BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Perilaku Kesehatan

Perilaku kesehatan pada dasarnya adalah suatu respons seseorang (organisme) terhadap stimulus yang berkaitan dengan sakit dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, makanan, serta lingkungan. Batasan ini mempunyai dua unsur pokok, yakni respons dan stimulus atau perangsangan (Notoatmodjo, 2007).

Respons atau reaksi manusia, baik yang bersifat pasif (pengetahuan, persepsi, dan sikap), maupun bersifat aktif (tindakan yang nyata atau praktis). Sedangkan stimulus atau rangsangan disini terdiri dari 4 unsur pokok, yakni : sakit dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, dan lingkungan. Dengan demikian secara lebih terperinci perilaku kesehatan itu mencakup :

1. Perilaku seseorang terhadap sakit dan penyakit, yaitu bagaimana berespons, baik secara pasif (mengetahui, bersikap, dan mempersepsi penyakit dan rasa sakit yang ada pada dirinya dan di luar dirinya, maupun aktif (tindakan) yang dilakukan sehubungan dengan penyakit dan sakit tersebut.
2. Perilaku terhadap sistem pelayanan kesehatan, adalah respons seseorang terhadap sistem pelayanan kesehatan baik sistem pelayanan kesehatan modern maupun tradisional.
3. Perilaku terhadap makanan (*nutrition behaviour*) yakni respons seseorang terhadap makanan sebagai kebutuhan vital bagi kehidupan.
4. Perilaku terhadap lingkungan kesehatan (*environmental health behaviour*) adalah respons seseorang terhadap lingkungan sebagai determinan kesehatan manusia.

B. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

PHBS merupakan cerminan pola hidup keluarga yang senantiasa memperhatikan dan menjaga kesehatan seluruh anggota keluarga. Semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan dapat berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di masyarakat merupakan pengertian lain dari PHBS. Mencegah lebih baik daripada mengobati, prinsip kesehatan inilah yang menjadi dasar dari pelaksanaan PHBS. Kegiatan PHBS tidak dapat terlaksana apabila tidak ada kesadaran dari seluruh anggota keluarga itu sendiri. Pola hidup bersih dan sehat harus diterapkan sedini mungkin agar menjadi kebiasaan positif dalam memelihara kesehatan. Setiap rumah tangga dianjurkan untuk melaksanakan semua perilaku kesehatan (Proverawati dan Rahmawati, 2011).

C. PHBS Di Tempat Kerja

Menurut Proverawati dan Rahmawati (2011), banyaknya industri kecil dan jenis usaha sektor informal serta jumlah tenaga kerja yang terserap, memerlukan perhatian serta penanganan kesehatan dan keselamatan kerja yang baik sehingga terhindar dari gangguan penyakit akibat kerja dan kecelakaan kerja, yang pada akhirnya akan berpengaruh terhadap produktivitas kerja.

PHBS di tempat kerja adalah upaya untuk memberdayakan para pekerja agar tahu, mau, dan mampu mempraktikkan PHBS serta berperan aktif dalam mewujudkan tempat kerja sehat.

1. PHBS di tempat kerja antara lain :
   a. Tidak merokok di tempat kerja.
   b. Membeli dan mengonsumsi makanan dari tempat kerja.

c. Melakukan olahraga secara teratur/aktivitas fisik.
d. Mencuci tangan dengan air bersih dan sabun sebelum makan dan sesudah buang air besar dan buang air kecil.
e. Memberantas jentik nyamuk di tempat kerja.
f. Menggunakan air bersih.
g. Menggunakan jamban saat buang air kecil dan besar.
h. Membuang sampah pada tempatnya.
i. Mempergunakan Alat Pelindung Diri (APD) sesuai jenis pekerjaan.

2. Tujuan PHBS di tempat kerja adalah :
   a. Mengembangkan PHBS di tempat kerja.
   b. Meningkatkan produktivitas kerja.
   c. Menciptakan lingkungan kerja yang sehat.
   d. Menurunkan angka absensi tenaga kerja.
   e. Menurunkan angka penyakit akibat kerja dan lingkungan kerja.
   f. Memberikan dampak yang positif terhadap lingkungan kerja dan masyarakat.

