

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari proses penginderaan manusia terhadap suatu objek melalui panca indera. Menurut Notoatmodjo (2018), pengetahuan merupakan domain kognitif yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. Pengetahuan tidak hanya mencakup aspek mengetahui, tetapi juga memahami dan menerapkan informasi dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam bidang kesehatan, pengetahuan berperan sebagai dasar dalam pembentukan perilaku sehat. Individu yang memiliki pengetahuan yang baik akan lebih mampu mengambil keputusan yang tepat dalam menjaga kesehatan dirinya (Notoatmodjo, 2018).

Pengetahuan memiliki beberapatingkatan, yaitu mengetahui, memahami, menerapkan, menganalisis, dan mengevaluasi. Tingkatan ini menunjukkan bahwa pengetahuan tidak hanya terbatas pada informasi, tetapi juga kemampuan untuk mengaplikasikannya (Notoatmodjo, 2018).

Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan antara lain tingkat pendidikan, usia, pengalaman, serta akses terhadap informasi. Semakin tinggi tingkat pendidikan dan akses informasi, maka semakin tinggi pula tingkat pengetahuan seseorang (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

B. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

1. Pengertian perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan seperangkat tindakan yang dilakukan berdasarkan kesadaran sebagai hasil proses pembelajaran, yang memungkinkan individu, keluarga, maupun masyarakat untuk mampu menjaga dan meningkatkan kesehatannya secara mandiri serta berperan aktif dalam menciptakan lingkungan yang sehat (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia [Kemenkes RI], 2018).

PHBS dalam rumah tangga meliputi berbagai indikator seperti mencuci tangan pakai sabun, menggunakan air bersih, menjaga kebersihan lingkungan, serta tidak merokok di dalam rumah. Penerapan PHBS yang baik dapat mencegah berbagai penyakit infeksi, termasuk ISPA (Aprilia et al. 2024).

Sejumlah penelitian terkini menunjukkan bahwa tingkat pemahaman mengenai PHBS memiliki hubungan yang signifikan dengan praktik pencegahan penyakit menular, termasuk Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) (Sari & Yuliana, 2021; Arianti & Lestari, 2022).

Penelitian lain menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penerapan PHBS dengan kejadian ISPA, dimana individu yang menerapkan PHBS dengan baik memiliki risiko lebih rendah terkena ISPA (Lubis, 2022; Elmaliah & Puspitasari, 2023).

Selain itu, edukasi mengenai PHBS terbukti dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku masyarakat dalam mencegah ISPA. Hal ini menunjukkan bahwa PHBS

merupakan strategi penting dalam upaya promotif dan preventif (Kurniyawan et al., 2024).

2. Tujuan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)

Tujuan PHBS adalah membentuk perilaku kesehatan yang dilakukan secara sadar sehingga individu dan keluarga mampu melakukan upaya pencegahan penyakit serta meningkatkan derajat kesehatan secara mandiri.

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018), tujuan PHBS pada tatanan rumah tangga adalah untuk memberdayakan anggota keluarga agar mengetahui, memiliki kemauan, dan mampu menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut Soekidjo Notoatmodjo (2020), tujuan utama promosi kesehatan melalui peningkatan pengetahuan dan kesadaran, sehingga masyarakat tidak hanya berfokus pada pengobatan tetapi lebih pada pencegahan penyakit.

Secara lebih rinci, tujuan PHBS meliputi :

- a. Meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat
- b. Membentuk sikap positif terhadap praktik kesehatan lingkungan dan kebersihan diri
- c. Mendorong perubahan perilaku menuju kebiasaan sehat yang berkelanjutan
- d. Mencegah terjadinya penyakit menular dan tidak menular, khususnya penyakit berbasis lingkungan seperti ISPA
- e. Meningkatkan kemandirian keluarga dalam menjaga kesehatan tanpa ketergantungan penuh pada fasilitas pelayanan kesehatan.

