



Persepsi Perilaku Kesehatan Pekerja Pengangkut Sampah pada Masa *New Normal* di Surabaya

Masitah Effendi

UIN Sunan Ampel Surabaya

masitah.fisipuinsa@gmail.com

Abstract: This study aims to determine the perception of the health behavior of garbage man during the *new normal*. Researchers want to see how garbage man perform healthy behavior, starting from disease prevention, healing disease when sick, seeking and using health services. This study uses a qualitative research method because the researcher intends to describe the perception of health behavior of garbage man in the *new normal* period by using the health behavior theory of Becker. In this study, the informants were workers who transported garbage in Surabaya. The results of the study stated that the health behavior carried out by the garbage man when he felt symptoms of pain, he would use his perception of the pain he felt, then consider various possible advantages and disadvantages of the treatment action to be taken in order to make the right decision in carrying out the treatment. action so that the body returns to health.

Keywords: *New normal*, Perception, Health Behavior

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui persepsi perilaku kesehatan pekerja pengangkut sampah pada masa *new normal*. Peneliti ingin melihat bagaimana pekerja pengangkut sampah melakukan perilaku sehat yaitu mulai dari pencegahan penyakit, penyembuhan penyakit bila sakit dan perilaku pencarian dan penggunaan pelayanan kesehatan. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif karena peneliti bermaksud untuk mendeskripsikan, menggambarkan dan menguraikan persepsi perilaku kesehatan pekerja pengangkut sampah pada masa *new normal* dengan menggunakan teori perilaku kesehatan dari Becker. Dalam penelitian ini yang menjadi informan adalah pekerja pengangkut sampah di Surabaya. Hasil penelitian menyebutkan bahwa perilaku kesehatan yang dilakukan oleh pekerja pengangkut sampah pada saat merasakan gejala sakit maka ia akan menggunakan persepinya terhadap rasa sakit yang dirasakannya tersebut, kemudian mempertimbangkan berbagai kemungkinan

keuntungan dan kerugian terhadap tindakan pengobatan yang akan dilakukan agar bisa membuat keputusan yang tepat dalam melakukan tindakan sehingga tubuhnya kembali sehat.

Kata Kunci : *New normal*, Persepsi, Perilaku Kesehatan

Pendahuluan

Hidup berdampingan di tengah-tengah virus COVID-19 akan menjadi tatanan kehidupan baru (*New normal*). Masyarakat tetap beraktivitas seperti sedia kala meskipun terdapat keterbatasan-keterbatasan dalam beraktivitas. Aktivitas yang dilakukan harus sesuai protokol kesehatan. Pada prinsipnya *new normal* adalah bisa menyesuaikan dengan pola hidup. Transformasi ini adalah untuk menata kehidupan dan perilaku baru, termasuk perilaku kesehatan. Kesehatan menurut Undang-Undang Nomor 23 Tahun 1992 tentang Kesehatan, kesehatan adalah keadaan sehat jasmani, rohani, dan kehidupan sosial, yang dapat produktif secara sosial dan ekonomi.¹ Kesehatan merupakan hal yang sangat penting bagi kehidupan masyarakat, termasuk juga bagi pekerja pengangkut sampah. Dalam produktivitas kehidupan pekerja pengangkut sampah, kesehatan adalah hal yang paling utama sebagai penunjang kelangsungan hidup.

Perilaku kesehatan yaitu suatu reaksi individu terhadap rangsangan atau objek yang berhubungan dengan rasa sakit dan penyakit, tempat pelayanan kesehatan, makanan dan minuman serta lingkungan.² Pekerja pengangkut sampah atau yang biasa dipanggil tukang sampah adalah orang yang berprofesi sebagai pengambil sampah. Bertugas membersihkan lingkungan dari sampah dengan cara mengangkut sampah dari rumah ke rumah kemudian mengumpulkannya ke tempat pembuangan akhir. Pekerjaan menjadi tukang sampah merupakan pekerjaan yang berat, sehingga memerlukan tenaga dan kesehatan yang baik.

Pekerja pengangkut sampah berperilaku mengarah ke arah tertentu, menggunakan cara tertentu untuk mencegah dan menghindari dari ancaman terkena atau terpapar penyakit pada saat pekerja pengangkut sampah tersebut bekerja. Pekerja pengangkut sampah menyadari bahwa dirinya berisiko tinggi atau rentan terhadap tertular atau terpapar suatu penyakit dan itu akan menyebabkan ia sakit dan terkadang sakitnya menjadi parah. Pada masa pandemi COVID-19 lebih banyak pekerja pengangkut sampah berkecenderungan terlibat dalam perilaku pencegahan karena ia merasa

¹ Sumiati Eliana, "Kesehatan Masyarakat Komprehensif," Direktorat Jenderal Tenaga Kesehatan Kemenkes RI, diakses 23 Februari 2022, <http://bppsdmk.kemkes.go.id/>.

² Soekidjo Notoatmodjo, *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan* (Jakarta: Rineka Cipta, 2011), 117.

berisiko tinggi akan terpapar virus tersebut. Ada saat pekerja pengangkut sampah membuat pertimbangan terhadap risiko suatu penyakit menjadi serius dan mengalami kerentanan terhadap dampaknya, pekerja pengangkut sampah juga mengalami kekhawatiran dan ketakutan terkait dengan risiko. Tanggapan pencegahan seperti itu dapat memicu pekerja pengangkut sampah untuk mencari informasi untuk mengatasi risiko tersebut. Ketika pekerja pengangkut sampah merasakan kecemasan dan ketakutan terkait dengan virus setelah mengetahui risiko virus ini, pekerja pengangkut sampah akan mencari informasi untuk membatasi risiko tertular penyakit.

