

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Rumah Sehat**

Menurut Undang-Undang RI No. 4 Tahun 1992, rumah adalah struktur fisik terdiri dari ruangan, halaman dan area sekitarnya yang dipakai sebagai tempat tinggal dan sarana pembinaan keluarga. Menurut keputusan Menteri Kesehatan RI No. 829/Menkes/SK/VII/1999 menjelaskan (Depkes, 1999).

1. Rumah adalah bangunan yang berfungsi sebagai tempat tinggal atau hunian dan sarana pembinaan keluarga
2. Perumahan adalah kelompok rumah yang berfungsi sebagai lingkungan tempat tinggal atau lingkungan hunian yang dilengkapi sarana dan prasarana lingkungan
3. Kesehatan perumahan adalah kondisi fisik, kimia dan biologi di dalam rumah, dilingkungan rumah dan perumahan sehingga memungkinkan penghuni atau masyarakat memperoleh derajat kesehatan yang optimal
4. Prasarana kesehatan lingkungan adalah kelengkapan dasar fisik lingkungan yang memungkinkan lingkungan permukiman dapat berfungsi sebagaimana mestinya
5. Sarana kesehatan lingkungan adalah fasilitas penunjang yang berfungsi untuk penyelenggaraan dan pengembangan kehidupan ekonomis, sosial dan budaya

Menurut Azrul Azwar (2007) yang dikutip dalam (Istiqomah, 2011) rumah bagi manusia memiliki arti :

1. Sebagai tempat untuk melepaskan lelah, beristirahat setelah prnat melaksanakan kewajiban sehari-hari.

2. Sebagai tempat untuk bergaul dengan keluarga atau membina rasa kekeluargaan bagi segenap anggota keluarga yang ada.
3. Sebagai tempat untuk melindungi diri dari bahaya yang datang mengancam.
4. Sebagai lambing status sosial yang dimiliki, yang masih di rasakan hingga saat ini.
5. Sebagai tempat untuk meletakkan atau menyimpan barang-barang berharga yang dimiliki, yang terutama masih di temui pada masyarakat pedesaan.

Menurut organisasi kesehatan dunia (WHO) sehat adalah suatu keadaan yang sempurna baik fisik, mental maupun sosial budaya, bukan hanya keadaan yang bebas dari penyakit dan kelemahan (kecacatan). Berdasarkan pada pengertian di atas rumah sehat diartikan sebagai tempat berlindung/bernaung dan tempat untuk beristirahat, sehingga menumbuhkan kehidupan yang sempurna baik fisik, rohani maupun sosial.

Menurut Ditjen Cipta karya komponen yang harus dimiliki rumah sehat adalah

1. Fondasi yang kuat untuk menerukan beban bangunan ke tanah dasar memberi kestabilan bangunan dan merupakan konstruksi penghubung antara bangunan dengan tanah.
2. Lantai kedap air dan tidak lembab, tinggi minimum 10 cm dan 25 cm dari badan jalan, bahan kedap air, untuk rumah panggung dapat terbuat dari papan atau anyaman bambu.
3. Memiliki jendela atau pintu yang berfungsi sebagai ventilasi dan masuknya sinar matahari dengan minimum 10% luas lantai.

4. Dinding rumah kedap air yang berfungsi untuk mendukung atau menyanggah atap, menahan angin dan air hujan, melindungi panas dan debu dari luar erta menjaga kerahasiaan (*privacy*) penghuninya.
5. Langit-langit untuk menahan dan menyerap panas terik matahari.
6. Atap rumah yang berfungsi sebagai penahan panas sinar matahari.

Persyaratan kesehatan perumahan adalah ketentuan atau ketentuan teknis kesehatan yang wajib dipenuhi dalam rangka melindungi penghuni rumah, masyarakat yang bermukim di perumahan dan atau masyarakat sekitarnya dari bahaya atau gangguan kesehatan.

