

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Penelitian Terdahulu

1. Penelitian Egit et al (2024) tentang *Personal Hygiene* Ibu Dengan Kejadian Diare Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Bajoe Kabupaten Bone. Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan Case Control dan untuk pengambilan sampel menggunakan teknik Simple Random Sampling dengan 140 responden termasuk kontrol. Teknik pengumpulan data bersumber dari hasil observasi langsung dengan menggunakan instrumen atau kuisioner yang diberikan pada responden, variabel yang diteliti yaitu kebiasaan mencuci tangan dan kebersihan kuku menunjukkan bahwa dari jumlah 31 responden terdapat 77,4 % anak mempunyai kebiasaan mencuci tangan kurang baik. Selanjutnya dari 27 responden yang mempunyai kebersihan kuku kurang baik terdapat 81,5%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara kebiasaan cuci tangan, dan kebiasaan potong kuku dengan kejadian diare pada siswa.
2. Penelitian Yuni Tiara et al (2023) tentang Gambaran Tindakan *Personal Hygiene* Ibu Terhadap Kejadian Diare Pada Balita Di Desa Kledokan Kecamatan Bendo Kabupaten Magetan Tahun 2023. Penelitian ini menggunakan metode survey desain Cross sectional dan teknik pengambilan sampel yaitu purposive sampling sampel pada penelitian ini adalah 17 balita yang mengalami diare dengan kriteria inklusi khusus di desa Kledokan Kecamatan Bendo Kabupaten Magetan. Variabel bebas penelitian ini yaitu *personal hygiene* meliputi kebiasaan CTPS dan kebersihan kuku dan kaki. Variabel terikat yaitu kejadian diare. Analisis yang digunakan adalah analisis Univariat. Hasil penelitian ini didapatkan pada Tindakan *personal hygiene* ibu terhadap kejadian diare pada balita di desa kledokan dengan 17 responden menunjukkan kategori Baik dengan persentase 76,5%.
3. Peneliti Tia Rahayu et al (2019) tentang Tindakan *Personal Hygiene* Ibu terhadap Kejadian Diare Pada Balita di Puskesmas Kecamatan Teunom. Penelitian ini menggunakan metode Deskriptif dengan desain Cross Sectional Study dan teknik pengambilan sampel secara Purposive Sampling yang didasarkan pada kriteria inklusi dengan jumlah sampel sebanyak 38 responden dengan teknik pengumpulan data menggunakan analisa univariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa

tindakan *personal hygiene* ibu berada pada kategori baik yaitu 20 responden (52,6%). Untuk itu direkomendasikan kepada perawat puskesmas agar dapat meningkatkan perannya sebagai edukator yaitu memberikan edukasi kepada keluarga khususnya ibu tentang pentingnya menjaga kebersihan diri agar dapat meminimalisir kejadian diare pada balita.

4. Penelitian Nomita (2024) tentang Gambaran Tindakan *Personal Hygiene* Ibu Balita Pada Kejadian Diare Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Takeran Kabupaten Magetan Tahun 2024. Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif menggunakan metode survey dengan desain *Case Study*.

Tabel I. 1 Perbedaan Pelitian terdahulu dam Penelitian Sekarang

No.	Nama	Jenis dan desain penelitian	Populasi dan sampel	Variabel penelitian	Uji statistik	Hasil penelitian
1	2	3	4	5	6	7
1.	Egit et al (2024)	Jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan pendekatan Case Control	Subjek yang di ambil adalah 140 responden termasuk kontrol	1. kebiasaan mencuci tangan pakai sabun pada ibu 2. kebersihan kuku pada ibu 3. pemberian ASI Eksklusif dan MPASI	Chi square dan regresi logistik ganda	ada hubungan antara kebiasaan cuci tangan, dan kebiasaan potong kuku dengan kejadian diare pada anak.
2.	Yuni Tiara et al (2023)	Jenis penelitian ini adalah survey desain Cross sectional	Subjek yang diambil adalah 17 balita yang mengalami diare dengan kriteria inklusi khusus	1. Kebiasaan cuci tangan pakai sabun (CTPS) ibu. 2. kebersihan kuku dan tangan ibu 3. tindakan personal hygiene ibu balita	Independen dan dependen	pada Tindakan <i>personal hygiene</i> ibu terhadap kejadian diare pada balita di desa kledokan dengan 17 responden menunjukkan kategori Baik dengan persentase 76,5%.

No	Nama	Populasi dan sampel	Populasi dan sampel	Variabel penelitian	Uji statistik	Hasil penelitian
3.	Tia Rahayu et al (2019)	Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan desain Cross Sectional	Subjek yang diambil adalah 38 ibu yang mempunyai balita (berusia 1 sampai dengan usia dibawah 5 tahun) dengan riwayat diare	1. kebiasaan cuci tangan pakai sabun 2. kebersihan tangan dan kuku 3. kebersihan pengelolaan makanan	Independen dan dependen	ada keterkaitan yang penting antara kebersihan tangan ibu dan tidak ada keterkaitan yang penting antara kebersihan bahan makanan, kebersihan kuku dengan terjadinya diare pada anak balita di area kerja Puskesmas Tanjung Tiram.
4.	Nomita Cicy (2024)	Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan desain Case Study	Subjek yang diambil adalah 80 ibu yang mempunyai balita dengan riwayat diare	1. kebiasaan cuci tangan pakai sabun. 2. kebersihan tubuh dan kuku. 3. kebersihan pengelolaan makanan dan minuman.	Independen dan dependen	Tindakan <i>Personal Hygiene</i> Ibu balita di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Takeran dengan 80 responden memiliki kategori baik.

