

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pasar

1. Definisi Pasar

Menurut Peraturan Menteri Perdagangan Republik Indonesia Nomor 21 Tahun 2021, pasar merupakan tempat usaha yang ditata, dibangun, dan dikelola oleh pemerintah, pemerintah daerah, swasta, Badan Usaha Milik Negara (BUMN), dan/atau Badan Usaha Milik Daerah (BUMD), dapat berupa toko, kios, los dan tenda yang memiliki/dikelola oleh pedagang kecil dan menengah, swadaya masyarakat, atau koperasi serta UMKM dengan proses jual beli barang melalui tawar menawar.

Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 17 Tahun 2020 tentang pasar sehat. Pasar Sehat adalah kondisi Pasar yang bersih, aman, nyaman, dan sehat melalui pemenuhan Standar Baku Mutu Kesehatan Lingkungan, Persyaratan Kesehatan, serta sarana dan prasarana penunjang dengan mengutamakan kemandirian komunitas pasar. Pasar Sehat adalah salah satu upaya strategis untuk melindungi masyarakat dari resiko penularan penyakit dan gangguan kesehatan yang kemungkinan berasal dari pangan dan bahan berbahaya lainnya. Untuk meningkatkan kesadaran akan tingginya risiko keamanan pangan dan bahan berbahaya lainnya dengan meningkatkan keamanan pangan sejak produksi hingga konsumsi, termasuk keamanan pangan dari bahan-bahan yang berbahaya, serta melakukan peningkatan dalam pengetahuan dan perilaku hidup bersih dan sehat dari produsen, pemasok, pedagang, dan konsumen.

2. Jenis Pasar

Peraturan Pemerintah Republik Indonesia No. 21 Tahun 2021 tentang Penyelenggaraan Pasar Rakyat. Jenis pasar dalam pengelolaan dan pembinaan pasar rakyat terdiri atas :

a. Pasar Rakyat

Pasar rakyat adalah pasar yang menyelenggarakan kegiatan perdagangan barang dan/atau jasa secara langsung antara pedagang dan konsumen dengan menggunakan sistem transaksi jual beli secara langsung atau tatap muka.

b. Pasar Pusat Perbelanjaan

Pasar pusat perbelanjaan merupakan jenis pasar yang menyelenggarakan kegiatan perdagangan barang dan/atau jasa dalam bentuk lebih modern, seperti supermarket, mall, atau hypermarket, dengan fasilitas yang lebih lengkap.

c. Pasar Modern

Pasar modern merujuk pada pasar yang memiliki sistem operasional yang lebih maju, dan sering kali beroperasi dengan menggunakan teknologi dan fasilitas canggih seperti minimarket atau toko-toko dengan sistem self-service.

3. Klasifikasi Pasar

Berdasarkan Peraturan Menteri Perdagangan RI No 21 Tahun 2021 tentang Pedoman Pembangunan dan Pengelolaan Sarana Perdagangan, Pasar Rakyat diklasifikasikan kedalam 4 tipe yaitu :

- a. Pasar Rakyat tipe A Pasar Rakyat tipe A merupakan pasar dengan operasional pasar harian, jumlah kapasitas pedagang paling sedikit 400 orang dan luas lahan paling sedikit 5.000 m² .
- b. Pasar Rakyat tipe B Pasar Rakyat tipe B merupakan pasar dengan operasional paling sedikit 3 hari dalam seminggu, jumlah kapasitas pedagang paling sedikit 275 orang dan luas lahan paling sedikit 4.000 m².
- c. Pasar Rakyat tipe C Pasar Rakyat tipe C merupakan pasar dengan operasional paling sedikit 2 kali dalam seminggu, jumlah kapasitas pedagang paling sedikit 3.000 m².
- d. Pasar Rakyat tipe D Pasar Rakyat tipe D merupakan pasar dengan operasional paling sedikit 1 kali dalam seminggu, jumlah kapasitas pedagang paling sedikit 100 orang dan luas lahan paling sedikit 2.000 m².

B. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

1. Definisi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

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 dirinya sendiri (mandiri) di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat (Sondakh et al., 2016). Dengan demikian, PHBS mencakup beratus-ratus bahkan mungkin beribu-ribu perilaku yang harus dipraktikkan dalam rangka mencapai derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya (Peraturan Menteri Kesehatan, 2011).

Perilaku hidup bersih sehat adalah upaya untuk memberikan

pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat, dengan membuka jalur komunikasi, memberikan informasi dan melakukan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku melalui pendekatan pimpinan (advokasi), bina suasana (social support) dan pemberdayaan masyarakat (empowerment). Masyarakat dapat mengenali dan mengatasi masalahnya sendiri, dan dapat menerapkan cara-cara hidup sehat dengan menjaga, memelihara dan meningkatkan kesehatannya (Gani, 2013).

Pelaksanaan program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dikelompokkan menjadi 5 tatanan yaitu PHBS di Sekolah, PHBS di Rumah Tangga, PHBS di Institusi Kesehatan, PHBS di Tempat- tempat umum dan PHBS di Tempat Kerja.

2. Tujuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

Tujuan utama dari gerakan PHBS adalah meningkatkan kualitas kesehatan melalui proses penyadartahuan yang menjadi awal dari kontribusi individu – individu dalam menjalani perilaku 6 kehidupan sehari – hari yang bersih dan sehat. Manfaat PHBS yang paling utama adalah terciptanya masyarakat yang sadar kesehatan dan memiliki bekal pengetahuan dan kesadaran untuk menjalani perilaku hidup yang menjaga kebersihan dan memenuhi standar kesehatan (Kemenkes RI, 2016).