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk mengangkat topik persepsi perilaku sehat pekerja pengangkut sampah pada masa *new normal*, peneliti ingin melihat bagaimana pekerja pengangkut sampah melakukan perilaku sehat yaitu mulai dari pencegahan penyakit, penyembuhan penyakit bila sakit dan perilaku pencarian dan penggunaan pelayanan kesehatan. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif karena peneliti bermaksud untuk mendeskripsikan, menggambarkan dan menguraikan persepsi perilaku kesehatan pekerja pengangkut sampah pada masa *new normal*. Dalam penelitian ini yang menjadi informan adalah pekerja pengangkut sampah di Surabaya.

Persepsi

Persepsi merupakan sebuah proses di mana seseorang atau individu mengatur dan menafsirkan kesan-kesan yang berhubungan dengan panca indra mereka untuk memberikan arti bagi lingkungan individu tersebut. Tetapi, apa yang diterima setiap orang pada dasarnya berbeda dari realitas objektif. Meskipun seharusnya tidak diperlukan adanya perbedaan tersebut sering timbul.³ Aspek pada *illness perception* adalah rasa yakin yang dimiliki pasien yang berasal dari seluruh pemahaman dasar yang dimiliki pasien tentang penyakit yang sedang dideritanya. Lima komponen kognitif terhadap penyakit adalah:

1. Identitas: Label yang diberikan untuk penyakit atau diagnosis medis dan pengalaman gejala. Komponen penting dari nilai identitas adalah bahwa individu sering menafsirkan gejala yang berhubungan dengan penyakit dengan cara yang berbeda dari interpretasi atau tafsiran medis.
2. Etiologi: Pandangan pribadi terhadap etiologi penyakit yang dialami. Dalam hal ini, setiap pasien dapat menunjukkan penyakit mereka dengan responss yang berbeda dalam model sementara yang berbeda. Secara umum ada enam alasan, yaitu: 1) Atribusi psikologis, yaitu faktor psikologis yang disebabkan oleh perilaku dirinya. 2) Kekebalan tubuh/penyakit lain, perubahan biologis atau faktor patogenik yang disebabkan oleh penyakit lain. 3) Faktor risiko, yaitu faktor-faktor

³ Stephen P. Robbins dan Timothy A. Judge, *Perilaku Organisasi*, terj. Diana Angelica (Jakarta: Salemba Empat, 2008), 237.

- penyebab karena risiko dirinya, seperti genetik.
3. Waktu: yaitu rentang waktu di mana penyakit akan berakhir, apakah merupakan penyakit akut atau kronis. Persepsi individu tentang kerangka waktu siklus penting karena berkaitan dengan perlakuan yang diterima individu tersebut.
 4. Konsekuensi : suatu anggapan pasien mengenai efek yang barangkali akan dirasakan dalam kehidupan mereka akibat dari penyakit yang dideritanya. Akibatnya berupa emosional atau kombinasi dari berbagai faktor.
 5. Kontrol perawatan: Bagaimana pasien mengungkapkan penyakitnya dengan percaya bahwa penyakitnya akan bertambah buruk atau lebih baik dan bahwa penyakit itu dapat dikendalikan oleh dirinya sendiri atau orang lain yang mengetahui penyakitnya. Kontrol perawatan diri mencakup kontrol pribadi dan kontrol terapeutik.
 6. Kontrol pribadi: kemampuan untuk membentuk, mengarahkan, mengatur, dan mengarahkan bentuk-bentuk perilaku yang membawa akibat positif bagi individu. Kontrol pengobatan merupakan faktor yang mempengaruhi kontrol dan kepatuhan pengobatan.⁴

Pekerja Pengangkut Sampah

Pekerja pengangkut sampah atau yang biasa disebut dengan tukang sampah merupakan petugas kebersihan yang bertugas mengangkut sampah. Sampah-sampah yang dikumpulkan oleh petugas dari tepi-tepi jalan atau tempat-tempat sampah di depan rumah-rumah penduduk menggunakan gerobak sampah atau mobil sampah. Pekerja pengangkut sampah ini melakukan tugasnya setiap hari, yaitu mengumpulkan sampah dan dibawa ke tempat pembuangan akhir. Petugas pengangkut sampah mempunyai risiko untuk bersentuhan atau kontak langsung dengan berbagai jenis sampah, berdasarkan jenis sampah yang diangkut serta waktu paparan kerja, pekerja tersebut dapat dikatakan berisiko tinggi terhadap berbagai penyakit, di mana pekerja tersebut kontak langsung dengan sampah - sampah yang mengandung zat iritan yang telah terakumulasi, di mana zat tersebut berpengaruh sekali terhadap kesehatan baik efek langsung maupun tidak langsung.⁵

Perilaku Kesehatan

Perilaku adalah cerminan diri kita sendiri. Perilaku adalah segala aktivitas yang dilakukan manusia, mulai dari berjalan, berbicara, bereaksi, berpakaian, dan sebagainya Perilaku merupakan cerminan dari diri kita sendiri.⁶ Perilaku merupakan faktor terbesar kedua yang mempengaruhi

⁴ Rona Moss-Morris dkk., "The Revised Illness Perception Questionnaire (IPQ-R)," *Psychology and health* 17, no. 1 (2002): 1–16.

⁵ Kemenpu, "Sanitasi Ciptakarya," Kemenpu, diakses 23 Februari 2022, <https://www.pu.go.id/>.

