
**TINJAUAN SANITASI RUMAH KOS
DAN PERILAKU HIDUP BERSIH SEHAT (PHBS)
PENGHUNINYA DI DESA KARANGMANGU KECAMATAN
BATURRADEN**

Riris Sejatiningtyas¹⁾, Lagiono¹⁾

¹⁾ Poltekkes Kemenkes Semarang

Abstract

Home requirement can step by step reach what that temporary cohabits oldster or other family member that more can. Or even by leases (boarding house) and contracting. Research result foreword at Karangmangu village, Baturraden district, Banyumas regency exists 126 boarding houses that research intent to describe condition of sanitation boarding house and clear life behaviour and healthy boarder in making healthy boarding house at silvan Karangmangu. The type of research that is utilized is detailed observation with analisis descriptive to get picture about sanitation in boarding house and clear life behaviour and healthy boarder in making healthy boarding house. Then compares research result with standard one corresponds to prevailing regulation which is Kepmenkes No. 829/MENKES/SK/VII/1999 about housing healthstipubting. Observation result, interview, and measurement utilizes checklist, kuesioner, and measuring instrument was gotten to usufruct that boarding house situation that pretty good with rolled out percentage 87% and behavioural boarder in making healthy boarding house 1,6% boarder gets behaviours.

Keywords: Sanitation, Healthy Behaviour, Boarding House, Environmental Health

Abstrak

Manusia membutuhkan tempat tinggal yang dapat dipenuhi sesuai kebutuhan primer, sehingga yang sifatnya sementara dalam pemenuhan kebutuhan tempat tinggal ini dilakukan dengan cara kos atau menyewa rumah. Hasil survey pendahuluan di Desa Karangmangu Kecamatan Baturraden Kabupaten Banyumas terdapat 126 rumah kos yang dihuni oleh mahasiswa maupun dari luar mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kondisi sanitasi rumah kos serta Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) penghuni kos dalam menyehatkan kondisi rumah kos di Desa Karangmangu Kecamatan Baturraden Kabupaten Banyumas. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian observasi dengan analisis deskriptif, kemudian membandingkan hasil survey dengan standar yang sesuai dengan peraturan yang berlaku yaitu Kepmenkes No. 829/Menkes/SK/VII/1999 tentang Persyaratan Kesehatan Perumahan. Hasil observasi, wawancara dan pengukuran menggunakan checklist, kuesioner dan alat ukur didapatkan hasil bahwa keadaan rumah kos tersebut sangat baik dengan rata-rata prosentase 87% serta perilaku penghuni kos dalam menyehatkan rumah kos 1,6% penghuni kos berperilaku sangat baik, 21,8% penghuni kos berperilaku baik, 40,3% penghuni kos berperilaku cukup baik dan 36,3% penghuni kos berperilaku kurang baik. Pemilik kos hendaknya mengadakan perjanjian dengan penghuni kos apabila akan menyewa atau kos.

Kata kunci: Sanitaasi, PHBS, Rumah Kos, Kesehatan Lingkungan

1. Pendahuluan

Mewujudkan pembangunan kesehatan dari tujuan *Millennium Development Goals* (MDGs) membutuhkan pihak-pihak yang sangat berperan penting yaitu masyarakat yang peduli terhadap PHBS dan lingkungan sekitar termasuk tempat tinggal. Manusia membutuhkan tempat tinggal yang dapat dipenuhi sesuai kebutuhan primer, sehingga yang sifatnya sementara dalam pemenuhan kebutuhan tempat tinggal ini dilakukan dengan cara kos atau menyewa rumah.

Rumah kos biasanya terdapat di perkotaan dekat dengan pusat perdagangan, perkantoran dan industri, atau area kampus perguruan tinggi. Rumah kos adalah sebuah hunian yang dipergunakan oleh sebagian kelompok masyarakat sebagai tempat tinggal sementara atau sebuah hunian yang sengaja didirikan oleh pemilik untuk disewakan kepada orang dengan sistem membayar perbulan. (<http://www.dinasperumahan.go.id>).