3. Konsep Dasar Teori Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

Perilaku hidup bersih sehat (PHBS) adalah upaya untuk memberikan pengalaman belajar untuk menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, keluarga, kelompok, dan masyarakat dengan membuka jalur komunikasi,

memberikan informasi dan melakukan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku melalui pendekatan pimpinan (advocacy), bina suasana (social support), dan pemberdayaan masyarakat (empowerment). Masyarakat dapat mengenali dan mengatasi masalahnya sendiri dan dapat menerapkan cara-cara hidup sehat dengan menjaga, memelihara, dan meningkatkan kesehatannya (Notoatmodjo, 2012). Menyadari bahwa perilaku adalah sesuatu yang rumit. Perilaku tidak hanya menyangkut dimensi kultural yang berupa sistem nilai dan norma, melainkan juga dimensi ekonomi, yaitu hal-hal yang mendukung perilaku, maka promosi kesehatan dan PHBS diharapkan dapat melaksanakan strategi yang bersifat paripurna (komprehensif), khususnya dalam menciptakan perilaku baru (Nurhajati, 2015).

4. Sasaran Pembinaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat

Pembinaan PHBS adalah upaya untuk menciptakan dan melestarikan perilaku hidup yang berorientasi kepada kebersihan dan kesehatan di masyarakat, agar masyarakat dapat mandiri dalam mencecah dan menanggulangi masalah-masalah kesehatan yang dihadapinya. Oleh karena itu, pembinaan PHBS dilaksanakan melalui penyelenggaraan Promosi Kesehatan, yaitu upaya untuk membantu individu, keluarga, kelompok dan masyarakat agar tahu, mau dan mampu mempraktikkan PHBS, melalui proses pembelajaran dalam mencegah dan menanggulangi masalah-masalah kesehatan yang dihadapi, sesuai sosial budaya setempat serta didukung oleh kebijakan publik yang berwawasan kesehatan (Peraturan Menteri Kesehatan, 2011).

Pembinaan PHBS juga merupakan bagian dari Pengembangan Desa dan Kelurahan Siaga Aktif. Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 1529/Menkes/SK/X/2010 tentang Pedoman Umum Pengembangan Desa dan Kelurahan Siaga Aktif menyatakan bahwa masyarakat di Desa atau Kelurahan Siaga Aktif wajib melaksanakan PHBS. Dengan demikian, maka salah satu kriteria dalam rangka pentahapan pengembangan Desa dan Kelurahan Siaga Aktif adalah persentase rumah tangga di desa atau kelurahan yang mendapat pembinaan PHBS (Peraturan Menteri Kesehatan, 2011).

Karena di masing-masing tatanan dijumpai masyarakat (yaitu masyarakat tatanan yang bersangkutan), maka di masing-masing tatanan juga terdapat berbagai peran. Dengan demikian di masing-masing tatanan dapat dijumpai tiga kelompok besar sasaran pembinaan PHBS, yaitu sasaran primer, sasaran sekunder dan sasaran tersier. Sasaran primer berupa sasaran langsung, yaitu individu anggota masyarakat, kelompok-kelompok dalam masyarakat dan masyarakat secara keseluruhan, yang diharapkan untuk mempraktikkan PHBS (Peraturan Menteri Kesehatan, 2011). Sasaran sekunder adalah mereka yang memiliki pengaruh terhadap sasaran primer dalam pengambilan keputusannya untuk mempraktikkan PHBS. Termasuk di sini adalah para pemuka masyarakat atau tokoh masyarakat, yang umumnya menjadi panutan sasaran primer. Terdapat berbagai jenis tokoh masyarakat, seperti misalnya tokoh atau pemuka adat, tokoh atau pemuka agama, tokoh politik, tokoh pertanian, tokoh pendidikan, tokoh bisnis, tokoh pemuda, tokoh remaja, tokoh wanita, tokoh kesehatan dan lain-lain. Pemuka atau tokoh adalah seseorang

yang memiliki kelebihan di antara orang-orang lain dalam suatu kelompok atau dalam masyarakat. Ia akan menjadi panutan bagi kelompoknya atau bagi masyarakat karena ia merupakan figur yang menonjol. Di samping itu, ia dapat mengubah sistem nilai dan norma masyarakat secara bertahap, dengan terlebih dulu menrubah sistem nilai dan norma yang berlaku dalam kelompoknya (Peraturan Menteri Kesehatan, 2011). Sedangkan sasaran tersier adalah mereka yang berada dalam posisi pengambilan keputusan formal, sehingga dapat memberikan dukungan, baik berupa kebijakan/pengaturan dan atau sumber daya dalam proses pembinaan PHBS terhadap sasaran primer. Mereka sering juga disebut sebagai tokoh masyarakat formal, yakni orang yang memiliki posisi menentukan dalam struktur formal di masyarakatnya (disebut juga penentu kebijakan). Dengan posisinya itu, mereka juga memiliki kemampuan untuk mengubah sistem nilai dan norma masyarakat melalui pemberlakuan kebijakan/pengaturan, di samping menyediakan sarana yang diperlukan. (Peraturan Menteri Kesehatan, 2011).

