

**GAMBARAN PENERAPAN POLA HIDUP  
BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA TATANAN  
RUMAH TANGGA KARYAWAN DI YAYASAN  
PENDIDIKAN AS-SYAFT'YAH  
JATIWARINGIN TAHUN 2019**

**SKRIPSI**



disusun oleh:  
**SYS HAIKAL**  
**405160089**

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA  
JAKARTA  
2020**

**GAMBARAN PENERAPAN POLA HIDUP  
BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA TATANAN  
RUMAH TANGGA KARYAWAN DI YAYASAN  
PENDIDIKAN AS-SYAFT'YAH  
JATIWARINGIN TAHUN 2019  
SKRIPSI**



diajukan sebagai salah satu prasyarat  
untuk mencapai gelar Sarjana Kedokteran (S.Ked) pada  
Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara

**SYS HAIKAL  
405160089**

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA  
JAKARTA  
2020**

## PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sys Haikal

NIM : 405160089

dengan ini menyatakan dan menjamin bahwa skripsi yang saya serahkan kepada Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara berjudul:

Gambaran Penerapan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Tataan Rumah Tangga Karyawan di Yayasan Pendidikan As-Syafi'iyah Jatiwaringin Tahun 2019 merupakan hasil karya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan benar dan tidak melanggar ketentuan plagiarisme atau otoplagiarisme.

Saya memahami dan akan menerima segala konsekuensi yang berlaku di lingkungan Universitas Tarumanagara apabila terbukti melakukan pelanggaran plagiarisme atau otoplagiarisme.

Pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, ..... 20...

Penulis,



Sys Haikal  
NIM. 405160089

## PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi yang diajukan oleh :

Nama : Sys Haikal

NIM : 405160089

Program Studi : Ilmu Kedokteran

Judul Skripsi :

Gambaran Penerapan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Tatahan Rumah  
Tangga Karyawan di Yayasan Pendidikan As-Syafi'iyah Jatiwaringin Tahun 2019

dinyatakan telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima  
sebagai bagian prasyarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran (S.Ked)  
pada Program Studi Sarjana Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas  
Tarumanagara.

Pembimbing : dr. Ernawati, SE., MS., FISCN, FISPH, Sp.DLP (  )

DEWAN PENGUJI

Ketua Sidang : dr. Wiyarni Pambudi, S.p.A., IBCLC ( )

Penguji 1 : dr. Kumala Dewi Darmawi, M.M. (  )

Penguji 2 : dr. Ernawati, SE., MS., FISCN, FISPH, Sp.DLP (  )

Mengetahui,  
Dekan FK : Dr. dr. Meilani Kumala, MS., Sp.GK(K) ( )

Ditetapkan di

Jakarta, 20

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik. Skripsi ini merupakan prasyarat agar dapat dinyatakan lulus sebagai Sarjana Kedokteran (S.Ked)

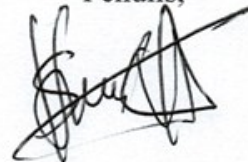
Selama proses penyusunan skripsi ini penulis mengalami banyak pembelajaran dan pengalaman khususnya dalam pelaksanaan penelitian. Oleh karena itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih atas dukungan penyusunan skripsi ini dari awal hingga akhir, kepada:

1. Dr. dr. Meilani Kumala, MS., Sp.GK(K) selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara;
2. Dr. dr. Meilani Kumala, MS., Sp.GK(K) selaku Ketua Unit Penelitian dan Publikasi Ilmiah FK UNTAR;
3. dr. Ernawati, SE., MS., FISCN, FISPH, Sp.DLP selaku Dosen Pembimbing Skripsi, yang telah menyediakan waktu, dan pikiran selama membimbing saya;
4. KH. Ainul Yakin selaku Kepala Yayasan Pendidikan As-Syafi'iyah, yang telah memberikan fasilitas untuk pengumpulan data penelitian;
5. Kedua orang tua dan keluarga saya, yang senantiasa menyemangati serta memberi dukungan material dan moral
6. Teman-teman dan para sahabat, yang banyak membantu proses penyusunan skripsi.
7. Seluruh responden, yang terlibat dalam penelitian ini.

