

**ANALISIS HUBUNGAN PELAKSANAAN PERILAKU HIDUP BERSIH
DAN SEHAT (PHBS) TERHADAP KEBUGARAN JASMANI PELAJAR
SEKOLAH DASAR KECAMATAN LUBUK TAROK
KABUPATEN SIJUNJUNG**

SKRIPSI

*Diajukan kepada tim penguji skripsi Departemen Kesehatan dan Rekreasi
Sebagai salah satu persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Olahraga (S.Or)*



Oleh:

**FAHRUR RAZI
NIM.18089047/2018**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
DEPARTEMEN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2022**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Analisis Hubungan Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (Pbhs) Terhadap Kebugaran Jasmani Sekolah Dasar Kecamatan Lubuk Tarok Kabupaten Sijunjung.

Nama : Fahrur Razi

Nim : 18089047

Program Studi : Ilmu Keolahragaan

Departemen : Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Januari 2023

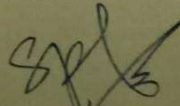
Disetujui oleh:
Pembimbing



Dr. Hastria Effendi, S.Farm., M.Farm. Apt. AIFO

NIP. 19831021 201012 2 004

Mengetahui:
Ketua Departemen Kesehatan dan Rekreasi



Dr. Muhammad Sireli Rifki, S.Si., M.Pd

NIP. 19790704 200912 1 004

HALAMAN PENGESAHAN TIM PENGUJI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Didepan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Ilmu Keolahragaan Departemen Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang


Analisis Hubungan Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (Phbs)
Terhadap Kebugaran Jasmani Sekolah Dasar
Kecamatan Lubuk Tarok Kabupaten Sijunjung.


Nama : Fahrur Razi
Nim : 18089047
Prodi : Ilmu Keolahragaan
Departemen : Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

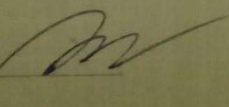
Padang, Januari 2023

Tim Penguji

Tanda tangan

Ketua : Dr. Hastria Effendi, S.Farm., M.Farm., Apt., AIFO 1. 

Anggota : Dr. Wilda Welis, SP., M.Kes 2. 

Anggota : dr. Arif Fadli Muchlis, S.Ked., M.Biomed 3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul "Analisis Hubungan Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Terhadap Kebugaran Jasmani Pelajar Sekolah Dasar Kecamatan Lubuk Tarok Kabupaten Sijunjung" adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan di cantumkan pada keputakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Januari 2023
Yang membuat pernyataan



Fahrur Razi
NIM. 18089047

ABSTRAK

Fahrur Razi. (2022): Analisis Hubungan Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Terhadap Kebugaran Jasmani Pelajar Sekolah Dasar Kecamatan Lubuk Tarok Kabupaten Sijunjung. Skripsi. Departemen kesehatan dan Rekreasi. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Padang

Masalah dalam penelitian ini adalah masih kurangnya kebersihan di sekolah dan masih kurangnya pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat yang belum terlaksana dengan baik, di antaranya masih kurangnya tempat mencuci tangan, masih banyak siswa dan siswi yang masih membeli makanan di luar perkarangan sekolah, kurangnya fasilitas toilet, dan tempat membuang sampah yang masih kurang jumlahnya di setiap depan kelas, dan dari data puskesmas masih banyak penyakit yang di akibatkan kurangnya kebiasaan sehat antaranya yaitu, diara, demam berdarah, infeksi kulit, sakit telinga, sakit gigi dan cacangan.

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli s.d Agustus 2022 di Sekolah Dasar Kecamatan Lubuk Tarok Kabupaten Sijunjung. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa Sekolah Dasar Kecamatan Lubuk Tarok Kabupaten Sijunjung yang berjumlah 288 orang siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*, maka jumlah sampel dalam penelitian adalah sebanyak 30 orang siswa. Instrument dalam penelitian ini adalah 1) kuesioner penelitian untuk mengukur perilaku hidup bersih dan sehat dan 2) tes TKJI untuk mengukur kebugaran jasmani siswa. Teknik analisis data menggunakan analisis koreasi sederhana dan dilanjutkan dengan uji t untuk menguji signifikansi.