5. Strategi Pembinaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat

Menyadari rumitnya hakikat dari perilaku, maka perlu dilaksanakan strategi Promosi Kesehatan untuk pembinaan PHBS yang bersifat menyeluruh. Mengacu pada Piagam Ottawa (*Ottawa Charter*) yang merupakan hasil dari Konferensi Internasional Promosi Kesehatan Pertama di Ottawa (Kanada), tiga strategi pokok yang harus dilaksanakan dalam promosi kesehatan adalah :

- a. Advokasi,
- b. Bina suasana, dan
- c. Pemberdayaan.

Ketiga strategi tersebut dilaksanakan dalam bentuk tindakan-tindakan (aksi-aksi) sebagai berikut :

- 1) Mengembangkan kebijakan yang berwawasan kesehatan (*healthy public policy*), yaitu mengupayakan sektor di setiap tingkatan administrasi menetapkan kebijakan dengan mempertimbangkan dampaknya terhadap kesehatan masyarakat
- 2) Menciptakan lingkungan yang mendukung (*supportive environment*), yaitu mengupayakan agar setiap sector dalam melaksanakan kegiatannya mengarah kepada terwujudnya lingkungan sehat (fisik dan non fisik)
- 3) Memperkuat gerakan masyarakat (*community action*), yaitu memberikan dukungan terhadap kegiatan masyarakat agar lebih berdaya dalam menngendalikan faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan
- 4) Mengembangkan kemampuan individu (*personal skills*), yaitu mengupayakan agar setiap individu masyarakat tahu, mau dan mampu membuat keputusan yang efektif dalam upaya memelihara, meningkatkan, serta mewujudkan kesehatannya, melalui pemberian informasi, serta pendidikan dan pelatihan yang memadai
- 5) Menata kembali arah pelayanan kesehatan (*reorient health services*), yaitu mengubah pola pikir serta sistem pelayanan kesehatan masyarakat agar lebih mengutamakan aspek promotif dan preventif, tanpa mengesampingkan aspek kuratif dan rehabilitative (Peraturan Menteri Kesehatan, 2011).

6. Manfaat Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat

Keluarga yang melakukan PHBS maka setiap rumah tangga akan meningkat kesehatannya dan tidak mudah sakit. Rumah tangga yang sehat

dapat meningkatkan produktivitas kerja anggota keluarga, dengan meningkatkan kesehatan anggota rumah tangga maka biaya yang tadinya dialokasikan untuk kesehatan dapat dialihkan untuk biaya investasi seperti biaya pendidikan dan usaha lain yang dapat meningkatkan kesejahteraan anggota rumah tangga. Salah satu indikator menilai keberhasilan pemerintah Daerah Kabupaten/Kota dibidang kesehatan adalah pelaksanaan PHBS. PHBS juga bermanfaat untuk meningkatkan citra pemerintah daerah dalam bidang kesehatan, sehingga dapat menjadi percontohan rumah tangga sehat bagi daerah lain (Proverawati and Rahmawati, 2012).

7. Tatanan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

Adapun tatanan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat sebagai berikut :

a. PHBS Di Sekolah

Sekolah menempati kedudukan strategis dalam upaya promosi kesehatan, karena sebagian besar anak-anak usia 5-19 tahun terpajan dengan lembaga pendidikan dalam jangka waktu yang lama (taman kanak-kanak sampai sekolah lanjutan atas) dan sekolah mendukung pertumbuhan dan perkembangan alamiah seorang anak (Raharjo and Indarjo 2014). PHBS dalam tatanan institusi pendidikan adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat (Raharjo and Indarjo 2014). Di institusi pendidikan (kampus, sekolah, pesantren, seminari, padepokan dan lain-lain), sasaran primer harus mempraktikkan perilaku yang dapat menciptakan Institusi

Pendidikan BerPHBS, yang mencakup antara lain mencuci tangan menggunakan sabun, mengkonsumsi makanan dan minuman sehat, menggunakan jamban sehat, membuang sampah di tempat sampah, tidak merokok, tidak mengonsumsi Narkotika, Alkohol, Psikotropika dan Zat Adiktif lainnya (NAPZA), tidak meludah sembarangan tempat, memberantas jentik nyamuk dan lain-lain (Peraturan Menteri Kesehatan, 2011). PHBS di sekolah merupakan kegiatan memberdayakan siswa, guru dan masyarakat lingkungan sekolah untuk mau melakukan pola hidup sehat untuk menciptakan sekolah sehat. Manfaat PHBS di sekolah mampu menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat, meningkatkan proses belajar mengajar dan para siswa, guru hingga masyarakat lingkungan sekolah menjadi sehat (Kemenkes RI, 2016). PHBS di sekolah merupakan tatanan awal untuk menciptakan sumber daya manusia yang sehat dan berkualitas untuk kemajuan bangsa dan Negara (Lubis et al., 2013). Pendidikan kesehatan di sekolah sangat efektif dilakukan karena sebagian besar waktu anak-anak berada di sekolah. Selain berfungsi sebagai tempat pembelajaran, sekolah harus menjadi suatu tempat yang dapat meningkatkan derajat kesehatan peserta didik dengan meningkatkan PHBS serta menciptakan lingkungan yang sehat (Sondakh et al., 2016). PHBS di sekolah merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat (Sondakh et al., 2016). Pada tatanan sekolah terdapat 8 indikator untuk PHBS yaitu: jajan di kantin sekolah, mencuci tangan dengan

air bersih yang mengalir dan sabun, menggunakan jamban sehat, mengikuti kegiatan olahraga dan aktifitas fisik di sekolah, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap bulan, serta membuang sampah pada tempatnya (Sondakh et al., 2016). PHBS sekolah terdiri dari beberapa indikator yaitu mencuci tangan dengan air yg mengalir dan memakai sabun, mengonsumsi jajanan di warung atau kantin sekolah, menggunakan jamban yang bersih & sehat, olahraga yang teratur dan terukur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap bulan, dan membuang sampah pada tempatnya (Raharjo and Indarjo 2014). PHBS di Sekolah adalah upaya untuk memberdayakan siswa, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah agar tahu, mau, dan mampu mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat serta berperan aktif dalam mewujudkan Sekolah Sehat (Gomo et al., 2013).

