HJK HOLISTIK JURNAL KESEHATAN
ISSN 1978-3337 (Print)
ISSN 2620-7478 (Online)
DOI: 10.33024

Nomor: 79/E/KPT/2023

INFORMASI ARTIKEL
Received: August, 08, 2025
Revised: November, 03, 2025
Available online: November, 05, 2025
at: https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/hjk

Hubungan perilaku hidup bersih dan sehat dengan kejadian diare pada mahasiswa

Putri Anggelina Sofyan Maramis*, Clement Drew

Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara
Korespondensi penulis: Putri Anggelina Sofyan Maramis. *Email: putri_maramis1505@yahoo.com

Abstract

Background: Diarrhea is a common illness in the community, especially among college students. This condition can cause decreased appetite, abdominal pain, fatigue, and weight loss. Rapid fluid and electrolyte loss can also lead to dehydration, organ damage, and even coma. One effective way to prevent diarrhea is by implementing clean and healthy living behaviors.
Purpose: To determine the relationship between clean and healthy living behaviors and the incidence of diarrhea in college students.
Method: This is an observational analytical study with a cross-sectional design. Data were collected through questionnaires distributed to students of the Faculty of Medicine, Tarumanagara University, intake of 2022 during February–March 2024. The sampling technique used quota-based sampling with a minimum of 194 respondents. The relationship analysis was performed using the Mann-Whitney test.
Results: There was no significant relationship between the implementation of clean and healthy living behaviors and the incidence of diarrhea in respondents.
Conclusion: Students' behavior and knowledge regarding clean and healthy living behaviors are quite good and have been implemented in their daily lives. However, to prevent diarrhea more effectively, regarding clean and healthy living behaviors implementation still needs to be improved.

Keywords: Diarrhea; Clean and Healthy Living Behavior; Knowledge.

Pendahuluan: Diare merupakan salah satu penyakit yang umum terjadi di masyarakat, terutama di kalangan mahasiswa. Kondisi ini dapat menyebabkan penurunan nafsu makan, nyeri perut, kelelahan, hingga penurunan berat badan. Kehilangan cairan dan elektrolit secara cepat juga dapat menimbulkan dehidrasi, kerusakan organ, bahkan koma. Salah satu upaya pencegahan diare yang efektif adalah dengan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS).
Tujuan: Untuk mengetahui hubungan perilaku hidup bersih dan sehat dengan kejadian diare pada mahasiswa.
Metode: Penelitian analitik observasional dengan desain *cross-sectional.* Data dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2022 selama Februari–Maret 2024. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *quota-based sampling* dengan jumlah minimum 194 responden. Analisis hubungan dilakukan menggunakan uji Mann-Whitney.
Hasil: Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara penerapan perilaku hidup bersih dan sehat dengan kejadian diare pada responden.
Simpulan: Perilaku dan pengetahuan mahasiswa terkait perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sudah cukup baik dan telah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Namun, untuk mencegah kejadian diare secara lebih efektif, penerapan PHBS masih perlu ditingkatkan.

Kata Kunci: Diare; Pengetahuan; Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS).

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i8.1377

PENDAHULUAN

Diare adalah ketika seseorang buang air besar yang lembek atau cair, bahkan hanya air saja, dan lebih sering (biasanya tiga kali sehari atau lebih) dalam satu hari (Prayoga, 2024). Salah satu penyakit yang paling umum yang terjadi di seluruh dunia yang dapat mempengaruhi siapa pun tanpa memandang usia, jenis kelamin, atau latar belakang sosial masyarakat dan menjadi pehatian global karena dampaknya yang signifikan terhadap kesehatan masyarakat terutama di negara-negara berkembnag (Saputra, Arjita, Syuhada, & Adnyana, 2024). Diare dapat menyebabkan penurunan nafsu makan, sakit perut, kelelahan, dan penurunan berat badan (Mahanani, 2020). Kehilangan cairan elektrolit yang cepat juga dapat menyebabkan dehidrasi, kerusakan organ, bahkan koma (Damayanti, 2019).

Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2017, setiap tahunnya ada sekitar 1.7 miliar kasus diaere dengan angka kematian 525.000 anak dibawah usia 5 tahun. *World Health Organization* (WHO) dan *United nations Children's Fund* (UNICEF) menyatakan diare pembunuh utama anak-anak, sekitar 8% dari kasus kematian yang disebakan oleh diare anak-anak dibawah usia 5 ahun diseluruh dunia pada tahun 2017 (Febrianti, Samidah, & Tepi, 2022). Penyebab utama kematian akibat diare adalah dehidrasi parah dan kehilangan cairan. Di negara berkembang, diare adalah masalah umum. Di negara dengan pendapatan rendah, tiga kali setahun terjadi diare pada anak kurang dari tiga tahun. 78% dari semua kematian anak balita akibat diare terjadi di wilayah Asia Tenggara dan Afrika (Paramasatya, 2023; Rena & Maemunah, 2024).

Salah satu pencegahan diare adalah Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). PHBS merupakan beberapa perilaku yang terkumpul di masyarakat maupun lingkungan sekolah dan merupakan perwujudan hasil pembelajaran yan menunjang pencegahan penyakit, penigkatan kesehatan serta terwujudnya lingkungan yang nyaman dan sehat. Cuci tangan merupakan salah satu contoh progam PHBS dalam pencegahan penyakit diare (Permatasari, Aprelia, Novianti, Antofani, Nugraha, Fitriani, & Andriansyah, 2023). Untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal bagi semua orang, pola hidup bersih dan sehat harus diterapkan. Perilaku ini harus dimulai dengan pengetahuan yang memadai dan keinginan yang tinggi untuk dapat membuat tempat yang bersih dan sehat (Suprapto & Arda, 2021; Hartaty & Menga, 2022).

Infeksi dan bakteri virus menyebabkan diare, yang biasanya menyebar melalui lalat ke makanan atau minuman yang tercemar (Irwanda, 2023). Anak pada usia dini melakukan pembiasaan sejak dini seperti mencuci tangan, membuang sampah pada tempatnya, sangat penting dalam pembentukan karakter anak (Lawolo & Ramadhani, 2024). Menurut pengamatan peneliti Jumlah kasus diare pada mahasiswa masih tinggi dan terus meningkat.

METODE

Penelitian analitik observasional dengan desain *cross-sectional.* Variabel yang diteliti dalam penelitian ini adalah kebiasaan menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan riwayat terjadinya diare. Penelitian dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, pada Februari – Maret 2024. Populasi target penelitian ini adalah mahasiswa dan mahasiswi Fakultas Kedokteran, angkatan 2022.

Pengambilan sampel menggunakan teknik *quota based sampling*. Analisis data melalui: 1) analisis data deskriptif, Data yang bersifat kategorik akan dideskripsikan dengan menggunakan nilai frekuensi dan proporsi yang akan disajikan dalam bentuk tabel atau gambar. Data yang bersifat numerik akan dinilai normalitas distribusinya dengan menilai histogram, skewness dan uji normalitas. Data yang terdistribusi normal akan dideskripsikan dengan menggunakan nilai *mean* dan standar deviasi, sedangkan data yang tidak terdistribusi normal akan dideskripsikan dengan menggunakan nilai median dan rentang interkuartil. 2) analisis data hubungan, Analisi hubungan antara pengetahuan dan perilaku PHBS dengan riwayat diare responden akan dinilai dengan menggunakan uji chi-squar, jika seluruh syarat uji chi-square terpenuhi. Jika tidak terpenuhi, maka digunakan uji *fisher exact.* Nilai p-value yang dianggap signifikan secara statistic adalah bila p-value < 0.05. Nilai asosiasi epidemiologi dari hubungan antara pengentahuan dan perilaku PHBS dengan Riwayat diare akan dinilai dengan rasio prevalens dengan rentang kepercayaan 95%.

Putri Anggelina Sofyan Maramis*, Clement Drew

Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara
Korespondensi penulis: Putri Anggelina Sofyan Maramis. *Email: putri_maramis1505@yahoo.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i8.1377

HASIL

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Reponden (N=218)

Variabel	Hasil
Umur (Mean±SD)(Rentang)(Tahun)(n/%)	(21.3±1.3)(19-23)
Jenis Kelamin (n/%)	
Laki-laki	49/22.5
Perempuan	169/77.5
Diare dalam 2 minggu terakhir (n/%)	
Ya	23/10.5
Tidak	195/89.5
Frekuensi Diare yang dialami 2 minggu terakhir (n/%)	
1	3/13.1
2	5/21.7
3	6/26.1
4	6/26.1
5	1/4.3
7	2/8.7
Apakah terdapat lendir/darah pada diare Anda (n/%)	
Ya	1/4.3
Tidak	22/96.7
Jumlah kejadian diare dengan frekuensi >6 kali dalam 1 tahun terakhir (n/%)	
0	180/83.7
1	13/6.1
2	10/4.6
3	8/3.6
6	1/0.5
8	1/0.5
12	1/0.5
15	1/0.5

