

Tabel. 3.2 Distribusi Responden menurut pertolongan persalinan

No	Pertolongan persalinan oleh Medis	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1	Iya	42	76.4
2	Tidak	13	23.6
Total		55	100

Sumber : Data Primer, 2013

Dari tabel dapat dilihat bahwa 76.4% responden telah menyadari pentingnya pertolongan medis dalam setiap persalinan. Hal ini didukung oleh ketersediannya tenaga medis dan tempat bersalin yang mudah dijangkau oleh masyarakat seperti pada puskesmas dan pskesmas pembantu.

2. Memberi Air Susu Ibu (ASI)

Untuk frekuensi pemberian ASI dapat dilihat pada tabel yang berikut ini:

Tabel. 3.3 Distribusi Responden menurut ASI

No	Pemberian ASI	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1	Iya	51	92.7
2	Tidak	4	7.3
Total		55	100

Sumber : Data Primer, 2013

Pemberian ASI juga sangat digalakan oleh pemerintah khususnya pada bayi yang berusia dibawah satu tahun. Kebanyakan responden telah memiliki kesadaran memberikan ASI kepada bayi meskipun belum dalam bentuk ASI eksklusif ditambah dengansusu bantu dan makanan pendamping ASI hingga bayi berusia satu tahun.

3. Menimbang balita setiap bulan.

Tabel. 3.4 Distribusi Responden menurut menimbang balita

No	Menimbang Balita	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1	Iya	21	38.2

2	Tidak	34	61.8
Total		55	100

Sumber : Data Primer, 2013

Sebanyak 38% responden menimbang balita hampir setiap bulan hal ini didukung dengan adanya posyandu yang diadakan sebulan sekali di Desa Sungai Tonang. Sementara 61.8% tidak menimbang balita secara rutin, dikarenakan aktivitas ekonomi yang mereka jalankan tidak menyempatkan mereka berkunjung ke posyandu.

4. Memberantas jentik nyamuk sekali seminggu.

Untuk aktivitas memberantas jentik nyamuk masih kurang. Masyarakat Desa Sungai tonang hanya mengandalkan pemerintah dan menunggu giliran untuk fogging dalam memberantas permasalahan nyamuk. Seperti pada tabel berikut:

Tabel. 3.5 Distribusi Responden menurut memberantas jentik nyamuk

No	Memberantas jentik nyamuk	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1	Iya	10	18.2
2	Tidak	45	81.8
Total		55	100

Sumber : Data Primer, 2013

Terbatasnya pengetahuan responden terhadap bahaya perkembangan jentik nyamuk di lingkungan rumah membuat mereka enggan untuk melukan aktivitas pemberantasan jentik nyamuk ini, seperti terlihat diatas hanya 18.2 % responden yang secara sadar dan rutin memberantas jentik nyamuk didalam dan diluar perkarangan rumah dengan membersihkan saluran air dan tempat pembuangan sampah secara teratur.

5. Tidak merokok di dalam rumah.

Dari hasil penelitian yang didapat 67.3% responden masih merokok didalam rumah. Untuk lebih jelas pada tabel dibawah ini:

Tabel. 3.6 Distribusi Responden menurut kebiasaan merokok didalam rumah

No	Merokok dalam rumah	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1	Iya	37	67.3

2	Tidak	18	32.7
Total		55	100

Sumber : Data Primer, 2013

Kesadaran responden terhadap bahaya asap rokok bagi individu lain sangat kurang. Kurangnya pemahaman mengenai perokok aktif dan pasif serta dampaknya bagi kesehatan membuat responden tidak peduli terhadap efek negatif dari kebiasaan merokok didalam rumah. Sebagian besar mengaku bahwa mereka hanya mengetahui bahwa merokok dilarang Ditempat-tempat umum atau saat menggunakan fasilitas umum seperti di rumah sakit dan sekolah, buakan didalam rumah.

6. Aktivitas Berolah raga

Bagaimana aktivitas olahraga responden dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel. 3.7 Distribusi Responden menurut aktivitas Berolahraga

No	Berolahraga	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1	Iya	29	52.7
2	Tidak	26	47.3
Total		55	100

Sumber : Data Primer, 2013

Dari data tabel diatas tidak semua masyarakat di Desa Sungai Tonang yang berolah raga. Karena, menurut beberapa masyarakat dengan pergi bekerja baik di ladang, maupun kebun itu sudah berolah raga. Hanya sebahagian responden yang memahami konsep olah raga yang benar yakni 52.7% dengan aktivitas seperti berenang, dan bermain sepak bola, Meskipun aktivitas olahraga yang dilakukan responden pada umumnya tidak dilakukan setiap hari atau rutin, hanya terbatas pada saat-saat senggang dan hari libur.