b. PHBS di lingkungan Keluarga

Keluarga merupakan suatu sistem. Sebagai sistem keluarga mempunyai anggota yaitu: ayah, ibu dan anak atau semua individu yang tinggal di dalam suatu rumah tangga tersebut. Anggota keluarga tersebut saling berinteraksi dan interdependensi (saling ketergantungan) untuk mencapai tujuan bersama. Keluarga merupakan sistem terbuka sehingga dapat dipengaruhi oleh supra sistemnya, yaitu lingkungan (masyarakat) dan dapat mempengaruhi masyarakat (supra sistem) (Muwarni, 2007). PHBS pada tatanan rumah tangga mempunyai 10 indikator yang telah ditetapkan (Peraturan Menteri Kesehatan, 2011). Sumber informasi bisa mempengaruhi seseorang dalam menerapkan PHBS. Informasi yang diberikan akan membuat seseorang mampu membuat

keputusan dan menimbulkan kesadaran diri untuk mengubah kebiasaan dari berperilaku tidak sehat menjadi berperilaku hidup sehat. PHBS dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari pada lingkungan sekitar, seperti lingkungan rumah tangga, sekolah, dan tempat kerja. PHBS pada tatanan rumah tangga merupakan bentuk perwujudan paradigma sehat dalam budaya hidup perorangan dan keluarga, yang bertujuan untuk meningkatkan, memelihara dan melindungi kesehatannya. Menerapkan PHBS pada lingkungan maupun pada keluarga akan menciptakan lingkungan yang bersih dan keluarga yang sehat, tapi masih banyak masalah PHBS yang belum diterapkan dengan benar hal itu bisa dilihat dari lingkungan yang kurang bersih, sampah berserakan, jamban dan sumber air yang kurang sehat (Carolina et al., 2016). Di rumah tangga, sasaran primer harus mempraktikkan perilaku yang dapat menciptakan Rumah Tangga Ber-PHBS, yang mencakup persalinan ditolong oleh tenaga kesehatan, memberi bayi ASI eksklusif, menimbang balita setiap bulan, menggunakan air bersih, mencuci tangan dengan air bersih dan sabun, pengelolaan air minum dan makan di rumah tangga, menggunakan jamban sehat (Stop Buang Air Besar Sembarangan/Stop BABS), pengelolaan limbah cair di rumah tangga, membuang sampah di tempat sampah, memberantas jentik nyamuk, makan buah dan sayur setiap hari. Melakukan aktivitas fisik setiap hari, tidak merokok di dalam rumah dan lain-lain (Peraturan Menteri Kesehatan, 2011). Menerapkan PHBS di rumah tangga tentu akan menciptakan keluarga sehat dan mampu meminimalisir masalah kesehatan. Manfaat PHBS di rumah tangga antara lain, setiap anggota keluarga mampu meningkatkan kesejahteraan dan tidak mudah terkena

penyakit, rumah tangga sehat mampu meningkatkan produktivitas anggota rumah tangga dan manfaat PHBS rumah tangga selanjutnya adalah anggota keluarga terbiasa untuk menerapkan pola hidup sehat dan anak dapat tumbuh sehat dan tercukupi gizi (Kemenkes RI, 2016). Terdapat beberapa indikator PHBS pada tingkatan rumah tangga yang dapat dijadikan acuan untuk mengenali keberhasilan dari praktik PHBS pada tingkatan rumah tangga. Berikut ini 10 (sepuluh) indikator PHBS pada tingkatan rumah tangga :

1) Persalinan yang ditolong oleh tenaga kesehatan.

Persalinan yang mendapat pertolongan dari pihak tenaga kesehatan baik itu dokter, bidan ataupun paramedis memiliki standar dalam penggunaan peralatan yang bersih, steril dan juga aman. Langkah tersebut dapat mencegah infeksi dan bahaya lain yang beresiko bagi keselamatan ibu dan bayi yang dilahirkan.

2) Pemberian ASI eksklusif

Kesadaran mengenai pentingnya ASI bagi anak di usia 0 hingga 6 bulan menjadi bagian penting dari indikator keberhasilan praktek PHBS pada tingkat rumah tangga.

3) Menimbang bayi dan balita secara berkala

Praktek tersebut dapat memudahkan pemantauan pertumbuhan bayi. Penimbangan dapat dilakukan di Posyandu sejak bayi berusia 1 bulan hingga 5 tahun. Posyandu dapat menjadi tempat memantau pertumbuhan anak dan menyediakan kelengkapan imunisasi. Penimbangan secara teratur juga dapat memudahkan deteksi dini kasus gizi buruk.

4) Cuci tangan dengan sabun dan air bersih

Praktek ini merupakan langkah yang berkaitan dengan kebersihan diri sekaligus langkah pencegahan penularan berbagai jenis penyakit berkat tangan yang bersih dan bebas dari kuman.

5) Menggunakan air bersih

Air bersih merupakan kebutuhan dasar untuk menjalani hidup sehat.

6) Menggunakan jamban sehat

Jamban merupakan infrastruktur sanitasi penting yang berkaitan dengan unit pembuangan kotoran dan air untuk keperluan pembersihan.

