

PROMOSI KESEHATAN BER-PHBS DI RUMAH TANGGA TIDAK MEROKOK DALAM RUMAH TERHADAP PENCEGAHAN PENYAKIT ISPA PADA ANAK DI WILAYAH PUSKESMAS SAWAH DESA SAWAH KECAMATAN KAMPAR UTARA

Zulkarnaini¹, Oktavia Dewi², Fitria. MS³

^{1,2,3}Program Studi S2 Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Universitas Hang Tuah Pekanbaru
email: zulkarnaini@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Infeksi Saluran Pernafasan Akut (ISPA) adalah penyakit umum pada anak-anak, terutama di rumah yang terpapar asap rokok. Promosi kesehatan melalui penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di rumah tangga dapat mencegah ISPA. Tujuan: Mengetahui efektivitas penyuluhan promosi kesehatan ber-PHBS di rumah tangga tidak merokok dalam rumah terhadap pencegahan ISPA pada anak di Desa Sawah. Metode: Penelitian deskriptif observasional dengan pendekatan cross-sectional dilakukan pada 30 rumah tangga. Data dikumpulkan melalui kuesioner, wawancara mendalam, dan observasi praktik PHBS. Analisis dilakukan secara deskriptif dengan frekuensi dan persentase. Hasil: Sebanyak 80% rumah tangga telah menerapkan larangan merokok di dalam rumah. Pengetahuan responden tentang PHBS dan pencegahan ISPA cukup tinggi ($\geq 80\%$). Anak-anak dari rumah tangga bebas rokok jarang mengalami batuk atau pilek. Hambatan utama adalah anggota keluarga atau tamu yang merokok di rumah. Kesimpulan: Penyuluhan promosi kesehatan ber-PHBS efektif meningkatkan kesadaran keluarga dalam mencegah ISPA pada anak melalui rumah bebas rokok. Konsistensi penerapan PHBS perlu diperkuat.

Kata kunci: PHBS, Rumah Bebas Rokok, ISPA, Anak, Promosi Kesehatan

Abstract

Background: Acute Respiratory Tract Infection (ARI) is a common illness in children, especially in homes exposed to cigarette smoke. Health promotion through the implementation of Clean and Healthy Living Behaviors (PHBS) in households can prevent ARI. Objective: To determine the effectiveness of PHBS health promotion counseling in non-smoking households on preventing ARI in children in Sawah Village. Methods: A descriptive, observational study using a cross-sectional approach was conducted in 30 households. Data were collected through questionnaires, in-depth interviews, and observations of PHBS practices. Analysis was conducted descriptively using frequencies and percentages. Results: 80% of households have implemented a smoking ban inside the home. Respondents' knowledge of PHBS and ARI prevention is quite high ($\geq 80\%$). Children from smoke-free households rarely experience coughs or colds. The main obstacle is family members or guests who smoke in the home. Conclusion: PHBS health promotion counseling is effective in increasing family awareness of preventing ARI in children through smoke-free homes. Consistency in PHBS implementation needs to be strengthened.

Keywords: PHBS, Smoke-Free Homes, ISPA, Children, Health Promotion

PENDAHULUAN

Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) merupakan salah satu penyebab utama morbiditas dan mortalitas pada anak, khususnya balita, di negara berkembang termasuk Indonesia. ISPA sering dikaitkan dengan faktor lingkungan dan perilaku keluarga, salah satunya kebiasaan merokok di dalam rumah. Paparan asap rokok dalam rumah tangga dapat meningkatkan risiko gangguan pernapasan pada anak karena sistem imun dan organ pernapasan anak masih dalam tahap perkembangan.

Upaya pencegahan ISPA tidak hanya melalui pengobatan, tetapi juga melalui pendekatan promotif dan preventif seperti penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). PHBS dalam rumah tangga mencakup berbagai indikator, salah satunya adalah tidak merokok di dalam rumah. Program PHBS merupakan bagian dari kebijakan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia yang dilaksanakan melalui fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama seperti puskesmas, termasuk Puskesmas Sawah.

Penyuluhan kesehatan menjadi strategi efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat terkait bahaya merokok di dalam rumah serta dampaknya terhadap kejadian ISPA pada anak.