## **B. Persyaratan Rumah**

Menurut Winslow dan APHA harus memenuhi persyaratan antara lain :

### **1. Memenuhi Kebutuhan Fisiologis**

#### **a. Pencahayaan**

Kurangnya pencahayaan akan menimbulkan beberapa akibat pada mata, kenyamanan dan sekaligus produktifitas seseorang. Kecelakaan-kecelakaan di rumah sering disebabkan oleh pencahayaan/penerangan yang kurang. Cahaya dianggap sebagai satu alat perantara, dengan mana benda-benda dapat terlihat oleh mata.

Cahaya yang cukup untuk penerangan ruang di dalam rumah merupakan kebutuhan kesehatan manusia. Penerangan ini dapat di peroleh dengan pengaturan cahaya buatan dan cahaya alam.

#### **1) Pencahayaan alam**

Pencahayaan alam di peroleh dengan masuknya sinar matahari ke dalam ruangan melalui jendela, celah-celah dan bagian-bagian bangunan yang

terbuka. Sinar ini sebaiknya tidak terhalang oleh bangunan, pohon-pohon maupun tembok pagar yang tinggi. Cahaya matahari ini berguna selain untuk penerangan juga dapat mengurangi kelembaban ruang, mengusir nyamuk, membunuh kuman-kuman penyakit tertentu seperti TBC, Influenza, penyakit mata dan lain-lain.

## 2) Pencahayaan buatan

Cahaya buatan yang baik tidak akan mengganggu atau menurunkan produktifitas kerja. Malah dengan cahaya buatan yang baik dan di saring dari kesilauan dapat mempertinggi produktifitas kerja dibandingkan dengan bila bekerja pada cahaya siang alamiah. Pencahayaan buatan bisa terjadi dengan cara :

- a) *Direct* (langsung), bila cahaya yang diterima langsung dari sumbernya, misalnya lampu meja untuk membaca.
- b) *Indirect* (tidak langsung), bila cahaya yang diterima adalah hasil pantulan dinding dan loteng, seperti di ruang tamu.
- c) *Semi direct* atau "*general diffusing*", bila cahaya itu datang dan dipancarkan ke segala jurusan, seperti di kantor-kantor.

Pemenuhan kebutuhan-kebutuhan cahaya untuk penerangan alami sangat ditentukan oleh letak dan lebar jendela. Untuk memperoleh jumlah cahaya matahari pada pagi hari secara optimal sebaiknya jendela kamar tidur menghadap ke timur. Luas jendela yang baik paling sedikit mempunyai 10-20% dari luas lantai. Apabila luas jendela melebihi 20% dapat menimbulkan kesilauan dan panas, sedangkan sebaliknya kalau terlalu kecil dapat menimbulkan suasana gelap dan pengab.

b. Ventilasi (perhawaan)

Hawa segar diperlukan dalam rumah untuk mengganti udara yang sudah terpakai. Udara segar diperlukan untuk menjaga temperatur dan kelembaban udara dalam ruangan. Sebaiknya temperatur udara dalam ruangan harus lebih rendah paling sedikit  $4^{\circ}\text{C}$  dari temperatur udara luar untuk daerah tropis. Umumnya temperatur kamar  $22^{\circ}\text{C}$ - $3^{\circ}\text{C}$  sudah cukup segar. Untuk memperoleh kenyamanan udara seperti dimaksud diatas diperlukan adanya ventilasi yang baik. Ventilasi yang baik dalam ruangan harus memenuhi syarat lainnya, diantaranya