3. Manfaat perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)

Penerapan PHBS memberikan berbagai manfaat yang luas baik bagi individu, keluarga, maupun masyarakat.

a. Manfaat bagi individu :

- 1) Menurunkan risiko penyakit infeksi seperti ISPA, diare, dan penyakit kulit
- 2) Meningkatkan daya tahan tubuh
- 3) Meningkatkan kualitas hidup dan pengeluaran biaya pengobatan.

b. Manfaat bagi keluarga :

- 1) Lingkungan rumah menjadi lebih bersih dan sehat
- 2) Mengurangi risiko penularan penyakit antar anggota keluarga
- 3) Mendukung tumbuh kembang anak secara optimal
- 4) Membentuk kebiasaan sehat yang berkelanjutan.

c. Manfaat bagi masyarakat :

- 1) Menurunkan angka kesakitan dan kematian akibat penyakit berbasis lingkungan
- 2) Mengurangi beban pelayanan kesehatan
- 3) Meningkatkan produktivitas sosial dan ekonomi masyarakat.

Berdasarkan laporan World Health Organization (2021), praktik kebersihan rumah tangga seperti cuci tangan pakai sabun, ventilasi yang baik, dan pengelolaan sanitasi yang benar berkontribusi signifikan terhadap penurunan kejadian infeksi saluran pernapasan akut.

4. Indikator perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di rumah tangga

Berdasarkan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018), indikator PHBS

di rumah tangga meliputi :

- a. Cuci tangan pakai sabun (CTPS)
- b. Menggunakan air bersih
- c. Menggunakan jamban sehat
- d. Tidak merokok di dalam rumah
- e. pengelolaan sampah rumah tangga
- f. ventilasi rumah yang memadai
- g. Membersihkan rumah secara rutin
- h. Pola hidup sehat lainnya seperti aktivitas fisik, konsumsi makanan bergizi, dan pencegahan penyakit menular.

Penelitian Yusuf & Aminah (2019) menunjukkan bahwa keluarga yang rutin melakukan CTPS memiliki risiko ISPA 1,8 kali lebih rendah dibandingkan keluarga yang tidak rutin.

5. Faktor-faktor yang mempengaruhi pola hidup bersih dan sehat (PHBS)

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) tidak terbentuk secara spontan, tetapi dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal. Menurut Soekidjo Notoatmodjo (2020), perilaku kesehatan dipengaruhi oleh faktor pengetahuan, sikap, lingkungan, serta dukungan social.

Secara umum, faktor-faktor yang mempengaruhi PHBS dapat dikategorikan sebagai berikut :

- a. Faktor predisposisi (pre-disposing factors)

Faktor predisposisi adalah faktor yang berasal dari dalam diri individu dan mempengaruhi kecenderungan untuk berperilaku sehat. Faktor ini meliputi :

- 1) Tingkat pengetahuan
- 2) Sikap terhadap kesehatan
- 3) Pendidikan
- 4) Kepercayaan dan nilai budaya
- 5) Umur dan pengalaman

Penelitian Arianti & Lestari (2022) menunjukkan bahwa tingkat pendidikan dan pengetahuan yang tinggi berhubungan signifikan dengan praktik PHBS yang baik ($p < 0,05$). Semakin tinggi tingkat pengetahuan seseorang, semakin besar kemungkinan ia menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat.

b. Faktor pendukung (enabling factors)

Faktor pendukung adalah faktor yang memungkinkan atau memfasilitasi seseorang untuk menerapkan PHBS. Faktor ini meliputi :

- 1) Ketersediaan air bersih
- 2) Sarana jamban sehat
- 3) Fasilitas tempat cuci tangan
- 4) Kondisi ventilasi rumah
- 5) Akses terhadap pelayanan kesehatan

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2028), keberadaan sarana sanitasi yang memadai merupakan komponen penting dalam keberhasilan penerapan PHBS di rumah tangga.