B. Kajian Teori

1. Penyakit Diare

a. Pengertian Diare

Penyebab diare dapat dibagi menjadi enam kategori utama, yaitu infeksi yang disebabkan oleh bakteri, virus, atau parasit, kesulitan dalam menyerap nutrisi, reaksi alergi, keracunan, serta gangguan sistem kekebalan yang dapat ditularkan melalui makanan dan minuman yang tercemar atau dari satu orang ke orang lain akibat sanitasi yang buruk, serta berbagai faktor lainnya. Elemen lingkungan yang berkaitan dengan diare meliputi aspek kebersihan seperti kondisi toilet, sistem drainase, cara pembuangan limbah, sumber air, serta kualitas air dari segi mikroba, ketersediaan air bersih, kondisi fasilitas pemurnian air, sumber air minum, keadaan sanitasi, dan pengelolaan limbah secara keseluruhan yang semuanya berperan sebagai penyebab utama diare. Beberapa faktor yang berhubungan dengan munculnya diare pada anak-anak balita atau pasien lainnya, termasuk sistem imun, status gizi, perilaku anak, serta penguasaan tentang ASI Eksklusif. Balita yang mengalami masalah gizi memiliki risiko lebih tinggi terpapar diare karena daya tahan tubuh mereka yang lemah. Selain itu, peran ibu sangat krusial. Praktik kebersihan ibu seperti mencuci tangan, menangani kotoran anak, memberikan susu formula, serta tingkat pengetahuan dan pendidikan ibu juga memberikan dampak (Saputri, D. 2019).

b. Gejala Diare

Diare merupakan salah satu tanda yang terlihat dari meningkatnya frekuensi buang air besar dan tinja yang menjadi lunak atau cair. Fenomena ini bisa disebabkan oleh berbagai faktor, seperti infeksi oleh bakteri, virus, parasit, ketidakcocokan makanan, serta reaksi terhadap obat-obatan. Tanda-tanda diare bervariasi tergantung pada penyebab dan tingkat keparahannya. Tanda utama

yang sering muncul adalah Perubahan Konsistensi Tinja. Gejala diare antara lain perubahan dalam bentuk dan kekentalan kotoran dari yang lembut menjadi cair, serta bertambahnya frekuensi buang air besar (lebih dari tiga kali dalam sehari). Gejala-gejala tersebut menyebabkan dehidrasi yang dapat memburuk dan berujung pada kematian jika tidak segera ditangani (Desak et al., 2022). Gejala tersebut biasanya juga disertai dengan gejala seperti nyeri atau kram perut kontraksi otot usus yang berlebih dapat menyebabkan rasa nyeri atau kram di perut, mual dan muntah umumnya disebabkan oleh diare akibat infeksi atau keracunan makanan, demam suhu tubuh meningkat sebagai respons terhadap infeksi penyebab diare, dehidrasi kehilangan cairan dalam jumlah besar dapat menyebabkan dehidrasi, yang ditandai dengan mulut kering, rasa haus yang berlebihan, dan penurunan urin, berdarah atau berlendir pada tinja menunjukkan infeksi serius atau peradangan pada saluran pencernaan. Komplikasi ini bisa muncul jika sakit diare tidak ditangani dengan cepat, yang dapat mengakibatkan dehidrasi yang serius dan bahkan berakibat mematikan, terutama bagi anak-anak dan lanjut usia. Maka dari itu, saat mengalami diare, sangat penting untuk segera mengisi kembali cairan dan elektrolit yang telah hilang.

c. Etiologi Diare

Diare dapat disebabkan oleh berbagai jenis bakteri, virus, dan parasit, yang sebagian besar tersebar melalui air yang telah terkontaminasi tinja. Infeksi lebih lanjut seringkali terjadi jika ada kurangnya sanitasi yang baik dan kualitas air yang aman untuk minum, memasak, dan mencuci. Rotavirus dan *Escherichia Coli* merupakan dua jenis patogen yang paling umum menyebabkan diare, baik yang ringan maupun yang parah. Pada anak-anak, penyebab diare bisa berasal dari infeksi bakteri seperti *Aeromonas* sp, *Bacillus cereus*, dan *Clostridium perfringens*. Selain infeksi

bakteri, diare pada anak juga dapat disebabkan oleh parasit seperti cacing perut, jamur, dan protozoa.

Penyakit diare bisa juga timbul akibat malabsorpsi atau kondisi yang menghambat seseorang dalam menyerap nutrisi dari makanan. Pemberian makanan haruslah seimbang dan memperhatikan nilai gizi yang terkandung. Penggunaan antibiotik secara oral dengan dosis dan durasi yang salah dapat menyebabkan diare.

- 1) Gangguan osmotik merupakan makanan atau zat yang tidak bisa diserap, yang mengakibatkan peningkatan tekanan osmotik di dalam lumen usus. Hal ini menyebabkan air dan elektrolit bergerak masuk ke lumen usus. Kelebihan cairan di dalam lumen usus mengiritasi usus untuk mengeluarkannya, yang berujung pada diare.
- 2) Gangguan dalam sekresi akibat rangsangan tertentu pada dinding usus, seperti racun, akan meningkatkan pengeluaran air dan elektrolit ke dalam lumen usus, sehingga volume isi usus bertambah dan menyebabkan diare.
- 3) Gangguan motilitas usus hiperperistaltik membatasi penyerapan makanan dari usus dan menyebabkan diare, sebaliknya bila gerak peristaltik usus menurun, bakteri dapat berkembang biak secara berlebihan dan menyebabkan diare.

d. Cara mencegah Terjadinya Diare

Diare merupakan masalah kesehatan global yang dapat dicegah dengan menerapkan berbagai strategi pencegahan, antara lain kebersihan diri, lingkungan, dan akses terhadap layanan kesehatan. Upaya pencegahan diare sangat penting untuk mengurangi angka kematian dan kasakitan akibat diare, terutama pada balita yaitu:

- 2) Peningkatan kebersihan tangan

Mencuci tangan dengan sabun sebelum makan, setelah buang air besar, dan setelah merawat orang sakit merupakan

tindakan pencegahan yang efektif. Sebuah penelitian oleh Widyaningsih dan Puspita (2021) menunjukkan bahwa kebersihan tangan yang tepat dapat secara signifikan mengurangi risiko infeksi penyebab diare, dan pendidikan tentang pentingnya mencuci tangan dapat membantu meningkatkan kesadaran masyarakat.

