



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 3 Tahun 2024 Page 6875-6882

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Gambaran Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Lansia

Andro Ruben Runtu^{1✉}, Linni Pondaag², Jeane L.I. Sumarauw³

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Tomohon

Email: androruntu21@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Latar Belakang Penduduk lansia terus mengalami pertumbuhan yang ditandai dengan meningkatnya angka harapan hidup dan menurunnya angka kematian. Seiring bertambahnya usia, fungsi fisiologis mengalami penurunan yang diakibatkan proses penuaan, dengan demikian perlu dilakukan peningkatan kebiasaan hidup bersih dan sehat. Dengan itu, tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) lansia di Kelurahan Lahendong Wilayah Kerja Puskesmas Lansot. Metode penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif, mempergunakan teknik *purposive sampling*, jumlah sampelnya 118 responden, penghimpunan data melalui kuesioner. Hasil penelitian mengungkapkan responden dengan pengetahuan baik ada 97 responden (82,2%) dan responden dengan pengetahuan kurang ada 21 responden (17,8%). Kesimpulan sebagaimana hasil penelitian yang dilakukan masih terdapat lansia yang berpengetahuan kurang. Saran hendaknya bagi petugas kesehatan dan pemerintah Kelurahan Lahendong untuk memberikan penyuluhan kesehatan di Posyandu lansia dan kegiatan-kegiatan lansia tentang PHBS mempergunakan metode praktis dan teknik penyampaian efektif yang mudah dipahami sehingga menambah pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat.

Kata Kunci: *Pengetahuan, PHBS, Lansia*

Abstract

Background The elderly population continues to experience growth, which is marked by increasing life expectancy and decreasing death rates. As we get older, physiological functions decrease due to the aging process, so it is necessary to improve clean and healthy living habits. With that, the aim of this research is to determine the description of knowledge of clean and healthy living behavior (PHBS) of the elderly in Lahendong Village, Lansot Community Health Center Work Area. This research method is descriptive quantitative, using purposive sampling techniques, the sample size is 118 respondents, data collection is through questionnaires. The research results revealed that there were 97 respondents with good knowledge (82.2%) and 21 respondents with poor knowledge (17.8%). The conclusion, as per the results of the research conducted, is that there are still elderly people who lack knowledge. Suggestions would be for health workers and the Lahendong Subdistrict government to provide health education at the Posyandu for the elderly and activities for the elderly regarding PHBS using practical methods and effective delivery techniques that are easy to understand so as to increase knowledge about clean and healthy living behavior.

Keywords: *Knowledge, PHBS, Elderly*

PENDAHULUAN

Menurut WHO (2013), menjalani gaya hidup sehat dan bersih sangatlah penting dan termasuk hak asasi manusia guna menjaga keberlangsungan hidup. Pada hakikatnya, perilaku hidup bersih dan sehat ialah usaha menyebarkan pengetahuan mengenai pola hidup sehat kepada individu, kelompok atau masyarakat secara umum melalui berbagai saluran media sebagai sarana membagikan informasi. Terdapat beragam jenis informasi yang bisa disebarluaskan, seperti materi edukasi untuk peningkatan pengetahuan dan mengubah sikap serta perilaku mengenai masalah kebersihan dan kesehatan.

Panduan Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang sudah dikeluarkan oleh Menteri Kesehatan RI dalam Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 2269/MENKES/PER/XI/2011. Pedoman ini menetapkan upaya meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di semua kawasan Indonesia dengan mengikuti pola pengelolaan PHBS termasuk tahapan pengkajian, perencanaan, penyelenggaraan, pengawasan dan evaluasi. Langkah ini diambil untuk mendayagunakan masyarakat agar mampu menjaga, melindungi dan meningkatkan kesehatan mereka sendiri, sehingga mereka secara aktif berpartisipasi dalam meningkatkan kondisi kesehatannya (KEMENKES RI, 2020).