⁶ Notoatmodjo, *Pendidikan*, 115.

kesehatan individu, kelompok atau masyarakat setelah faktor lingkungan.⁷ Dari sudut pandang biologis, perilaku adalah kegiatan atau aktivitas tentang suatu organisme (hidup).⁸ Sedangkan dari sudut pandang psikologis, perilaku adalah reaksi atau reaksi seseorang terhadap suatu rangsangan (stimulus dari luar). Tanggapan lain tentang perilaku adalah hasil dari hubungan antara stimulus dan respons.⁹ Perilaku sehat merupakan respons seseorang terhadap rangsangan atau objek yang berhubungan dengan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, pola makan, dan lingkungan.¹⁰

Menurut Becker (1979), perilaku yang berhubungan dengan kesehatan termasuk dalam kategori berikut:

1. Perilaku hidup sehat. Perilaku hidup sehat merupakan perilaku yang berhubungan dengan cara atau upaya individu untuk memelihara, meningkatkan, memulihkan kesehatannya. Dapat dilakukan dengan cara menjaga gaya hidup yang sehat.
2. Perilaku sakit. Perilaku sakit merupakan suatu tanggapan seseorang terhadap rasa sakit dan penyakit, persepsi sakit, pengetahuan penyebab, tanda dan gejala, pengobatan, dan upaya pencegahan penyakit.
3. Perilaku peran sakit. Perilaku sakit adalah segala aktivitas yang menghasilkan kesembuhan dari penyakit. Perilaku sakit meliputi:
 - a. Tindakan untuk mendapatkan penyembuhan.
 - b. Mengetahui atau memahami fasilitas pelayanan kesehatan atau pengobatan penyakit yang sesuai.
 - c. Mengetahui tentang hak-hak mereka, seperti akses ke perawatan dan layanan kesehatan. Orang yang sakit wajib memberikan info tentang keadaannya kepada orang lain, terutama pada tenaga kesehatan, agar penyakitnya tersebut tidak menular kepada orang lain.¹¹

Perilaku hidup sehat pekerja pengangkut sampah sangat bervariasi. Perilaku hidup sehat pekerja pengangkut sampah mempunyai opsi tindakan yang sesuai dengan keadaan kebanyakan persepsi masyarakat tentang perilaku hidup sehat. Tujuan pekerja pengangkut sampah melakukan perilaku hidup sehat agar terhindar dari penyakit, terutama agar tidak terkena virus Corona. Pekerja pengangkut sampah jika merasakan gejala sakit maka pekerja

⁷ Blum, *Planning Health Development and Application of Social Change Theory* (New York: Human Sciences Press, 1974), 315.

⁸ Maulana, *Promosi Kesehatan* (Jakarta: EGC, 2009), 24.

⁹ Skinner, *The Behavior of Organism: An Experimental Analysis* (Cambridge: Skinner Foundation, 1938), 268.

¹⁰ Notoatmodjo, *Pendidikan*, 117.

¹¹ Notoatmodjo, 121–23.

menggunakan persepsinya terhadap rasa sakitnya tersebut, kemudian melakukan asumsi, bagaimana akan mengobati rasa sakitnya tersebut sehingga ia dapat sembuh dari penyakitnya tersebut. Hal ini juga di kemukakan dalam penelitian-penelitian sebelumnya. Peneliti pada proses penulisan artikel, mereview tulisan-tulisan artikel yang telah di teliti sebelumnya di mana tema-tema yang diangkat terkait dengan penulisan artikel ini. Artikel pertama, penulis melihat hasil penelitian perilaku hidup bersih dan sehat era *new normal* yang ditulis oleh Siti Husnul Hotimah menyebutkan bahwa perilaku, gaya hidup, metode kerja di era *new normal* tidak akan sama dengan sebelum kehadiran Covid-19. Sehingga harus mengubah perilaku, cara hidup, cara kerja, dan cara berpikir di era *new normal*. Dengan adaptasi perilaku yang dibutuhkan di era *new normal* bisa sehat, panjang umur dan produktif. Perilaku hidup bersih dan sehat di era *new normal* antara lain mencuci tangan dengan sabun dan air bersih, mengonsumsi makanan sehat, mengonsumsi air putih yang cukup, olahraga secara teratur, istirahat yang cukup, membersihkan lingkungan hidup sekitar, selalu menggunakan masker ketika hendak keluar rumah, menerapkan *physical distancing* dan membersihkan permukaan benda dengan disinfektan. Hal ini memerlukan sosialisasi perubahan perilaku hidup bersih dan sehat untuk penerapan dalam kehidupan sehari-hari.¹²

Artikel kedua yaitu bias optimisme dan perilaku preventif masyarakat pada era *new normal* yang di tulis oleh Anisa Rahmania. Hasil penelitian menyebutkan bahwa Bias optimisme merupakan anggapan dasar pada pengetahuan faktual empiris yang dapat membuat seseorang percaya tidak akan mengalami hal-hal negatif. Bias optimisme yang muncul dapat membuat seseorang menjauhi penanganan risiko dan pencegahan terhadap suatu masalah, karena dia beranggapan bahwa dirinya tidak akan mengalami sakit, hal-hal negatif jika dibandingkan dengan orang lain seusiaanya. Bias optimisme dapat juga memberi akibat pada tingkat keterlibatan seseorang dalam perilaku pencegahan. Dari konsep tersebut dapat dijelaskan beberapa alasan masyarakat tidak takut untuk melakukan aktivitas di ruang publik dikarenakan mereka terlalu percaya diri bahwa virus Corona tidak seberbahaya itu sehingga tidak menerapkan protokol kesehatan. Pada penelitian ini, peneliti juga menemukan bahwa sebesar 56,2% subjek telah melakukan tindakan preventif meskipun beberapa di antara subjek tidak menyatakan bahwa memiliki kecemasan akan kondisi pandemi COVID- 19.¹³

Artikel ketiga yaitu tentang sosialisasi dan edukasi protokol kesehatan

¹² Siti Husnul Hotima, "Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Era New Normal," *Majalah Ilmiah Pelita Ilmu* 3, no. 2 (1 Desember 2020): 188–205, <https://doi.org/10.37849/mipi.v3i2.200>.