3. Indikator PHBS di Tempat Kerja

   Semua PHBS diharapkan dilakukan di tempat kerja. Namun demikian, tempat kerja telah masuk kategori tempat kerja sehat, bila masyarakat pekerja di tempat kerja :

   a. Tidak merokok di tempat kerja.
   b. Membeli dan mengonsumsi makanan dari tempat kerja.
   c. Melakukan olahraga secara teratur/aktivitas fisik.
   d. Mencuci tangan dengan air bersih dan sabun sebelum makan dan sesudah buang air besar dan buang air kecil.
   e. Memberantas jentik nyamuk di tempat kerja.

f . Menggunakan air bersih.

g. Menggunakan jamban saat buang air kecil dan besar.

h. Membuang sampah pada tempatnya.

i. Mempergunakan Alat Pelindung Diri (APD) sesuai jenis pekerjaan.

4. Manfaat PHBS di tempat kerja bagi pekerja adalah :

   a. Setiap pekerja meningkat kesehatannya dan tidak mudah sakit.

   b. Produktivitas pekerja meningkat yang berdampak pada peningkatan penghasilan pekerja dan ekonomi keluarga.

   c. Pengeluaran biaya rumah tangga hanya ditujukan untuk peningkatan taraf hidup bukan untuk biaya pengobatan.

5. Manfaat PHBS di tempat kerja bagi masyarakat adalah :

   a. Tetap mempunyai lingkungan yang sehat walaupun berada di sekitar tempat kerja.

   b. Dapat mencontoh PHBS yang diterapkan oleh tempat kerja setempat.

6. Manfaat PHBS di tempat kerja bagi tempat kerja itu sendiri adalah :

   a. Meningkatnya produktivitas kerja pekerja yang berdampak positif terhadap pencapaian target dan tujuan.

   b. Menurunnya biaya kesehatan yang harus dikeluarkan.

   c. Meningkatnya citra tempat kerja yang positif.

7. Manfaat PHBS di tempat kerja bagi pemerintah provinsi dan kabupaten/kota adalah :

   a. Peningkatan tempat kerja yang sehat menunjukkan kinerja dan citra pemerintah provinsi dan kabupaten/kota yang baik.

   b. Anggaran Pendapatan dan Belanja Daerah (APBD) dapat dialihkan untuk peningkatan kesehatan bukan untuk menanggulangi masalah kesehatan.

c. Dapat dijadikan pusat pembelajaran bagi daerah lain dalam pembinaan PHBS di rumah tangga.

D. Penjamah Makanan

Penjamah makanan adalah orang yang secara langsung berhubungan dengan makanan dan peralatan mulai dari tahap persiapan, pembersihan, pengolahan, pengangkutan, sampai penyajian. Dalam proses pengolahan makanan, peran dari penjamah makanan sangatlah besar, karena penjamah makanan mempunyai peluang untuk menularkan penyakit (Depkes RI, 2004).

Penjamah makanan dalam melakukan kegiatan pelayanan penanganan makanan harus memenuhi persyaratan, antara lain :

1. Tidak menderita penyakit yang mudah menular, misalnya batuk, pilek, influenza, diare, dan penyakit perut sejenisnya.
2. Menutup luka (pada luka terbuka/bisul atau luka lainnya).
3. Menjaga kebersihan tangan, rambut, kuku, dan pakaian.
4. Memakai celemek dan tutup kepala.
5. Menjamah makanan harus memakai alat/perlengkapan atau dengan alas tangan.
6. Tidak sambil merokok, menggaruk anggota badan (telinga, hidung, mulut, atau bagian lainnya).
7. Tidak batuk atau bersin dihadapan makanan yang disajikan dan atau tanpa menutup mulut atau hidung.