3) Penyediaan air bersih dan sanitasi yang memadai

Akses kepada air yang bersih dan aman serta fasilitas sanitasi yang memadai sangat krusial dalam mencegah terjadinya diare. Pemakaian air yang tercemar adalah salah satu faktor utama penyebab diare. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2020) menyatakan bahwa sekitar 50% dari kasus diare disebabkan oleh air yang terkontaminasi. Maka dari itu, penyediaan air bersih melalui inisiatif sanitasi dan pengelolaan sumber daya air yang efektif menjadi sangat penting untuk menekan jumlah kasus penyakit diare.

4) Keamanan Makanan dan Pengelolaan yang Benar

Untuk mencegah diare, sangat penting untuk memastikan bahwa makanan yang anda konsumsi bebas dari kontaminasi mikroorganisme patogen. Mengonsumsi makanan yang kurang matang atau terkontaminasi dapat mengurangi risiko infeksi. Penelitian Subekti dan Tjandra (2022) menunjukkan bahwa pengelolaan makanan yang tepat dapat mencegah diare akibat bakteri dan virus. Untuk mencegah diare, pendidikan tentang cara memasak yang aman dan pengelolaan pola makan yang benar juga penting.

5) Vaksinasi Rotavirus

Vaksinasi rotavirus merupakan cara efektif untuk mencegah diare yang disebabkan oleh rotavirus, penyebab utama diare parah pada anak. Imunisasi anak dengan vaksin rotavirus dapat menurunkan angka kesakitan dan kematian

akibat diare. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO,221) menegaskan bahwa vaksinasi rotavirus terbukti secara signifikan mengurangi jumlah kasus diare parah di banyak negara.

6) Penyuluhan dan Edukasi Kesehatan

Edukasi masyarakat akan pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan cara yang sangat efektif untuk mencegah diare. Pemerintah dan institusi kesehatan harus aktif mengedukasi masyarakat untuk mengubah kebiasaan tidak sehat seperti tidak mencuci tangan dengan benar, tidak menjaga kebersihan lingkungan, dan mengonsumsi makanan yang tidak aman.

e. Pengobatan Diare

Pengobatan diare tergantung pada penyebab dan tingkat keparahannya. Untuk pengobatan diare ada beberapa cara yang dapat meredakan penyakit diare yaitu

1) Rehidrasi

Dalam penanganan diare, langkah ini sangat krusial untuk mengatasi masalah tersebut. Mengonsumsi banyak air, khususnya air putih dan minuman isotonik, bisa membantu menggantikan cairan yang hilang akibat buang air besar yang berlangsung terus menerus. Dengan cara ini, tubuh akan terjaga dari dehidrasi dan terhindar dari komplikasi yang mungkin terjadi.

2) Diet

Makanlah makanan yang lembut dan gampang dicerna, contohnya buah-buahan yang mudah remuk dan bubur. Jauhi makanan yang pedas, berlemak, serta alkohol saat diare untuk menghindari kondisi diare yang menjadi lebih buruk. Pastikan untuk memperhatikan jenis makanan yang dimakan serta kebersihannya.

3) Obat – obatan

Jenis obat untuk diare, seperti loperamide, dapat digunakan untuk menurunkan jumlah buang air besar, tetapi penggunaannya perlu dilakukan dengan hati-hati dan mengikuti petunjuk dokter. Apabila diare disebabkan oleh infeksi bakteri, dokter akan memberikan resep antibiotik yang harus digunakan sesuai dengan instruksi dokter agar tidak menimbulkan efek samping.

4) Antibiotik

Hampir semua kasus diare berasal dari infeksi bakteri, sehingga dokter mungkin akan memberi resep antibiotik. Sebelum mengonsumsi antibiotik, penting untuk membaca petunjuk penggunaan obat tersebut.

5) Probiotik

Probiotik merupakan bakteri baik yang mampu membantu mengembalikan keseimbangan flora usus yang terganggu akibat penyakit diare.

2. *Personal Hygiene*

a. *Pengertian Personal hygiene*

Menjaga kebersihan diri melibatkan berbagai aktivitas yang bertujuan untuk merawat kebersihan serta kesehatan tubuh secara menyeluruh. Hal yang dilakukan adalah melibatkan pencegahan sederhana yang dilakukan setiap hari untuk melindungi diri dari infeksi dan penyakit. Dalam konteks kesehatan, kebersihan diri mencakup berbagai aspek seperti fisik, kebersihan tangan, kebersihan mulut, dan perawatan alat kelamin. Menurut Fitriani et al. (2021), *personal hygiene* adalah upaya yang dilakukan untuk menjaga kebersihan guna meningkatkan kesehatan jasmani dan mencegah risiko penyakit. Hal ini penting dilakukan tidak hanya untuk kesehatan pribadi, namun juga untuk melindungi masyarakat dari penyebaran menular. (Fitriani et al. 2021),

b. Tujuan *Personal Hygiene*

Kebersihan diri merupakan upaya individu untuk menjaga kebersihan dan kesehatan jasmani guna mencegah penyakit dan meningkatkan kualitas hidup. Tujuan kebersihan pribadi meliputi :

1) Pencegahan penyakit

Menjaga kebersihan tubuh membantu mengurangi risiko infeksi bakteri, virus, atau parasit yang dapat menyebabkan berbagai penyakit seperti diare, infeksi kulit, dan flu.

