

## PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DENGAN KEJADIAN ISPA PADA BALITA

Tiara Vanessa<sup>1</sup>, Andri Yulianto<sup>2</sup>, Rahmat Efendi<sup>3</sup>

<sup>123</sup>Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pringsewu

Email : [andriyulianto@umpri.ac.id](mailto:andriyulianto@umpri.ac.id)<sup>2</sup>

**Abstrak:** Penyuluhan Kesehatan Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dengan Kejadian ISPA Pada Balita. Infeksi Saluran Pernafasan Akut ( ISPA ) adalah infeksi saluran pernafasan akut yang menyerang saluran pernafasan bagian atas (hidung) dan saluran pernafasan bawah (alveoli) beserta organ adneksanya seperti sinus-sinus, rongga telinga dan pleura. Peningkatan penderita kejadian ISPA akan menyebabkan tingginya angka kesakitan dan kematian dunia, karena ISPA memiliki berbagai komplikasi mengancam jiwa seperti penyakit otitis media, sinusitis, faringitis, pneumonia. Saat ini penataklasan ISPA meliputi perilaku hidup bersih dan sehat yang baik dalam lingkungan keluarga dan masyarakat. PHBS adalah Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan semua perilaku yang dilakukan atas kesadaran seseorang sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri pada bidang kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di masyarakat. Dengan menerapkan PHBS masyarakat mampu menciptakan lingkungan yang sehat dan meningkatkan kualitas hidup. Kegiatan ini dilakukan di Rumah Sakit Islam Kota Metro dengan sasaran masyarakat yang memiliki balita. Metode yang digunakan dalam pendidikan ini adalah pendidikan kesehatan dan pendekatan pada masyarakat. Hasil kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat seluruh peserta dapat memahami informasi yang baik yaitu sebesar 80% dapat menerapkan PHBS pada balitanya..

**Kata Kunci :** Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat, ISPA

### Pendahuluan

Infeksi saluran pernapasan Akut (ISPA) adalah penyakit yang menyerang bagian pernapasan atas atau bawah, biasanya menular yang dapat menimbulkan berbagai spektrum penyakit yang berkisar dari penyakit tanpa gejala atau infeksi ringan sampai penyakit yang parah dan mematikan, ISPA meliputi tiga unsur yaitu infeksi, saluran pernapasan dan akut dengan pengertian Infeksi adalah masuknya kuman atau mikroorganisme ke dalam tubuh manusia dan berkembang biak sehingga menimbulkan gejala penyakit. Saluran pernapasan adalah organ mulai dari hidung hingga alveoli beserta organ adneksanya seperti sinus-sinus, rongga telinga tengah dan pleura<sup>6</sup>. Semakin lama seseorang menderita ISPA maka semakin besar peluang untuk penderita penyakit ISPA kronik yang pada akhirnya akan menyebabkan penyakit komplikasi seperti otitis media, sinusitis, faringitis, pneumonia<sup>1</sup>.

ISPA disebabkan oleh virus dan bakteri. ISPA adalah infeksi akut yang mengenai jaringan paru (alveoli). Determinan utama kerentanan ISPA adalah tingginya presentase rumah yang belum menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Selain presentase rumah tidak sehat asap kayu bakar dan asap rokok masih menyerang lingkungan masyarakat, karena masyarakat terutama ibu-ibu rumah tangga selalu melakukan aktivitas memasa setiap hari, masih banyak ibu-ibu yang menggunakan kayu bakar dalam rumahnya, dan asap rokok akibat perokok aktif didalam rumah sehingga rentan terhadap penyakit<sup>8</sup>.

Dampak pada penderita infeksi saluran pernafasan akut (ISPA) adalah nafsu makan yang menurun, badan lesu, perasaan sakit (malaise), sakit kepala dan sakit tubuh, influenza, rewel dan merasa tidak nyaman. Paru-paru membengkak dan menghasilkan lendir yang menyebabkan batuk. Karena ISPA adalah salah satu penyakit menular maka salah satu dampaknya terutama disebabkan oleh buruknya Perilaku Hidup bersih dan sehat (PHBS) pada keluarga atau lingkungan rumah yang dapat menular cepat ke balita<sup>3</sup>. Terjadinya infeksi saluran pernapasan

atas (ISPA) adalah invasi patogen sehingga terjadi reaksi inflamasi akibat respon imun. ISPA melibatkan invasi langsung mikroba ke dalam mukosa saluran pernapasan. Inokulasi virus dan bakteri dapat ditularkan melalui udara, terutama jika seseorang yang terinfeksi batuk atau bersin<sup>1</sup>.