¹³ Farra Anisa Rahmania, Dean Nurul Azmi, dan Hanifah Dwicahyaputri, "Bias Optimisme dan Perilaku Preventif Masyarakat pada Era New Normal," *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi* 2 (2020): 197–209.

untuk tetap sehat dan bugar bagi tukang sampah di tempat pembuangan sampah Penggilingan Jakarta Timur yang ditulis oleh Sita Dewi, dkk. Hasil penelitian ini menyatakan kegiatan sosialisasi dan edukasi protokol kesehatan untuk tetap bugar dan sehat kurang direspons oleh tukang sampah. Hal ini disebabkan oleh lokasi yang tidak mendukung (jalan sempit, becek, bau, tidak ada sarana untuk pemaparan materi seperti pengeras suara dan lainnya), tukang sampah merasa tidak memerlukan masukkan mengenai masalah produktivitas kerja, dan banyak yang masih bekerja pada saat acara pengabdian masyarakat ini. Tetapi bantuan yang diberikan dapat mengingatkan mereka akan pentingnya berperilaku bersih, menjaga kesehatan agar mereka dapat tetap bekerja mengumpulkan sampah atau produktif di bidangnya.¹⁴

Artikel keempat penyuluhan kebijakan era normal baru sebagai upaya pencegahan penularan Covid-19 di kecamatan Kamal oleh Rina Yulianti. Penelitian tersebut menyebutkan bahwa kegiatan penyuluhan melalui pengabdian masyarakat memberikan dampak besar bagi perubahan pola perilaku masyarakat dalam menerapkan protokol Kesehatan pada saat beraktivitas pada era normal baru. Keterlibatan penegak hukum dan pemerintah desa menjadi penting untuk menegakkan disiplin protokol Kesehatan pada era normal baru.¹⁵

Artikel kelima dari Hario Megatsari tentang perspektif masyarakat tentang akses pelayanan kesehatan. Penelitian ini menyebutkan masyarakat masih merasa akses dari aspek fisik dan sosial masih sulit untuk dijangkau, dikarenakan jalan untuk menuju ke layanan kesehatan susah. Sedang pada aspek sosial juga masih sulit untuk dijangkau, dikarenakan terdapat beberapa tenaga kesehatan yang bersikap kurang ramah dalam memberikan pelayanan dan belum bisa membaur dengan masyarakat. Jika dilihat dari aspek ekonomi tidak terdapat permasalahan, dikarenakan saat ini masyarakat sudah merasakan manfaat dari program JKN.¹⁶

Beda penelitian ini dengan penelitian terdahulu yaitu, dalam penelitian ini menjelaskan persepsi perilaku kesehatan pekerja pengangkut sampah dari mulai menjaga agar tidak terpapar virus Covid-19 atau bila pekerja pengangkut sampah tersebut sudah terpapar virus Covid-19, bagaimana cara

¹⁴ Sita Dewi dkk., "Sosialisasi Dan Edukasi Protokol Kesehatan Untuk Tetap Sehat Dan Bugar Bagi Tukang Sampah Di Tempat Pembuangan Sampah Penggilingan Jakarta Timur," *Tridharmadimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Jayakarta* 1, no. 2 (1 Desember 2021): 130–38, <https://doi.org/10.52362/tridharmadimas.v1i2.665>.

¹⁵ Rina Yulianti, "Penyuluhan Kebijakan Era Normal Baru Sebagai Upaya Pencegahan Penularan Covid-19 Di Kecamatan Kamal," *Jurnal Ilmiah Pangabdhi* 7, no. 1 (18 April 2021): 55–58, <https://doi.org/10.21107/pangabdhi.v7i1.9210>.

¹⁶ Hario Megatsari dkk., "Perspektif Masyarakat Tentang Akses Pelayanan Kesehatan," *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan* 21, no. 4 (2018): 247–53, <https://doi.org/10.22435/hsr.v21i4.231>.

pekerja pengangkut sampah tersebut sembuh dari sakitnya tersebut. Dapat dijelaskan dalam penelitian ini pekerja pengangkut sampah agar bisa bertahan hidup dalam masa pandemi Covid-19 maka harus dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungan dan menyesuaikan lingkungan dengan dirinya, yaitu dengan memakai masker dalam kegiatan sehari-hari, dan lebih menjaga kebersihan diri agar tidak terpapar Covid-19. Setelah itu pekerja pengangkut sampah juga harus mampu menentukan tujuannya dan berusaha mencapainya agar tidak terpapar penyakitnya sembuh. Hal itu dilakukan dengan mempelajari pola-pola sebagai kontrol yang dikembangkan sebagai kekuatan pendorong mental (motivasi), di mana petugas pengangkut sampah mengadaptasi bagian-bagian yang berbeda satu sama lain. Setelah petugas pengangkut sampah berinteraksi dengan keluarga atau kerabatnya, dan membicarakan tentang penyakit yang sedang di deritanya, maka petugas pengangkut sampah kemudian menciptakan kohesi dan inklusi dalam menyembuhkan penyakitnya tersebut. Dalam melakukan tindakan penyembuhan tetap mempertimbangkan pola-pola penyembuhan yang sudah ada.

