



**GAMBARAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA REMAJA
DALAM TATANAN RUMAH TANGGA DI DUSUN SURUH
DESA GENTAN KECAMATAN KRANGGAN
KABUPATEN TEMANGGUNG**

ARTIKEL

**Oleh:
INDAH NUR SAFITRI
012191014**

**PROGRAM S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
2021**

HALAMAN PENGESAHAN

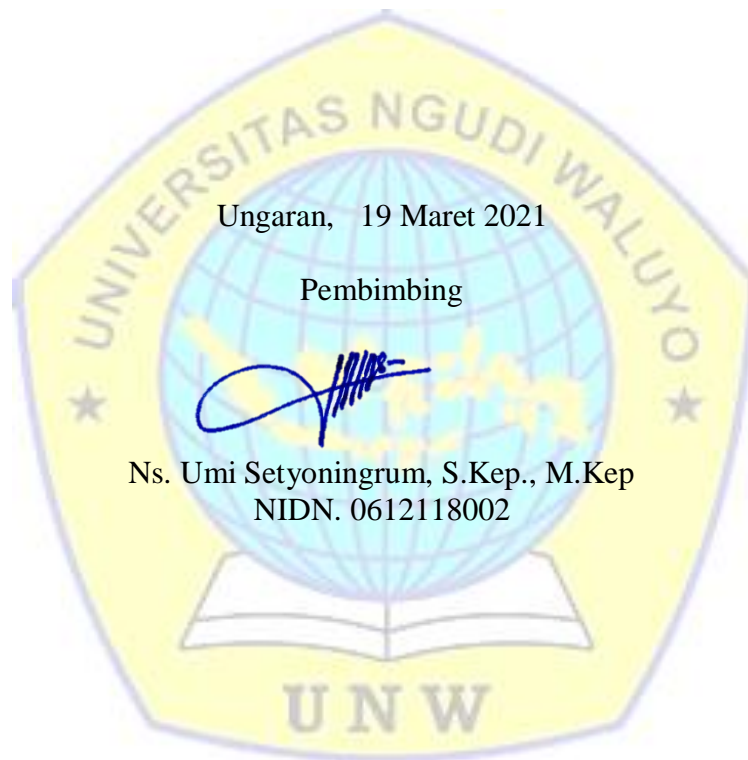
Artikel dengan judul “Gambaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Remaja Dalam Tatanan Rumah Tangga Di Dusun Suruh Desa Gentan Kecamatan Kranggan Kabupaten Temanggung” disetujui oleh pembimbing utama program studi Diploma Tiga Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo disusun oleh:

Nama : Indah Nur Safitri

Nim : 012191014

Fakultas : Kesehatan

Telah disetujui dan disahkan oleh pembimbing utama skripsi program studi S1 keperawatan fakultas kesehatan universitas ngudi waluyo



**GAMBARAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA REMAJA
DALAM TATANAN RUMAH TANGGA DI DUSUN SURUH
DESA GENTAN KECAMATAN KRANGGAN
KABUPATEN TEMANGGUNG**

Indah Nur Safitri* Umi Setyoningrum **
Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo
Inur6803@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Kelompok remaja memiliki risiko yang berkaitan dengan masalah kesehatannya hal ini terjadi karena menurut remaja penyakit akan menyerang apabila mereka sudah memasuki usia tua, pemikiran seperti inilah yang memicu remaja menerapkan perilaku hidup yang kurang sehat seperti sering tidur larut malam, mengkonsumsi makanan *instan*, jarang sarapan dipagi hari, olahraga yang kurang teratur serta kurangnya mengkonsumsi makanan yang sehat dan bergizi seimbang. Kurang sadarnya remaja akan pentingnya PHBS sering menimbulkan masalah kesehatan, seperti Diare, penyakit kulit, DHF (*Dengue Hemmoragik fever*), dan kecacangan.

Metode: Metode penelitian dengan pendekatan *deskriptif kuantitatif*. Populasi adalah Remaja usia 12-18 tahun di Dusun Suruh Desa Gentan Kecamatan Kranggan Kabupaten Temanggung dengan teknik *total sampling* dengan jumlah sampel yaitu 38 responden. *Instrumen* penelitian berupa kuesioner perilaku hidup bersih dan sehat yang mencakup variabel yang akan diteliti. Analisis yang digunakan adalah *analisis univariat* dengan distribusi frekuensi.