ISPA dapat disebabkan oleh berbagai penyebab seperti bakteri, virus dan riketsia. ISPA bagian atas disebabkan oleh virus, sedangkan ISPA bagian bawah dapat disebabkan oleh bakteri dan virus. ISPA bagian bawah yang disebabkan oleh bakteri umumnya mempunyai manifestasi klinis yang berat sehingga menimbulkan beberapa masalah dalam penganannya. ISPA terdiri dari 300 jenis bakteri, virus dan riketsia. Bakteri penyebab ISPA antarlain Genus streptokokus, Pneumokokus, Hemofilus, Bordetella dan Corinebacterium<sup>7</sup>.

Sedangkan virus penyebab ISPA antara lain golongan Miksovirus, Adenovirus, Koronavirus, Mikoplasma, Hervesvirus dan lain lain Dalam pertumbuhan dan perkembangan sejak balita dibutuhkan peranan penting oleh orang tua. Maka dari itu peranan orang tua sangat penting untuk melakukan pertumbuhan dan perkembangan salah satunya dengan melalui perilaku sehat yang diajarkan oleh balita. Manfaat mengembangkan perilaku sehat sejak usia balita adalah anak akan memiliki pola hidup sehat dikemudian hari. Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan langkah ampuh untuk menangkai penyakit. Pola hidup yang tidak sehat dapat menyebabkan segala penyakit salah satunya adalah infeksi saluran pernafasan. Sering mencuci tangan termasuk dalam pencegahan penyakit Infeksi saluran pernafasan (ISPA)<sup>3</sup>.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan semua perilaku yang dilakukan atas kesadaran seseorang sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri pada bidang kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di masyarakat<sup>5</sup>. Secara umum adalah meningkatkan kesadaran masyarakat agar mau menjalankan hidup bersih dan sehat. Dengan menerapkan PHBS masyarakat mampu menciptakan lingkungan yang sehat dan meningkatkan kualitas hidup dan meningkatkan pengetahuan, kesadaran dan kemauan masyarakat agar hidup sehat dan meningkatkan peran aktif masyarakat termasuk swasta dan dunia usaha, dalam upaya mewujudkan derajat hidup yang optimal. Terdapat 5 tatanan PHBS yaitu rumah tangga, sekolah, tempat kerja, sarana kesehatan dan tempat-tempat umum<sup>4</sup>.

## **Metode Pelaksanaan**

Metode yang digunakan dalam pendidikan ini adalah pendidikan kesehatan dan pendekatan pada masyarakat. Pengabdian dilakukan dengan memberikan informasi penting tentang pencegahan dan pengendalian infeksi saluran pernafasan akut dan cara penerepan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Masyarakat diberikan sosialisasi tentang perilaku hidup bersih dalam lingkungan untuk mengurangi terjadinya penyakit ispa pada balita.

## **Hasil Dan Pembahasan**

### **a. Hasil**

Kegiatan ini dilakukan dengan pendekatan kepada pasien dengan cara satu per satu ibu dari balita yang menderita ISPA. Yang dilaksanakan pada hari Selasa, 16 Mei 2023 bertempat

di Rumah Sakit Islam Kota Metro. Kegiatan dimulai dengan penjelasan materi tentang ISPA dan PHBS dimulai dari pengertian, penyebab, tanda gejala, sampai penerapan PHBS. [6]. Materi diberikan kurang lebih selama 20 menit per orang, klien menyimak penjelasan secara baik, dengan dilanjutkan penerapan PHBS seperti cuci tangan dengan benar. Seluruh peserta 80% dapat menerapkan dan sudah bisa mencuci tangan dengan benar.



*Gambar 1 anggota pengabdian memaparkan materi pada salah satu peserta*

#### **b. Pembahasan**

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah upaya untuk memberikan pengalaman belajar atau menciptakan kondisi bagi individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat dengan melakukan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku melalui pendekatan pimpinan (*advocacy*), pembinaan suasana (*social support*), dan pemberdayaan masyarakat (*empowerment*).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah salah satu modal utama untuk mencegah terjadinya penyakit ISPA. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat sangat dipengaruhi oleh Budaya dan tingkat pendidikan penduduk. Dengan demikian makin tinggi pendidikan dan pengetahuan masyarakat dalam menjaga kesehatan agar tidak terdampak penyakit ISPA yaitu melalui upaya memperhatikan rumah sehat dan lingkungan yang sehat (Depkes RI, 2016).

Tujuan dari PHBS adalah untuk membantu masyarakat mengenali dan mengetahui masalah sendiri, dalam tatanan rumah tangga. Sedangkan Infeksi Saluran Pernafasan Akut (ISPA) adalah penyakit yang menyerang salah satu atau lebih saluran pernafasan, mulai dari hidung (saluran atas) hingga alveoli (saluran bawah), bersama dengan organ aneksanya, seperti isinus-sinus, rongga telinga tengah, dan pleura.