7. Aktivitas Mandi

Untuk aktivitas mandi responden dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel. 3.8 Distribusi Responden menurut aktivitas Mandi

No	Aktivitas mandi	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1	Iya	52	94.5
2	Tidak	3	5.5
Total		55	100

Sumber : Data Primer, 2013

Dari data tabel diatas terlihat bahwa hampir semua masyarakat di Desa Sungai Tonang yakni 94.5% responden mandi tiga kali dalam satu hari. Namun, ada beberapa masyarakat yang mandinya hanya dua kali sehari, masyarakat yang mandinya tiga kali sehari biasanya karena kerjanya keladang dan kekebun. Sedangkan, bagi masyarakat yang tidak keladang mereka hanya mandi dalam dua kali dalam sehari. Karena tidak terlalu beraktifitas. Dan dapat disimpulkan bahwa masyarakat yang bertempat tinggal di Desa Sungai Tonang menggunakan sabun dan membersihkan gigi pada waktu mandi, dan juga mengganti pakaian setelah selesai mandi.

8. Aktivitas Memotong kuku

Sebanyak 83.6% responden rutin memotong kuku mereka. Kesadaran mengenai kebersihan kuku sssudah cukup baik . Untuk aktivitas memotong kuku ini dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3.9 Distribusi Responden menurut Memotong kuku

Memotong kuku	Jumlah (orang)	Persentase (%)
Tidak	9	16.4
Iya	46	83.6
Total	55	100.0

Sumber : Data Primer, 2013

Dari tabel diatas dapat disimpulkan bahwa Masyarakat yang ada di Desa Sungai Tonang rutin memotong kuku satu minggu sekali. Biasanya karena kerjanya keladang dan kekebun. Sedangkan, ada beberapa masyarakat yang tidak menggunting kuku seminggu sekali ada yang satu minggu dua kali dan dua minggu sekali. Selain itu masyarakat yang tidak memotong kuku dalam seminggu karena kadang kuku mereka belum panjang dan belum waktunya untuk dipotong dalam waktu seminggu tersebut.

9. Membersihkan Rumah

Mayoritas responden yakni 96.4% rutin membersihkan rumah yakni menyapu lantai, mengepel dan membereskan perabotan rumah. Seperti yang terlihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 3.10 Frekuensi membersihkan rumah

Membersihkan rumah	Jumlah (orang)	Persentase (%)

Tidak	2	3.6
Iya	53	96.4
Total	55	100.0

Dari tabel diatas tampak bahwa kesadaran masyarakat membersihkan rumah sudah sangat baik, rata-rata mereka membersihkan rumah setiap hari seperti menyapu lantai dan pekarangan sekitar rumah, biasanya karena sebahagian responden yakni ibu-ibu memiliki anak kecil yang terkadang suka bermain didalam rumah dan mengakibatkan rumah menjadi kotor. Tugas membersihkan rumah bukan saja berada ditangan ibu tapi juga anak-anak perempuan sehingga aktivitas ini berjalan baik.

10. Mengganti Seprei

Untuk aktivitas mengganti seprei hanya 21.8% saja yang rutin melakukannya. Sebahagian besar responden mengaku tidak mengganti seprei jika tidak begitu kelihatan kotor atau buram. Untuk lebih jelas dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel. 3.11 Distribusi Responden menurut aktivitas mengganti seprei