Hasil survey pendahuluan di Desa Karangmangu Kecamatan Baturraden Kabupaten Banyumas terdapat perguruan Tinggi yaitu Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Semarang serta terdapat tempat wisata yaitu Wisata Alam Baturraden, sehingga terdapat 126 rumah kos yang dihuni oleh mahasiswa maupun dari luar mahasiswa. Penghuninya berasal dari luar kota dan daerah yang mempunyai perilaku serta budaya yang berbeda. Bangunan rumah kos yang berdekatan membuat timbulnya beberapa masalah.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kondisi sanitasi rumah kos serta Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) penghuni kos dalam menyehatkan kondisi rumah kos di Desa Karangmangu Kecamatan Baturraden Kabupaten Banyumas.

2. Bahan dan Metoda

Jenis penelitian ini adalah penelitian observasi dengan analisis deskriptif untuk memperoleh gambaran tentang sanitasi rumah kos serta Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) penghuni kos dalam menyehatkan rumah kos di Desa Karangmangu Kecamatan Baturraden Kabupaten Banyumas 2015.

Subjek penelitian ini adalah rumah kos dan penghuni kos di Desa Karangmangu Kecamatan Baturraden Kabupaten Banyumas. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan cara *Cluster Random Sampling* berdasarkan jenis kelamin, dengan besar sampel yang diambil 20% dari populasi yaitu 10% dari rumah kos putra dan 10% dari rumah kos putri. Populasi yang menjadi tempat penelitian sebesar 126 rumah kos (89 rumah kos putri dan 37 rumah kos putra).

Analisis data yang digunakan adalah analisis tabel deskriptif yaitu membandingkan hasil survey dengan standar yang sesuai dengan peraturan yang berlaku yaitu Kepmenkes No.

829/Menkes/SK/VII/1999 tentang Persyaratan Kesehatan Perumahan. Selanjutnya disajikan dalam bentuk narasi dan tabel. Serta hasil dari wawancara responden dalam penilaian PHBS penghuni kos dalam menyehatkan rumah kos dideskripsikan dalam bentuk narasi.

3. Hasil dan Pembahasan

Penilaian keadaan sanitasi rumah kos di Desa Karangmangu dengan sampel sebanyak 26 rumah kos yang dilakukan pada tanggal 8 Juni 2015 sampai 11 Juni 2015 dengan menggunakan checklist, kuesioner dan pengukuran, diperoleh hasil rumah kos 100% sehat dengan rata – rata prosentase penilaian 87%. Rincian hasil sebagai berikut :

Tabel 1. Hasil rekapitulasi inspeksi rumah kos di Desa Karangmangu Tahun 2015

| No | Variabel | Hasil | |
|----|--|-----------------|-----------------------|
| | | Memenuhi syarat | Tidak memenuhi syarat |
| 1 | Aspek fisik rumah | | |
| | a. Langit – langit | 100% | 0% |
| | b. Dinding | 100% | 0% |
| | c. Lantai | 100% | 0% |
| | d. Jendela kamar tidur | 100% | 0% |
| | e. Suhu | 100% | 0% |
| | f. Kelembaban | 0% | 100% |
| | g. Pencahayaan | 65,38% | 34,62% |
| | h. Ventilasi | 0% | 100% |
| | i. Kepadatan hunian | 100% | 0% |
| 2 | Sarana sanitasi dasar | | |
| | a. Penyediaan air bersih | 100% | 0% |
| | b. Sarana pembuangan air limbah | 100% | 0% |
| | c. Sarana pembuangan kotoran manusia (tinja) | 100% | 0% |
| | d. Sarana pembuangan sampah | 0% | 100% |
| | e. Vektor penyakit | 34,62% | 65,38% |

Menurut Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 829/MENKES/SK/VII/1999 bahwa tempat tinggal yang memenuhi syarat yaitu terdapat langit – langit (bersih, mudah dibersihkan, berwarna terang dan tidak rawan kecelakaan), dinding