Hasil penelitian ini adalah: terdapat hubungan antara perilaku hidup bersih dan sehat yang signifikan dengan kebugaran jasmanani siswa SD Negeri Kecamatan Lubuk Tarok Kabupaten Sijunjung dengan perolehan $t_h = 3,07 > t_t = 1,70$

Kata Kunci : Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat, Kebugaran Jasmani

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah SWT. Yang telah melimpahkan rahmad dan petunjuk-Nya, sehingga penulis telah dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul: **“Hubungan Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Terhadap Kebugaran Jasmani Pelajar Sekolah Dasar Kecamatan Lubuk Tarok Kabupaten Sijunjung”** di tulis untuk memenuhi syarat untuk memperoleh gelar sarjana olahraga. Program Studi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang.

Penyelesaian skripsi ini tidak akan terselesaikan dengan baik tanpa bantuan, motivasi dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Ganefri, Ph.D selaku Rektor Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Prof. Dr. Alnedral, M.Pd Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal selama proses perkuliahan.
3. Bapak Dr. Muhamad Sazeli Rifki, S.Si, M.Pd Ketua Departemen Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga peneliti dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Dr. Hastria Effendi, S. Farm., M. Farm. Apt., AIFO selaku pembimbing yang telah membantu penulis dengan semangat dan motivasinya untuk membimbing dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Ibu Dr. Wilda Welis, SP. M.Kes dan dr. Arif Fadli Muchlis, M. Biomed, selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan kepada peneliti dalam penulisan skripsi ini.
6. Seluruh dosen, staf, dan karyawan Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
7. Kepala sekolah SD 01 Buluh kasok dan SD N 08 Silongo, yang telah bersedia memberikan izin kepada peneliti untuk pengambilan data penelitian.
8. Pimpinan perpustakaan beserta karyawan dan karyawan perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Perpustakaan Universitas Negeri Padang.
9. Teristimewa kepada kedua orang tua ayahanda dan ibunda tercinta yang telah mengasuh, mendidik, dan membimbing penulis dengan penuh kasih sayang, serta memberikan dukungan moril, material dan do'a. kepada kakak dan adik yang selalu memberikan dukungan moril dan motivasi untuk penulis. Sehingga penulis dapat menyelesaikan pendidikan menjadi sarjana.
10. Tidak lupa kepada teman-teman seperjuangan angkatan 2018 yang selalu memberikan bantuan dan semangat baik secara moril spiritual kepada penulis.

Penulis berdoa semoga Allah SWT. Membalas segala bantuan yang telah diberikan dengan pahala yang berlipat ganda. Amin ya rabbal alamin, karena tanpa bantuan dari berbagai pihak, skripsi ini tidak akan terselesaikan dan skripsi ini dapat bermanfaat.

Padang, Oktober 2022
Penulis

Fahrur Razi
Nim. 18089047/2018

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABLE.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	7
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	9
1. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat	9
2. Perilaku Hidup Sehat di Sekolah	16
3. Kebugaran Jasmani	17
B. Kerangka Konseptual	25
C. Hipotesis	27
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	27
B. Tempat dan Waktu Penelitian	27
C. Populasi dan Sampel	27
D. Definisi Operasional	29
E. Jenis dan Sumber data	31
F. Instrumen Penelitian	32
G. Teknik dan Alat Pengumpulan Data	43
H. Teknik Analisis Data	43

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data	45
1. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (X)	45
2. Kebugaran Jasmani (Y)	50
B. Uji Persyaratan Analisis	54
C. Pengujian Hipotesis	55
D. Pembahasan	56