Hasil: hasil penelitian menemukan bahwa remaja yang menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat tidak merokok di dalam rumah kategori baik 28 orang (73,7%), perilaku mengkonsumsi buah dan sayur setiap hari baik 5 orang (13,2%), perilaku melakukan aktifitas fisik baik 5 orang (13,2%), perilaku mencuci tangan menggunakan sabun dan air bersih baik 35 orang (92,1%), perilaku menggunakan jamban sehat 26 orang (68,4%), perilaku memberantas jentik dan nyamuk seminggu sekali 8 orang (21,1%).

Kesimpulan: Gambaran perilaku hidup bersih dan sehat pada remaja di Dusun suruh desa gentan kecamatan kranggan kabupaten temanggung sebagian besar dalam kategori cukup.

Saran: Diharapkan pada remaja agar dapat menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dengan baik dalam kehidupan sehari-hari untuk mencapai tingkat kesehatan yang lebih optimal.

Kata Kunci : perilaku hidup bersih dan sehat, remaja

Daftar Pustaka : 40(2010-2020)

ABSTRACT

Background : This group of adolescents has a risk related to their health problems because according to adolescents the disease will attack them at their age, this kind of thinking is what places teenagers to adopt unhealthy life behaviors such as sleeping late at night, consuming instant food, rarely in the morning, exercising that is less healthy. less regular and consume healthy and nutritionally balanced foods. Adolescents' lack of awareness of the importance of clean and healthy lifestyle behavior often causes health problems, such as diarrhea, skin diseases, dengue fever, and worms.

Methods : The research method used was analytical survey with a quantitative approach. The population was adolescents aged 12-18 years in Suruh, Gentan Village, Kranggan District, Temanggung Regency taken with a total sampling technique with a sample size were 38 respondents. The research instrument was a questionnaire which includes the variables to be studied. The analysis used was univariate analysis with frequency distribution.

Results : The research result find out that 28 respondents (73.7%) apply clean and healthy living habits and do not smoke in the house, 5 people (13.2%) have good behavior to consume fruits and vegetables), 5 people (13.2%) do good physical activity behavior, 35 people (92.1%) have good behavior of washing hands using soap and running water, 26 people (68.4%) have the behavior of using healthy latrines , 8 people (21.1%) have the behavior of spraying larvae and mosquitoes once a week.

Conclusions : It can be described that clean and healthy living behavior among adolescents in Suruh, Gentan village, Kranggan district, Temanggung Regency, is mostly bad.

Suggestion: It is hoped that adolescents can apply hygiene and healthy living habits properly in their daily lives to achieve a more optimal level of health.

Keywords : Clean And Healthy Lifestyle Behavior , Adolescents

References : 40 (2010-2020)

PENDAHULUAN

Menurut Undang undang nomor 39 tahun 2009 tentang kesehatan menjelaskan bahwa kesehatan merupakan hak asasi manusia dan salah satu unsur kesejahteraan yang harus diwujudkan sesuai dengan cita-cita bangsa Indonesia sebagaimana dimaksud dalam Pancasila dan Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945.

Derajat kesehatan seseorang sangat dipengaruhi oleh 4 faktor antara lain faktor perilaku, faktor keturunan,

faktor lingkungan serta faktor pelayanan kesehatan. Dari keempat faktor tersebut faktor perilakulah yang sangat berpengaruh dalam status kesehatan seseorang, terutama dalam penerapan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) baik dilingkungan pribadi, keluarga ataupun lingkungan masyarakat (Siswantara et al., 2019).

Menurut (Maryunani, 2013) perilaku hidup bersih dan sehat merupakan bentuk-bentuk perilaku yang dilakukan berdasarkan hasil observasi atau pembelajaran yang menjadikan

seseorang atau masyarakat dapat membantu orang lain atau dirinya sendiri di bidang kesehatan serta berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan pribadi maupun kesehatan masyarakat.

Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor: 2269/MENKES/Per/XI/2011 yang menjelaskan tentang pedoman pembinaan perilaku hidup bersih dan sehat dalam rangka mendukung pencapaian target-target rencana strategis kementerian kesehatan tahun 2010-2014, dimana perlu ditingkatkannya upaya pembinaan perilaku hidup bersih dan sehat masyarakat di semua tatanan terutama dalam tatanan rumah tangga.

Dalam tatanan rumah tangga terdapat sasaran penerapannya diantaranya remaja, pada remaja sering kali menjadi pusat perhatian hal ini dikarenakan kelompok remaja memiliki risiko yang berkaitan dengan masalah kesehatannya.

Remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak ke masa dewasa, biasanya pada masa ini terjadi kematangan baik secara fisik, psikologi maupun social dengan rentan usia 12-21 tahun (Dewi,2012).

Masalah kesehatan pada remaja sering terjadi salah satunya akibat kurangnya penerapan perilaku hidup bersih dan sehat dalam hal ini remaja sering beranggapan bahwa penyakit hanya akan menyerang apabila usia mereka sudah menginjak usia tua pemikiran inilah yang menyebabkan banyaknya masalah kesehatan yang terjadi pada remaja.

Dari fenomena yang ada berdasarkan Dinas Kesehatan Kabupaten Temanggung tahun (2019) masalah kesehatan remaja yang masih terjadi berkaitan dengan perilaku yang kurang sehat dan akibat kenakalan

remaja itu sendiri seperti merokok, mengkonsumsi alkohol, memakai narkoba dan remaja cenderung tidak memperhatikan pola makan dan gizi seimbang serta kebersihan dirinya. Kebanyakan remaja di daerah temanggung kurang melakukan aktifitas fisik dikarenakan individu lebih menyukai bermain game dan menonton televisi di rumah.

Indikator yang diteliti dalam perilaku hidup bersih dan sehat pada remaja dalam tatanan rumah tangga yaitu: perilaku tidak merokok di dalam rumah, perilaku mengkonsumsi buah dan sayur setiap ahri, perilaku melakukan aktifitas fisik, perilaku mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir, perilaku menggunakan jamban sehat, perilaku membrantas jentik nyamuk di dalam rumah seminggu sekali.

Hal ini juga disampaikan Dalam penelitian (RAHMADI, 2013) dengan judul Gambaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Remaja Di Rumah Yatim Arrohman Lamlagang Kecamatan Banda Raya Banda Aceh Tahun 2013 mendapatkan hasil bahwa terdapat empat subvariabel indicator perilaku bersih dan sehat dikategorikan baik subvariabel tersebut yaitu membuang sampah pada tempatnya (52,63%), menggunakan jamban (WC) yang bersih dan sehat (68,42%), kebiasaan merokok (57,89%), sedangkan untuk satu variable yang berada dikategori kurang baik yaitu mencuci tangan dengan air bersih dan memakai sabun (73,68%).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti dari 10 responden yang diobservasi ditemukan data terdapat 5 remaja yang mengkonsumsi buah dan sayur dan 5 kurang mengkonsumsi buah dan sayur, 6 remaja merokok dan 4 lainnya tidak merokok, 5remaja sering melakukan

aktifitas fisik seperti berolahraga pada siang atau sore hari sedangkan 5 lainnya lebih suka berdiam diri dirumah untuk bermain handphone atau dari 10 remaja menerapkan cuci tangan setelah buang air besar dan setelah bepergian dari kesepuluh remaja mengatakan di dalam rumahnya terdapat jamban sehat yang memadai serta terdapat 6 remaja yang sering membersihkan jentik nyamuk di rumah seminggu sekali dan 4 lainnya tidak pernah ikut serta dalam membersihkan jentik nyamuk di dalam rumah.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan *deskriptif kuantitatif* merupakan suatu jenis metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan untuk membuat gambaran tentang keadaan secara objektif dengan melihat gambaran peristiwa yang terjadi yaitu gambaran perilaku hidup bersih dan sehat pada remaja.

Populasi adalah Remaja usia 12-18 dengan penggunaan sample dengan teknik *total sampling* dengan jumlah sampel yaitu 38 responden. Instrumen penelitian berupa kuesioner yang mencakup variabel yang akan diteliti. Analisis yang digunakan adalah analisis univariat dengan distribusi frekuensi.