Akhir kata, semoga skripsi ini membawa manfaat sebesar-besarnya bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan kesehatan.

Jakarta, 14 Januari 2020

Penulis,



(Sys Haikal)

405160089

## PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Sys Haikal

NIM : 405160089

Program Studi : Ilmu Kedokteran

Fakultas : Kedokteran

Karya Ilmiah : Skripsi

demi pengembangan ilmu dan pengetahuan, menyetujui untuk memublikasikan karya ilmiah berjudul:

Gambaran Penerapan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Tataan Rumah Tangga Karyawan di Yayasan Pendidikan As-Syafi'iyah Jatiwaringin Tahun 2019

dengan menyantumkan institusi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, sebagai tempat saya menimba ilmu.

Jakarta, 14 Januari 2020

Penulis,



(Sys Haikal)

405160089

## ABSTRAK

Perilaku sehat adalah pengetahuan, sikap, dan tindakan proaktif untuk memelihara dan mencegah risiko terjadinya penyakit, melindungi diri dari ancaman penyakit, serta berperan aktif dalam Gerakan Kesehatan Masyarakat. Tujuan pembangunan kesehatan adalah tercapainya kemampuan untuk hidup sehat bagi setiap penduduk agar dapat mewujudkan derajat kesehatan yang optimal. Manfaat dari melakukan dan menerapkan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam kehidupan suatu keluarga adalah agar anggota keluarga dapat terhindar dari berbagai penyakit, anak dapat tumbuh sehat dan berkembang, dan dapat mencegah penyakit menular. Tujuan penelitian ini dilakukan adalah untuk melihat gambaran penerapan PHBS pada tatanan rumah tangga. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif *cross-sectional* yang dilakukan pada karyawan di Komplek Yayasan Pendidikan Islam As-Syafi'iyah bulan Juli 2019. Dari 86 responden, proporsi terbesarnya pada rentang usia 20 hingga 59 tahun, dan berjenis kelamin laki-laki. Pekerjaan terbanyak secara berurutan adalah guru, karyawan, dan bagian umum. Pendidikan terbanyak adalah SMA. Berdasarkan hasil penelitian, indikator yang sesuai dengan target Riskesdas dan telah memenuhi target nasional yaitu 80% adalah persalinan yang ditolong oleh tenaga kesehatan, pemberian ASI eksklusif, penggunaan air bersih, mencuci tangan dengan air bersih dan sabun, dan penggunaan jamban sehat. Sedangkan indikator yang belum memenuhi target nasional diantaranya ialah penimbangan bayi dan balita secara rutin, memberantas jentik nyamuk di rumah, mengkonsumsi buah dan sayur setiap harinya, melakukan aktivitas fisik/olahraga setiap hari, dan tidak merokok di dalam rumah. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, 88,37% (76) responden berada pada strata IV yang berarti penerapan PHBS sudah mencapai target nasional.

Kata kunci: Penerapan Pola Hidup Bersih dan Sehat, PHBS Rumah Tangga

## **ABSTRACT**

*Healthy Behavior is knowledge, attitudes, and proactive actions to maintain and prevent the risk of disease, protect themselves from disease threats, and play an active role in the Public Health Movement. The goal of health development is the achievement of the ability to live a healthy life for each population in order to realize optimal health degrees. The benefits of doing and implementing a Clean and Healthy Lifestyle (PHBS) in a family's life are so that family members can avoid various diseases, children can grow up healthy and develop, and can prevent infectious diseases. The purpose of this study was to see a picture of the application of PHBS in the household order. This study was a cross-sectional descriptive study conducted on employees at the As-Syafi'iyah Islamic Education Foundation Complex in July 2019. From 86 respondents, the largest proportion had an age range of 20 to 59 years, and were male. The most jobs in a row are teachers, employees, and general affair. Most education is high school. Based on the results of the study, indicators that are in line with Riskesdas target and have met national target of 80% are deliveries assisted by health workers, exclusive breastfeeding, use of clean water, washing hands with water and soap, and the use of healthy latrines. While indicators that do not meet national targets include weighing infants and toddlers routinely, eradicating mosquito larvae at home, consuming fruits and vegetables every day, doing physical / sports activities every day, and not smoking in the house. Based on research that has been done, 88.37% (76) of respondents are in the IV level which means that the application of PHBS has reached the national target.*