ISPA merupakan salah satu penyakit yang sering menyerang anak-anak dan menjadi penyebab morbiditas tinggi di daerah pedesaan. Paparan asap rokok di rumah merupakan faktor risiko utama. Penerapan PHBS, seperti larangan merokok, cuci tangan, dan menjaga kebersihan lingkungan rumah, adalah langkah promotif dan preventif. Penyuluhan PHBS bertujuan meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik keluarga untuk mencegah ISPA pada anak. Penelitian ini mengevaluasi penerapan PHBS di rumah tangga tidak merokok dan dampaknya terhadap pencegahan ISPA pada anak di Desa Sawah.

ISPA masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang signifikan di Indonesia. Berdasarkan laporan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, ISPA termasuk dalam 10 besar penyakit terbanyak di pelayanan kesehatan dasar. Anak-anak merupakan kelompok rentan karena sistem pertahanan tubuh yang belum optimal.

Paparan asap rokok lingkungan (secondhand smoke) mengandung berbagai zat berbahaya seperti nikotin, tar, dan karbon monoksida yang dapat menyebabkan iritasi saluran pernapasan serta menurunkan daya tahan tubuh anak. Di wilayah kerja Puskesmas Sawah Desa Sawah Kecamatan Kampar Utara, masih ditemukan kebiasaan merokok di dalam rumah oleh anggota keluarga, terutama kepala keluarga.

Kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai hubungan antara kebiasaan merokok dalam rumah dengan kejadian ISPA pada anak menjadi faktor risiko yang perlu diintervensi melalui penyuluhan promosi kesehatan berbasis PHBS.

METODE

Kegiatan ini merupakan kegiatan pengabdian masyarakat dengan metode penyuluhan kesehatan.

Lokasi dan Waktu:

Wilayah kerja Puskesmas Sawah Desa Sawah Kecamatan Kampar Utara.

Sasaran:

Ibu rumah tangga dan kepala keluarga yang memiliki anak usia 0–12 tahun.

Tahapan Kegiatan:

1. Identifikasi masalah melalui observasi dan wawancara.
2. Pre-test untuk mengukur tingkat pengetahuan awal.
3. Penyuluhan menggunakan metode ceramah, diskusi, dan leaflet.
4. Post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan.
5. Analisis prioritas masalah menggunakan metode USG.

Instrumen:

Kuesioner pengetahuan PHBS dan ISPA, lembar observasi, dan format penilaian USG.

Desain Penelitian: Observasional deskriptif cross-sectional

Lokasi & Waktu: Desa Sawah, [Bulan & Tahun]

Populasi & Sampel: Rumah tangga dengan anak berusia 1–10 tahun, 30 rumah tangga dipilih secara purposive

Instrumen: Kuesioner, wawancara mendalam, lembar observasi praktik PHBS

Variabel:

- Pengetahuan PHBS dan pencegahan ISPA
- Sikap terhadap rumah bebas rokok
- Praktik PHBS di rumah tangga
- Dampak terhadap kesehatan anak

Analisis Data: Deskriptif (frekuensi dan persentase)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan diikuti oleh 35 peserta yang terdiri dari ibu rumah tangga dan beberapa kepala keluarga. Hasil pre-test menunjukkan bahwa sebagian besar peserta belum memahami secara optimal hubungan antara kebiasaan merokok di dalam rumah dengan risiko ISPA pada anak.

Setelah dilakukan penyuluhan, hasil post-test menunjukkan peningkatan skor rata-rata pengetahuan peserta. Peserta mulai memahami bahwa asap rokok dalam ruangan tertutup dapat bertahan lama dan meningkatkan risiko infeksi pernapasan pada anak. Selain itu, peserta menyatakan kesediaan untuk menerapkan aturan tidak merokok di dalam rumah sebagai bagian dari PHBS.

Antusiasme peserta terlihat dari banyaknya pertanyaan yang diajukan terkait cara menciptakan rumah bebas asap rokok serta langkah pencegahan ISPA lainnya seperti menjaga ventilasi rumah dan kebersihan lingkungan.

a. USG

Penentuan prioritas masalah dilakukan menggunakan metode USG (Urgency, Seriousness, Growth) dengan skala 1–5.

Masalah	U	S	G	Total
Kebiasaan merokok dalam rumah	5	5	4	14
Kurangnya ventilasi rumah	3	3	3	9
Kurangnya pengetahuan ISPA	4	4	4	12

Berdasarkan hasil analisis, kebiasaan merokok dalam rumah menjadi prioritas utama karena memiliki nilai total tertinggi (14).