Perilaku hidup bersih dan sehat merupakan cerminan pola hidup keluarga yang senantiasa memperhatikan dan menjaga kesehatan seluruh anggota keluarga terlebih pada bayi, balita dan anak. Kondisi yang sehat dapat dicapai dengan mengubah pola hidup yang sehat yang baik dan mengubah kebiasaan di dalam keluarga maupun lingkungannya. Perilaku hidup bersih dan sehat merupakan modal utama dalam penanganan penyakit ISPA pada balita. Keluarga merupakan unit terkecil dari masyarakat dan berkumpul

tinggal satu rumah bahkan selalu berinteraksi secara dekat<sup>2</sup>.

Menurut peneliti perilaku hidup bersih dan sehat ini sangat berpengaruh akan terjadinya kejadian ISPA terutama pada balita. Karena adanya kebiasaan pola hidup sehat yang rendah dalam tatanan rumah tangga dapat menimbulkan berbagai penyakit salah satunya adalah penyakit Infeksi Saluran Pernasafan Akut (ISPA). Balita yang sering terserang penyakit ISPA karena daya tahan tubuhnya menurun

Kegiatan ini menjadi suatu pengalaman dan bertambahnya ilmu bagi para peserta yang merupakan salah satu pasien di Rumah Sakit Islam Kota Metro untuk mengetahui bagaimana cara melakukan perilaku hidup bersih dan sehat dan pencegahan dari penyakit ISPA yang menyerang balitanya. Antusias ibu dari balita ini sangat mendengarkan dengan baik dan mampu memahami semua penjelasan materi yang diberikan.



*Gambar 2 kunjungan sosialisasi ke ruangan rawat inap anak*

## **Simpulan dan Saran**

### **a. Simpulan**

Sosialisasi tentang hubungan perilaku hidup bersih dan sehat dengan kejadian ispa pada balita berjalan dengan lancar. 80% peserta dapat menyerap informasi dengan baik, serta telah memahami dan mampu melakukan perilaku hidup bersih dan sehat sejak dini dan mandiri di rumah masing-masing. Diskusi interaktif tentang ispa dan PHBS berlangsung secara baik.

### **b. Saran**

Pengetahuan dan sikap merupakan hal yang sangat penting dalam pembentukan kebiasaan perilaku kesehatan maka peningkatan pengetahuan orang tua tentang pencegahan penyakit ISPA sangat diperlukan melalui penyuluhan dan konseling dari petugas kesehatan agar membantu masyarakat menyadari pentingnya pola hidup bersih dan sehat.

## Daftar Pustaka

- Anggraeni, L., & Pratiwi, D. (2019). Hubungan Faktor Perilaku Keluarga Dengan Kejadian Ispa Pada Balita. *Jurnal Ilmu Kesehatan Karya Bunda Husada*, 5(2), 23-30.
- Hamid, A. 2018. Hubungan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Dengan Kejadian Infeksi Saluran Pernafasan Akut pada Balita (Di RW 03 Desa Candimulyo Jombang) (Doctoral dissertation, *STIKes Insan Cendekia Medika Jombang*).
- Handriana, I. 2018. Hubungan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Dengan Kejadian Pneumonia Pada Balita Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Talaga Kabupaten Majalengka Tahun 2018. *Jurnal Kampus Stikes Ypib Majalengka*, 6(2), 47-56.
- Husna, I., & Marcellia, S. 2019. Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Siswa Sd Negeri 5 Teluk Pandan Kabupaten Pesawaran Provinsi Lampung. *Jurnal Pengabdian Farmasi Malahayati Vol*, 2(1), 17.
- Kementerian Kesehatan RI. 2018.
- Padila, P., Febriawati, H., Andri, J., & Dori, R. A. 2019. Perawatan Infeksi Saluran Pernafasan Akut (Ispa) pada Balita. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 1(1), 25-34.
- Syamsi, N. 2018. Hubungan Tingkat Pendidikan Dan Pengetahuan Ibu Balita Tentang Dengan Kejadian Ispa Pada Balita Diwilayah Kerja Puskesmas Bontosikuyu Kabupaten Kepulauan Selayar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 7(1), 167-175.
- Wahyudi, W. T., Zainaro, M. A., & Kurniawan, M. 2021. Hubungan Paparan Asap Rokok dengan Kejadian ISPA pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Bandar Agung Kecamatan Terusan Nunyai Kabupaten Lampung Tengah. *Malahayati Nursing Journal*, 3(1), 82-91