(permanen/tembok atau pasangan batu bata yang diplester serta berwarna terang), lantai (kedap air, tidak licin dan mudah dibersihkan), jendela (jendela kamar tidur, jendela ruang tamu maupun jendela ruang keluarga), suhu ruangan dalam rumah yaitu 18-30⁰ C, kelembaban udara berkisar antara 40-70%, pencahayaan alami atau buatan langsung maupun tidak langsung dapat menerangi seluruh ruangan dengan intensitas penerangan minimal 60 lux atau terang dan tidak menyilaukan mata, luas lubang ventilasi alamiah yang permanen minimal 10% dari luas lantai, kepadatan hunian 8m² untuk 2 orang, penyediaan air bersih dengan kapasitas minimal 60 liter/orang/hari dan kualitas air harus memenuhi persyaratan kesehatan air bersih dan/atau air minum menurut Permenkes No. 416 tahun 1990 dan Kepmenkes No. 907 tahun 2002, pembuangan air limbah yang memenuhi syarat yaitu tidak mencemari sumber air, tidak menimbulkan bau dan tidak mencemari permukaan tanah serta limbah padat harus dikelola dengan baik agar tidak menimbulkan bau, tidak mencemari permukaan tanah dan air tanah, sarana pembuangan kotoran manusia (tinja) yaitu tipe leher angsa dan disalurkan ke *septiktank*, kedap air, tertutup, mudah dibersihkan dan terpisah menurut jenisnya, dan di dalam rumah tidak terdapat nyamuk dan lalat.

Aspek yang belum memenuhi syarat pada penelitian ini yaitu terdapat pada kelembaban, ventilasi, SPAL, sarana pembuangan sampah dan vektor. Hasil pengukuran dipengaruhi oleh data topografi, bahwa desa Karangmangu terletak pada daerah yang tergolong dataran tinggi. Tinggi rendahnya kelembaban udara dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu suhu, tekanan udara, pergerakan angin, kualitas dan kuantitas penyinaran. Untuk menjaga kondisi kelembaban agar tetap stabil dengan cara memperluas lubang ventilasi maupun dengan membuka jendela setiap hari agar ada pertukaran udara dan penyinaran dari sinar matahari dalam rumah atau ruangan.

Ventilasi alamiah untuk pertukaran udara dalam ruangan kurang atau tidak memenuhi syarat, sehingga udara dalam ruangan menjadi pengap, akan tetapi pemberian ventilasi juga harus memperhatikan keadaan topografi pada daerah tersebut. Daerah yang tergolong dataran tinggi atau pegunungan luas ventilasi pastinya akan lebih sedikit dibandingkan pada daerah dataran rendah, karena pada daerah pegunungan memiliki suhu yang dingin apabila luas ventilasi diperbanyak maka tidak baik juga bagi kesehatan. Menurut Permenkes No. 1077/PER/V/2011 tentang Pedoman Penyehatan Dalam Ruang Rumah bahwa luas ventilasi juga tergantung pada keadaan topografi daerah tersebut, sehingga apabila di daerah pegunungan luas ventilasi <10 % tidak ada masalah dan diperbolehkan.

Air limbah rumah hendaknya diolah dengan benar, jangan dibuang sembarangan, disalurkan pada saluran yang kedap air dan tertutup. Hal ini dapat

menyebabkan sumber air disekitar dapat tercemar akibat resapan air limbah. Tidak membuang sampah ataupun sisa makanan pada saluran pembuangan limbah agar limbah cair dapat mengalir dengan lancar.

Pembuangan sampah yang tidak terkontrol dengan baik dapat menarik berbagai vektor seperti lalat, nyamuk, tikus, dan kecoa yang dapat menimbulkan penyakit. Upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah hal tersebut yaitu dengan memberi tutup pada setiap tempat sampah.

Upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah adanya vektor yaitu dengan perbaikan sanitasi, menghilangkan sisa makanan, menghilangkan tempat perindukan vektor serta kurangi penggunaan pestisida yang dapat mencemari lingkungan dan memberikan dampak negatif bagi kesehatan.