1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	12
	Perempuan	18
Pendidikan	SD	6
	SMP	10
	SMA	12
	Diploma	2
Jumlah Anak	1	12
	2	15
	3	3

2. Pengetahuan PHBS

Indikator	Ya (%)	Tidak (%)	Tidak Tahu (%)
Mengetahui pentingnya rumah bebas rokok	27 (90%)	3 (10%)	0
Mengetahui cara pencegahan ISPA	24 (80%)	4 (13,3%)	2 (6,7%)
Mengetahui pentingnya cuci tangan sebelum makan	30 (100%)	0	0
Mengetahui menjaga kebersihan rumah	28 (93,3%)	2 (6,7%)	0

3. Sikap terhadap Rumah Bebas Rokok

Pernyataan	Setuju (%)	Netral (%)	Tidak Setuju (%)
Rumah bebas rokok penting untuk anak	29 (96,7%)	1 (3,3%)	0
Keluarga wajib menerapkan larangan merokok	28 (93,3%)	2 (6,7%)	0
Penyuluhan PHBS membantu meningkatkan kesadaran	30 (100%)	0	0

4. Praktik PHBS

Praktik	Ya (%)	Tidak (%)
Anggota keluarga tidak merokok di dalam rumah	24 (80%)	6 (20%)
Menyediakan sarana cuci tangan untuk anak	30 (100%)	0
Menjaga kebersihan dapur & peralatan makan anak	28 (93,3%)	2 (6,7%)
Menjaga ventilasi rumah agar udara bersih	27 (90%)	3 (10%)

5. Dampak terhadap Anak

Dampak	Ya (%)	Tidak (%)
Anak jarang batuk/pilek	25 (83,3%)	5 (16,7%)
Anak lebih sehat secara umum	27 (90%)	3 (10%)
Lingkungan rumah lebih bersih & nyaman	28 (93,3%)	2 (6,7%)

6. Hambatan

- Anggota keluarga atau tamu masih merokok di rumah
- Konsistensi anak dalam cuci tangan dan menjaga kebersihan

Pembahasan

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat setelah dilakukan penyuluhan kesehatan. Hal ini sejalan dengan teori promosi kesehatan yang menyatakan bahwa peningkatan pengetahuan dapat memengaruhi perubahan sikap dan perilaku.

Paparan asap rokok dalam rumah berkontribusi terhadap meningkatnya risiko ISPA pada anak. Asap rokok mengandung lebih dari 7.000 bahan kimia berbahaya yang dapat merusak saluran pernapasan anak. Dengan penerapan PHBS rumah tangga tidak merokok dalam rumah, risiko paparan asap rokok dapat diminimalkan.

Peran puskesmas sebagai ujung tombak pelayanan kesehatan primer sangat penting dalam mengedukasi masyarakat melalui pendekatan promotif dan preventif. Keberhasilan kegiatan ini menunjukkan bahwa intervensi edukatif berbasis komunitas efektif dalam meningkatkan kesadaran kesehatan masyarakat.

Penyuluhan promosi kesehatan ber-PHBS meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik keluarga terhadap rumah bebas rokok. Anak-anak dari rumah tangga bebas rokok mengalami ISPA lebih rendah. Hambatan utama adalah anggota keluarga atau tamu yang merokok. Edukasi harus melibatkan semua anggota rumah tangga dan pengunjung agar penerapan PHBS konsisten.

SIMPULAN

Penyuluhan PHBS efektif meningkatkan kesadaran keluarga dan mencegah ISPA pada anak melalui rumah bebas rokok. Konsistensi penerapan PHBS perlu diperkuat melalui edukasi berkelanjutan dan pengawasan keluarga. Penyuluhan promosi kesehatan ber-PHBS rumah tangga tidak merokok dalam rumah di wilayah kerja Puskesmas Sawah terbukti meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan ISPA pada anak.

Masalah utama yang menjadi prioritas adalah kebiasaan merokok di dalam rumah berdasarkan analisis USG. Diperlukan tindak lanjut berupa monitoring dan pembinaan berkelanjutan untuk memastikan perubahan perilaku masyarakat dapat berlangsung secara konsisten.

DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta: Kemenkes RI.
- World Health Organization. (2018). Tobacco and its environmental impact: An overview. Geneva: WHO.
- Notoatmodjo, S. (2012). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Jakarta: Kemenkes RI.