7) Memberantas jentik nyamuk

Nyamuk merupakan vektor berbagai jenis penyakit dan memutus siklus hidup makhluk tersebut menjadi bagian penting dalam pencegahan berbagai penyakit.

8) Konsumsi buah dan sayur

Buah dan sayur dapat memenuhi kebutuhan vitamin dan mineral serta serat yang dibutuhkan tubuh untuk tumbuh optimal dan sehat.

9) Melakukan aktivitas fisik setiap hari

Aktivitas fisik dapat berupa kegiatan olahraga ataupun aktivitas bekerja yang melibatkan gerakan dan keluarnya tenaga.

10) Tidak merokok di dalam rumah

Perokok aktif dapat menjadi sumber berbagai penyakit dan masalah kesehatan bagi perokok pasif. Berhenti merokok atau setidaknya tidak merokok di dalam rumah dapat menghindarkan keluarga dari berbagai masalah kesehatan (Kemenkes RI, 2016).

c. PHBS di fasilitas pelayanan kesehatan

Di fasilitas pelayanan kesehatan (klinik, Puskesmas, rumah sakit dan lain-lain), sasaran primer harus mempraktikkan perilaku yang dapat menciptakan Fasilitas pelayanan kesehatan Ber-PHBS, yang mencakup mencuci tangan dengan sabun, menggunakan jamban sehat, membuang sampah di tempat sampah, tidak merokok, tidak mengonsumsi NAPZA, tidak meludah di sembarang tempat, memberantas jentik nyamuk dan lain-lain (Peraturan Menteri Kesehatan, 2011).

d. PHBS di tempat umum

PHBS meningkatkan kualitas kesehatan seseorang. PHBS dapat kita laksanakan dimana saja, seperti : pada tatanan rumah tangga, tatanan pendidikan, tatanan tempat kerja maupun pada tatanan tempat - tempat umum. PHBS pada tatanan tempat - tempat umum adalah upaya membudayakan perilaku hidup bersih dan sehat masyarakat di tempat - tempat umum untuk mengenali masalah dan tingkat kesehatannya, serta mampu mengatasi, memelihara, meningkatkan dan melindungi kesehatannya sendiri. (Dinkes , 2021). PHBS di tempat umum memiliki tujuan untuk membentuk, merevitalisasi, dan mengembangkan kapasitas pengelola, agar dapat menjadi panutan pengunjung didukung dengan pemberian dukungan kebijakan/pengaturan dan penyediaan sarana agar PHBS tempat umum dapat dilakukan (Peraturan Menteri Kesehatan, 2011). Upaya pemberdayaan PHBS dilakukan pada pengunjung dan pengelola agar tahu, mau, dan mampu untuk mempraktikkan PHBS serta aktif dalam perwujudan tempat umum sehat (Dinkes , 2020). Di tempat umum (tempat ibadah, pasar, pertokoan, terminal, dermaga dan lain-lain), sasaran primer harus mempraktikkan perilaku yang

dapat menciptakan Tempat Umum Ber-PHBS, yang mencakup mencuci tangan dengan sabun, menggunakan jamban sehat, membuang sampah di tempat sampah, tidak merokok, tidak mengonsumsi NAPZA, tidak meludah di sembarang tempat, memberantas jentik nyamuk dan lain-lain (Peraturan Menteri Kesehatan, 2011). Tempat-tempat umum secara lebih rinci meliputi sarana pariwisata, transportasi, sarana ibadah, sarana perdagangan dan olahraga, rekreasi dan sarana sosial lain. Komponen dalam PHBS khususnya pada tatanan tempat umum di pasar tradisional memiliki delapan indikator, meliputi:

- 1) Penyediaan Air Bersih
- 2) Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun
- 3) Jamban Sehat
- 4) Perilaku Membuang Sampah pada Tempatnya
- 5) Tidak Merokok di Tempat Umum
- 6) Menutup Makanan dan Minuman
- 7) Larangan Meludah Sembarangan
- 8) Upaya Pemberantasan Jentik Nyamuk

Kondisi lingkungan yang buruk dan perilaku yang tidak sehat di tempat umum dapat menimbulkan berbagai penyakit. Dalam upaya pencegahan risiko tersebut perlu upaya perlindungan diri dari berbagai ancaman penyakit individu (Chandra, 2007).

e. PHBS di masyarakat

Manfaat PHBS di masyarakat adalah masyarakat mampu menciptakan lingkungan yang sehat, mencegah penyebaran penyakit, masyarakat memanfaatkan pelayanan fasilitas kesehatan dan mampu mengembangkan

kesehatan yang bersumber dari masyarakat (Kemenkes RI, 2016).