Hasil wawancara dan pengamatan yang dilakukan pada 26 rumah kos dengan jumlah responden sebanyak 124 orang penghuni kos di Desa Karangmangu Kecamatan Baturraden Kabupaten Banyumas tentang PHBS penghuni kos dalam menyehatkan rumah kos diperoleh :

Tabel 2. Hasil penilaian responden pada rumah kos di Desa Karangmangu Tahun 2015

| Kategori | Hasil penilaian | |
|-------------|-----------------|------|
| | ∑ | % |
| Sangat baik | 2 | 1,6 |
| Baik | 27 | 21,8 |
| Cukup baik | 50 | 40,3 |
| Kurang baik | 45 | 36,3 |
| Jumlah | 124 | 100 |

Hasil wawancara dg responden diketahui bahwa sebagian besar penghuni kos di desa Karangmangu masih kurang baik. Dari hal tersebut maka upayakan untuk selalu menerapkan PHBS dlm kegiatan sehari-hari, seperti membersihkan halaman. Selain menjaga kebersihan lantai dalam rumah, luar rumah atau halaman pun harus dijaga kebersihannya, karena menjaga kebersihan lingkungan sangatlah berguna untuk kita semua karena dapat menciptakan kehidupan yang aman, bersih, sejuk dan sehat. Maka dari itu, halaman rumah juga hendaknya dibersihkan setiap hari. Dengan lingkungan yang bersih, maka akan terhindar dari penyakit yang disebabkan lingkungan.

Selain menjaga kebersihan lantai maupun halaman rumah dengan cara menyapu, mengepel lantai adalah cara menjaga kebersihan secara maksimal. Dengan menjaga kebersihan secara maksimal, maka lingkungan kita akan menjadi lebih sehat dan kita akan lebih nyaman untuk beraktivitas.

Sampah dapat diartikan sebagai limbah pada sisa aktivitas manusia atau masyarakat, tidak terpakai, dapat bersifat organik maupun anorganik yang dapat membahayakan bagi kesehatan lingkungan jika tidak

dikelola dengan benar. Apabila sampah dibuang sembarangan seperti di sungai, dapat mengakibatkan banjir dan apabila sampah dibuang sembarangan di lingkungan sekitar, maka lingkungan akan menjadi tidak enak dipandang, menyebabkan bau busuk, serta mengakibatkan sumber penyakit.

Upayakan terbiasa membuang sampah pada tempatnya, dapat juga sampah organik dijadikan pupuk, dan sampah anorganik dapat didaur ulang kembali, mengangkut sampah setiap hari agar tidak menumpuk, menimbulkan bau busuk serta menarik adanya vektor penyakit. Dengan cara tersebut, sampah yang dianggap mengganggu dapat teratasi dan tidak mengotori lingkungan lagi, sehingga lingkungan menjadi lebih bersih dan sehat.

Pemilahan sampah adalah salah satu proses dalam pengolahan sampah, yaitu dengan memisahkan menjadi kelompok sampah tertentu. Kelompok sampah ini biasanya berupa sampah organik dan anorganik atau sampah basah dan sampah kering. Pemilahan sampah memiliki manfaat tersendiri yaitu kualitas lingkungan lebih meningkat, berkontribusi secara langsung dalam memecahkan masalah penanganan sampah, serta dapat pula sebagai tambahan pendapatan. Dengan membuang sampah ke tempat sampah sudah dapat dikatakan membuang sampah pada tempatnya, tapi alangkah lebih baik kalau memilah sampah terlebih dulu sebelum membuangnya ke tempat yang seharusnya.

Salah satu aspek penting dalam menjaga kesehatan adalah dengan menjaga kebersihan alat makan. Berbagai penyakit dapat timbul jika alat makan tidak higienis. Setelah digunakan alat makan hendaknya langsung dicuci, karena bakteri sangat mudah tumbuh pada tempat-tempat yang kotor. Upayakan mencuci bersih alat makan tersebut menggunakan air yang mengalir dan memakai sabun cuci piring.