Persepsi dan Tindakan Pengambilan Keputusan Perilaku Kesehatan

Perilaku hidup sehat pekerja pengangkut sampah di Surabaya dalam mempertahankan dan meningkatkan status kesehatannya pada masa *new normal* agar tidak terkena virus Corona, yaitu dengan tetap memakai masker, mengonsumsi makanan sehat dan mengonsumsi vitamin serta meminum minuman tradisional (jamu). Selain itu pekerja pengangkut sampah menjaga kebersihan tubuhnya. Setiap hari mereka mandi dua kali sehari, setiap pulang kerja pekerja pengangkut sampah mencuci rambutnya dengan sampo, serta tak lupa menggosok gigi, mereka juga memotong kuku secara rutin. Waktu istirahat pun mereka sama seperti sebelum pandemi terjadi. Seperti yang dikatakan Pak Di :

Ben sehat ya tetep nggawe masker, lek makan ya tetep koyok biasane, iwake sembarang sing penting onok sayure. Pas pandemi ngene tak tambahi ngombe vitamin c, tapi lek wedang wedangan masio sak gurunge pandemi aku ya seneng ngombe mbak, biasane sak durunge budal kerjo di gawekno wedang jabe karo bojoku. Bar moleh yo mesti adus kramas. Wayah pandemi ngene iki, aku sering ngetok'i kuku, lek mbiyen masio dowo, lek males ngetok'I yo nggak tak ketoki. Tapi saiki dowo titik tak ketoki, njogo ben resik, ben nggak kenek Covid.¹⁷

Agar sehat ya tetap menggunakan masker, waktu makan lauknya terserah yang penting ada sayur untuk dimakan. Pada saat pandemi

¹⁷ Didik, wawancara dengan penulis, 24 Februari 2022

seperti ini, saya mengonsumsi vitamin C, juga tetap mengonsumsi wedang (minuman tradisional) seperti sebelum ada pandemi. Biasanya sebelum berangkat kerja saya dibuatkan wedang oleh istri saya. Setelah pulang kerja saya mandi dan mencuci rambut. Pada saat pandemi seperti ini saya lebih sering memotong kuku, karena pada waktu dulu sebelum pandemi, meskipun kuku saya panjang, jika saya malas untuk memotong kuku maka kuku saya tetap saya biarkan panjang. Tetapi untuk saat ini kuku saya panjang sedikit saja sudah saya potong. Saya menjaga agar tetap bersih sehingga tidak terkena Covid

Ada juga perilaku pencegahan terhadap virus Corona pada pekerja pengangkut sampah yang keliru. Ada pekerja pengangkut sampah yang mencuci masker medisnya setelah di pakai, hal ini dilakukan untuk menghemat pengeluaran, karena pendapatan mereka sebagai pengangkut sampah kurang jika harus mengganti maskernya setiap hari. Hal ini di ungkapkan oleh Pak Tris :

Masker wajib, tapi asline abot lek kudu ganti masker bendino. Dadi akeh pengeluaran mbak, opo maneh anakku kenek pengurangan pegawai, dadi yo ngandelno aku tok sing mbiyayai kabeh. Mangkane tak akali, masker sing wes tak gawe, tak umbah trus lek wes garing tak gawe maneh. Bismillah mbak, sing penting ikehtiar nggawe masker ben nggak kenek Corona.¹⁸

Memakai masker itu wajib, meskipun berat bagi saya untuk mengganti masker setiap hari. Hal itu membuat pengeluaran saya menjadi lebih banyak. Anak saya juga terkena pengurangan pegawai, jadi semua kebutuhan keluarga di rumah, saya yang membiayai. Akhirnya saya berpikir untuk menggunakan masker berkali-kali, dengan cara mencuci masker yang sudah saya pakai agar bersih dan bisa dipakai lagi.

Perilaku sakit merupakan reaksi tanggapan dari seseorang terhadap rasa sakit dan penyakitnya. Reaksi tanggapan terhadap sakit tersebut tergantung dari pengetahuan tentang penyebab, tanda gejala, cara pengobatan, dan usaha - usaha untuk mencegah penyakit yang mereka punya. Pekerja pengangkut sampah dalam menjaga dirinya agar tidak terpapar virus Covid-19, melakukan perilaku sehat seperti rajin mencuci tangan, mandi dan mencuci rambut sehabis bekerja, meminum vitamin atau minuman tradisional (jamu) peningkat imun, serta memakai masker dalam kegiatan sehari-hari. Pekerja pengangkut sampah pada saat mengalami rasa sakit atau merasakan gejala sakit maka pekerja menggunakan persepsinya terhadap rasa sakitnya tersebut,

¹⁸ Trisna, wawancara dengan penulis, 24 Februari 2022

kemudian melakukan asumsi, mengapa ia merasakan sakit yang seperti ini dan bagaimana cara mengobati rasa sakitnya tersebut sehingga ia dapat sembuh dari penyakitnya tersebut. Sebelum pandemi COVID-19 pekerja pengangkut sampah bila merasakan gejala sakit pada tubuhnya tidak langsung memeriksakannya ke dokter, biasanya mereka membeli obat di apotek atau warung di dekat rumahnya, jika gejala penyakit yang di deritanya tidak kunjung sembuh atau makin memburuk baru membawanya ke puskesmas atau klinik terdekat. Pada era *new normal* ini, pekerja pengangkut sampah bila merasakan sakit pada tubuhnya, ia tetap membeli obat di apotek atau warung dan akan pergi ke dokter jika sakit yang di derita tidak kunjung sembuh atau makin memburuk, ini dilakukan jika rasa sakit yang di deritanya itu bukan ciri-ciri gejala terkena Covid.