HASIL

Tabel 1 Gambaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Remaja

Kategori	intervensi	
	f	%
Umur		
12	9	23,7
13	6	15,8
14	5	13,2
15	4	10,5
16	2	5,3
17	8	21,1
18	4	10,5

Jenis kelamin		
Laki-laki	16	57,9
perempuan	22	42,1

Berdasarkan tabel 1 didapatkan hasil bahwa dari 38 responden terdapat 16 orang (57,9%) berjenis kelamin perempuan dan 22 (42,1%) berjenis kelamin laki-laki dengan kategori usia 12 tahun sebanyak 9 orang (23,7%), 13 tahun sebanyak 6 orang (15,8%), 14 tahun sebanyak 5 orang (13,2%), 15 tahun sebanyak 4 orang (10,5%), 16 tahun 2 orang sebanyak 2 orang (5,3%), 17 tahun sebanyak 8 orang (21,1%) dan 18 tahun sebanyak 4 orang (10,5%).

Tabel 2 Distribusi frekuensi Gambaran perilaku hidup bersih dan sehat pada remaja

Perilaku hidup bersih dan sehat pada remaja	f	%
Kurang	1	2,6
Cukup	25	65,8
Baik	12	31,6
Jumlah	38	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan perilaku hidup bersih dan sehat pada remaja di dusun suruh desa gentan kecamatan kranggan kabupaten temanggung kategori kurang 1 orang (2,6%) kategori cukup 25 (65,8%) kategori baik 12 orang (31,6%)

Tabel 3 Distribusi frekuensi Gambaran perilaku hidup bersih dan sehat tidak merokok

Perilaku tidak merokok di rumah	f	%
Tidak baik	10	26,3
Baik	28	73,7
Jumlah	38	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan perilaku hidup bersih dan sehat pada remaja di dusub suruh desa gentan kecamatan kranggan kabupaten

temanggung kategori baik 28 orang (73,7%) kategori tidak baik 10 orang (26,35)

Tabel 4 Distribusi frekuensi Gambaran perilaku hidup bersih dan sehat mengkonsumsi buah dan sayur

Perilaku	tidak	f	%
merokok di rumah			
Tidak baik		33	86,8
Baik		5	13,2
Jumlah		38	100

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan perilaku hidup bersih dan sehat mengkonsumsi buah dan sayur pada remaja di dusun suruh desa gentan kecamatan kranggan kabupaten temanggung kategori baik 5 orang (13,2%) kategori tidak baik 33 orang (86,8%).

Tabel 5 Distribusi frekuensi Gambaran perilaku hidup bersih dan sehat melakukan aktifitas fisik setiap hari

Perilaku	melakukan	f	%
aktifitas fisik			
Tidak baik		33	86,8
Baik		5	13,2
Jumlah		38	100

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan perilaku hidup bersih dan sehat melakukan aktifitas fisik setiap hari pada remaja di dusun suruh desa gentan kecamatan kranggan kabupaten temanggung kategori baik 5 orang (13,2%) kategori tidak baik 33 orang (86,8%)

Tabel 6 Distribusi frekuensi Gambaran perilaku hidup bersih dan sehat mencuci tangan menggunakan sabun dan air bersih

Perilaku	tidak	f	%
merokok di rumah			
Tidak baik		3	7,9
Baik		35	92,1
Jumlah		38	100

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan perilaku hidup bersih dan sehat mencuci tangan menggunakan sabun dan air bersih pada remaja di dusun suruh desa gentan kecamatan kranggan kabupaten temanggung kategori baik 35 orang 92,1% kategori tidak baik 3 orang 7,9%

Tabel 7 Distribusi frekuensi Gambaran perilaku hidup bersih dan sehat menggunakan jamban sehat

Perilaku	tidak	f	%
merokok di rumah			
Tidak baik		12	31,6
Baik		26	68,4
Jumlah		38	100

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan perilaku hidup bersih dan sehat menggunakan jamban sehat pada remaja di dusun suruh desa gentan kecamatan kranggan kabupaten temanggung kategori baik 26 orang (68,4%) kategori tidak baik (12 orang 31,6%).