Usia lanjut merupakan fase terakhir dari kehidupan seseorang di mana perkembangan terakhir dalam kehidupan manusia terjadi. Orang tua ialah seseorang yang sudah mencapai usia 45 tahun atau 60 tahun. Jumlah lansia terus bertambah, bersamaan dengan kenaikan

angka harapan hidup dan penurunan angka kematian. Perubahan-perubahan yang terjadi selama proses penuaan adalah waktu di mana seseorang mencoba untuk tetap bahagia melalui berbagai perubahan dalam hidup. Semakin tua, kemampuan tubuh untuk berfungsi semakin menurun akibat bertambahnya usia, dengan demikian penyakit tidak menular sering muncul pada orang tua. Permasalahan degeneratif juga dapat melemahkannya sistem kekebalan tubuh dan mengakibatkan tubuh lebih rawan terkena infeksi penyakit menular. Beberapa teori terkait dengan penuaan dikenal dan telah dipaparkan. Sebagian besar menjelaskan tentang perubahan peran fungsional yang berhubungan dengan perubahan fisiologis dan psikososial pada lansia (Hidayati et al, 2021).

Berdasar data *World Health Organization* (WHO) yang dipublikasikan oleh BPS (2022), tahun 2030, diestimasikan sekurangnya 1 dari 6 orang di dunia akan mendapati usia 60 tahun lebih. Sekarang ini, jumlah penduduk berusia 60 tahun lebih diestimasikan naik dari 1 miliar pada tahun 2020 menjadi 1,4 miliar. Populasi global yang berusia 60 tahun lebih diperkirakan akan naik dua kali lipat menjadi 2,1 miliar pada tahun 2050. Sejak tahun 2021, Indonesia telah memasuki era penduduk lanjut usia dengan presentase populasi lanjut usia yang sudah melebihi 10%. Proporsi populasi lansia meningkat sedikitnya 3% selama sepuluh tahun terakhir (2010-2021) dan kini mencapai angka 10,82%. Harapan hidup juga naik dari 69,81% pada tahun 2010 menjadi 71,57% pada tahun 2021. Rata-rata angka harapan hidup penduduk Indonesia ketika lahir mencapai 71,85% pada tahun 2022. Angka ini meningkat sebesar 0,28% dibanding dengan tahun 2022 sebelumnya yaitu 71,57% (Data Indonesia, 2022). Menurut data BPS (2020) Sulawesi utara merupakan provinsi dengan presentase penduduk lanjut usia tertinggi di Pulau Sulawesi, yaitu 12,19 persen.

Berdasarkan penelitian Afifah (2021), tentang gambaran PHBS pada lansia hasil penelitian mengungkapkan dari jumlah 102 responden, ada 68 orang (58,6%) responden dikategorikan baik dan 48 orang (41,4%) responden kategori kurang.

Data yang diperoleh dari Kelurahan Lahendong Kota Tomohon pada bulan Januari sampai Maret 2024 berjumlah 118 lansia yang mengikuti posyandu lansia yang terdiri dari lansia perempuan 90 orang dan lansia laki-laki 28 orang.

Studi pendahuluan yang dilaksanakan peneliti dengan wawancara pada 5 lansia di Kelurahan Lahendong Kota Tomohon tentang PHBS, didapatkan hasil 3 lansia kurang mengetahui tentang PHBS. Dengan demikian, peneliti terdorong untuk melaksanakan penelitian berjudul "Gambaran Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Lansia di Kelurahan Lahendong Wilayah Kerja Puskesmas Lansot Kota Tomohon".

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang dipergunakan yaitu kuantitatif mempergunakan pendekatan deskriptif. Penelitian ini dilangsungkan di Kelurahan Lahendong wilayah kerja Puskesmas Lansot Kota Tomohon. Populasi penelitian ini terdiri dari lansia yang datang ke posyandu lansia di Kelurahan Lahendong wilayah kerja Puskesmas Lansot Kota Tomohon yang berjumlah 118 responden. Pada penelitian ini, teknik sampling yang dipergunakan yakni *total sampling*. Serta instrumen yang digunakan yaitu kuesioner. Pengolahan data hasil penelitian ini dilaksanakan dengan mempergunakan analisis komputer yang terdiri dari beberapa tahapan yakni *editing, coding, entry, cleaning, dan tabulating*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 4.1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Presentase (%)
60-74 tahun	103	87,3
75-90 tahun	15	12,7
Total	118	100

