya mengaktifkan sistem kekebalan bawaan. Setelah nekrosis dan peradangan berakhir, *Shigella* dilepaskan dari makrofag. Selanjutnya menyerang epitel dan sistem kekebalan tubuh lainnya melalui proses polimerisasi aktin antar sel. Saat *Shigella* menyerang sel epitel, ia mengaktifkan faktor nuklir (*kappa B*) di dalam sel, yang menghasilkan IL-8. Peradangan dan kerusakan lebih lanjut pada epitel meningkat, yang mengganggu penyerapan nutrisi dan menyebabkan diare. (Aysha & Chika, 2022)

Patogen berupa virus juga menyebabkan diare yaitu Rotavirus. Seorang ahli virologi bernama Dr. Ruth Bishop menemukan rotavirus pada tahun 1973 ketika dia mempelajari biopsi dari anak-anak yang menderita gastroenteritis. Rotavirus memiliki bentuk roda ketika dilihat melalui mikroskop, itulah sebabnya dinamakan "rotavirus". Penularan utama melalui jalan *fecal-oral*. Virus masuk ke dalam tubuh melalui mulut, seringkali melalui interaksi langsung dengan orang lain atau melalui air yang mengandung tinja yang tercemar. Tidak tercukupinya penggunaan terhadap air bersih, sanitasi, dan higiene (WASH) meningkatkan risiko penularan rotavirus. Rotavirus masuk ke usus kecil, di mana ia bereplikasi. Beberapa anak mungkin tidak menunjukkan gejala apa pun atau sama sekali, sementara anak lain mungkin mengalami dehidrasi yang parah. Rotavirus dapat menyebabkan demam dan muntah. Untuk diare rotavirus singkat, masa inkubasi biasanya kurang dari 48 jam, yaitu waktu antara paparan dan munculnya gejala pertama. (Destry, 2024)

2.1.6 Tatalaksana diare

Penggunaan antiemetik dan antimotilitas dapat bermanfaat untuk pengobatan simptomatik. Agen antiemetik dapat digunakan untuk mengurangi muntah dan mual yang disebabkan oleh gastroenteritis. Baik *promethazine hydrochloride* maupun *prochlorperazine* diindikasikan untuk hal ini, dengan bukti terkini yang menunjukkan bahwa *prochlorperazine* dapat memiliki efikasi yang lebih tinggi dan mengurangi rasa ngantuk. Pada dewasa dapat diberikan 4-8 mg/ hari, dengan dosis maksimal 8 mg/hari.

Selain itu, penggunaan antimotilitas umumnya diindikasikan untuk mengurangi produksi tinja. Obat-obatan ini meliputi loperamide, dan difenoksilat dengan atropin. Dari obat-obatan yang disebutkan, yang paling umum digunakan adalah Loperamide, karena memiliki profil keamanan terbaik dan efikasi tertinggi. Namun, penggunaan loperamide dan obat antimotilitas lainnya pada pasien yang mengalami diare berdarah masih dianggap lebih aman. Selain itu, obat antimotilitas tidak boleh digunakan pada anak-anak yang diduga terinfeksi *E. coli*. (Al Jassas et al., 2018)

2.2 PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT

2.2.1 Definisi PHBS

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan dengan kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri dalam hal kesehatan mereka dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan kesehatan di rumah. (Indriastuti, 2021)

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah orientasi hidup sehat yang diterapkan dalam budaya individu, keluarga, dan masyarakat dengan tujuan meningkatkan, memelihara, dan melindungi kesehatan fisik, mental, spiritual, dan sosial. (Kemensos RI, 2020)

2.2.2 Manfaat PHBS

Meningkatkan kesadaran masyarakat untuk memiliki keinginan dan kemampuan untuk menjalani gaya hidup bersih dan sehat. Hal ini harus dilakukan agar masyarakat lebih sadar dan dapat mencegah, mengantisipasi, dan menangani masalah kesehatan. Selain itu, diharapkan bahwa penerapan dan praktik PHBS akan membantu masyarakat menciptakan lingkungan yang lebih sehat, yang dapat meningkatkan kualitas hidup. PHBS dapat diterapkan di banyak tempat, seperti sekolah, tempat kerja, rumah tangga, dan komunitas (Kemensos RI, 2020)