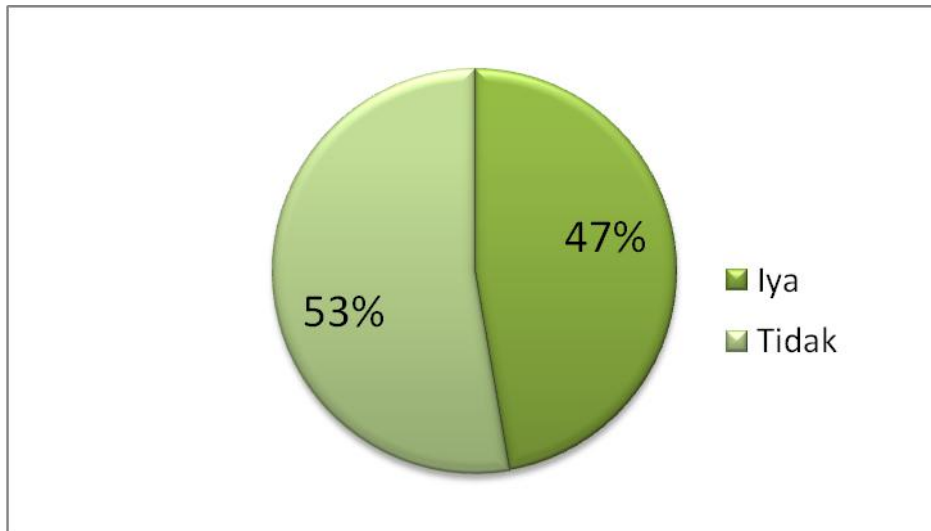
No	Mengganti Seprei	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1	Iya	12	21.8
2	Tidak	43	78.2
Total		55	100

Sumber : Data Primer, 2013

Dari data tabel diatas kebanyakan dari masyarakat yang ada di Desa Sungai Tonang jarang mengganti seprai atau alas tempat tidur, dan ada juga masyarakat yang mengganti lebih dari satu bulan dengan alasan tidak terlalu kotor.

11. Membersihkan got/ selokan

Dari data yang dikumpulkan dilapangan 47% responden belum memiliki kesadaran untuk membersihkan selokan secara rutin, dapat dilihat pada tabel berikut:

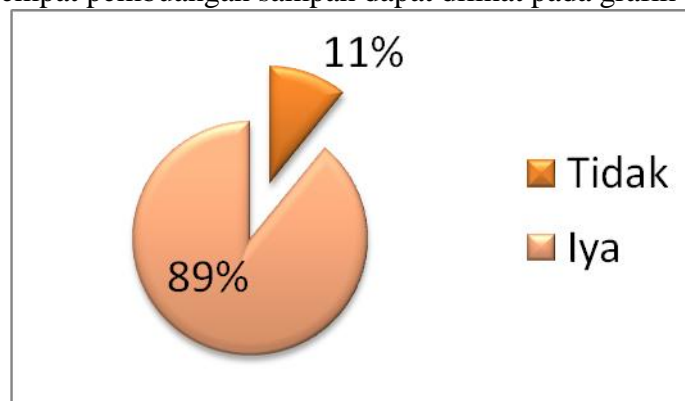


Grafik 3.7 Distribusi Responden menurut aktivitas membersihkan got

Dari data diagram diatas sebagian besar masyarakat rutin membersihkan selokan atau got setiap minggu, sedangkan sebahagian lagi membersihkan got bertepatan pada saat jadwal gotong royong yang diadakan oleh lingkungan RT masing-masing.

12. Menyediakan Tempat Pembuangan sampah

Dari hasil pengamatan dan wawancara dilapangan, dapat dikatakan bahwa hampir seluruh responden menyediakan tempat sampah baik didalam rumah maupun dipekarangan. Bahkan beberapa rumah tangga juga memiliki bak sampah permanen yang terkadang digunakan untuk membakar sampah. Mengenai kepemilikan tempat pembuangan sampah dapat dilihat pada grafik berikut:



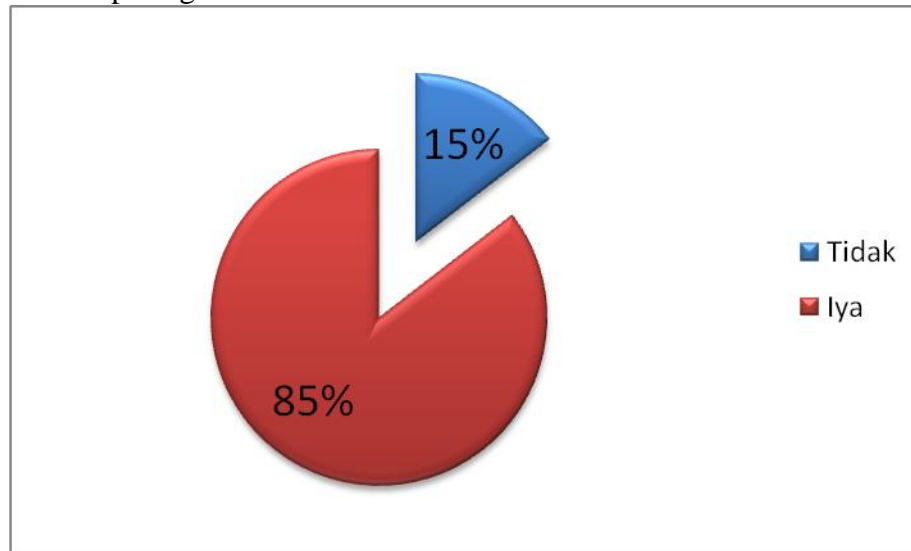
Grafik 3.8 Distribusi Responden menurut Penyediaan tempat pembuangan sampah