2) Peningkatkan rasa sejahtera

Ketika seseorang secara fisik, mereka merasa lebih nyaman dan percaya diri, sehingga menghasilkan kesejahteraan fisik dan mental yang lebih baik.

3) Menunjang interaksi sosial

Kebersihan pribadi baik mengurangi kemungkinan bau badan dan penampilan tidak rapi serta meningkatkan penerimaan dalam interaksi sosial.

4) Kepatuhan terhadap standar sosial dan budaya

Di banyak budaya, kebersihan pribadi merupakan bagian penting dari norma sosial yang dihormati.

5) Mendukung proses penyembuhan

Dari segi kesehatan, kebersihan diri memiliki peranan penting dalam menunjang proses penyembuhan, misalnya setelah operasi atau selama pengobatan suatu penyakit.

Kebersihan diri meliputi aktivitas seperti mandi, menggosok gigi, mencuci tangan, menjaga kebersihan rambut, dan memotong kuku. Penerapan ini konsisten akan memberikan manfaat bagi individu dan masyarakat secara keseluruhan, karena dapat mencegah penyebaran penyakit

3. Faktor Lingkungan yang Mempengaruhi Kejadian Diare

Faktor lingkungan yang meliputi kualitas air, udara, dan tanah memiliki pengaruh signifikan terhadap kejadian diare.

a. Kualitas Air

Ketersediaan sumber air bersih dan kualitas air bersih sangat penting dalam mencegah diare. Air yang tercemar oleh bakteri, virus, atau parasit dapat menjadi media penularan penyakit. Penelitian menunjukkan bahwa sarana air bersih yang tidak memadai meningkatkan risiko diare pada balita (Astuti,I., et al 2021).

b. Kualitas Udara

Paparan terhadap polusi udara, seperti asap rokok atau asap kendaraan, dapat melemahkan sistem kekebalan tubuh dan meningkatkan kerentanannya terhadap infeksi, termasuk diare. Lingkungan dengan polusi udara tinggi dapat memperburuk kondisi kesehatan secara keseluruhan. Ventilasi rumah kondisi ventilasi yang buruk di dalam rumah dapat menyebabkan penumpukan kelembapan dan pertumbuhan mikroorganisme patogen. Lingkungan yang lembab dan kurang ventilasi mendukung pertumbuhan bakteri penyebab diare.

c. Kualitas Tanah

Pembuangan tinja yang tidak memenuhi standar sanitasi dapat mencemari tanah dan sumber air tanah. Kontaminasi tanah dengan patogen dari tinja meningkatkan risiko infeksi saluran pencernaan. Pengelolaan sampah yang tidak baik dapat mencemari tanah dan menjadi tempat berkembangbiak vektor penyakit. Pencemaran tanah dengan sampah organik dan anorganik dapat menjadi sumber infeksi (Dewi Mariana, et al 2012).

4. Faktor sarana dan Prasarana yang Mempengaruhi Kejadian Diare

Faktor sarana dan prasarana yang mempengaruhi kejadian diare berkaitan erat dengan kualitas sanitasi lingkungan, akses terhadap air bersih, dan pengelolaan limbah, faktor-faktor berikut yaitu :

a. Ketersediaan Air Bersih

Kualitas air yang tercemar oleh bakteri, virus, atau parasit dapat menjadi sumber utama penularan diare. Ketersediaan air bersih yang memenuhi standar kesehatan sangat penting untuk mencegah penyalit diare. Aksesibilitas kemudahan akses terhadap sumber air bersih mempengaruhi kebersihan pribadi dan lingkungan. Daerah dengan akses terbatas cenderung memiliki angka kejadian diare yang lebih tinggi (Yantu,S et al 2021).

b. Fasilitas Sanitasi

Jamban keluarga ketersediaan dan kondisi jamban yang memenuhi syarat kesehatan berperan dalam pencegahan diare. Penggunaan jamban yang tidak layak dapat meningkatkan risiko kontaminasi lingkungan. Pembuangan limbah sistem pembuangan limbah yang tidak memadai dapat menyebabkan kontaminasi sumber air dan lingkungan sekitar, meningkatkan risiko penyebaran penyakit diare (Fauzi,A., et al 2020).

c. Kebersihan Lingkungan

Pengelolaan sampah penumpukan sampah yang tidak dikelola dengan baik dapat menjadi tempat berkembangbiaknya vektor penyakit seperti lalat, yang berperan dalam penyebaran diare. Drainase sistem darinase yang buruk dapat menyebabkan genangan air, yang menjadi tempat perkembanganbiaknya mikroorganisme penyebab penyakit diare (Rizkiyanto,M.2019).

5. Status Gizi

Status gizi merupakan faktor yang mempengaruhi kejadian diare, terutama pada balita.

a. Dampak Status Gizi Terhadap Munculnya Diare

Balita dengan status gizi yang buruk dan kekurangan nutrisi memiliki kemungkinan lebih tinggi untuk mengalami diare. Kekurangan gizi dapat membuat sistem kekebalan tubuh menjadi tidak efektif, sehingga balita lebih gampang terpapar patogen yang menyebabkan diare. Kekurangan gizi dan resiko diare pada

balita dengan status gizi buruk lebih rentan terhadap infeksi, termasuk diare. Dampak diare terhadap status gizi daire yang berulang atau berkepanjangan dapat memperburuk status gizi balita. Kehilangan cairan dan nutrisi selama diare menyebabkan penurunan berat badan dan defisiensi nutrisi penting (Ibrahim,M., et al 2021).

b. Mekanisme hubungan antara gizi dan diare

Penurunan imunitas kekurangan nutrisi esensial, seperti protein dan vitamin, dapat menurunkan fungsi sistem imun, meningkatkan kerentanan terhadap infeksi usus yang menyebabkan diare. Kerusakan mukosa usus defisiensi vitamin A dan zinc dapat merusak integritas mukosa usus, mempermudah masuknya patogen dan memicu diare (Puhi,C.N 2023).