Tabel 1. menunjukkan bahwa usia rata-rata responden adalah 21 tahun dengan standar deviasi 1.3 tahun pada rentang usia 19-23 tahun. Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 169 (77.5%). Responden tidak mengalami diare dalam dua minggu terakhir sebanyak 195 (89.5%), sebagian besar responden tidak terdapat lendir/darah pada diare sebanyak 22 responden (96.7%), dan selama frekuensi >6 kali dalam 1 tahun tidak ada kasus.

Putri Anggelina Sofyan Maramis*, Clement Drew

Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara
Korespondensi penulis: Putri Anggelina Sofyan Maramis. *Email: putri_maramis1505@yahoo.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i8.1377

Tabel 2. Deskripsi Nilai Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Mengenai PHBS

Variabel	Mean±SD	Median	Min-Max	Q1-Q3	Nilai KS	p-value
Pengetahuan	90.89±6.60	90.00	40-100	90-95	0.217	0.000
Sikap	90.42±10.22	94.64	25-100	89.3-94.6	0.259	0.000
Perilaku	75.99±8.00	74.07	55.56-92.59	70.4-81.5	0.122	0.000

Berdasarkan Tabel 2. dari tiga aspek yang di nilai, variabel yang paling dominan yakni pengetahuan dengan rata-rata 90.89 dan nilai standar deviasi 6.60. Berdasarkan uji normalitas dan nilai skewnessnya, maka ditemukan bila distribusi nilai pengetahuan, sikap dan perilaku mengenai PHBS pada responden adalah tidak normal, sehingga, untuk uji analisis bivariat selanjutnya akan diuji dengan uji Mann Whitney.

Tabel 3. Analisis Hubungan antara Nilai Sikap dan PHBS

Variabel	Mean±SD	Median	Min- Max	Q1-Q3	p-value	Median diff	Q1 diff	Q3 diff
Sikap								
Diare	90.99±7.81	94.64	71.43-100	87.5-94.65				
Tidak Diare	90.36±10.48	94.64	25-100	89.29-96.64	0.787	0.00	-1.79	0.00
Pengetahuan								
Diare	89.78±11.53	90.00	40-100	90-95				
Tidak diare	91.03±5.79	90.00	60-100	90-95	0.860	0.00	-20.00	0.00
PHBS								
Diare	75.04±9.16	74.07	59.26-92.59	70.37-81.48				
Tidak Diare	76.11±7.87	74.07	55.56-92.59	70.37-81.48	0.686	0.00	0.00	0.00

Berdasarkan Tabel 3. tidak terdapat hubungan antara nilai sikap responden mengenai PHBS terhadap kejadian diare dalam 2 minggu terakhir yang signifikan secara statistic. Tidak terdepat perbedaan nilai median sikap antara mereka yang diare dengan yang tidak diare.Tidak terdapat hubungan antara nilai pengetahuan responden mengenai PHBS terhadap kejadian diare dalam 2 minggu terakhir yang signifikan secara statistic. Tidak terdapat perbedaan nilai median pengetahuan antara mereka yang diare dengan yang tidak diare. Tidak terdapat hubungan antara nilai perilaku responden mengenai PHBS terhadap kejadian diare dalam 2 minggu terakhir yang signifikan secara statistic. Tidak terdapat perbedaan nilai median perilaku antara mereka yang diare dengan yang tidak diare.

PEMBAHASAN

Sebagian besar responden penelitian ini adalah perempuan (77.52%) dengan mayoritas dari usia responden dalam penelitian ini adalah pemuda-pemudi berusia 20 tahun mayoritas respondennya juga adalah perempuan (76%) dengan mayoritas responden yaitu berusia 20-30 tahun (Sembiring, Sitorus, & Butar-Butar, 2020). Tidak didapatkan adanya hubungan pada PHBS salah satunya adalah mencuci tangan terharap kejadian diare. Meskipun mahasiswa sudah menerapkan praktik PHBS namun kejadian diare yang ada tetap tiggi, Hal ini sebab kejadian diare yang ada pada mahasiswa dikarenakan faktor yang lainnya. Hasil penelitian tersebut mempertegas bahwasannya faktor PHBS bukanlah faktor utama penybab kejadian diare yang ada (Rusdi, Farindra, Rusdi, Farmananda, & Hamida, 2023).