Dari data grafik diatas ke 681 dari masyarakat yang ada di Desa Sungai Tonang mempunyai tempat pembuangan sampah di dalam rumah dan di pekarangan rumah. Sampah-sampah tersebut dipungut oleh petugas kebersihan kelurahan setiap minggunya, namun sebahagian masyarakat masih ada yang membakar sampahnya sendiri biasanya karena terlambatnya petugas kebersihan

menjemput sampah sehingga tumpukkan sampah akan berserakan jika tidak dibakar.

13. Menggunakan Air Bersih

Meskipun responden tinggal di sekitar aliran sungai kampar, namun kesadaran terhadap penggunaan air bersih untuk konsumsi sudah sangat baik. Dapat dilihat pada grafik dibawah ini:

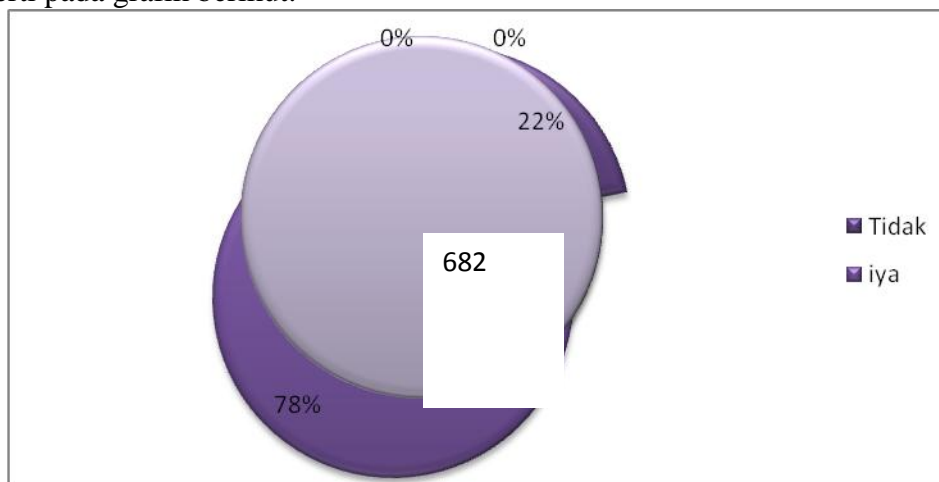


Grafik 3.9 Distribusi Responden menurut Penggunaan air bersih

Dari grafik diatas mayoritas dari masyarakat yang ada di Desa Sungai Tonang menggunakan air bersih yang berasal dari sumber air sumur galian dan sumur bor pada tiap-tiap rumah tangga. Sumber air ini digunakan untuk masak, minum, mencuci dan mandi. Kesadaran akan memasak air untuk dikonsumsi sehari-hari juga sangat baik. Kemudian beberapa warga juga menggunakan air galon kemasan untuk dikonsumsi sebagai air minum.