Berikut adalah penjelasan mengenai kebermanfaatannya PHBS pada area-area tersebut:

A. Sekolah

Mencuci tangan dengan air mengalir dan sabun merupakan cara yang efektif untuk menghilangkan berbagai kuman dan kotoran yang menempel di tangan. Dengan demikian, tangan Anda akan bersih dan terbebas dari kuman. Sebaiknya, cucilah tangan Anda sebelum makan dan setiap kali melakukan aktivitas yang melibatkan tangan, seperti memegang benda, menangani makanan, setelah buang air besar, saat menyusui bayi, serta setelah berurusan dengan uang atau hewan.

B. Tempat kerja

Kegiatan PHBS memberdayakan karyawan untuk mengetahui dan mampu mempraktikkan PHBS dan berkontribusi pada penciptaan lingkungan kerja yang bersih dan sehat. Manfaat yang diperoleh dari penerapan pola PHBS di tempat kerja meliputi kemampuan karyawan untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan mereka sehingga mereka tidak mudah sakit dan citra tempat kerja yang lebih positif, yang meningkatkan semangat dan produktivitas karyawan.

C. Keluarga, Rumah tangga atau tempat tinggal lainnya seperti panti dan tempat pengasuhan anak lain

Mencuci tangan dengan air mengalir dan sabun merupakan cara yang efektif untuk menghilangkan berbagai kuman dan kotoran yang menempel di tangan. Dengan demikian, tangan Anda akan bersih dan terbebas dari kuman. Sebaiknya, cucilah tangan Anda sebelum makan dan setiap kali melakukan aktivitas yang melibatkan tangan, seperti memegang benda, menangani makanan, setelah buang air besar, saat menyusui bayi, serta setelah berurusan dengan uang atau hewan. dan produktifitas anggota keluarga meningkat, yang meningkatkan kesejahteraan. Selain itu, menerapkan PHBS secara teratur menciptakan budaya hidup yang bersih dan sehat.

D. Masyarakat

PHBS adalah upaya masyarakat untuk menerapkan dan mempraktikkan pola hidup bersih dan sehat untuk menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat. Diharapkan bahwa penerapan PHBS ini akan mencegah, meminimalkan munculnya, dan penyebaran penyakit, dan memungkinkan masyarakat untuk

memanfaatkan layanan kesehatan dan mengembangkan kesehatan yang bersumber dari masyarakat.

2.2.3 Indikator perilaku hidup bersih dan sehat

Penerapan PHBS dalam kehidupan sehari-hari memiliki tolok ukur yang dapat digunakan sebagai ukuran bahwa seseorang dikatakan sudah melakukan atau memenuhi kriteria menjalankan perilaku hidup bersih dan sehat.

Beberapa indikator PHBS

A. Persalinan ditolong oleh tenaga medis

Tenaga kesehatan yang dimaksud adalah dokter, bidan, dan tenaga paramedis lainnya, karena ada kelompok masyarakat yang masih mengandalkan tenaga non medis, seperti dukun bayi atau paraji.

B. Memberi bayi asi Eksklusif

Sejak kelahiran hingga enam bulan, seorang ibu harus memberikan ASI eksklusif kepada bayinya, yang berarti hanya ASI tanpa makanan atau minuman tambahan.

C. Menimbang bayi dan anak sampai usia 6 tahun secara rutin setiap bulan

Penimbangan bayi dan balita setiap bulan dilakukan di Posyandu (Pos Pelayanan Terpadu) mulai usia satu bulan hingga lima tahun dengan tujuan untuk memantau per tumbuhan balita tersebut setiap bulan.

D. Menggunakan air bersih

Menggunakan air bersih dalam kehidupan sehari-hari, seperti memasak, mandi, dan hanya untuk minum, mengandung banyak bakteri dan kuman yang dapat menyebabkan penyakit.