Menguras bak mandi secara rutin selain menjaga kebersihan air dari kotoran, kita telah melakukan pencegahan terhadap vektor nyamuk *aedes aegypti*. Bak mandi yang jarang dikuras dapat menjadi tempat perkembangbiakan bagi jentik dari nyamuk *aedes aegypti*. Upayakan menguras bak mandi seminggu 2 kali, agar lingkungan rumah tetap sehat dan terhindar dari berbagai macam penyakit dan biasakan berperilaku hidup bersih dan sehat.

Kebiasaan menggantung pakaian kotor di dalam rumah dapat menjadi sarang nyamuk *Aedes aegypti* yang menularkan virus dengue sebagai penyebab penyakit DBD. Sebaiknya setelah memakai baju hendaknya masukkan ke dalam ember kemudian dicuci dan jangan menunggu baju tersebut sampai menumpuk karena selain dapat menjadi sarang nyamuk, bakteri dapat tumbuh pada pakaian kotor tersebut.

Menurut WHO, merokok akan menciptakan beban ganda, karena merokok akan mengganggu kesehatan sehingga lebih banyak biaya harus

dikeluarkan untuk mengobati penyakitnya. Kebiasaan merokok sedikitnya menyebabkan 30 jenis penyakit pada manusia. Penyakit yang timbul akan tergantung dari kadar zat berbahaya yang terkandung, kurun waktu kebiasaan merokok, dan cara menghisap rokok. Semakin muda seseorang mulai merokok, makin besar resiko orang tersebut mendapat penyakit saat tua. Usahakan hindari rokok sejak dini, cintailah tubuh dengan cara bergaya hidup sehat dengan mengkonsumsi makanan yang bergizi dan jangan merokok.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil survey yang dilakukan pada tanggal 8 Juni 2015 sampai 11 Juni 2015 dapat diambil kesimpulan bahwa hasil penelitian menunjukkan sebagian besar pada aspek fisik rumah kos telah memenuhi syarat atau dalam kategori sangat baik, hanya pada variabel kelembaban dengan rata-rata 89,6 % dan ventilasi (100 %) yang belum memenuhi syarat atau dalam kategori kurang baik namun tidak menjadi masalah karena desa Karangmangu tergolong pada daerah dataran tinggi sehingga ventilasi sedikit untuk menjaga suhu dalam ruangan, kondisi sanitasi dasar rumah kos sudah cukup baik, variabel yang masih menjadi masalah yaitu pada sarana pembuangan sampah yang 88,5% masih buruk, Sarana Pembuangan Air Limbah 92,3% tidak memenuhi syarat dan vektor penyakit 65,38% juga belum memenuhi syarat dan penghuni kos yang mempunyai PHBS sangat baik sebanyak 2 orang (1,6%), 27 orang (21,8%) penghuni kos mempunyai PHBS baik, 50 orang (40,3%) penghuni kos mempunyai PHBS cukup baik dan 45 orang (36,3%) penghuni kos mempunyai PHBS kurang baik.

Saran untuk peneliti lain agar mengganti variabel penelitian, menambah variabel yang diukur dan metode penelitian.

5. Daftar pustaka

- Azis Awaludin. (2010). *Inspeksi Sanitasi Rumah Sehat*. at <https://id.scribd.com/doc/44971291/Laporan-Inspeksi-Sanitasi-Rumah-Sehat> diakses pada tanggal 25 Juni 2015 pukul 08.11 WIB
- Aziz Alimul Hidayat, (2007), *Metode Penelitian Kebidanan dan Analisa Data*, Jakarta: Salemba Medika
- Azwar, Azrul. (1990). *Pengantar Ilmu Kesehatan Lingkungan*. Jakarta : Yayasan Mutiara
- Azwar, Azrul. (1996). *Pengantar administrasi kesehatan edisi ketiga*. Jakarta : Binarupa Aksara