E. Higiene Perorangan

Menurut Depkes RI (2004), tubuh manusia selain sebagai alat kerja yang merupakan sumber cemaran bagi manusia lain dan lingkungannya termasuk kepada makanan dan minuman.

1. Sumber cemaran yang penting untuk diketahui adalah :

   a. Hidung

   b. Mulut

   c. Telinga

   d. Isi perut

   e. Kulit

   Semua yang menjadi sumber cemaran dari tubuh harus selalu dijaga kebersihannya agar tidak menambah potensi pencemarannya.

2. Sumber lain yang penting adalah :

   a. Luka terbuka atau koreng

   b. Bisul atau nanah

   c. Rambut

   Kulit dalam keadaan normal mengandung banyak bakteri. Sekali kulit terkelupas akibat luka atau teriris, maka bakteri akan masuk ke bagian dalam kulit dan terjadilah infeksi.

   Perlu diperhatikan dalam upaya pengamanan makanan yaitu :

   a. Luka teriris segera ditutup dengan plester tahan air.

   b. Koreng dan bisul tahap dini ditutup dengan plester tahan air.

   c. Rambut ditutup dengan penutup rambut yang menutup bagian depan sehingga tidak terurai.

3. Sumber cemaran karena perilaku

a. Tangan yang kotor

Kebersihan tangan sangat penting bagi setiap orang terutama bagi penjamah makanan. Kebiasaan mencuci tangan yang setiap saat harus dibiasakan. Pada umumnya ada keengganan untuk mencuci tangan sebelum mengerjakan sesuatu karena dirasakan memakan waktu, apalagi, letaknya cukup jauh. Dengan kebiasaan mencuci tangan, sangat membantu dalam mencegah penularan bakteri dari tangan kepada makanan.

b. Batuk bersin atau percikan ludah

Batuk adalah suatu tanda adanya penyakit atau alergi. Orang yang batuk sebenarnya orang yang tidak sehat, sehingga harus berobat. Bila penjamah batuk karena sakit akan batuk terus menerus sehingga mengganggu pekerjaan selain juga akan menularkan penyakitnya, karena harus diistirahatkan untuk berobat. Ludah merupakan sumber cemaran yang akan tersebar ke udara selagi berbicara atau tertawa. Oleh karena itu, tidak dibenarkan bergurau di depan makanan atau berkata-kata selagi bekerja.

c. Menyisir rambut

Bila rambut disisir kotoran akan pindah ke sisir dan sebagian akan jatuh ke dalam makanan. Oleh karena itu, menyisir juga akan menyebabkan pencemaran kepada makanan.

d. Perhiasan yang dipakai

Perhiasaan yang dipakai akan menjadi sarang kotoran yang hinggap akibat debu, kotoran melalui keringat dan sebagainya. Perhiasaan akan menjadi sumber cemaran sehingga tidak perlu dipakai sewaktu mengolah makanan.

Tangan yang dilengkapi dengan perhiasaan akan sulit dicuci sampai bersih karena lekukan perhiasaan dan permukaan kulit disekitar perhiasaan tidak

akan sempurna pembersihannya. Selain itu kulit di bawah tempat perhiasaan menjadi tempat berkumpulnya kuman atau bakteri.

e. Merokok

Merokok itu dilarang sewaktu mengolah makanan atau berada di dalam ruang pengolahan makanan. Kebiasaan merokok di lingkungan pengolahan makanan mengandung resiko sebagai berikut :

1) Bakteri atau kuman dari mulut dan bibir dapat dipindahkan ke tangan sehingga tangan menjadi semakin kotor dan seterusnya akan mengotori makanan.
2) Abu rokok dapat jatuh ke dalam makanan secara tidak disadari dan sulit dicegah.
3) Menimbulkan bau asap rokok yang dapat mengotori udara sehingga terjadi sesak yang mengganggu pekerja lain dan bau rokok dapat meresap ke dalam makanan.