Tabel 8 Distribusi frekuensi Gambaran perilaku hidup bersih dan sehat memberantas jentik nyamuk di rumah

Perilaku	tidak	f	%
merokok di rumah			
Tidak baik		12	31,6
Baik		26	68,4
Jumlah		38	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan perilaku hidup bersih dan sehat memberantas jentik nyamuk di rumah

pada remaja di dusun suruh desa gentan kecamatan kranggan kabupaten temanggung kategori baik 8 orang (21,1%) kategori tidak baik 30 orang (78,9%).

PEMBAHASAN

Remaja sebagai generasi penerus bangsa memiliki tugas serta tanggungjawab yang berpengaruh dalam keluarga, lingkungan maupun masyarakat, untuk itu dimulai dari usia remaja harus mampu menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang dapat dimulai dari dirinya sendiri hingga menerapkannya pada lingkungan keluarga bahkan lingkungan masyarakat.

Alasan penulis mengambil responden remaja usia 12-18 tahun karena diusia remaja tersebut individu sangat rentan untuk tidak menerapkan hidup bersih dan sehat sehingga muncul gangguan kesehatan yang dialami oleh remaja.

1. Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan sehat pada remaja

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja di dusun suruh dalam penerapan perilaku hidup bersih dan sehat masih tergolong dalam kategori cukup dengan presentase sebanyak (65,8%).

Kurangnya penerapan perilaku hidup bersih dan sehat pada usia remaja di pengaruhi oleh beberapa faktor seperti faktor pengetahuan, faktor kepribadian, pengaruh informasi, pengaruh orang tua, pengaruh budaya serta pengaruh fasilitas pelayanan kesehatan

2. Gambaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Tidak Merokok Di Dalam Rumah

Hasil penelitian menunjukkan Remaja yang menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat tidak merokok di dalam rumah ada sebanyak 28 orang (73,7%)

Hasil penelitian menunjukan beberapa remaja yang merokok menjelaskan bahwa ia mulai merokok karena seringnya berkumpul dengan teman-temannya selain itu juga remaja, mereka juga beranggapan bahwa merokok merupakan perilaku yang wajar saat ia sudah besar.

Penelitian Loughlin, et al (2017) menunjukan bahwa terdapat 5 faktor risiko yang dapat mempengaruhi perilaku merokok pada remaja yaitu, faktor sosial demografi, faktor lingkungan sosial, faktor karakteristik psikologis, faktor gaya hidup dan kebutuhan akan rokok dan yang paling dominan adalah yaitu faktor teman sebaya khususnya pada usia remaja awal dan remaja pertengahan.

3. Gambaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Mengonsumsi Sayur Dan Buah Setiap Hari

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar remaja dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat mengonsumsi buah dan sayur masih dalam kategori tidak baik dengan presentase 33 orang (86,8%).

Remaja pada usia 12-18 tahun merupakan tahap periode yang dimana individu sangat membutuhkan zat gizi tertentu dengan jumlah yang cukup karena pada usia ini mengalami peningkatan dalam proses perkembangan serta pertumbuhan pada fisik pada remaja (Almatsier, S., Soetardjo, S. & Soekatri, (2011).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa masih banyaknya remaja yang kurang memperhatikan perilaku hidup

bersih dan sehat yaitu mengkonsumsi buah dan sayur, dalam penelitian ini juga didapatkan remaja lebih menyukai makan-makanan yang instan dibandingkan dengan mengkonsumsi buah dan sayur setiap harinya.

Pernyataan tersebut diperkuat oleh penelitian Rachman, BN., I Gede M & I. G. A Wita K (2017) yang menjelaskan bahwa beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku mengkonsumsi buah dan sayur antara lain sikap, pengetahuan tentang gizi, ketersediaan makanan, keterpaparan media serta pendapatan orang tua.

4. Gambaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Melakukan Aktifitas Fisik Setiap Hari

Hasil penelitian menunjukkan Remaja di dusun suruh yang melakukan aktivitas fisik setiap hari dengan baik ada sebanyak 5 orang (13,2%), lebih sedikit dibanding dengan perilaku melakukan aktifitas fisik tidak baik yaitu sebanyak 33 orang (86,8%).