- a) Luas lubang ventilasi tetap, minimum 5% dari luas lantai ruangan
- b) Udara yang masuk harus udara yang bersih, tidak dicemari oleh asap dari sampah atau dari pabrik, dari kenalpot kendaraan, debu dan lain-lain
- c) Aliran udara jangan menyebabkan orang masuk angin. Untuk ini jangan menempatkan tempat tidur atau tempat duduk persis pada aliran udara misalnya di depan jendela pintu
- d) Aliran udara diusahakan *Cross Ventilatition* dengan menempatkan lubang hawa berhadapan antara dinding ruangan. Aliran udara ini jangan sampai terhalang oleh barang-barang besar misalnya lemari, dinding sekat dan lain-lain
- e) Kelembaban udara dijaga jangan dampai terlalu tinggi (menyebabkan kulit kering, bibir pecah-pecah dan hidung berdarah) dan jangan terlalu rendah (menyebabkan orang berkeringat)

Udara di alam bebas pada umumnya mempunyai komposisi yang terdiri dari unsur-unsur yang bermanfaat bagi kesehatan dan unsur-unsur yang kurang

bermanfaat bagi kesehatan. Kebutuhan minimum udara bersih bagi penghuni berdasarkan jenis dan kapasitas ruang berbeda satu sama lain seperti dikemukakan oleh para ahli WHO (1979).

**Tabel 1**  
**Standart Minimum Ventilasi**  
**Sebagai Patokan Pengukuran Ruang**

Jenis Ruang	Kapasitas Kubik (m <sup>3</sup> /Orang)	Kebutuhan Minimum Udara Bersih (m <sup>3</sup> /Jam/Orang)	Frekuensi Pergantian Udara (CMH)
Kamar tidur	8,5	20,5	2,5
Kamar keluarga	11,5	17,0	1,5
Dapur	14,5	12,0	0,75

*WHO Public Health Papers, 1979*

1) Penghawaan buatan

Pada suatu waktu diperlukan juga cara perhawaan buatan dengan menggunakan alat mekanik maupun elektrik.

1. Fan (kipas angin)
2. Exhauster
3. Conditioned (A.C)

2) Penghawaan alam

Penghawaan alam ini mengandalkan pergerakan udara bebas (angin), temperatur udara luar dan kelembabannya. Perhawaan alam paling banyak ditemui di daerah tropis hanya pada kondisi tertentu terpaksa menggunakan perhawaan buatan. Selain melalui jendela, pintu dan lubang hawa maka

perhawaan alam dapat diperoleh dari pergerakan udara sebagai hasil sifat poreus dinding ruangan, atap dan lantai.

c. Gangguan suara/kebisingan (*noise*).

Bunyi adalah sesuatu yang kita dengar, ia timbul karena adanya getaran-getaran. Kegaduhan merupakan suatu gangguan yang menyebabkan orang terganggu kesehatan baik langsung/spontan maupun jangka waktu relative lama (karena gangguannya kontinyu). Kegaduhan dapat didefinisikan sebagai suara yang mengganggu. Sifat mengganggu ini dirasakan karena :

1. Tidak teratur bunyinya
  2. Tidak terduga berbunyinya
  3. Karena keras bunyinya
  4. Monoton (berbunyi terus-menerus)
  5. Karena tidak diinginkan/tidak disukai atau tidak diperlukan
  6. Tempat dan waktu tidak tetap
- d. Cukup tempat bermain anak

Anak-anak perlu ruangan/tempat untuk bermain-main, sehingga mereka mempunyai kesempatan bergerak, bermain dengan leluasa di rumah agar pertumbuhan badannya akan lebih baik sehingga tidak akan bermain di rumah tetangga. Di jalan-an, dan ditempat-tempat lain yang dapat membahayakan.

## **2. Memenuhi Kebutuhan Psikologis**

Untuk memenuhi kebutuhan psikologis diantaranya adanya ruangan khusus untuk istirahat (ruang tidur) bagi masing-masing penghuni. Anak-anak berusia di bawah 2 tahun masih diperbolehkan satu kamar dengan orang tua. Anak-anak diatas

10 tahun laki-laki dan perempuan tidak boleh ditempatkan dalam satu kamar tidur. Anak-anak di atas 17 tahun sebaiknya mempunyai kamar tidur sendiri.