f. PHBS di lingkungan kerja

PHBS, menjaga sanitasi lingkungan, makanan dan CTPS (cuci tangan pakai sabun) di Indonesia mengacu pada berbagai tatanan, beberapa tatanan tersebut antara lain ditatanan rumah tangga, instansi pendidikan, tempat kerja, tempat umum dan sarana kesehatan. Setiap tatanan memiliki beberapa point indikator perilaku yang harus diterapkan. Apabila penerapan PHBS, sanitasi lingkungan, makan serta CTPS dilakukan dengan baik maka upaya pemeliharaan kesehatan telah dilakukan dengan baik pula. Hal sebaliknya akan terjadi apabila penerapan PHBS, sanitasi lingkungan, makanan, dan CTPS tidak dilakukan dengan baik maka akan timbul berbagai masalah kesehatan (Palilu, 2015). Penerapan PHBS di lingkungan tempat kerja merupakan salah satu upaya strategis untuk menggerakkan dan memberdayakan para karyawan/pegawai untuk hidup bersih dan sehat dalam hal ini di Kantor Dinas Kesehatan. Kantor Dinas Kesehatan merupakan merupakan suatu wadah atau organisasi tatalaksana yang melaksanakan kegiatan administratif di mana Dinas kesehatan adalah unsur pelaksana otonomi daerah yang menyelenggarakan urusan Pemerintah Daerah di bidang Kesehatan (Palilu, 2015). Di tempat kerja (kantor, pabrik dan lain-lain), sasaran primer harus mempraktikkan perilaku yang dapat menciptakan Tempat Kerja Ber-PHBS, yang mencakup mencuci tangan dengan sabun, mengonsumsi makanan dan minuman sehat, menggunakan jamban sehat, membuang sampah di tempat sampah, tidak merokok, tidak mengonsumsi NAPZA, tidak meludah sembarang tempat, memberantas jentk nyamuk dan lain-lain (Peraturan

Menteri Kesehatan, 2011). PHBS di tempat kerja ialah upaya untuk memberdayakan para pekerja agar tahu, mau dan mampu mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat serta berperan aktif dalam mewujudkan Tempat Kerja Sehat. Manfaat dari pelaksanaan PHBS di tempat kerja yaitu dapat mengurangi angka penyakit akibat kerja, prevalensi penyakit menular dan tidak menular serta mengurangi angka kecelakaan kerja. Gambaran kesehatan di Indonesia sendiri terkait indikator-indikator Perilaku Bersih

8. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi PHBS

Terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi. Lawrence Green dalam Notoatmodjo (2012) membedakan adanya dua determinan masalah kesehatan yaitu faktor perilaku (*behavioral factors*) dan faktor non perilaku (*non behavioral*). Green menjelaskan bahwa faktor perilaku ditentukan oleh tiga faktor utama :

a. Faktor Pemudah (*predisposing factor*)

Faktor ini mencakup pengetahuan dan sikap anak-anak terhadap perilaku hidup bersih dan sehat sehingga faktor ini menjadi pemicu atau antesedan terhadap perilaku yang menjadi dasar atau motivasi bagi tindakannya akibat tradisi atau kebiasaan, kepercayaan, tingkat pendidikan dan tingkat sosial ekonomi, seperti pengetahuan, sikap, keyakinan dan nilai yang dimiliki seseorang yang tidak merokok.

b. Faktor Pemungkin (*enabling factor*)

Faktor ini merupakan pemicu terhadap perilaku yang memungkinkan suatu motivasi atau tindakan terlaksana. Faktor ini mencakup ketersediaan sarana dan prasarana atau fasilitas kesehatan bagi anak-anaknya seperti air

bersih, tempat pembuangan sampah, ketersediaan jamban, dan makanan yang bergizi. Fasilitas ini pada hakikatnya mendukung atau memungkinkan terwujudnya perilaku hidup bersih dan sehat.

c. Faktor Penguat (*reinforcing factor*)

Faktor ini merupakan faktor yang menentukan apakah tindakan kesehatan memperoleh dukungan atau tidak. Faktor ini terwujud dalam bentuk sikap dan perilaku pengasuh anak-anak atau orangtua yang merupakan tokoh yang dipercaya atau dipanuti oleh anak-anak seperti pengasuh anak-anak memberikan keteladanan dengan melakukan mencuci tangan sebelum makan, atau selalu meminum air yang sudah dimasak. Maka hal ini akan menjadi penguat untuk perilaku hidup bersih dan sehat bagi anak-anak.

C. Higiene Sanitasi Makanan

1. Pengertian Higiene Sanitasi Makanan

Sesuai Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 942/Menkes/SK/VII/2003, Higiene adalah ilmu yang berhubungan dengan masalah kesehatan, serta berbagai usaha untuk mempertahankan atau memperbaiki kesehatan. Higiene juga mencakup upaya perawatan kesehatan diri, termasuk ketepatan sikap tubuh. Upaya hygiene mencakup perlunya perlindungan bagi pekerja yang terlibat dalam pengolahan makanan agar terhindar dari sakit, baik sakit yang terjadi pada umumnya, serta sakit yang disebabkan oleh kecelakaan kerja. Higiene sanitasi makanan adalah upaya untuk mengendalikan faktor makanan, orang, tempat dan perlengkapannya yang dapat atau mungkin dapat menimbulkan penyakit atau gangguan. Hygiene Makanan dan Minuman adalah suatu usaha untuk menjaga dan

memelihara kebersihan makanan dan minuman yang dikonsumsi oleh manusia (Fadila, 2019).

2. Personal Hygiene

a. Pengertian Personal Hygiene

Personal hygiene berasal dari bahasa Yunani, yaitu personal yang artinya perorangan dan hygiene berarti sehat. Kebersihan perorangan adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis (W.Trianti,2017) *Personal Hygiene* merupakan perawatan diri sendiri yang dilakukan untuk memelihara kesehatan perorangan untuk meningkatkan atau memelihara kesehatan manusia sehingga dapat menjauhkan dari gangguan penyakit.