*Keywords: Implementation of Clean and Healthy Lifestyle, Household PHBS*

## DAFTAR ISI

|                                                            |             |
|------------------------------------------------------------|-------------|
| <b>HALAMAN JUDUL .....</b>                                 | <b>I</b>    |
| <b>HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS .....</b>               | <b>ii</b>   |
| <b>PENGESAHAN SKRIPSI .....</b>                            | <b>iii</b>  |
| <b>KATA PENGANTAR .....</b>                                | <b>iv</b>   |
| <b>PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH .....</b>            | <b>V</b>    |
| <b>ABSTRAK .....</b>                                       | <b>vi</b>   |
| <b><i>ABSTRACT</i> .....</b>                               | <b>vii</b>  |
| <b>DAFTAR ISI .....</b>                                    | <b>viii</b> |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                                  | <b>xi</b>   |
| <b>DAFTAR GAMBAR .....</b>                                 | <b>xii</b>  |
| <b>DAFTAR SINGKATAN .....</b>                              | <b>xiii</b> |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>                               | <b>xiv</b>  |
| <b>1. PENDAHULUAN .....</b>                                | <b>1</b>    |
| 1.1 Latar Belakang .....                                   | 1           |
| 1.2 Rumusan Masalah .....                                  | 2           |
| 1.3 Tujuan Penelitian .....                                | 2           |
| 1.4 Manfaat Penelitian .....                               | 3           |
| <b>2. TINJAUAN PUSTAKA .....</b>                           | <b>4</b>    |
| 2.1 Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) .....               | 4           |
| 2.1.1 Pengertian PHBS .....                                | 4           |
| 2.1.2 Pola Hidup Bersih dan Sehat di Rumah Tangga .....    | 5           |
| 2.1.3 Manfaat PHBS .....                                   | 10          |
| 2.1.4 Metode Penerapan dan Pengembangan PHBS .....         | 11          |
| 2.1.5 Perencanaan PHBS .....                               | 11          |
| 2.1.6 Pemantauan PHBS .....                                | 11          |
| 2.1.7 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penerapan PHBS ..... | 12          |
| 2.2 Kerangka Teori .....                                   | 13          |
| <b>3. METODE PENELITIAN.....</b>                           | <b>14</b>   |
| 3.1 Desain Penelitian .....                                | 14          |
| 3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian .....                      | 14          |
| 3.3 Populasi dan Sampel Penelitian .....                   | 14          |