- Budiman Chandra, (2007), *Pengantar Kesehatan Lingkungan*, Jakarta : EGC Penerbit Buku Kedokteran
- Didik Sarudji, (2010), *Kesehatan Lingkungan*, Bandung: CV. Karya Putra Darwati
- Djasio Sanropie, (1989). *Pengawasan Penyehatan Lingkungan Pemukiman*. Jakarta : Pusdiknakes Depkes R.I
- Entjang, Indan. (1997). *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Bandung : Citra adtya Bakti
- <http://www.bappenas.go.id> diakses pada tanggal 28 Desember 2014, pukul 18.55 WIB
- <http://www.dinasperumahan.go.id> diakses pada tanggal 5 Desember 2014, pukul 15.30 WIB
- <http://www.kamusbesarbahasaindonesia.com> diakses pada tanggal 5 Desember 2014, pukul 15.30 WIB
- <http://www.promkes.depkes.go.id> diakses pada tanggal 7 Desember 2014, pukul 09.45 WIB
- <http://www.slideshare.net/septyazee/laporan-survey-sanitasi-perumahan> diakses pada tanggal 25 Juni 2015 pukul 08.20 WIB
- Indonesia, (1999), Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Kepmenkes RI No:829/Menkes/SK/VII/1999 Tentang Persyaratan Kesehatan Perumahan, Jakarta : Kementerian Kesehatan RI
- Indonesia, (2002), Pedoman Teknis Penilaian Rumah Sehat, Jakarta : Departemen Kesehatan RI Direktorat Jendral PPM & PL
- Indonesia, (2004), Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Kepmenkes RI No: 1193/Menkes/SK/X/2004 Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, Jakarta : Kementerian Kesehatan RI
- Indonesia, (2011), Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Permenkes RI No: 1077/PER/V/2011 tentang Pedoman Penyehatan Dalam Ruang Rumah
- Nirma Septyani, (2013), *Studi Sanitasi Rumah Kos dan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) Penghuni Kos Di Kelurahan Grendeng Kecamatan Purwokerto Utara Kabupaten Banyumas Tahun 2013*, Purwokerto : Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Politeknik Kesehatan
- Kementrian Kesehatan Semarang Jurusan Kesehatan Lingkungan Purwokerto
- Peraturan Daerah Kota Banjarbaru No 1 Tahun 2009 Tentang Pengaturan Usaha Rumah Kos at <http://library.binus.ac.id> diakses pada tanggal 8 Februari 2015, 13.35 WIB
- Profil Desa Karangmangu Tahun 2013
- Sherli Meidianti, (2012), *Rumah Sehat*. at <http://sherlidankesling.blogspot.com/2012/04/rumah-sehat.html> diakses pada tanggal 25 Juni 2015 pukul 08.45 WIB
- Soekidjo Notoatmodjo, (2007), *Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni*, Jakarta : Rineka cipta
- Suharsimi Arikunto, (2006), *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: Rineka Cipta
- Suparlan, (2012), *Pengantar Pengawasan hygiene-Sanitasi Tempat-Tempat Umum-Wisata & Usaha-Usaha Untuk Umum*, Surabaya : Duatujuh
- Tri Cahyono, (2014), *Pedoman Penulisan Proposal Penelitian Dan Karya Tulis Ilmiah/Skripsi (Edisi Revisi Ketiga)*, Purwokerto : Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Semarang Jurusan Kesehatan Lingkungan Purwokerto
- Umi Mukarromah, (2009), *Tinjauan Sanitasi Rumah Penduduk Di RW 02 Desa Plangkapan Kecamatan Tambak Kabupaten Banyumas Tahun 2009*, Purwokerto : Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Semarang Jurusan Kesehatan Lingkungan Purwokerto
- Undang – Undang Republik Indonesia No 4 Tahun 1992 Tentang Perumahan dan Permukiman
- WHO, (2001), *Kesehatan dan Lingkungan*, WHO : Geneva Swiss