1) Macam-macam Personal Hygiene

Adapun prinsip personal hygiene dapat meliputi beberapa hal, yaitu:

a) Kulit

Kulit merupakan pelindung bagi tubuh dan jaringan dibawahnya. Kulit Umumnya, kulit dibersihkan dengan cara mandi, agar kulit tidak kering dan kasar dan sehabis mandi menggunakan pelembab agar mencegah hilangnya kelembaban dan menghaluskan kulit. Dalam memilih dan memakai sabun, make up, dedoran, dan shampoo hendaknya memilih produk yang tidak menimbulkan rasa perih iritasi pada kulit.

b) Kuku

Kuku merupakan pelengkapan kulit. Kuku terdiri atas jaringan epitel. Badan kuku adalah bagian yang tampak disebelah luar, sedangkan akarnya terletak didalam lekuk tempat kuku tumbuh dan mendapat makanan.

c) Rambut

Rambut merupakan struktur kulit. Rambut terdiri dari atas tangkai rambut yang tumbuh melalui dermis dan menembus permukaan kulit, serta kantung rambut yang teretak didalam dermis. Rambut sehat terlihat mengkilap, tidak berminyak, tidak kering, atau mudah patah. Pertumbuhan rambut bergantung pada keadaan umum tubuh.

d) Mulut

Mulut merupakan bagian pertama dari sistem pencernaan dan merupakan bagian tambahan dari sistem pernafasan. Dalam rongga mulut terdapat gigi dan lidah yang berperan penting dalam proses pencernaan awal. Mulut merupakan rongga yang tidak bersih dan penuh bakteri, karenanya harus selalu dibersihkan

e) Gigi

Gigi adalah suatu bagian untuk mengunyah. Kerusakan gigi dapat disebabkan karena makanan manis, menggigit benda keras, serta kurang perawatan dalam menggosok gigi. Salah tujuan dalam perawatan gigi, rajin menggosok gigi minimal 2 kali dalam sehari. Cara-cara merawat gigi adalah sebagai berikut tidak makan makanan terlalu manis dan asam, tidak menggunakan gigi untuk menggigit dan mencongkel benda keras tutup botol, menyikat gigi sesudah makan dan khususnya sebelum tidur dan memeriksa kan gigi secara teratur setiap enam bulan sekali

f) Mata

Tujuan menjaga kebersihan mata adalah untuk mempertahankan kesehatan mata dan mencegah infeksi. Mata yang sehat akan tampak jernih dan

bersih dari kotoran. Kotoran mata dapat menempel pada bulu mata dan sudut mata.

g) Hidung

Hidung alat penciuman yang berfungsi dapat membedakan bau. Dimana hidung perlu dalam perawatan agar tidak mengganggu jalannya oksigen ke paru-paru.

h) Telinga

Telinga alat pendengaran yang berfungsi untuk mendengar. Telinga juga harus dirawat agar pendengaran seseorang tidak terganggu. Terutama pada telinga bagian dalam.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Hygiene dan Sanitasi Makanan

Faktor yang mempengaruhi higiene dan sanitasi makanan merupakan hal yang dapat berpengaruh terhadap kualitas makanan. Faktor-faktor higiene sanitasi makanan meliputi (Kahlasi, 2019) :

a. Faktor Makanan

Hal-hal yang perlu diperhatikan pada faktor makanan antara lain:

1) Pemilihan bahan makanan.

Bahan makanan perlu dilakukan pemilihan yang baik dilihat dari segi kebersihan, penampilan dan kesehatan. Bahan yang mengandung protein hewani (daging, ikan, udang, telur) harus terjaga kesegarannya. Bahan makanan yang baik dan memenuhi syarat dapat meminimalisir dan mencegah adanya kontaminasi. Kontaminasi yang berasal dari bahan makanan hasilnya disebabkan oleh bakteri *E. coli* sebesar 40 %.

2) Pengangkutan Bahan Makanan

Pengangkutan bahan makanan harus sesuai dengan syarat sanitasi yang baik, pengangkutan dilakukan setelah melakukan pemilihan bahan makanan. Bahan makanan yang rentan terkena kontaminasi yaitu daging.

3) Penyimpanan bahan makanan

Dalam penyimpanan bahan makanan hal-hal yang diperhatikan adalah sebagai berikut :

- a) Penyimpanan harus dilakukan dalam suatu tempat khusus yang bersih dan memenuhi syarat tidak menjadi tempat bersarang nya serangga dan tikus.
- b) Di tempatkan terpisah dengan makanan yang telah diolah
- c) Sirkulasi udara baik
- d) Pencahayaan yang baik dan cukup
- e) Penyimpanan bahan padat dengan syarat ketebalan maksimal 10 cm
- f) Kelembaban ruangan dengan skala 80-90 %
- g) Setiap bahan makanan mempunyai kartu catatan agar dapat digunakan untuk riwayat keluar masuk barang dengan sistem FIFO (First In First Out).

b. Pengolahan Makanan

Ada 4 aspek dalam pengolahan makanan antara lain :

1) Penjamah Makanan

Penjamah makanan adalah seorang tenaga yang bertugas untuk memanen, menyembelih, mengangkut hingga mengolah makanan yang dapat menjadi faktor penyebab terjadinya kontaminasi terhadap makanan. Pengetahuan, sikap dan perilaku seorang penjamah mempengaruhi kualitas makanan yang

dihasilkan. Penjamah juga dapat berperan sebagai penyebar penyakit, hal ini bisa terjadi melalui kontak antara penjamah makanan yang menderita penyakit menular dengan konsumen yang sehat, kontaminasi terhadap makanan oleh penjamah yang membawa kuman.