14. Konsumsi Ikan dan Daging

Sebanyak 78% responden mengaku rutin mengkonsumsi daging atau ikan, seperti pada grafik berikut:

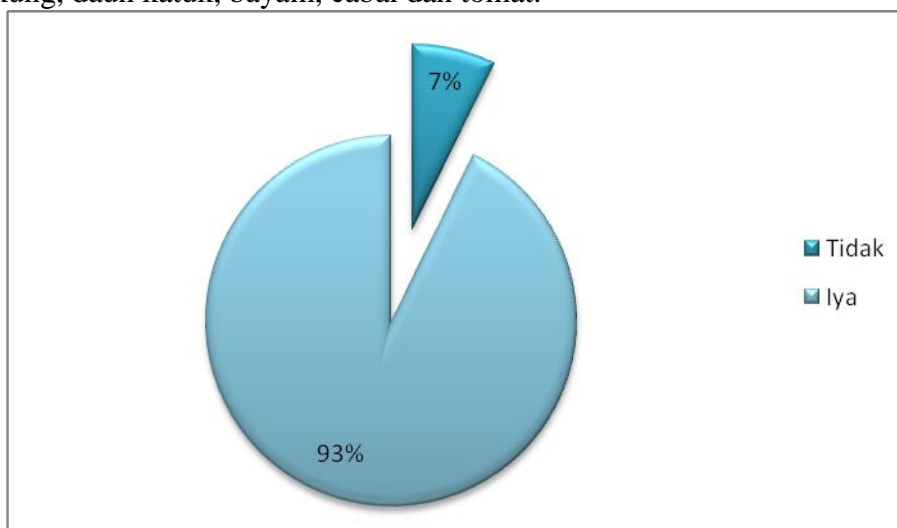


Grafik 3.9 Distribusi Responden menurut konsumsi ikan dan daging

Dari Grafik di atas hampir seluruh 78% masyarakat di desa Sungai Tonang mengkonsumsi ikan atau daging. Tapi ada beberapa orang yang tidak mengkonsumsi daging atau pun ikan, karena tidak semua masyarakat mampu untuk membeli ikan ataupun daging sebagai menu hariannya. Sebagai alternatif pengganti daging dan ikan mereka mengkonsumsi telur, tahu, tempe dan kentang.

15. Konsumsi Buah dan Sayur

Hampir seluruh masyarakat di desa Sungai Tonang mengkonsumsi sayur dalam seminggu. Karena menurut masyarakat sayur itu lebih murah harganya dan lebih mudah untuk didapat. Sebahagian responden bahkan menanam beberapa jenis sayuran di pekarangan untuk dikonsumsi sendiri, seperti daun ubi, kangkung, daun katuk, bayam, cabai dan tomat.

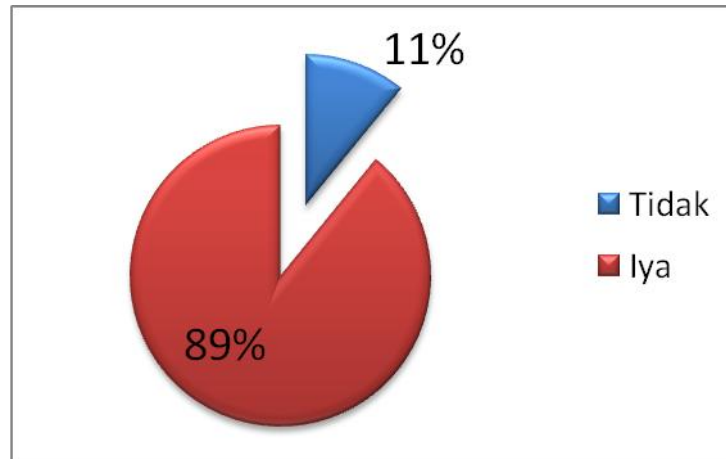


Grafik 3.10 Distribusi Responden menurut konsumsi buah dan sayur

Dari grafik diatas bahwa hanya 7% masyarakat yang tidak mengkonsumsi buah dan sayur setiap hari dikarenakan kebiasaan pola makan anggota keluarga yang tidak begitu menyukai menu sayur mayur. Sementara yang lain rutin mengkonsumsi buah dan sayur setiap hari dalam menu makanan harian. Sementara untuk konsumsi buah 683 masyarakat lebih suka mengkonsumsi buah yang mereka tanam sendiri di pekarangan rumah seperti jeruk, jambu, rambutan, durian, nenas, duku dan lain-lain. Alternatif buah-buahan tersebut rasanya khas dan disukai seluruh anggota keluarga. Selain itu, karena tidak perlu mengeluarkan biaya untuk konsumsi buah dan sayur tak jarang ketika musim panen penduduk berbagi dengan tetangga disekitar tempat tinggal dan juga kerap menjual sisanya kepasar atau pada lapak di pinggir jalan sebagai pendapatan tambahan.