Menurut penelitian (Ismahmudi, R & Yayi, SP (2015) tentang faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi mahasiswa dalam melakukan aktivitas fisik di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Samarinda menunjukkan bahwa motivasi untuk melakukan aktivitas fisik dipengaruhi oleh faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik diantaranya motivasi remaja untuk melakukan aktivitas fisik yaitu jenis kelamin, intensitas aktivitas fisik, dan faktor motivasi internal.

Pernyataan tersebut selaras dengan data yang didapatkan dari penelitian bahwa banyaknya remaja lebih senang bermain handphone dan bersantai di tempat tidur daripada harus melakukan olahraga, remaja mengaku malas jika harus meluangkan waktu untuk berolahraga

5. Gambaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Mencuci Tangan Dengan Sabun Dan Air Bersih

Hasil penelitian menunjukkan Remaja di dusun suruh yang menerapkan perilaku mencuci tangan dengan sabun dan air bersih dengan baik ada sebanyak 35 orang (92,1%), lebih banyak dibanding dengan perilaku mencuci tangan dengan air bersih dan sabun tidak baik yaitu sebanyak 3 orang (7,9%).

Menurut penelitian Murwanto (2017) bahwa terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi perilaku mencuci tangan pada remaja diantaranya pengetahuan, sikap, persepsi, citra diri, nilai-nilai, kepercayaan, ketersediaan tempat cuci tangan, peran orang tua, peran petugas kesehatan.

Hasil yang didapatkan saat penelitian adalah remaja sangat sadar bahwa pentingnya mencuci tangan untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, selain itu juga ditunjukkan bahwa sikap remaja dalam melakukan cuci tangan sangat baik.

7. Gambaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Menggunakan Jamban Sehat

Hasil penelitian menunjukkan Remaja di dusun suruh yang menggunakan jamban sehat dengan baik ada sebanyak 26 orang (68,8%), lebih banyak dibanding dengan perilaku menggunakan jamban sehat tidak baik yaitu sebanyak 12 orang (31,6%).

Kepemilikan jamban sehat merupakan faktor kemungkinan tidak menerapkannya remaja dalam penggunaan jamban sehat ini karena tersedianya jamban merupakan salah satu fasilitas keluarga yang

memungkinkan tiap anggota keluarga menggunakan jamban yang ada.

Jamban yang bersih diperlukan untuk mencegah penularan bakteri dan virus penyebab penyakit diantara remaja serta keluarga yang mennggunakannya. Jamban yang sehat merupakan jamban yang tertutup dengan ventilasi udara yang cukup serta memiliki ketersediaan air bersih yang cukup.

8. Gambaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Memberantas Jentik Di Rumah Seminggu Sekali

Hasil penelitian menunjukkan perilaku remaja di dusun suruh yang mampu memberantas jentik di rumah seminggu sekali dengan baik ada sebanyak 8 orang (21,1%), lebih sedikit dibanding dengan perilaku memberantas jentik nyamuk dirumah tidak baik yaitu sebanyak orang 30 orang (78,9%).

Selama ini masyarakat kurang berpartisipasi dalam kegiatan dalam bidang kesehatan. Seperti halnya dalam upaya pencegahan demam berdarah dalam tingkat masyarakat hanya dilakukan oleh ibu rumah tangga saja sedangkan anggota keluarga lain kurang berpartisipasi dalam membentasi jentik nyamuk. Hal ini sesuai dengan penelitian Achmad (1997) dalam Rahmawati (2011) yang menjelaskan bahwa subjek penelitian dalam pemberantasan jentik nyamuk dirumah adalah ibu rumah tangga. Sedangkan anggota keluarga yang lain masih banyak yang belum terlibat salah satunya remaja. Selama ini peran dari remaja dalam kegiatan pencegahan demam berdarah tergolong masih kurang. Hal ini dapat dilihat dari masih kurangnya keikutsertaan remaja dalam mengikuti kegiatan-kegiatan dalam menciptakan lingkungan yang sehat seperti kegiatan gotong royong,

membersihkan lingkungan rumah serta melakukan 3M dalam memberantas jentik nyamuk.