2) Cara Pengolahan Makanan

Berdasarkan Permenkes No 942/ Menkes/ SK/ VII/ 2003 adalah semua kegiatan pengolahan makanan harus dilakukan dengan cara terlindung dari kontak langsung antara penjamah dengan makanan. Perlindungan kontak langsung dengan makanan jadi dilakukan menggunakan sarung tangan, penjepit makanan, sendok, garpu dan sejenisnya. Setiap tenaga pengolah makanan pada saat bekerja harus memakai celemek, tutup rambut, tidak merokok dan menggaruk anggota tubuh.

3) Tempat Pengolahan Makanan

Tempat pengolahan makanan, dimana makanan diolah sehingga menjadi makanan jadi biasanya disebut dengan dapur, perlu di perhatikan kebersihan tempat pengolahan. Tempat pengolahan harus dibersihkan pada saat sebelum dan sesudah kegiatan.

4) Peralatan dan Pengolahan Makanan

Prinsip dasar persyaratan perlengkapan/ peralatan dalam pengolahan makanan adalah aman sebagai alat/ perlengkapan pengolahan makanan. Aman ditinjau dari bahan yang digunakan, peralatan juga tidak terbuat dari bahan yang berbahaya dan tidak di perbolehkan mengandung E. coli per cm² permukaan alat masak dan makan. Kebersihan serta cara menyimpan alat masak dan makan dapat berpengaruh terhadap kualitas makanan yang

diolah.

c. Penyimpanan Makanan

Penyimpanan makanan sangat penting hal ini dapat berpengaruh terhadap kualitas makanan, sebaiknya makanan ditempatkan pada tempat yang telah memenuhi syarat disimpan di dalam lemari.

d. Pengangkutan Makanan

Makanan yang telah selesai diolah memerlukan pengangkutan untuk selanjutnya di sajikan atau disimpan. Bila pengangkutan makanan kurang tepat dan alat angkutnya kurang baik kualitasnya, cara pengangkutan harus terhindar dari pencemaran.

e. Faktor Peralatan

Kebersihan dan cara penyimpanan peralatan sangatlah berpengaruh penting terhadap terjadinya kemungkinan makanan terkontaminasi. Kebersihan peralatan untuk mengolah makanan tentu saja harus memenuhi persyaratan sanitasi.

f. Faktor Manusia

Orang-orang yang bekerja untuk melakukan pengolahan makanan haruslah memenuhi persyaratan sanitasi seperti, kebersihan perorangan/ individu dan kesehatan, tidak menderita penyakit infeksi dan bukan carrier dari suatu penyakit. Untuk personil yang menyajikan makanan harus memenuhi syarat-syarat seperti memperhatikan kebersihan serta kerapian, memiliki etika dan sopan santun, memiliki penampilan yang baik dan keterampilan dalam membawa makanan tentunya dengan teknik keterampilan yang khusus, serta selalu melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala yaitu setiap 6 bulan

atau setahun. Sehingga pegawai penjamah makanan tersebut benar-benar dalam keadaan sehat tanpa gangguan penyakit apapun yang bisa menularkan penyakit ke makanan.

D. Penjamah Makanan

1. Pengertian Penjamah Makanan

Penjamah makanan adalah seorang tenaga kerja yang menjamah mulai dari persiapan, mengolah, menyimpan, mengangkut maupun dalam penyajian makanan (W.Trianti, 2017). Karena personal hygiene atau kebersihan diri dari penjamah/ pedagang ini akan sangat berpengaruh kepada makanan.

2. Syarat Penjamah Makanan

Adapun syarat-syarat dari penjamah makanan ini diantaranya yaitu :

- a. Tidak menderita penyakit menular
- b. Menutup luka
- c. Menjaga kebersihan tangan, rambut, kuku dan pakaian
- d. Memakai celemek
- e. Memakai tutup kepala
- f. Mencuci tangan ketika hendak menjamah makanan
- g. Tidak merokok, atau tidak menggaruk anggota badan seperti (telinga, hidung, mata dll).
- h. Tidak batuk ataupun tidak bersin ketika dihadapan makanan ataupun ketika menyajikan makanan jajanan.

3. Peranan Makanan Sebagai Perantara Penyebaran Penyakit

- a. Sebagai *Agent*

Pada kasus ini dapat kita ambil contoh tumbuhan maupun binatang

yang secara alamiah telah mengandung zat beracun. Agen penyakit infeksi banyak berasal dari binatang dan menularkan kepada manusia lewat makanan, tetapi penularannya masih bisa dengan cara yang lain.

b. Sebagai *Vehicle*

Makanan sebagai pembawa penyebab penyakit, seperti bahan kimia atau parasit yang ikut termakan bersama makanan dan juga mikroorganisme yang patogen serta bahan radioaktif. Makanan tersebut tercemar oleh zat-zat yang membahayakan kehidupan. Jadi dalam kategori ini makanan tersebut semula tidak mengandung zat-zat yang membahayakan tubuh, tetapi karena satu dan lain hal akhirnya mengandung zat yang membahayakan kesehatan.

c. Sebagai Media

Kontaminan yang jumlahnya kecil jika dibiarkan berada dalam makanan dengan suhu dan waktu yang cukup, maka akan tumbuh dan berkembang sehingga menjadi banyak dan dapat menyebabkan wabah yang serius. Penjamah makanan yang menderita sakit atau karier menularkan penyakit yang dideritanya melalui saluran pernapasan, sewaktu batuk atau bersin dan melalui saluran pencernaan, biasanya kuman penyakit mencemari makanan karena terjadi kontak atau bersentuhan dengan tangan yang mengandung kuman penyakit.