*Overcrowding* menimbulkan efek negatif terhadap kesehatan fisik, mental maupun moral. Penyebaran-penyebaran penyakit menular di rumah yang padat penghuninya cepat terjadi. Selain itu, di daerah yang seperti ini kesibukan dan kebisingan semakin meningkat baik individu, keluarga maupun keseluruhan masyarakat di sekitarnya. Selain daripada itu ketenangan dan kerahasiaan (*privacy*) setiap individu tidak akan terjamin lagi dan akan mengakibatkan akses-akses menurunnya moral.

### **3. Pencegahan Penularan Penyakit**

Kebutuhan rumah sebagai tempat tinggal harus memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi penularan penyakit bagi penghuninya.

#### **a. Penyediaan air**

- 1) Mempunyai sumur sendiri yang mempengaruhi syarat kesehatan. Tidak tercemar oleh air dari WC atau limbah, air yang diminum hendaknya harus dimasak.
- 2) Sistem perpipaan tidak boleh sampai bocor sehingga tidak terjadi *Cross Connection* (tersedotnya air dari luar pipa) dan tercemar oleh air dari tempat lain.

#### **b. Bebas dari kehidupan serangga dan tikus**

- 1) Hindari adanya kehidupan serangga (lalat dan kecoa), dengan cara menjaga kebersihan dan kesehatan lingkungan di dalam dan di luar rumah.

- 2) Hindari adanya kehidupan tikus yaitu dengan cara/usaha kebersihan dan kesehatan lingkungan, melalui penangkapan/pembunuhan dengan suatu alat tertentu (perangkap tikus).

c. Pembuangan sampah

Sampah harus dibedakan jenisnya, yaitu sampah basah, sampah kering dan sampah sukar busuk (kaleng, kaca, paku dan lain-lain).

- 1) Sampah kering, bila halaman cukup sebaiknya dibakar, sedangkan sampah basah (daun-daunan, sayuran, sisa daging/ikan) sebaiknya dipendam dalam tanah. Sampah sukar busuk sebaiknya dipendam atau di taruh pada tempat khusus.
- 2) Sebaiknya membuat tempat sampah juga dapat berfungsi sebagai insinerator sederhana. Sampah jangan di buang ddi tempat terbuka selama lebih dari 24 jam karena akan di datangi lalat dan tikus untuk bersarang, juga jangan berserakan.
- 3) Jika halaman sempit, sebaiknya diusahakan pembuangannya dilakukan, swadaya masing-masing yang dikoordinir oleh petugas.

d. Pembuangan air limbah

- 1) Air dari dapur, kamar mandi dan tempat cuci dialirkan keparit. Usahakan agar tetap mengalir atau menyerap dalam tanah. Bisa dibuang ke dalam sumur peresapan jangan sampai menggenang dan membusuk
- 2) Jangan membuang kotoran (tinja) ke dalam air limbah. Air limbah jangan dibuang ke kolong rumah karena akan mengganggu (dari segi baunya) juga dapat menyebabkan banyak nyamuk dan lalat, situasi rumah menjadi lembab sehingga penghuni rumah menjadi sakit, sewaktu-waktu dapat timbul gas beracun (H<sub>2</sub>S, methan) yang mudah meledak atau terbakar. Air limbah jangan sampai mengotori sumber air.

e. Pembuangan tinja

Usahakan setiap rumah mempunyai jamban sendiri, selalu dibersihkan dan tidak berbau (konstruksi leher angsa). Jarak cukup jauh dari sumber air dan letaknya di bagian hilir air tanah.

**4. Mencegah Terjadinya Kecelakaan**

Rumah yang sehat harus dapat mencegah atau mengurangi kecelakaan termasuk jatuh, keruntuhan atau roboh, terkena benda tajam (teriris), keracunan dan kebakaran.