Sumber: Data Primer, 2024

Sebagaimana kriteria usia, hasil yang diperoleh yaitu menunjukkan paling banyak responden ada pada kelompok usia 60-74 tahun dengan jumlah 103 (87,3%) responden dan pada kelompok usia 75-90 tahun dengan jumlah 15 responden (12,7%). Yuliana (2017) dalam Mutia (2021) menyatakan bahwa salah satu hal yang memengaruhi pengetahuan adalah usia. Usia bisa memengaruhi kemampuan seseorang dalam memahami dan cara berpikirnya. Dengan bertambahnya usia seseorang, pola pikir dan daya tangkapnya akan semakin berkembang, kemudian ilmu pengetahuan yang diperoleh juga akan semakin banyak. Di antara para lansia, pasti terdapat pengetahuan yang didapatkan dari pengalaman pribadinya atau dari orang lain. Pengalaman tersebut merupakan cara untuk memperoleh kebenaran suatu pengetahuan. Berdasarkan ciri-ciri usia responden, serta kemampuan menyerap informasi, pola pikir, dan pengalaman seseorang dapat memengaruhi pengetahuan mengenai PHBS.

Tabel 4.2. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase (%)
Laki-Laki	28	23,7
Perempuan	90	76,3
Total	118	100

Sumber: Data Primer, 2024

Karakteristik responden menurut jenis kelamin pada tabel 4.2 mengungkapkan bahwasanya dari 118 responden kelompok jenis kelamin dengan responden dengan responden laki- laki sebanyak 28 responden (23,7%), sedangkan perempuan sebanyak 90 responden (76,3%).

Tabel 4.3. Gambaran Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Lansia di Kelurahan Lahendong Wilayah Kerja Puskesmas Lansot Kota Tomohon

Pengetahuan	Frekuensi	Presentase (%)
Baik	97	82,2
Kurang	21	17,8
Total	118	100

Sumber: Data Primer, 2024

Sesuai dengan tabel 4.3 yaitu Gambaran Pengetahuan PHBS pada Lansia di Kelurahan Lahendong Wilayah Kerja Puskesmas Lansot Kota Tomohon, kebanyakan responden memiliki pengetahuan baik yakni 97 responden (82,2%), dan responden berpengetahuan kurang yaitu 21 responden (17,8%). Berdasarkan penelitian Siregar (2021), tentang Gambaran Pengetahuan Lansia Tentang PHBS Pada Masa Pandemi COVID-19 di Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh dengan jumlah sampel 370 responden menggunakan kuisioner. Hasil penelitian menunjukkan dari jumlah 370 responden sebanyak 219 (59,2%) dikategorikan baik dan sebanyak 151 (40,8%) responden kategori kurang. Maka, hal itu sependapat dengan teori yang dikembangkan oleh Yuliana (2017 dalam Mutia, 2021). Faktor-faktor lain juga bisa mempengaruhi pengetahuan diantaranya pendidikan, media massa / sumber informasi, lingkungan, serta sosial budaya dan ekonomi.

Lansia adalah seseorang yang telah melewati proses penuaan serta melewati berbagai perubahan dalam hidup (Senja dan Tulus, 2019 dalam Hidayati et al, 2021). Penuaan sendiri bukan sebagai suatu penyakit melainkan suatu proses bertahap yang menimbulkan perubahan kumulatif, penurunan daya tahan tubuh terhadap stimulasi internal dan eksternalnya (Kholifa, 2016). Lansia juga membutuhkan peran dalam perubahan untuk

menyesuaikan diri terhadap lingkungan sekitar sehingga lingkungan dapat berpengaruh terhadap perilaku akibat interaksi timbal balik akan dianggap sebagai pengetahuan.

PHBS adalah segala tindakan yang dilakukan secara sadar untuk meningkatkan kesehatan diri sendiri dan berpartisipasi aktif dalam upaya kesehatan masyarakat. Tujuan PHBS yaitu untuk meningkatkan kesadaran, kemampuan, dan keinginan untuk hidup sehat, mengubah sikap dan perilaku, serta meningkatkan kemandirian dalam menangani permasalahan kesehatan supaya bisa hidup bersih dan sehat (DINKES RI, 2013). Penerapan PHBS sangat penting bagi semua usia, terutama lansia, demi menjaga kesehatan dan kenyamanan mereka.