F. Deklarasi Gerakan PKL (Pedagang Kaki Lima) Sehat

Deklarasi Gerakan PKL Sehat dideklarasikan oleh segenap pengurus dan anggota Paguyuban Pedagang Kaki Lima Yogyakarta, Pemkot Yogyakarta, serta lembaga terkait. Kegiatan ini diselenggarakan dalam rangka kegiatan Jogja Cinta Sehat Tahun 2012 oleh Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta. Dalam deklarasi disepakati 5 kunci keamanan pangan PKL yaitu jagalah kebersihan, pisahkan makanan mentah dan pangan matang, masaklah dengan benar, jagalah pangan pada suhu aman dan yang kelima adalah gunakan air dan bahan baku yang aman.

G. Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia, yakni : indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga.

Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*overt behaviour*), karena dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku yang didasarkan oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Notoatmodjo, 2007).

Penelitian Rogers (1974) dalam Notoatmodjo (2007), mengungkapkan bahwa sebelum orang mengadopsi perilaku baru (berperilaku baru), dalam diri orang tersebut terjadi proses berurutan, yakni:

1. *Awareness* (kesadaran), dimana orang tersebut menyadari dalam arti mengetahui terlebih dahulu terhadap stimulus (objek).
2. *Interest* (merasa tertarik) terhadap stimulus atau objek tersebut. Di sini sikap subjek sudah mulai timbul.
3. *Evaluation* (menimbang-nimbang) terhadap baik dan tidaknya stimulus tersebut bagi dirinya. Hal ini berarti sikap responden sudah lebih baik lagi.
4. *Trial,* dimana subjek mulai mencoba melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang dikehendaki oleh stimulus.
5. *Adoption*, dimana subjek telah berperilaku baru dengan pengetahuan, kesadaran, dan sikapnya terhadap stimulus.

Namun demikian, dari penelitian selanjutnya Rogers menyimpulkan bahwa perubahan perilaku tidak selalu melewati tahap-tahap tersebut.

Apabila penerimaan perilaku baru atau adopsi perilaku melalui proses seperti ini, dimana didasari oleh pengetahuan, kesadaran, dan sikap yang posistif maka perilaku tersebut akan bersifat langgeng (*long lasting*). Sebaliknya apabila perilaku itu tidak didasari oleh pengetahuan dan kesadaran akan tidak berlangsung lama.

Pengetahuan yang dicakup dalam domain kognitif mempunyai 6 tingkat, yakni :

1. Tahu (*knows*)

   Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk kedalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) terhadap suatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh sebab itu, tahu ini merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah.

2. Memahami (*comprehension*)

   Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasi materi tersebut secara benar.

3. Aplikasi (*aplication*)

   Aplikasi dapat diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi riil (sebenarnya). Aplikasi di sini dapat diartikan aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

4. Analisis (*Analysis*)

   Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih dalam suatu struktur organisasi tersebut, dan masih ada kaitannya satu sama lain.

5. Sintesis (*Synthesis*)

   Sintesis menunjukkan pada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis itu suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada.

6. Evaluasi (*Evaluation*)

   Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian itu berdasarkan suatu kriteria yang ditentukan sendiri, atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada.

H. Sikap

Menurut Notoatmodjo (2007)**,** sikap merupakan reaksi atau respons seseorang yang masih tertutup terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap ini terdiri dari berbagai tingkatan, yakni :

1. Menerima (*receiving*)

   Menerima, diartikan bahwa orang (subjek) mau dan memperhatikan stimulus yang diberikan (objek).

2. Merespons (*responding*)

   Memberikan jawaban apabila ditanya, mengerjakan, dan menyelesaikan tugas yang diberikan adalah suatu indikasi dari sikap. Karena dengan suatu usaha untuk menjawab pertanyaan atau mengerjakan tugas yang diberikan, lepas pekerjaan itu benar atau salah, berarti orang menerima ide tersebut.

3. Menghargai (*valuing*)

   Mengajak orang lain untuk mengerjakan atau mendiskusikan dengan orang lain terhadap suatu masalah adalah suatu indikasi sikap tingkat tiga.