E. Cuci tangan pakai sabun dengan benar

Mencuci tangan dengan air mengalir dan sabun merupakan cara yang efektif untuk menghilangkan berbagai kuman dan kotoran yang menempel di tangan. Dengan demikian, tangan Anda akan bersih dan terbebas dari kuman. Sebaiknya, cucilah tangan Anda sebelum makan dan setiap kali melakukan aktivitas yang melibatkan tangan, seperti memegang benda, menangani makanan, setelah buang air besar, saat menyusui bayi, serta setelah berurusan dengan uang atau hewan.

F. Gunakan Jamban Sehat

Jamban yang sehat seharusnya tidak mencemari sumber air minum, bebas dari bau yang mengganggu, serta terhindar dari gangguan hewan seperti serangga dan tikus. Selain itu, jamban tersebut harus menjaga kebersihan tanah di sekitarnya, mudah untuk dibersihkan, dan aman digunakan. Untuk memastikan kenyamanan, jamban ini perlu dilengkapi dengan dinding dan atap yang melindungi, cukup penerangan, serta ventilasi yang baik. Lantai yang kedap air juga sangat penting, dan harus tersedia air, sabun, serta alat pembersih yang memadai..

G. Makan makanan yang sehat dan bergizi

Keluarga sebaiknya mengonsumsi makanan yang bersih dan sehat, karena makanan tersebut kaya akan vitamin, serat, mineral, dan nutrisi penting lainnya yang mendukung kesehatan.

H. Melakukan aktivitas fisik setiap hari

Melakukan aktivitas fisik, seperti olahraga atau kegiatan lain yang mengeluarkan tenaga, sangat penting untuk kesehatan fisik, mental, dan kualitas hidup seseorang. Aktifitas sehari-hari seperti jalan kaki, jogging, berkebun, dll.(Kemensos RI, 2020)

2.2.4 Pentingnya menerapkan PHBS dalam islam

Kesehatan adalah anugerah Allah SWT, dan manusia diciptakan secara seimbang kecuali Dia menghendaki hal lain. Namun, keseimbangan tubuh dapat rusak sendiri oleh manusia, seperti yang terjadi dengan saluran pencernaan karena mengonsumsi makanan secara sembarangan atau kebiasaan lain seperti merokok

dan bekerja tanpa istirahat. “ *Dan musibah apapun yang menimpamu, itu adalah akibat perbuatan tanganmu*” (Qs Asyu’ara :30). Hampir semua zat asing (kimia) masuk ke dalam tubuh melalui makanan, sehingga mencegah penyakit lebih penting daripada mengobatinya. (Khairani, 2020)

Agam islam telah mengajarkan kita semua untuk selalu hidup bersih dan sehat sesuai ajaran islam. Hidup sehat merupakan salah satu cara untuk mencapai kebahagiaan, berkah, bermanfaat tentram dan sejahtera. Cara hidup sehat yang dicontohkan oleh Rasulullah SAW yang patut untuk ditiru, dicontoh dan dicoba, di terapkan untuk mencapai kehidupan yang sehat bahagia dan sejahtera. Kesehatan juga penting dan perlu diperhatikan bagi kita semuasebagai muslim dan Muslimah dengan cara : kesehatan dan kesucian harus dijaga, melakukan olah raga 2 kali satu minggu, mandi 2x satu hari, menjaga kebersihan lingkungan, setelah bangun tidur hendaknya mencuci tangan, memperhatikan pola makan, menghindari stress dan yang membahayakan kesehatan. (Andriya Ningsih et al., 2023)

Semua pola hidup sehat tersebut sudah jelas dan sesuai firman ALLAH didalam al-qur’an surah al-A’raf : 31

يٰۤاَيُّهَا اٰدَمُ خُذْ وَاٰدَمَٰتِ زِيْنَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوْا وَشَرِبُوْا وَاَلَّا تُسْرِفُوْۤا اِنَّهٗ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِيْنَ

Artinya :

“*Wahai anak cucu Adam! Pakailah pakaianmu yang bagus pada setiap (memasuki) masjid, makan dan minumlah, tetapi jangan berlebihan. Sungguh, Allah tidak menyukai orang yang berlebih-lebihan.*”

Rosululloh SAW berkata untuk membersihkan segala sesuatu karna islam dibangun atas kebersihan,