SIMPULAN

Sebagaimana uraian hasil penelitian dan pembahasannya tersebut, dengan demikian gambaran pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada lansia di Kelurahan Lahendong Kota Tomohon, maka didapatkan yaitu sebanyak 97 responden (82,2%) mempunyai pengetahuan baik tentang PHBS dan 21 responden (17,8%) memiliki pengetahuan kurang mengenai PHBS.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, et al. 2021. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Jawa Barat: CV. Adanu Abimata
- Afifah. 2021. Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) serta tingkat religious pada orang lanjut usia. <file:///C:/Users/USER/Downloads/7612-20493-1-PB.pdf> diakses 22 Mei 2024
- Badan Pusat Statistik 2022. Internet, *Statistik Penduduk Lanjut Usia*, <https://www.bps.go.id/publication/2022/12/27/3752f1d1d9b41aa69be4c6c/statistik-penduduk-lanjut-usia-2022.html>, diakses pada tanggal 14 April 2024
- Badan Pusat Statistik, 2020. Internet. *Analisis Profil Penduduk Provinsi Sulawesi Utara* <https://sulut.bps.go.id/publication/2022/06/24/85c3c5281e6ee2bbb7977a9/analisis-profil-penduduk-provinsi-sulawesi-utara.html>, diakses tanggal 14 April 2024
- DINKES. 2013. Internet. *Konsep Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*. <https://promkes.kemkes.go.id/>, diakses pada tanggal 12 April 2024
- Hendrawan, et al. 2019. Internet, *Gambaran Tingkat Pengetahuan Nelayan tentang Kesehatan dan Keselamatan Kerja*, https://www.researchgate.net/profile/Andi-Hendrawan/publication/345311219_Gambaran_Tingkat_Pengetahuan_Nelayan_tent

[ang_Kesehatan_dan_Keselamatan_Kerja/links/5fa2be08299bf10f7322976c/Gambaran-Tingkat-Pengetahuan-Nelayan-tentang-Kesehatan-dan-Keselamatan-Kerja.pdf](https://ejournal.umm.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/2378), diakses tanggal 14 April 2024

Kustanta,Nungky. 2013. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Lansia. Vol. 4 No. 1.* <https://ejournal.umm.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/2378> , diakses pada tanggal 12 April 2024

Kholifah.2016.Internet, *Keperawatan Gerontik.* <http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wpcontent/uploads/2017/08/Keperawatan-Gerontik-Komprehensif.pdf> diakses tanggal 12 April 2024

KEMENKES RI. 2020. *Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).* Jakarta: Kementerian Kesehatan RI

KEMENKES RI. 2020.Internet, *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)* [https://promkes.kemkes.go.id/perilaku-hidup-bersih-dan-sehat\(phbs\)/](https://promkes.kemkes.go.id/perilaku-hidup-bersih-dan-sehat(phbs)/), diakses pada tanggal 14 April 2024

Masturoh, Anggita. 2018. Internet, *Metodologi Penelitian Kesehatan,* http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wpcontent/uploads/2018/09/Metodologi-Penelitian-Kesehatan_SC.pdf diakses tanggal 12 April 2024

Mutia. 2021. Internet, *Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Rumah Tangga Terhadap Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Tatanan Rumah Tangga,* <http://repository.usu.ace.id/bitstream/handle/123456789/31398/170100074.pdf> , diakses tanggal 14 April 2024

Nurroh. 2017. Internet, *filsafat Ilmu,* https://www.academia.edu/31397156/Filsafat_Ilmu_Point_of_Review_, diakses tanggal 15 April 2024

Purba et al, 2021. *Metodologi Penelitian Untuk Perguruan Tinggi.* Medan: Yayasan Kita Menulis

Qirana, Ria. 2020. Internet, *HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA LANSIA DI KELURAHAN GADANG,* <http://eprints.uniska-bjm.ac.id/2922/> diakses tanggal 10 April 2024

Sahir, H. S. 2021. *Metodologi Penelitian.* Jogjakarta: KBM

Savitri, et al. 2021. *Keperawatan Gerontik.* Aceh: MZ

Senja,Amelia dan Prasetyo Tulus. 2021. *Perawatan Lansia Oleh Keluarga Care Giver.* Jakarta: Bumi Medika

Siregar, Devi et al, 2021. Internet, *Gambaran Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Lansia Pada Masa Pandemi COVID-19*
<https://jim.unsyiah.ac.id/FKep/article/view/18804> diakses tanggal 15 April 2024.