6. Faktor Tindakan Ibu yang Mempengaruhi Kejadian Diare

Kebersihan pribadi merupakan aspek penting dari kesehatan masyarakat dan dipengaruhi oleh berbagai faktor. Menjaga kebersihan diri bukan hanya tergantung pada kemauan individu, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor luar dan dalam. Faktor-faktor tersebut mencakup elemen seperti sosial, ekonomi, pendidikan, budaya, dan ketersediaan layanan kesehatan. Berikut adalah faktor-faktor tersebut:

a. Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan individu tentang pentingnya kebersihan diri mempunyai dampak yang signifikan terhadap tindakan kebersihan diri. Orang yang sadar akan manfaat mencuci tangan, mandi, dan menjaga kebersihan mulut cenderung memiliki kebiasaan.

b. Sikap

Sikap adalah kecenderungan atau disposisi individu untuk merespon objek, orang, kelompok, atau situasi tertentu dengan cara tertentu, baik secara positif maupun negatif. Sikap

melibatkan komponen kognitif (pikiran atau keyakinan), efektif (emosi atau perasaan), dan konatif (kecenderungan bertindak) (Ajzen, I., & Kruglanski, A. W. (2019).).

Kesadaran kebersihan individu dan sikap positif juga merupakan faktor penting. Masyarakat yang sadar akan hubungan kebersihan dan kesehatan akan lebih bersedia memperhatikan kebersihan diri. Di sisi lain, sikap apatis dan kurangnya kesadaran dapat menjadi penghambat praktik kebersihan yang baik (Anggraeni & Nurhidayah,2020).

c. Tindakan

Tindakan adalah suatu bentuk tindakan atau langkah-langkah yang dilakukan untuk mencapai suatu tujuan untuk menyelesaikan suatu masalah. Tindakan sering mengacu pada tindakan praktis, eksperimen, dan intervensi yang ditujukan untuk mengatasi fenomena atau masalah tertentu. Tindakan dari seorang ibu terhadap penderita diare pada balita harus dengan cara yang baik dan benar. Tindakan buruk seorang ibu terhadap penderita diare pada balita dapat meningkatkan kasus kejadian dan dapat menimbulkan semakin parahnya tingkat penyakit Diare yang di alami oleh balita. Untuk tindakan yang baik sangat berpengaruh bagi kesembuhan penderita. Tindakannya yaitu :

- 1) Sudah menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat
- 2) Menjaga kebersihan personal hygiene
- 3) Mengelola limbah dengan baik
- 4) Memperhatikan kondisi makanan yang selalu bersih dan sehat, termasuk penyimpanan makanan yang benar.
- 5) Menjaga kebersihan lingkungan rumah agar selalu bersih dan sehat.

7. Tindakan *Personal Hygiene*

1. Kebiasaan Mencuci Tangan

Mencuci tangan dengan sabun adalah cara yang mudah tetapi sangat efektif untuk menghindari penyebaran berbagai penyakit yang dapat menular. Berbagai penyakit, terutama yang menulara melalui saluran pencernaan dan pernapasan, dapat di cegah dengan mencuci tangan yang benar. Hal ini penting dalam kehidupan sehari-hari, dirumah, di sekolah, maupun di fasilitas perawatan kesehatan. Edukasi mengenai pentingnya mencuci tangan sering dilakukan oleh pemerintah dan lembaga kesehatan seperti Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) dan UNICEF untuk memastikan masyarakat memahami bahwa CTPS dapat mengurangi penyakit menular terutama pada anak-anak, ketika ibu tidak menerapkan kebiasaan mencuci tangan dengan sabun dapat meningkatkan risiko diare pada balita, tindakan cuci tangan jika dilakukan dengan cara tidak tepat akan tidak efektif dalam mencegah penyebaran patogen yang menyebabkan diare pada balita, kuman yang tidak dibersihkan dengan benar dapat memperburuk infeksi pada balita, mencuci tangan di hanya menggunakan air mengalir saja juga belum tentu dapat membersihkan tangan dengan maksimal perlu adanya sabun yang dapat membersihkan secara keseluruhan tangan dari kuman yang dapat berpindah dari tangan ibu kepada balita saat berkontak fisik. Penelitian menunjukkan bahwa perilaku mencuci tangan dengan sabun yang kurang baik pada ibu berkaitan dengan tingginya angka kejadian diare pada anak-anak kecil. Oleh karena itu, sangat penting bagi ibu untuk membiasakan diri mencuci tangan dengan sabun pada momen-momen penting, seperti sebelum makan, setelah berkemih, sebelum memberi asi, dan setelah membersihkan kotoran anak. Kebiasaan ini dapat secara signifikan menurunkan kemungkinan terjadinya diare pada balita

serta meningkatkan kesehatan keluarga secara umum.
Rismanawati. (2022)

Langkah-langkah mencuci tangan dengan air mengalir dan sabun cuci tangan selama 20 detik, terutama setelah melakukan kegiatan yang rentan terhadap kuman, seperti makan, menggunakan toilet, atau merawat orang sakit. Tingkat kepatuhan masyarakat terhadap CTPS di Indonesia masih kurang, terutama di wilayah dengan akses terbatas terhadap air bersih dan fasilitas sanitasi. Faktor yang mempengaruhi kebiasaan CTPS.