Penelitian Sari & Yuliana (2021) juga menemukan bahwa rumah tangga dengan akses sanitasi baik memiliki peluang lebih besar menerapkan PHBS secara konsisten.

c. Faktor penguat (reinforcing factors)

Faktor penguat adalah faktor yang memperkuat atau mendorong individu untuk mempertahankan perilaku sehat. Faktor ini meliputi :

- 1) Dukungan keluarga
- 2) Peran tenaga kesehatan
- 3) Penyuluhan kesehatan
- 4) Kebijakan pemerintah
- 5) Norma social di masyarakat

Menurut laporan World Health Organization (2021), intervensi berbasis komunikasi dan dukungan social terbukti efektif dalam meningkatkan praktik kebersihan rumah tangga dan mencegah penyakit infeksi.

d. faktor sosial ekonomi

Status sosial ekonomi juga berpengaruh terhadap kemampuan keluarga dalam menerapkan PHBS. Keluarga dengan pendapatan rendah cenderung memiliki keterbatasan dalam penyediaan sarana sanitasi, ventilasi yang baik, dan perumahan yang layak.

e. Faktor lingkungan

Lingkungan fisik seperti kepadatan hunian, kualitas udara dalam rumah, pencahayaan, dan kelembapan juga mempengaruhi penerapan PHBS. lingkungan yang tidak sehat dapat menghambat praktik hidup bersih dan meningkatkan penyakit seperti ISPA.

6. Dampak tidak menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)

Tidak diterapkannya PHBS dalam kehidupan sehari-hari dapat menimbulkan berbagai dampak negatif, baik bagi individu, keluarga, maupun masyarakat.

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018), rendahnya praktik PHBS berkontribusi terhadap tingginya angka penyakit berbasis lingkungan seperti ISPA, diare, DBD, dan penyakit kulit.

Secara rinci, dampak tidak menerapkan PHBS antara lain :

a. Meningkatkan risiko penyakit menular

Kebiasaan tidak mencuci tangan, ventilasi rumah yang buruk, serta keberhasilan lingkungan yang rendah meningkatkan paparan mikroorganisme penyebab penyakit.

Laporan World Health Organization (2021) menyebutkan bahwa praktik kebersihan rumah tangga yang buruk berkaitan langsung dengan peningkatan kejadian infeksi saluran pernapasan akut (ISPA), terutama pada anak-anak dan lansia.

b. peningkatan angka kesakitan dan beban kesehatan

Keluarga yang tidak menerapkan PHBS cenderung lebih sering mengalami penyakit berulang. Hal ini meningkatkan kunjungan ke fasilitas kesehatan serta beban biaya pengobatan.

Penelitian Sari & Yuliana (2021) menunjukkan bahwa rumah tangga dengan praktik PHBS rendah memiliki risiko ISPA lebih tinggi dibandingkan rumah tangga dengan praktik PHBS baik.

c. Penurunan produktivitas

Seringnya anggota keluarga sakit dapat menurunkan produktivitas kerja dan aktivitas sekolah anak. Dalam jangka panjang, kondisi ini dapat mempengaruhi kondisi sosial ekonomi keluarga.

d. Lingkungan rumah tidak sehat

Tidak menjaga kebersihan rumah dapat menyebabkan kelembaban tinggi. Pertumbuhan jamur, dan kualitas udara dalam rumah yang buruk. Kondisi ini menjadi faktor utama penyakit pernapasan seperti ISPA.

7. Pengetahuan tentang pola hidup bersih dan sehat (PHBS)

Pengetahuan merupakan hasil dari proses penginderaan terhadap suatu objek melalui pancaindra yang kemudian menghasilkan pemahaman (Notoatmodjo, 2020). Pengetahuan menjadi dasar terbentuknya sikap dan perilaku seseorang dalam menjaga kesehatan.