Terdapat hubungan pada PHBS dengan Diare. Dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa kejadian diare yang ada disebabkan mahasiswa tidak memiliki PHBS yang baik dan hal ini berkaitan dengan tingginya kejadian diare (Permatasari et al., 2023). Dalam penelitian tersebut disebutkan bahwasannya yang menyebabkan

Putri Anggelina Sofyan Maramis*, Clement Drew

Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara
Korespondensi penulis: Putri Anggelina Sofyan Maramis. *Email: putri_maramis1505@yahoo.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i8.1377

mahasiswa kesulitan dalam menerapkan PHBS adalah sebab kekurangan fasilitas penunjang seperti jamban (Tiara, 2023). Pada penelitian ini, yang bertindak sebagai responden adalah mahasiswa Fakultas Kedokteran sehingga memiliki pengetahuan yang lebih tinggi. Perbedaan tersebut bisa mempengaruhi pemahaman dan penerapan praktik hidup bersih dan sehat (PHBS) terhadap diare dimana mahasiswa Fakultas Kedokteran lebih terbiasa dan tidak asing dalam menjalankan praktik PHBS (Nugroho & Tirtasari, 2023).

Berdasarkan hasil studi diperoleh bila nilai pengetahuan, sikap maupun perilaku dari responden tidak memiliki hubungan yang signifikan secara statistic dengan kejadian diare 2 minggu terakhir yang dialami oleh responden (p-value > 0.05) (Utami & Tobing, 2022). Ada hubungan antara nilai pengetahuan, sikap dan perilaku PHBS terhadap kejadian diare, Dimana mereka yang nilai pengetahuan, sikap dan perilaku PHBS nya buruk 4 kali lebih mungkin mengalami kejadian diare (Pangemanan, Tumurang, & Engkeng, 2021). Perbedaan ini dapat disebabkan karena sampel studi ini adalah mahasiswa-mahasiswi fakultas kedokteran yang pada dasarnya sudah memiliki standar-standar kebersihan yang sudah umum dilakukan sehari-hari sehingga angka kejadian diarenya tidak ditemukan berhubungan dengan nilai pengetahuan, sikap dan perilaku PHBS nya. Sehingga, kejadian diare yang ada tidak lagi disebabkan karena PHBS melainkan berbagai faktor lainnya (Lestari, Firdaus, & Kurniawan, 2024).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah hal yang secara umum telah diketahui oleh mahasiswa kedokteran (Rumahlatu, Makupiola, Arif, & Noya, 2024). PHBS sebagaimana idealnya telah diketahui oleh mahasiswa-mahasiswi fakultas kedokteran adalah terkait pentingnya penggunaan air bersih, cuci tangan menggunakan sabun, penggunaan jamban, memperhatikan kebersihan dan higienis makanan, dan lain sebagainya (Pangemanan et al., 2021). Hal-hal mendasar tersebut telah dipraktikkan dengan baik oleh mahasiswa-mahasiswi fakultas kedokteran sehingga kejadian diare sebagai akibat kurangnya PHBS ini tidak terjadi.

SIMPULAN

Karakteristik perilaku hidup bersih dan sehat pada mahasiswa nilai rata-rata pengetahuan mengenai PHBS adalah 90.89, sikap 90.42, dan perilaku 75.99, memperlihatkan bahwasannya pemahaman dan sikap yang cukup baik namun perilaku PHBS masih perlu ditingkatkan.

DAFTAR PUSTAKA

Damayanti, E. (2019). *Studi Kasus Evaluasi Tindakan Terapi Cairan 8 Jam Pertama Dalam Mengatasi Dehidrasi Sedang Pasien Diare Di Ruang Anak RSU Haji Surabaya* (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Surabaya).

Febrianti, Y., Samidah, I., & Tepi, D. (2022). Hubungan Antara Pengetahuan, Sikap, Dan Karakteristik Dengan Perilaku Ibu Dalam Pencegahan Diare Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Beringin Raya Kota Bengkulu Tahun 2022. *Journal Of Nursing And Public Health*, *10*(2), 148-155.