Pekerja pengangkut sampah jika merasa tubuhnya mengalami rasa sakit dan rasa sakitnya itu sesuai dengan gejala-gejala Covid, maka hal yang dilakukan oleh pekerja pengangkut sampah yang pertama kali adalah meminum wedang, misalkan wedang *uwuh* dan wedang jahe. Pekerja pengangkut sampah juga membalurkan minyak kayu putih di dada atau punggungnya, dan mengonsumsi vitamin c. Jika dalam waktu tiga hari badan tidak kunjung membaik, maka pekerja pengangkut sampah meminum obat herbal atau obat-obatan tradisional untuk menyembuhkan penyakitnya, lalu bertanya atau meminta kepada kerabat atau rekannya bagaimana cara mengobati gejala sakit yang dirasakan, tetapi jika dalam kurun waktu seminggu dari gejala awal yang dirasakan keadaannya tidak kunjung membaik, barulah pekerja memeriksakan dirinya ke puskesmas atau klinik yang berada dekat dengan rumahnya. Hal ini dikarenakan pekerja pengangkut sampah takut di *swab*, karena jika hasil *swab* positif Covid-19, maka ia akan di karantina. Pekerja pengangkut sampah juga memiliki pikiran negatif jika ia terpapar Covid-19, ia berpikir bahwa jika terpapar Covid-19, maka ia bisa meninggal. Hal ini di ungkakan oleh Pak Jo :

*Pas rodok gering aku biyen mek ngombe obat warung apa toko ndek apotik, tapi pas Covid ngene iki, lek gebres-gebres, ngelu, apa rodok sesek ngono langsung tak ombahi wedang uwuh trus ngombe vitamin C. Lek sek nggak enak awake, opo nambah panas, aku biasane ngombe obat cino sing gave pereda Covid. Tapi biasane aku yo takok dulur-dulur opo koncoku, biasane samean lek loro ngene ngombe opo. Lek nggak mempan yo kepeksa ndek puskesmas kono, opo ndek dokter, trus biasane langsung di swab.*¹⁹

Waktu saya merasakan sakit, dulu saya hanya meminum obat yang saya beli di warung atau apotek. Tetapi saat pandemi ini, jika saya bersin-bersin, kepala pusing atau merasa sesak nafas, saya langsung meminum wedang *uwuh* dan meminum vitamin C. Tetapi jika masih

¹⁹ Johan, wawancara dengan penulis, 24 Februari 2022

tetap merasa sakit atau badan saya panas, saya meminum obat cina yang bisa meredakan Covid. Tetapi saya juga meminta pendapat saudara-saudara atau teman saya. Saya bertanya biasanya kalau sakit seperti yang sedang saya rasakan saat ini di obati pakai apa. Jika sakit yang saya derita tak kunjung sembuh, saya berobat ke puskesmas atau ke klinik dekat rumah, kemudian biasanya langsung di swab.

Hal serupa juga di ungkapkan oleh Pak Di :

Lek ngeroso loro yo dirasakno sek, iku tanda-tanda kenek Covid apa enggak, lek enggak ya wes ngombe obat biasane. Tapi lek onok tanda-tanda Covid siji ae, langsung tak ombeki wedang-wedangan, nggelobrot minyak putih. Nggak langsung tak gowo ndek dokter, wedi pas swab basile positif, dikarantina dewean, wedi stress pasan trus mati mbak. Dadi ngenteni seminggu lebih biasane aku wani ndek dokter, opo lek ngeroso sesek aku langsung ndek dokter.²⁰

Jika saya sakit, saya rasakan dulu rasa sakit tersebut. Apa gejala sakit saya sesuai ciri-ciri sakit yang terkena Covid atau tidak. Jika ada tanda-tanda Covid yang saya rasakan, meskipun hanya satu tanda saja, saya langsung meminum wedang dan membalurkan minyak kayu putih pada tubuh saya. Saya tidak langsung membawanya ke dokter, karena takut jika hasil saya positif, saya dikarantina sendirian. Saya takut mengalami stres dan takut meninggal dunia. Jadi saya menunggu tujuh hari lebih, baru saya berani memeriksakan diri ke dokter, tetapi bila saya merasa sesak nafas meskipun belum satu minggu, saya langsung memeriksakan diri saya ke dokter.

Perilaku dalam peran sakit merupakan seluruh aktivitas penderita sakit dalam upaya untuk memperoleh kesembuhan. Baik mengenal atau mengetahui fasilitas atau sarana pelayanan kesehatan untuk penyembuhan penyakit yang secara layak. Mengetahui haknya seperti memperoleh perawatan dan pelayanan kesehatan. Dan seseorang yang sakit wajib memberitahukan penyakitnya kepada orang lain terutama petugas kesehatan dan tidak menularkan penyakitnya pada orang lain. Pekerja pengangkut sampah setelah mengalami gejala suatu penyakit, kemudian ia melakukan tindakan yang tepat menurut persesinya untuk menyembuhkan penyakitnya tersebut, tetapi penyakitnya tidak kunjung sembuh, ia akan mulai mencari tempat pelayanan kesehatan yang sesuai dengan keadaannya sekarang. Pekerja pengangkut sampah dalam memilih tempat pelayanan kesehatan memilih tempat yang biayanya murah bahkan gratis. Hal ini dikarenakan pendapatannya yang tidak besar, membuat pekerja pengangkut sampah tidak berani langsung berobat ke rumah sakit, padahal ia terkadang ingin

²⁰ Didik, wawancara dengan penulis, 24 Februari 2022

memeriksa keadaannya ke rumah sakit.