Dalam konteks PHBS, pengetahuan mencakup pemahaman tentang :

- a. Pengertian dan tujuan PHBS
- b. Indikator PHBS rumah tangga
- c. Manfaat PHBS
- d. Dampak tidak menerapkan PHBS
- e. Hubungan PHBS dengan pencegahan penyakit

Menurut Soekidjo Notoatmodjo (2020), seseorang dengan tingkat pengetahuan baik cenderung memiliki perilaku kesehatan yang lebih positif dibandingkan dengan yang berpengetahuan rendah.

Penelitian Arianti & Lestari (2022) menunjukkan adanya hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan PHBS dengan kejadian ISPA ($p < 0,05$). Responden dengan pengetahuan rendah memiliki risiko lebih besar mengalami ISPA dibandingkan dengan responden yang memiliki pengetahuan baik.

Selain itu, laporan World Health Organization (2021) menyatakan bahwa edukasi kesehatan yang berkelanjutan mampu meningkatkan praktik kebersihan rumah tangga dan menurunkan kejadian infeksi pernapasan.

C. Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA)

1. Pengertian infeksi saluran pernapasan akut (ISPA)

Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) adalah penyakit infeksi yang menyerang saluran pernapasan atas maupun bawah dan berlangsung dalam waktu kurang dari 14 hari. ISPA dapat disebabkan oleh berbagai patogen, termasuk virus, bakteri, dan jamur, yang menginfeksi hidung, tenggorokan, trakea, bronkus, atau paru-paru. Penyakit ini seringkali dimulai dengan gejala ringan seperti batuk, pilek, atau demam, namun bisa berkembang menjadi kondisi yang lebih serius seperti pneumonia, terutama pada anak-anak, lansia, dan individu dengan sistem imun yang lemah (WHO, 2021).

2. Penyebab infeksi saluran pernapasan akut (ISPA)

ISPA disebabkan oleh berbagai jenis patogen. Beberapa patogen utama yang menyebabkan ISPA adalah:

a. Virus

Virus adalah penyebab paling umum dari ISPA, dengan virus influenza, virus respiratori syncytial (RSV), coronavirus, dan adenovirus termasuk yang paling sering ditemukan. Virus ini menyerang saluran pernapasan atas seperti hidung dan tenggorokan, dan dapat menyebabkan gejala seperti hidung tersumbat, batuk, dan demam (Jamal & Al-Naami, 2018).

b. Bakteri

Bakteri seperti *Streptococcus pneumoniae*, *Haemophilus influenzae*, dan *Staphylococcus aureus* juga dapat menyebabkan ISPA, terutama pada saluran pernapasan bawah. Pneumonia bakterial adalah komplikasi serius yang dapat terjadi pada infeksi ini (Mansur , 2019).

c. Jamur

Infeksi jamur lebih jarang tetapi dapat terjadi pada individu dengan gangguan imun atau penyakit kronis. Jamur seperti *Aspergillus* dan *Candida* dapat menyebabkan infeksi pada saluran pernapasan bawah (Greenberg,2016).

3. Faktor risiko infeksi saluran pernapasan atas (ISPA)

Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) merupakan penyakit yang dipengaruhi oleh faktor risiko, baik individu, lingkungan, maupun perilaku. Menurut World Health Organization (2023), kejadian ISPA meningkat pada kelompok rentan dan pada lingkungan dengan kualitas udara yang buruk serta sanitasi yang tidak memadai.

Berikut adalah faktor-faktor risiko ISPA :

a. Faktor individu

Faktor individu berhubungan dengan kondisi biologis dan karakteristik seseorang, meliputi :

- 1) Usia (balita dan lansia lebih rentan)
- 2) Status gizi buruk
- 3) Daya tahan tubuh rendah
- 4) Penyakit penyerta (komorbid)
- 5) Status imunisasi tidak lengkap.