Hartaty, H., & Menga, M. K. (2022). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Untuk Meningkatkan Derajat Kesehatan Masyarakat. *Abdimas Polsaka*, *1*(1), 16-21.

Irwanda, T. R. (2023). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Diare Pada Masyarakat Di Dusun Iv Desa Percut Kecamatan Percut Sei Tuan*.

Lawolo, N. D. S., & Ramadhani, R. (2024). Analisis Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di PAUD Desa Somolo-Molo Kecamatan Somolo-Molo Kabupaten Nias. *Khirani: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *2*(4), 01-21.

Lestari, E. P., Firdaus, A. D., & Kurniawan, A. S. (2024). PHBS Tentang Jajanan Tidak Sehat Berhubungan Dengan Kejadian Diare. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, *8*(2), 155-164.

Mahanani, S. (2020). *Pemenuhan Kebutuhan Cairan Dan Elektrolit Pada Anak Yang Mengalami Diare*. Pelita Medika.

Putri Anggelina Sofyan Maramis*, Clement Drew

Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara
Korespondensi penulis: Putri Anggelina Sofyan Maramis. *Email: putri_maramis1505@yahoo.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i8.1377

Nugroho, D., & Tirtasari, S. (2023). Gambaran Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Mencuci Tangan Memakai Sabun Pada Mahasiswa Kedokteran. *Tarumanagara Medical Journal*, *5*(2), 258-262.

Pangemanan, K. I. S., Tumurang, M. N., & Engkeng, S. (2021). Hubungan Antara Penegetahuan, Sikap, Kejadian Diare Dengan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Peserta Didik Sd Negeri 2 Kota Tomohon. *KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi*, *10*(3).

Paramasatya, A. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Penyakit Diare Pada Anak Dibawah Lima Tahun. *Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan (SIKONTAN)*, *2*(1), 103-114.

Permatasari, W., Aprelia, V., Novianti, T. R., Antofani, A., Nugraha, Y., Fitriani, R., & Andriansyah, D. (2023). Penerapan Self-Management Dan PHBS Untuk Mencegah Angka Kejadian Diare Pada Remaja. *Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *3*(2), 100-108.

Prayoga, D. H. (2024). Efek Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Yang Dilakukan Oleh Ibu Terhadap Kejadian Diare Pada Balita. *Journal Of Nursing And Midwifery Sciences*, *3*(February).

Rena, R., & Maemunah, N. (2024). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Diare Dengan Masalah Keperawatan Hipovolemia (Kekurangan Volume Cairan) Di Ruang Asoka RSUD Bangil* (Doctoral Dissertation, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Tribhuwana Tunggadewi).

Rumahlatu, A. L., Makupiola, S. M., Arif, V. R., & Noya, F. C. (2024). Skenario Problem-Based Learning Sebagai Pemicu Penerapan Promosi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Bagi Masyarakat Oleh Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura. *Bakira: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *5*(2), 73-85.

Rusdi, W. E., Farindra, I., Rusdi, M. S., Farmananda, I. R., & Hamida, A. A. A. (2023). Risk Factor Analysis Of Diarrhea In Medical Students. *Jambi Medical Journal: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, *11*(4), 417-424.

Saputra, I. P. B. A., Arjita, I. P. D., Syuhada, I., & Adnyana, I. G. A. (2024). Hubungan Pengelolaan Sampah Dengan Kejadian Diare Di Desa Pandanan. *Jurnal Ganec Swara Vol*, *18*(1).

Sembiring, A., Sitorus, F. E., & Butar-Butar, R. A. (2020). Hubungan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Dalam Tatanan Rumah Tangga Dengan Kejadian Diare. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, *2*(2), 39-44.

Suprapto, S., & Arda, D. (2021). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Meningkatkan Derajat Kesehatan Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas (Journal Of Community Health Service)*, *1*(2), 77-87.

Tiara, S. E. (2023). *Gambaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Pada Siswa Sekolah Dasar Di Kecamatan Batu Ketulis Kabupaten Lampung Barat Tahun 2023* (Doctoral Dissertation, Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang).

Utami, A., & Tobing, V. Y. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Dengan Kejadian Diare Pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah (Hang Tuah Nursing Journal)*, *2*(3), 82-97.

Putri Anggelina Sofyan Maramis*, Clement Drew

Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara
Korespondensi penulis: Putri Anggelina Sofyan Maramis. *Email: putri_maramis1505@yahoo.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i8.1377