4. Bertanggungjawab (*responsible*)

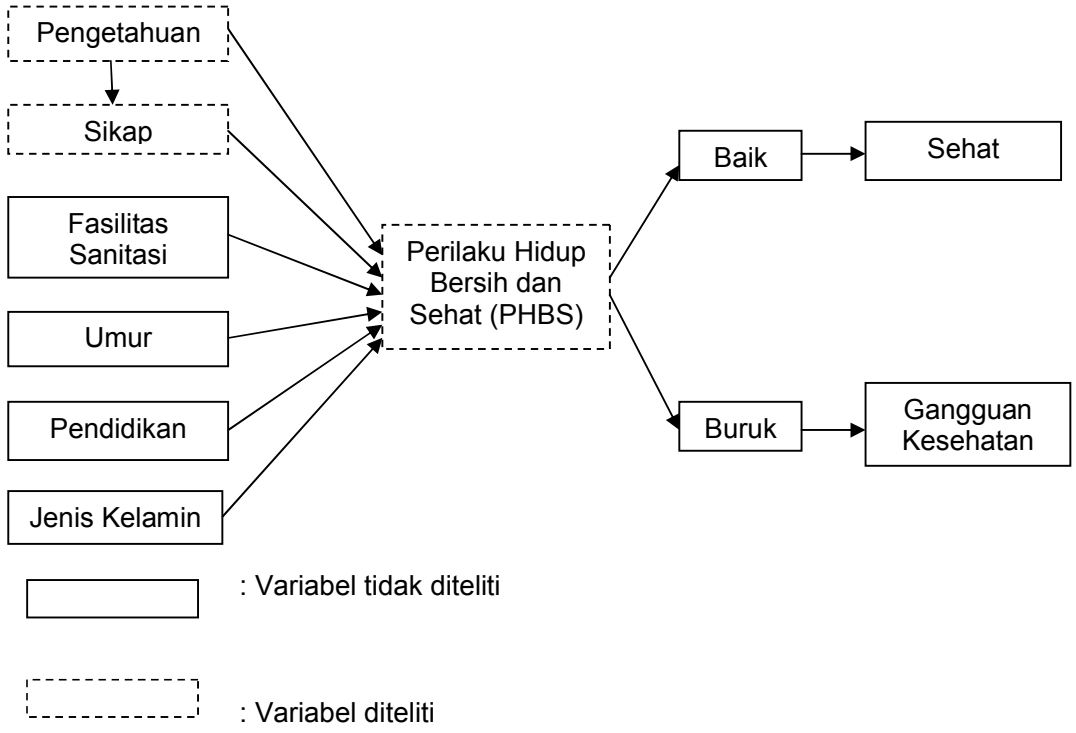
   Bertanggungjawab atas segala sesuatu yang telah dipilihnya dengan segala risiko merupakan sikap yang paling tinggi.

I. Fasilitas Sanitasi di Tempat Kerja

Perilaku juga harus didukung dengan ketersediaan fasilitas sebagai faktor pemungkin (*enambling factor*) yang memungkinkan suatu motivasi atau tindakan terlaksananya PHBS (Notoatmodjo, 2007).

Sesuai dengan persyaratan penjamah makanan yang dibuat oleh Depkes RI (2004), maka fasilitas sanitasi minimal yang harus digunakan oleh penjamah makanan di lesehan adalah pemakaian celemek.

J. Kerangka Konsep



Gambar 1. Kerangka Konsep

K. Hipotesis

1. Hipotesis Mayor

Ada hubungan antara tingkat pengetahuan dan sikap dengan PHBS pada penjamah makanan lesehan di Jalan Malioboro, Yogyakarta.

2. Hipotesis Minor

a. Ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan sikap pada penjamah makanan lesehan di Jalan Malioboro, Yogyakarta.

b. Ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan PHBS pada penjamah makanan lesehan di Jalan Malioboro, Yogyakarta.

c. Ada hubungan antara sikap dengan PHBS pada penjamah makanan lesehan di Jalan Malioboro, Yogyakarta.