تَنْظِفُوْا بِكُلِّ مَا اسْتَطَعْتُمْ فَاِنَّ اللّٰهَ تَعَالٰى بَنٰى الْاِسْلَامَ عَلٰى النِّظَافَةِ وَلَنْ يَدْخُلَ الْجَنَّةَ اِلَّا كُلُّ نَظِيْفٍ

Artinya :

“*Bersihkanlah segala sesuatu semampu kamu. Sesungguhnya Allah ta'ala membangun Islam ini atas dasar kebersihan dan tidak akan masuk surga kecuali setiap yang bersih*”. (HR Ath-Thabrani)

2.3 Dewasa dan Remaja

Remaja atau *adolescence* diartikan sebagai “tumbuh menjadi dewasa”. Pada masa ini individu melakukan eksplorasi psikologis untuk menentukan identitas diri. Pengertian remaja menurut WHO adalah populasi dengan periode usia 10-19 tahun. Masa remaja, juga dikenal sebagai masa adolesens, adalah masa transisi dari kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai dengan pertumbuhan fisik, mental, emosional, dan sosial. Kementerian Kesehatan membagi masa remaja menjadi tiga kategori: masa remaja awal (antara 10-13 tahun), masa remaja menengah (antara 14-16 tahun), dan masa remaja akhir (antara 17-19 tahun). Dalam hal fisik, periode remaja ditandai dengan perubahan karakteristik fisik dan fungsi psikologis, terutama yang berkaitan dengan organ reproduksi. Dalam hal psikologis, periode remaja ditandai dengan perubahan dalam kognitif, emosi, sosial, dan moral seseorang. (Anggraini et al., 2022)

Karena lebih dari setengah kehidupan manusia dihabiskan pada usia dewasa, usia dewasa adalah usia yang paling lama dilewati oleh setiap manusia. Kehidupan dewasa memiliki tugas-tugas perkembangan yang terus-menerus untuk menghasilkan individu yang matang, meskipun ada hambatan dan cobaan dalam perjalanan kehidupan seseorang. Ini adalah konsep kehidupan manusia yang memiliki ujian dan cobaan sebagai hamba Allah Swt yang bersyukur dan ikhtisar. (Nurhazlina Mohd. Ariffin, 2021)