WHO (2023) menyebutkan bahwa anak usia dibawah lima tahun memiliki risiko

lebih tinggi mengalami ISPA karena system imun yang belum berkembang sempurna.

b. Faktor lingkungan fisik

Lingkungan rumah memiliki peran besar dalam kejadian ISPA, antara lain :

- 1) Ventilasi rumah yang tidak memadai
- 2) Kepadatan hunian tinggi
- 3) Pencahayaan kurang
- 4) Kelembapan ruangan tinggi
- 5) Lantai berdebu
- 6) Polusi udara dalam rumah.

Paparan polusi udara seperti partikel halus (PM_{2.5}) terbukti meningkatkan risiko gangguan pernapasan. Penelitian Pope et al. (2019) menunjukkan bahwa paparan polusi udara berhubungan signifikan dengan peningkatan kasus infeksi saluran pernapasan akut.

c. Faktor perilaku

Perilaku yang tidak sehat berkontribusi terhadap peningkatan risiko ISPA, seperti :

- 1) Tidak mencuci tangan pakai sabun
- 2) Tidak menerapkan etika batuk
- 3) Kebiasaan merokok di dalam rumah
- 4) Tidak membuka jendela untuk sirkulasi udara
- 5) Kurangnya penerapan PHBS.

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2021), kebiasaan merokok

dalam rumah meningkatkan risiko ISPA pada anggota keluarga, terutama anak-anak.

d. Faktor sosial ekonomi

Kondisi sosial ekonomi mempengaruhi kualitas tempat tinggal dan akses terhadap pelayanan kesehatan. Keluarga dengan ekonomi rendah cenderung tinggal di rumah dengan ventilasi buruk dan sanitasi kurang memadai sehingga meningkatkan risiko ISPA.

Penelitian Sari & Yuliana (2021) menunjukkan adanya hubungan antara kepadatan hunian dan tingkat pendidikan dengan kejadian ISPA.

e. Faktor iklim dan cuaca

Faktor cuaca seperti suhu rendah, kelembaban tinggi, dan musim hujan berperan dalam meningkatkan stabilitas virus respiratori. WHO (2023) menjelaskan bahwa virus pernapasan lebih mudah bertahan pada suhu dingin dan kondisi lembab sehingga meningkatkan angka kejadian ISPA pada musim hujan.

D. Hubungan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA)

Pengetahuan tentang PHBS memiliki hubungan yang erat dengan kejadian ISPA. Menurut teori *Lawrence Green*, pengetahuan merupakan faktor predisposisi yang mempengaruhi terbentuknya perilaku kesehatan seseorang (Notoatmodjo, 2018).

Individu yang memiliki pengetahuan yang baik tentang PHBS cenderung lebih mampu menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat, sehingga dapat mengurangi risiko terjadinya ISPA (Utami et al., 2020).

Penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara PHBS dengan kejadian ISPA, dimana penerapan PHBS yang baik dapat menurunkan angka

kejadian ISPA (Aprilia et al., 2024).

Secara epidemiologis, pengetahuan yang baik tentang PHBS akan membentuk sikap positif dan praktik kesehatan yang lebih baik. Individu dengan tingkat pengetahuan rendah cenderung memiliki perilaku yang kurang mendukung kesehatan, seperti kebiasaan merokok dalam rumah atau jarang membuka ventilasi. Penelitian dalam beberapa tahun terakhir menunjukkan adanya hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan dan praktik PHBS dengan kejadian ISPA pada balita dan anggota keluarga lainnya.

Selain itu, World Health Organization (2023) menyebutkan bahwa praktik hygiene yang buruk dan paparan asap dalam rumah merupakan faktor risiko utama infeksi saluran pernapasan di Negara berkembang. Namun demikian, beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa tidak selalu terdapat hubungan langsung antara pengetahuan dan kejadian ISPA, karena perilaku dipengaruhi oleh faktor lain seperti motivasi, lingkungan, dan sarana kesehatan (Pakpahan et al., 2021).

Dengan demikian, pengetahuan tetap merupakan faktor penting dalam pencegahan ISPA, meskipun perlu didukung oleh faktor lain untuk menghasilkan perilaku yang optimal.