a. Kesadaran dan pengetahuan

Tingkat pengetahuan masyarakat tentang manfaat CTPS berhubungan langsung dengan kepatuhan mereka dalam melakukannya. Edukasi melalui kampanye kesehatan terbukti meningkatkan kesadaran, terutama di lingkungan sekolah dan komunitas.

b. Fasilitas dan Aksesibilitas

Ketersediaan air bersih, sabun, dan fasilitas cuci tangan sangat menentukan keberhasilan penerapan kebiasaan CTPS. Di daerah pedesaan dan terpencil, keterbatasan fasilitas sering kali menjadi penghambat utama.

c. Norma sosial dan Kebiasaan

Budaya dan norma sosial dapat memengaruhi kebiasaan CTPS. Anak-anak lebih cenderung meniru perilaku orang dewasa, sehingga penting untuk mengedukasi keluarga sebagai unit utama.

d. Kebijakan dan Intervensi Pemerintah

Dukungan melalui program pemerintah seperti STBM (Sanitasi Total Berbasis Masyarakat) dan penguatan kebiasaan CTPS selama pandemi COVID-19 telah memberikan dampak positif pada peningkatan perilaku cuci tangan.

Langkah – langkah kebiasaan cuci tangan (CTPS) yang benar:

- 1) Basahi tangan dengan air mengalir gunakan air bersih yang mengalir agar air yang sudah digunakan untuk mencuci langsung terbuang tidak boleh digunakan untuk mengulangi cuci tangan.
- 2) Gunakan sabun secukupnya ambil sabun cair lalu oleskan ke seluruh permukaan tangan.
- 3) Gosok tangan selama 20 detik
- 4) Gosok telapak tangan satu dengan lainnya.
- 5) Gosok punggung tangan kanan dengan telapak tangan kiri dan sebaliknya.
- 6) Bersihkan sela-sela jari dengan mengaitkan jari-jari kedua tangan.
- 7) Gosok ibu jari dengan gerakan memutar menggunakan tangan lainnya.
- 8) Bersihkan ujung-ujung jari dan kuku dengan menggosokkannya di telapak tangan.
- 9) Bilas dengan air mengalir bilas tangan hingga bersih menggunakan air yang mengalir untuk memastikan tidak ada sisa sabun.

2. Kebersihan Tubuh dan kuku

Menjaga kebersihan tubuh dan kuku merupakan bagian penting dari *personal hygiene* yang berperan dalam mencegah berbagai penyakit dan menjaga kesehatan secara keseluruhan. Kebersihan tubuh dan kuku memiliki peran penting dalam mencegah diare, terutama pada anak-anak. Diare sering kali disebabkan oleh infeksi yang ditularkan melalui jalur fekal-oral, yang dapat terjadi akibat kebersihan pribadi buruk, termasuk kebersihan tubuh dan kuku. Kuku yang panjang dan kotor dapat menjadi tempat berkumpulnya kuman patogen, termasuk bakteri, virus, parasit. Kuman ini dapat

berpindah ke makanan atau minuman selama proses penyiapan, meningkatkan risiko penularan penyakit diare pada anggota keluarga, terutama pada balita. Kurangnya penerapan kebersihan diri dan kuku pada ibu dapat meningkatkan risiko diare pada balita. Penelitian menunjukkan bahwa personal hygiene yang buruk, termasuk kebersihan tubuh ibu terutama Saat memberikan asi kepada balita dan kebersihan kuku yang tidak terjaga, berhubungan dengan tingginya kejadian diare pada anak. Kuku yang kotor dapat menjadi media penularan bakteri dan virus penyebab diare. Penting bagi ibu untuk menjaga kebersihan diri dan kuku, seperti rutin mencuci tangan dengan sabun, memotong kuku secara teratur, membersihkan tubuh setiap hari, dan memastikan kebersihan tubuh secara keseluruhan. Kebiasaan menjaga kebersihan tubuh seperti mencuci tangan dengan sabun sebelum makan, setelah menggunakan toilet, atau setelah memegang benda kotor dapat memutus rantai penularan patogen penyebab diare. Ibu tidak menjaga kebersihan tubuh cenderung meningkatkan risiko diare pada diri sendiri dan anak-anak mereka. Selain itu kebersihan tubuh ibu seperti kebersihan puting ibu agar di saat memberikan asi balita tidak menularkan bakteri yang dapat menyebabkan penyakit.

3) Kebersihan pengelolaan makanan dan minuman

Menjaga kebersihan dalam pengelolaan makanan, atau yang dikenal sebagai hygiene dan sanitasi makanan, adalah serangkaian praktik yang bertujuan untuk memastikan bahwa makanan yang dikonsumsi aman, bebas dari kontaminasi, dan memiliki kualitas gizi yang baik. Kurangnya penerapan kebersihan dalam pengelolaan makanan dan minuman oleh ibu dapat meningkatkan risiko diare pada balita. Praktik *hygiene* dan sanitasi yang tidak memadai, seperti pengolahan makanan yang tidak bersih, penyimpanan bahan makanan yang tidak tepat, serta penggunaan air minum yang tidak aman, dapat menyebabkan kontaminasi oleh bakteri atau

mikroorganisme penyebab diare. Penelitian menunjukkan bahwa *hygiene sanitas* makanan dan minuman berhubungan signifikan dengan kejadian diare pada balita. Praktik ini mencakup berbagai aspek, mulai dari pemilihan bahan baku hingga penyajian makanan.