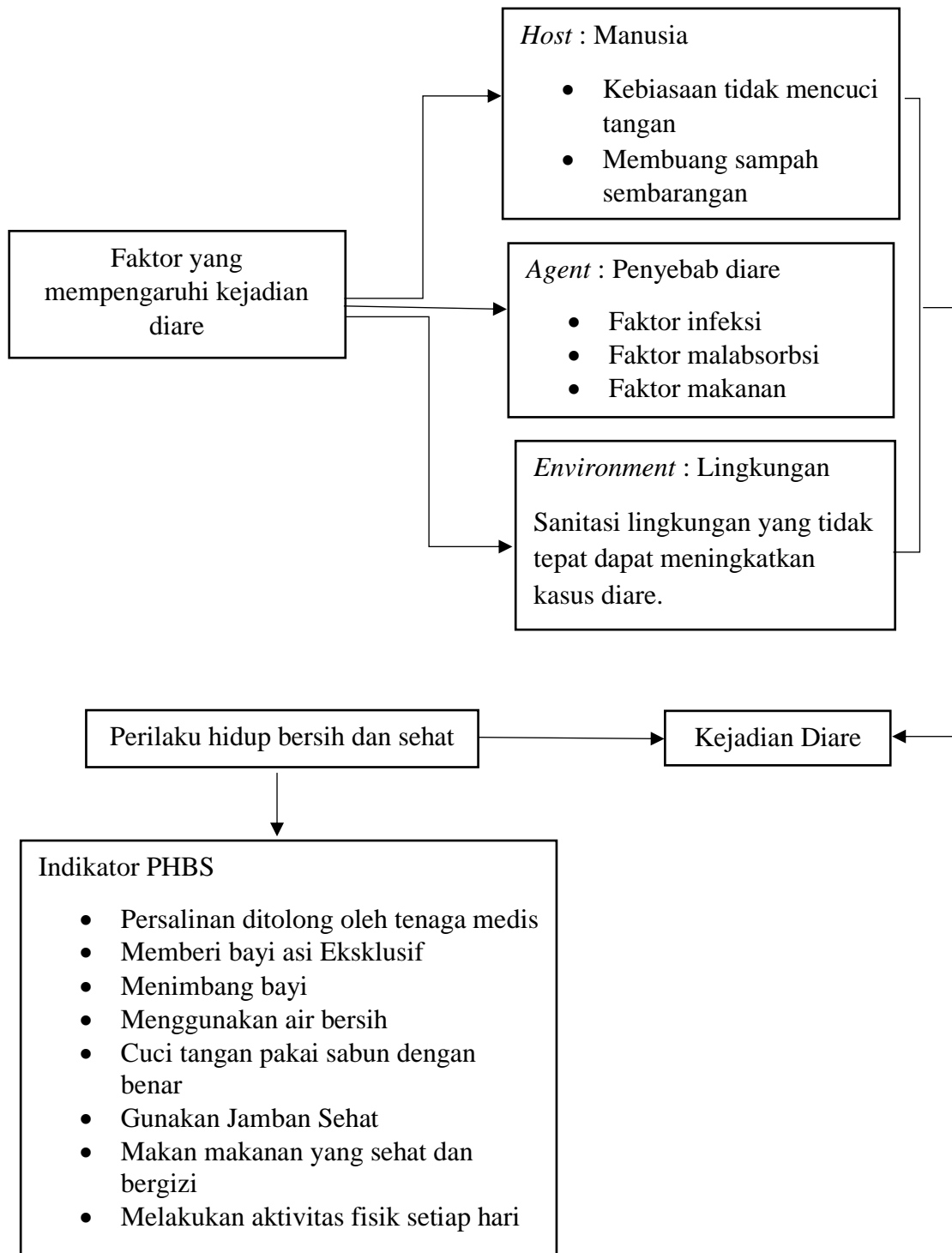
Menurut Hurlock, orang dewasa adalah individu yang telah menyelesaikan pertumbuhannya dan siap menerima tempat dalam masyarakat bersama dengan orang dewasa yang lain, karena masa dewasa awal adalah periode penyesuaian diri terhadap pola kehidupan baru dan harapan sosial. Berdasarkan penjelasan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa masa dewasa awal adalah periode antara 20 sampai 40 tahun, ketika terjadi peralihan dari masa ketergantungan ke masa mandiri, baik dari segi ekonomi, membangun identitas diri, dan membangun perspektif yang lebih realistis tentang masa depan.. (Paputungan, 2023)

2.4 Hubungan Perilaku Hidup Sehat (PHBS) dengan diare

Diare dan konsistensi tinja dapat dipengaruhi oleh makanan yang dikonsumsi dan pola hidup sehari-hari yang bersih dan sehat. Jika pengetahuan kesehatan ditingkatkan, perilaku dan keadaan sosial dapat ditingkatkan, masyarakat dapat terhindar dari penyakit diare. Lebih sedikit kelompok memiliki tindakan yang berkaitan dengan penggunaan jamban yang sehat, seperti kekurangan alat pembersih, kurangnya air, dan kurangnya pencahayaan. Namun, banyak faktor yang memengaruhi penyakit diare, seperti lingkungan dan perilaku. Lingkungan yang tercemar kuman diare dan perilaku manusia yang tidak sehat, yang ditransmisikan melalui makanan dan minuman, dapat menyebabkan diare. (Kusuma & Maharani, 2022)

Mengabaikan kebersihan makanan dengan memilih makanan yang tidak tertutup, seperti membeli jajan di tempat terbuka tanpa menutupinya. Dalam hal menjaga kebersihannya, kebersihan tangan dan makanan sangat penting. Mikroorganisme penyebab diare dapat menyebarkan infeksi diare melalui perantara tangan yang kotor dan tertelan. (Simanjuntak, Situmeang, 2019)

2.5 Kerangka Teori



Gambar 1.1 Kerangka Teori

2.6 Kerangka Konsep



Gambar 1.2 Kerangka Konsep

2.7 Hipotesis Penelitian

Ha : adanya hubungan perilaku hidup bersih dan sehat dengan kejadian diare

Ho : tidak adanya hubungan perilaku hidup bersih dan sehat dengan kejadian diare