Penyataan tersebut dibuktikan dengan hasil penelitian bahwa remaja tidak pernah membersihkan rumah agar terhindar dari jentik nyamuk seperti dalam membersihkan penampungan air remaja hanya membersihkannya saat sudah terlihat kotor padahal jangka waktu yang tepat dalam membersihkan atas membetastasi jentik nyamuk yaitu seminggu sekali.

Kesimpulan

1. Gambaran perilaku hidup bersih dan sehat pada remaja dalam tatanan rumah tangga dengan kategorik buruk terdapat 2.6% kategori cukup sebesar 65,8% dan kategori baik sebesar 31,6%
2. Gambaran perilaku hidup bersih dan sehat tidak merokok di dalam rumah pada remaja dengan baik sebesar 73,7%
3. Gambaran perilaku hidup bersih dan sehat mengkonsumsi buah dan sayur setiap hari pada remaja dengan baik sebesar 13,2%
4. Gambaran perilaku hidup bersih dan sehat pada melakukan aktifitas fisik setiap hari dengan baik sebesar 13,2%
5. Gambaran perilaku hidup bersih dan sehat mencuci tangan menggunakan sabun dan air bersih pada remaja dengan baik sebesar 92,1%
6. Gambaran perilaku hidup bersih dan sehat menggunakan jamban sehat pada remaja dengan baik sebesar 68,4%
7. Gambaran perilaku hidup bersih dan sehat memberantas jentik nyamuk di rumah pada remaja dengan baik sebesar 21,1

SARAN

Diharapkan pada remaja agar dapat menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dengan baik dalam kehidupan sehari-hari untuk mencapai tingkat kesehatan yang lebih optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S., Soetardjo, S., & Soekatri, M. (2011). *Gizi Seimbang dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Dewi, A. (2012). *Hubungan Karakteristik Remaja, Peran Teman Sebaya Dan Paparan Pornografi Dengan Perilaku Seksual Remaja Di Kelurahan Pasir Gunung Selatan Depok*. 141.
- Gustiara, I. (2013). *Konsumsi Sayur Dan Buah Pada Siswa SMA Negeri 1 Pekanbaru*. Dimuat dalam <https://media.neliti.com/media/publications/160033-ID-konsumsi-sayur-dan-buah-pada-siswa-sma-n.pdf>. Diakses pada tanggal 12 februari 2021.
- Ismahmudi, R & Yayi, SP. (2015). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Motivasi Mahasiswa dalam Melakukan Aktivitas Fisik di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Samarinda*. dimuat dalam <http://etd.repository.ugm.ac.id/penerbitan/detail/91642>. Diakses pada tanggal 13 Februari 2020 Pukul 13.00 WIB
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2011). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor: 2269/MENKES/Per/XI/2011 Tentang Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat* (PHBS). Jakarta: Kementrian Kesehatan RI
- Loughlin, et al (2017). Predictors of cigarette smoking initiation in early, middle, and late adolescence. *Journal of Adolescent Health*,1(2):363-370.
- Mayunani,A. (2013). *Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat*. Jakarta:Trans info media
- Murwanto, B. (2017). *Faktor Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) di SMP*. Dimuat dalam <https://core.ac.uk/download/pdf/192905477.pdf>. Diakses pada tanggal 14 februari 2021 pukul 10.00 WIB
- RAHMADI. (2013). *GAMBARAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (HBS) REMAJA DIRNRUMAH YATIM ARROHMAN LAMLAGANG KECAMATAN BANDARNRAYA BANDA ACEH TAHUN 2013*. 1–2.
- Rahmawati, I. (2011). Partisipasi Remaja Sma Dalam Pencegahan Demam Berdarah Dengue (Dbd) Di Kecamatan Sukoharjo
- Siswantara, P., Soedirham, O., & Muthmainnah, M. (2019). Remaja Sebagai Penggerak Utama dalam Implementasi Program Kesehatan Remaja. *Jurnal Manajemen Kesehatan Indonesia*, 7(1), 55–66. <https://doi.org/10.14710/jmki.7.1.2019.55-66>
- Undang-undang nomor 39 tahun 2009 tentang kesehatan dimuat dalam https://infeksiemerging.kemkes.go.id/download/UU_36_2009_Kesehatan.pdf. Di unduh pada tanggal 4 Maret 2021.