a. pemilihan bahan makanan

pilih bahan makanan yang segar dan berkualitas tinggi, bebas dari kerusakan fisik, kontaminasi kimia, atau biologis. Memperhatikan kondisi fisik makanan seperti bau, warna, dan tekstur untuk memastikan kesegarannya, untuk meminimalkan risiko kontaminasi bakteri atau patogen lainnya, hindari bahan makanan yang sudah terlihat busuk atau hampir kadaluwarsa. Pembelian bahakn makanan yang dikemas, pastikan kemasanya tidak rusak atau bocor. Pilih makanan dan label yang jelas dan tanggal kadaluwarsa yang masih jauh, penting juga untuk memilih bahan makanan yang mudah dicerna dan tidak memperburuk kondisi pencernaan balita, seperti nasi putih, kentang rebus, dan pisang. Serta kebersihan bahan baku makanan sebelum di masak bahan baku harus bersih dari sisa kotoran ataupun bahan kimia lainnya. Setiawan.et.al (2023).

b. Penyimpanan bahan makanan

Simpan bahan makanan pada suhu dan kondisi yang sesuai untuk mencegah pertumbuhan mikroorganisme. Pisahkan antara bahan mentah dan matang untuk menghindari kontaminasi silang. Penyimpanan makanan yang sudah dimasak harus segera disajikan atau disimpan dalam suhu yang tepat untuk menghindari berkembangnya bakteri. Hindari menyimpan makanan disuhu ruangan terlalu lama dan pastikan peralatan yang digunakan untuk menyimpan bahan makanan bersih dan terhindar dari kuman patogen.tempat penyimpanan bahan makanan yang terhindar dari vektor, debu dan harus bersih. Hartati, S. et.al (2021).

c. Pengolahan makanan

Lakukan proses pengolahan dengan memperhatikan kebersihan peralatan dan lingkungan. masak makanan pada suhu yang tepat untuk membunuh patogen yang mungkin ada. Sebelum menyiapkan makanan dan setelah menangani bahan makanan mentah, gunakan air mengalir dan sabun cuci tangan untuk memastikan tangan lebih bersih dari kuman. Cuci peralatan masak harus dicuci dengan bersih setelah digunakan, terutama jika alat tersebut digunakan untuk bahan makanan mentah yang rentan terhadap kontaminasi patogen. Memasak makanan hingga matang sempurna daging dan telur harus dimasak sampai suhu internal mencapai tingkat yang cukup untuk membunuh patogen berbahaya. n,A et.al (2020).

d. Penyimpanan makanan jadi

Setelah di masak makanan harus di simpan dengan benar jika tidak segera dikonsumsi, gunakan wadah bersih dan tertutup rapat, serta simpan pada suhu yang sesuai untuk mencegah pertumbuhan bakteri. Makanan yang sudah dimasak harus segera disajikan atau disimpan dalam lemari pendingin pada suhu dibawah 4°C jika tidak langsung dimakan, hindari menyimpan makanan dari vektor, dan tempat penyimpanan makanan dan wadah harus bersih dari debu atau kotoran lainnya untuk mencegah kontaminasi. Sutanto et.al (2022).

e. Pengangkutan makanan

Pastikan selama proses pengangkutan, makanan terlindungi dari kontaminasi dan disimpan pada suhu yang tepat untuk menjaga kualitas dan keamanannya, ketika makanan tidak diangkut dengan cara yang benar, risiko terjadinya infeksi atau kontaminasi silang dapat meningkat. Pilih wadah pengangkutan yang bersih, aman terhindar dari kuman , dan tidak mengandung bahan kimia berbahaya, pastikan wadah tersebut dapat menahan

susu yang diperlukan untuk makanan yang akan dibawa. Menggunakan wadah kedap udara untuk mencegah makanan terkontaminasi dengan udara luar atau kuman disekitarnya, pilih wadah yang kedap udara dan memiliki penutup yang rapat. Purwanti et.al (2021).