Pada saat memeriksa penyakitnya, dan mendapat diagnosa dokter bahwa ia terpapar COVID-19, pekerja pengangkut sampah tersebut langsung meminta untuk langsung di bawa ke tempat karantina penderita COVID-19. Pekerja pengangkut sampah memilih melakukan itu takut menularkan kepada keluarganya, karena jika ia memilih untuk isolasi mandiri, tempat tinggal di rumahnya tidak memungkinkan untuk dilakukan isolasi mandiri. Pekerja pengangkut sampah selalu berdoa dan berusaha berpikir positif agar ia cepat sembuh. Pada saat pekerja pengangkut sampah berada di tempat karantina (tempat pelayanan kesehatan), ia aktif bertanya tentang bagaimana cara pengobatan, obat apa saja yang ia minum, apa yang boleh dan tidak boleh dilakukan pada saat proses penyembuhan penyakitnya kepada petugas kesehatan. Pekerja pengangkut sampah melakukan ini agar ia lekas sembuh. Hal ini sesuai apa yang di sampaikan oleh Pak Jo :

Aku mbiyen ngeroso awak nggak enak, trus kok wedi, tanda-tandane koyok Covid. Pikiranku wes nggak enak, yo wedi pisan, mikir aneb-aneb waktu iku. Tak obati dewe, trus tak enteni onok semingguan trus aku ndek puskesmas, dikongkon swab, eh hasile positif. Iku aku langsung nggak moleh mbak, aku njaluk di gowo ndek asrama haji. Asline gejalaku nggak parah, jarene dokter iso isoman ae, tp aku wedi lek isoman, anak bojoku isok ketularan, lha kontrakanku cilik. Wes pas aku di karantina, aku semangat, berusaha ndang cepet negatif. Obat opo ae sing di kekno aku, tak takoni gawe opo, wes pokoke aku melu aktivitas sing dianjurno pas ndek kono.²¹

Jika saya merasa tidak enak badan, dan tanda-tandanya menunjukkan Covid, saya merasa takut. Saya sudah berpikir macam-macam, berpikir nanti terjadi ini dan itu. Saya mengobati sakit dengan meminum obat-obatan yang biasa saya minum ketika sakit. Sampai satu minggu kemudian, sakit yang saya derita tidak kunjung sembuh. Akhirnya saya memeriksa diri ke puskesmas, kemudian di suruh melakukan swab, dan ternyata hasilnya positif Covid. Pada saat mengetahui saya positif terkena Covid, saya tidak pulang untuk mengambil barang-barang saya. Saya langsung di bawa ke asrama haji. Saya tidak mengalami gejala Covid yang parah dan bisa untuk melakukan isolasi mandiri di rumah. Tetapi saya menolak untuk melakukan isolasi mandiri, hal ini dikarenakan kontrakan saya kecil, di sana ada anak dan istri saya. Saya takut anak dan istri saya tertular Covid. Pada saat saya berada di tempat karantina, saya semangat sembuh, berpikir positif. Obat yang diberikan dokter kepada saya, saya tanya fungsinya untuk menyembuhkan apa. Saya selalu patuh dan melakukan semua aktivitas yang dianjurkan petugas kesehatan di tempat karantina.

²¹ Johan, wawancara dengan penulis, 24 Februari 2022

Hal serupa juga di kemukakan oleh Pak Tris :

Aku pas kenek Covid mbiyen, awakku wes nggak enak, tanda-tanda koyok Covid ngono, tapi nggak sing nemen. Tak obati disek, trus atiku nggak enak, aku mikir ojok-ojok iki Covid, trus tak periksakno ndek puskesmas, soale onok swab gratis, temen wes basile positif. Trus aku di karantina, wes ndek HAH (Hotel Asrama Haji) aku aktif, semangat ben ndang waras. Trus doktere iku terus-terusan nyemangati aku, nasebati ojok mikir aneb-aneb. Soale pas iku aku ya wedi mati mbak, polabe akeh wong sing mati gara-gara Covid.²²

Dahulu waktu saya terpapar Covid, badanku terasa tidak enak, saya merasakan tanda-tanda orang terpapar Covid. Saya obati sendiri terlebih dahulu, tetapi hati saya merasa tidak enak, saya berpikir jangan-jangan saya terkena Covid. Akhirnya saya memutuskan untuk memeriksakan diri ke Puskesmas, karena di sana juga menyediakan layanan swab gratis. Dan setelah swab, hasilnya positif. Kemudian saya di karantina. Dokter di tempat saya karantina terus menyemangati saya dan pasien lainnya, menasihati untuk berpikir positif. Saya akhirnya semangat dan berpikir positif, dan membuang jauh pikiran saya yang takut meninggal karena Covid.

Persepsi perilaku hidup sehat pekerja pengangkut sampah pada masa *new normal* yaitu pada saat pekerja pengangkut sampah mengira dan merasa bahwa dirinya sakit, maka ia akan mencoba mengurangi atau mengontrol gejala yang di rasakan tersebut dengan melakukan pengobatan sendiri, sesuai apa persepsinya tentang gejala penyakit yang sedang dialami. Tak jarang juga meminta pendapat atau nasihat dari kerabat dan rekannya. Selanjutnya jika ada kesamaan persepsi ia akan menjalankan pengobatan tersebut, atau jika pekerja pengangkut sampah mempunyai persepsi sendiri, maka ia akan menjalankan perilaku hidup sehatnya menurut persepsinya. Pekerja pengangkut sampah dalam hal perilaku kesehatan pada masa *new normal*, lebih protektif, karena pekerja pengangkut sampah takut jika terpapar virus Corona. Tindakan preventif yang dilakukan pekerja pengangkut sampah yaitu dengan meminum wedang-wedangan dan mengonsumsi vitamin c, memakai masker dan menjaga kebersihan tubuh setelah bertugas mengangkut sampah. Pada tahap selanjutnya dalam mengambil keputusan, semua komponen persepsi negatif dari penyakit dinilai berdasarkan situasi sekarang dan pengalaman masa lalu. Selanjutnya pekerja pengangkut sampah akan mempertimbangkan berbagai kemungkinan pengobatan yang akan dilakukan. Setiap tindakan dan keputusan yang diambil akan mengurangi ancaman yang mungkin akan terjadi karena penyakit yang dideritanya, serta memperhitungkan segala kerugian dan keuntungannya, misalnya meliputi