16. Berobat ke Puskesmas

Untuk aktivitas berobat ke Puskesmas dapat dilihat pada grafik dibawah ini :



Grafik 3.11 Distribusi Responden menurut aktivitas berobat ke puskesmas

Dari grafik diatas dapat dilihat bahwa sebagian besar masyarakat didesa Sungai Tonang telah menggunakan fasilitas Puskesmas maupun puskesmas pembantu sebagai alternatif pengobatan utama. Hal ini disebabkan karena jarak antara puskesmas dan pemukiman masyarakat cukup dekat. Selain itu, pelayanan kader puskesmas terhadap pasien juga relatif baik. Namun beberapa masyarakat yakni sebanyak 11% enggan untuk berobat ke puskesmas karena biasanya mereka berobat langsung kerumah sakit yang berada di pusat kota Bangkinang. Sebahagian lagi lebih menyukai berobat sendiri dengan mengkonsumsi obat-obatan yang biasa dijual di Apotik maupun kdi toko obat.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian pada dasarnya masyarakat yang berdomisili di Desa Sungai Tonang, Kecamatan Kampar Utara, Kabupaten Kampar telah mulai menjalani pola hidup bersih dan sehat. Namun dari pengamatan dilapangan perilaku tersebut belum sepenuhnya dijalankan dengan baik, karena kurangnya kesadaran akan perlunya menjaga kebersihan dan kesehatan dilingkungan keluarga, hal ini bisa dilihat dari t ⁶⁸⁴ indikator PHBS yang belum tercapai diantaranya masih tingginya angk it yang masyarakat yang enggan untuk berolaraga, merokok didalam k menimbang balita secara teratur, tidak memberantas jentik nyamuk disekitar tempat tinggal, tidak membersihkan gor atau selokan secara teratur dan mengganti seprei atau alas tempat tidur.

Kurangnya pemahaman masyarakat terhadap dampak kebiasaan dari perilaku hidup yang tidak bersih dan sehat akan berpengaruh terhadap kesehatan para anggota keluarga. Sehingga tak jarang kita sering menemukan anggota keluarga yang sakit terutama bagi keluarga yang memiliki balita karena kondisi fisik dan kesehatan yang masih sangat rentan terhadap penyakit.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad. 2008. *Panduan Memilih Bahan Makanan Secara Islami*. Penerbit Marja: Bandung.
- Becker (1979) dalam Notoatmodjo (2007), mengenai perilaku kesehatan. Gramedia: Jakarta.
- Berg, Alan 1986. *Peranan gizi dalam pembangunan Sayogyo* (penerjemah). aJakarta : Rajawali
- Bungin,Burhan,2011.*Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Depkes RI. 2007. *Buku Panduan Kesehatan Ibu Dan Anak Program Departemen Kesehatan RI* : DepKes RI.
- Berg, Alan 1986. *Peranan gizi dalam pembangunan, Sayogyo* (penerjemah). Jakarta : Rajawali
- Luciasari.1995. Penelitian gizi dan makanan. Bogor : Puslitbang Gizi Departement Kesehatan Republik Indonesia.
- Machfoed: 2005. *Perilaku Sehat Dalam Prinsip-prinsip Kesehatan*. Yogyakarta:UGM.
- Mulia, Ricky. 2009. *Kesehatan Lingkungan*. Jakarta: Graha Ilmu
- Muzaham., Fauzi : 1995. *Sosiologi Kesehatan*. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Notoatmodjo, Sukidjo. 2007. *Kesehatan Masyarakat Imu dan Seni*.Jakarta : Rineka Cipta
- Sarwono,Solita ,2012.*Sosiologi Kesehatan: Beberapa Konsep Beserta Aplikasinya*. GMUP
- Soerjono Soekanto, *Sosiologi Suatu Pengantar*, Cet 35, (Jakarta, Raja Grafindo Persada, 2003), 114
- White, Kevin, 2009. *Pengantar Sosioogi Kesehatan dan Penyakit*.Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Weekes, Ida. 2008. *Sehat dan Bugar Untuk Remaja*. Penerbit Nuansa:Bandung
- <http://dinkes.malangkota.go.id/index.php/artikel-kesehatan/119-perilaku-hidup-bersih-dan-sehat>
- <http://www.suzannita.com/perilaku-hidup-bersih-dan-sehat/>