|           |                                                                     |           |
|-----------|---------------------------------------------------------------------|-----------|
| 3.3.1     | Populasi Target .....                                               | 14        |
| 3.3.2     | Populasi Terjangkau .....                                           | 14        |
| 3.3.3     | Sampel Penelitian .....                                             | 14        |
| 3.4       | Perkiraan Besar Sampel .....                                        | 14        |
| 3.5       | Kriteria Sampel .....                                               | 15        |
| 3.5.1     | Kriteria Inklusi .....                                              | 15        |
| 3.6       | Cara Kerja Penelitian .....                                         | 15        |
| 3.7       | Variabel Penelitian .....                                           | 15        |
| 3.8       | Definisi Operasional .....                                          | 16        |
| 3.9       | Pengumpulan Data .....                                              | 17        |
| 3.10      | Analisis Data .....                                                 | 18        |
| 3.11      | Alur Penelitian .....                                               | 18        |
| <b>4.</b> | <b>HASIL PENELITIAN .....</b>                                       | <b>19</b> |
| 4.1       | Karakteristik Umum .....                                            | 19        |
| 4.2       | Gambaran Pencapaian 10 Indikator PHBS .....                         | 20        |
| 4.3       | Gambaran penerapan masing – masing indikator PHBS .....             | 22        |
| 4.4       | Gambaran Pencapaian Strata PHBS.....                                | 23        |
| <b>5.</b> | <b>PEMBAHASAN .....</b>                                             | <b>24</b> |
| 5.1       | Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Umum .....           | 24        |
| 5.2       | Karakteristik Responden Berdasarkan Pencapaian Indikator PHBS... 24 |           |
| 5.3       | Karakteristik Responden Berdasarkan Pencapaian Strata PHBS .....    | 29        |
| 5.4       | Kelemahan Penelitian .....                                          | 29        |
| <b>6.</b> | <b>KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>                                   | <b>30</b> |
| 6.1       | Kesimpulan .....                                                    | 30        |
| 6.2       | Saran .....                                                         | 30        |
|           | <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                                         | <b>32</b> |
|           | <b>LAMPIRAN .....</b>                                               | <b>37</b> |
|           | <b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>                                   | <b>49</b> |

## **DAFTAR TABEL**

|           |                                                       |    |
|-----------|-------------------------------------------------------|----|
| Tabel 4.1 | Karakteristik Umum .....                              | 19 |
| Tabel 4.2 | Gambaran Pencapaian 10 Indikator PHBS .....           | 21 |
| Tabel 4.3 | Gambaran Penerapan Masing-Masing Indikator PHBS ..... | 22 |
| Tabel 4.4 | Gambaran Pencapaian Strata PHBS .....                 | 23 |

## **DAFTAR GAMBAR**

|            |                      |    |
|------------|----------------------|----|
| Gambar 2.1 | Kerangka Teori.....  | 13 |
| Gambar 3.1 | Alur Penelitian..... | 18 |

## DAFTAR SINGKATAN

|           |                                           |
|-----------|-------------------------------------------|
| 3M PLUS   | : Menguras, Menutup, Memanfaatkan kembali |
| ASI       | : Air Susu Ibu                            |
| D1        | : Diploma 1                               |
| D3        | : Diploma 3                               |
| DKI       | : Daerah Khusus Ibukota                   |
| JKN       | : Jaminan Kesehatan Nasional              |
| KIA       | : Kesehatan Ibu dan Anak                  |
| KMS       | : Kartu Menuju Sehat                      |
| PDAM      | : Perusahaan Daerah Air Minum             |
| PHBS      | : Pola Hidup Bersih dan Sehat             |
| Posyandu  | : Pos Pelayanan Kesehatan Terpadu         |
| PSN       | : Pemberantasan Sarang Nyamuk             |
| Puskesmas | : Pusat Kesehatan Masyarakat              |
| RISKESDAS | : Riset Kesehatan Dasar                   |
| RS        | : Rumah Sakit                             |
| RT        | : Rukun Tetangga                          |
| S1        | : Sarjana                                 |
| S2        | : Magister                                |
| SD        | : Sekolah Dasar                           |
| SMA       | : Sekolah Menengah Atas                   |
| SMP       | : Sekolah Menengah Pertama                |
| WHO       | : <i>World Health Organization</i>        |

## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                                           |    |
|---------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Lampiran 1</b> Permohonan Menjadi Responden Penelitian.....            | 37 |
| <b>Lampiran 2</b> Pernyataan Kesediaan Menjadi Responden Penelitian ..... | 38 |
| <b>Lampiran 3</b> Kuesioner.....                                          | 39 |
| <b>Lampiran 4</b> Lembar Pernyataan Melakukan Penelitian .....            | 42 |
| <b>Lampiran 5</b> Dokumentasi Penelitian .....                            | 43 |
| <b>Lampiran 6</b> Hasil Analisis Data .....                               | 44 |