²² Trisna, wawancara dengan penulis, 24 Februari 2022

biaya, waktu, tenaga yang diperlukan untuk melaksanakan setiap tindakan yang akan di lakukan. Pekerja pengangkut sampah harus membuat keputusan berdasarkan evaluasi optimal dari suatu tindakan pengobatan, jadi keputusan tidak di dasarkan atas alasan yang tidak rasional atau untung-untungan.

Kesimpulan

Perilaku kesehatan merupakan segala bentuk pengalaman dan interaksi individu dengan lingkungannya khususnya menyangkut pengetahuan dan sikap tentang kesehatan serta tindakannya yang berhubungan dengan kesehatan dan penyakit. Perilaku hidup sehat yang dilakukan oleh pekerja pengangkut sampah pada masa *new normal* berasal dari bagaimana persepsinya memaknai hal-hal tersebut. Persepsi perilaku hidup sehat tukang sampah yaitu merupakan suatu aktivitas untuk menjaga kesehatan tubuhnya. Hal itu dilakukan agar terhindar dari penyakit, terutama agar tidak terpapar virus Corona, dapat beraktivitas secara produktif dan dapat menghasilkan nilai ekonomi bagi keluarga

Pekerja pengangkut sampah jika merasakan gejala sakit maka akan menggunakan persepsinya terhadap rasa sakit yang dirasakannya tersebut, kemudian mempertimbangkan berbagai kemungkinan keuntungan dan kerugian terhadap tindakan pengobatan yang akan dilakukan. Dalam penentuan pelayanan kesehatan pekerja pengangkut sampah menyesuaikan dengan keadaan yang sedang menimpanya (sakit yang di deritanya dan kondisi ekonomi). Hal itu dilakukan agar bisa membuat keputusan yang tepat dalam melakukan tindakan sehingga tubuhnya kembali sehat.

Daftar Rujukan

- Blum. *Planning Health Development and Applicaffon of Social Change Theory*. New York: Human Sciences Press, 1974.
- Dewi, Sita, Dwi Listyowati, Bertha Elvy Napitupulu, dan Francisca Hermawan. “Sosialisasi Dan Edukasi Protokol Kesehatan Untuk Tetap Sehat Dan Bugar Bagi Tukang Sampah Di Tempat Pembuangan Sampah Penggilingan Jakarta Timur.” *Tridbarmadimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Jayakarta* 1, no. 2 (1 Desember 2021): 130–38. <https://doi.org/10.52362/tridharmadimas.v1i2.665>.
- Eliana, Sumiati. “Kesehatan Masyarakat Komprehensif.” Direktorat Jenderal Tenaga Kesehatan Kemenkes RI. Diakses 23 Februari 2022. <http://bppsdmk.kemkes.go.id/>.
- Hotima, Siti Husnul. “Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Era New Normal.” *Majalah Ilmiah Pelita Ilmu* 3, no. 2 (1 Desember 2020): 188–205. <https://doi.org/10.37849/mipi.v3i2.200>.

Kemenpu. "Sanitasi Ciptakarya." Kemenpu. Diakses 23 Februari 2022. <https://www.pu.go.id/>.

Maulana. *Promosi Kesehatan*. Jakarta: EGC, 2009.

Megatsari, Hario, Agung Dwi Laksono, Ilham Akhsanu Ridlo, Mohammad Yoto, dan Arsy Nur Azizah. "Perspektif Masyarakat Tentang Akses Pelayanan Kesehatan." *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan* 21, no. 4 (2018): 247–53. <https://doi.org/10.22435/hsr.v21i4.231>.

Moss-Morris, Rona, John Weinman, Keith Petrie, Robert Horne, Linda Cameron, dan Deanna Buick. "The Revised Illness Perception Questionnaire (IPQ-R)." *Psychology and health* 17, no. 1 (2002): 1–16.

Notoatmodjo, Soekidjo. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta, 2011.

Rahmania, Farra Anisa, Dean Nurul Azmi, dan Hanifah Dwicahyaputri. "Bias Optimisme dan Perilaku Preventif Masyarakat pada Era New Normal." *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi* 2 (2020): 197–209.

Robbins, Stephen P., dan Timothy A. Judge. *Perilaku Organisasi*. Diterjemahkan oleh Diana Angelica. Jakarta: Salemba Empat, 2008.

Skinner. *The Behavior of Organism: An Experimental Analysis*. Cambridge: Skinner Foundation, 1938.

Yulianti, Rina. "Penyuluhan Kebijakan Era Normal Baru Sebagai Upaya Pencegahan Penularan Covid-19 Di Kecamatan Kamal." *Jurnal Ilmiah Pangabdhi* 7, no. 1 (18 April 2021): 55–58. <https://doi.org/10.21107/pangabdhi.v7i1.9210>.