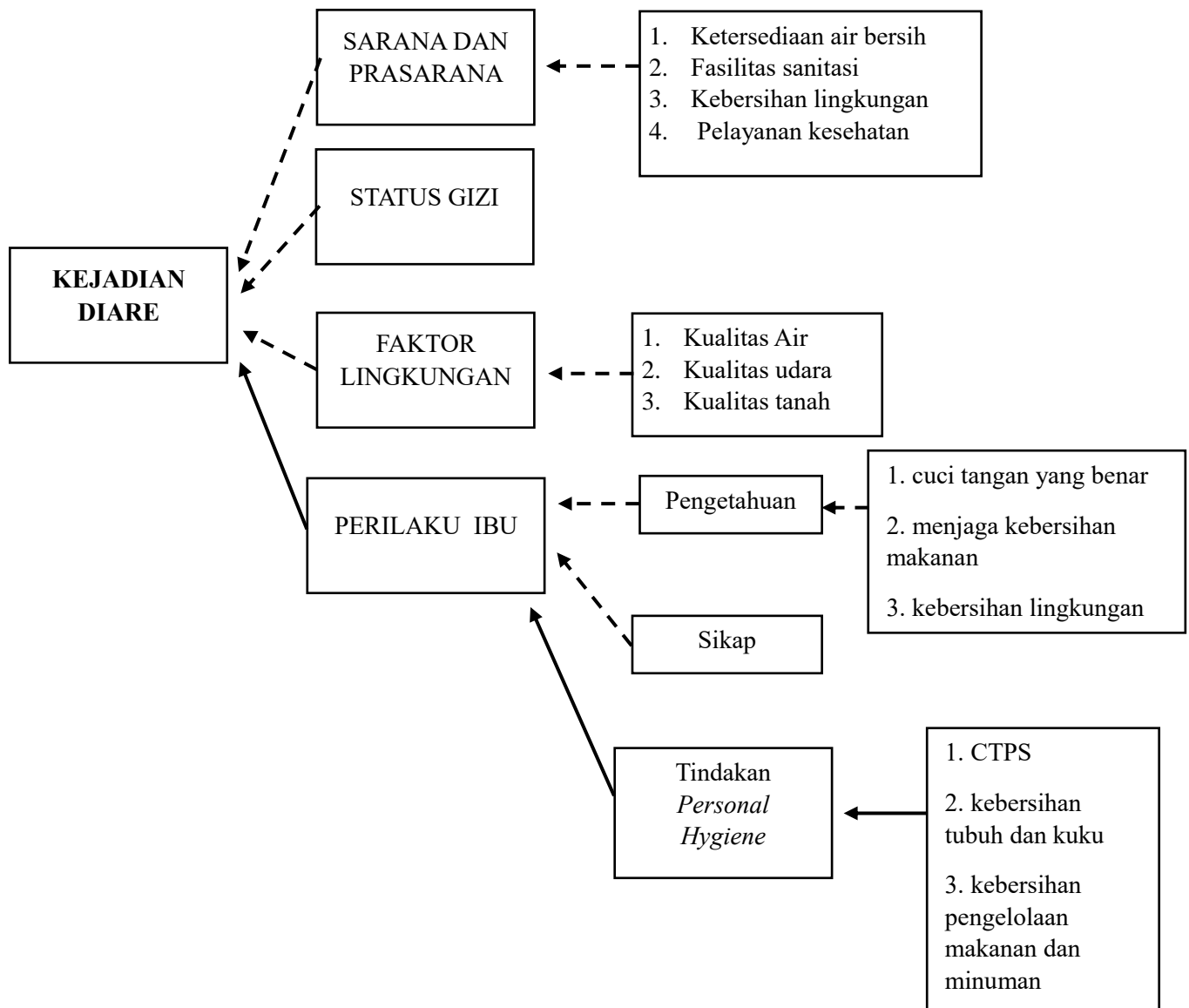
f. Penyajian makanan

Sajikan makanan dengan peralatan yang bersih dan dalam kondisi higienis. Hindari kontak langsung dengan tangan, gunakan sarung tangan atau alat penjepit makanan.

Pentingnya kebersihan dalam pengelolaan makanan penerapan hygiene dan sanitasi yang baik dalam pengelolaan makanan dapat mencegah terjadinya penyakit yang ditularkan melalui makanan, seperti keracunan makanan akibat bakteri patogen, dan juga memastikan bahwa nilai gizi makanan tetap terjaga dan meningkatkan kepercayaan konsumen terhadap kualitas makanan yang disajikan. Pengelolaan dan penyimpanan makanan harus tepat agar tidak menyebabkan terjadinya penyakit.

A. Kerangka Teori

Kerangka Teori penelitian dengan judul *Gambaran Tindakan Personal Hygiene Ibu Balita Pada Kejadian Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Takeran Kabupaten Magetan Tahun 2025* sebagai berikut :



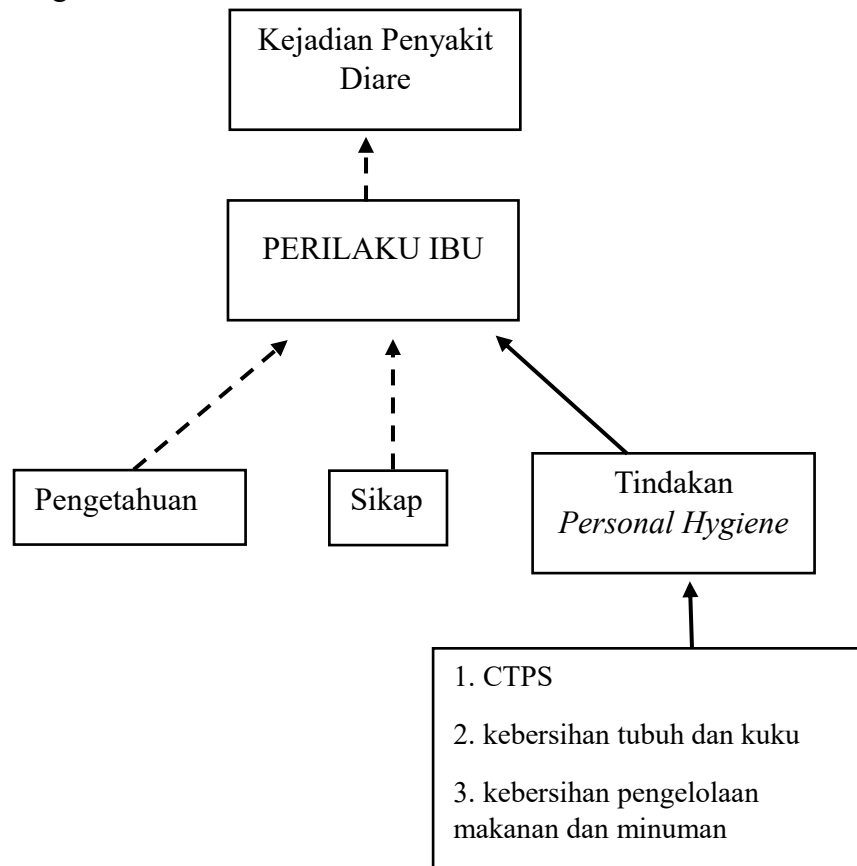
Keterangan :

---> : Tidak diteliti

—> : Diteliti

B. Kerangka Konsep

Kerangka Konsep penelitian dengan judul *Gambaran Tindakan Personal Hygiene Ibu Balita Pada Kejadian Diare Balita di UPTD Puskesmas Takeran Kabupaten Magetan Tahun 2025*.



Keterangan :

---> : Tidak diteliti

————> : Diteliti