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Kesimpulan	59
B. Saran	59

DAFTAR PUSTAKA

60

LAMPIRAN

61

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi	28
2. Sampel penelitian	29
3. Kisi-kisi Angket Penelitian Perilaku Hidup Bersih dan Sehat	32
4. Distribusi Frekuensi Hasil Data Pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat siswa SD Negeri 08 Nagari Silongo	45
5. Distribusi Frekuensi Hasil Data Pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat siswa SD Negeri 01 Buluh Kasok	47
6. Distribusi Frekuensi Hasil Data Pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat siswa SD Negeri Kecamatan Lubuk Tarok Kabupaten Sijunjung	48
7. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kebugaran jasmani siswa SD Negeri 08 Nagari Silongo	50
8. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kebugaran jasmani siswa SD Negeri 01 Buluh Kasok	51
9. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kebugaran jasmani siswa SD Negeri Kecamatan Lubuk Tarok Kabupaten Sijunjung	53
10. Uji Normalitas dengan Lilliefors	54
11. Hasil analisis uji korelasi dan uji signifikansi	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual	26
2. Histogram Frekuensi Hasil Data Pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat siswa SD Negeri 08 Nagari Silongo	46
3. Histogram Frekuensi Hasil Data Pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat siswa SD Negeri 01 Buluh Kasok.....	48
4. Histogram Frekuensi Hasil Data Pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat siswa SD Negeri Kecamatan Lubuk Tarok Kabupaten Sijunjung....	49
5. Histogram Frekuensi Hasil Data Kebugaran jasmani siswa SD Negeri 08 Nagari Silongo	51
6. Histogram Frekuensi Hasil Data Kebugaran jasmani siswa SD Negeri 01 Buluh Kasok	52
7. Histogram Frekuensi Hasil Data Kebugaran jasmani siswa SD Negeri Kecamatan Lubuk Tarok Kabupaten Sijunjung	54

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Di dalam strategi Departemen kesehatan tahun 2005-2009 yang tertuang dalam keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No.331/Menkes/SK/V/2006 telah ditetapkan bahwa rencana jangka panjang menengah nasional, visi departemen kesehatan adalah: masyarakat sehat mandiri untuk hidup sehat “Masyarakat sehat mandiri untuk hidup sehat adalah suatu kondisi masyarakat Indonesia menyadari, mau dan mampu untuk mengenali, mencegah dan mengatasi permasalahan kesehatan yang dihadapi, sehingga bebas dari gangguan kesehatan akibat bencana, maupun lingkungan dan perilaku yang tidak mendukung hidup sehat.

Selanjutnya dalam rangka mewujudkan Visi Departemen Kesehatan tersebut maka ditetapkan Misi Departemen Kesehatan yaitu “Membuat Rakyat Sehat”. Untuk mencapai Misi tersebut tidaklah mungkin hanya dilakukan oleh pihak pemerintah saja, melainkan harus dilakukan bersama masyarakat termasuk swasta. Sehubungan dengan itu ada empat strategi pertama adalah menggerakkan dan memberdayakan masyarakat untuk hidup sehat. Tujuan strategi pertama ini adalah memberdayakan individu, keluarga dan masyarakat agar mampu menumbuhkan Perilaku Hidup Sehat (Pedoman Pengelolaan Promosi Kesehatan , Depkes, 2008).

Dalam Undang-undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan pada Pasal 79 ayat (1) menyatakan bahwa kesehatan sekolah diselenggarakan

untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat peserta didik dalam lingkungan hidup sehat sehingga peserta didik dapat belajar, tumbuh, dan berkembang secara harmonis dan setinggi-tingginya, kemudian kesehatan juga merupakan suatu unsur yang sangat mendukung untuk terciptanya manusia yang sehat dengan cara menanamkan pola hidup yang sehat dalam kehidupan sehari-hari, khususnya bagi peserta didik di lingkungan sekolah.

Sekolah merupakan kelompok usia rentan terhadap masalah kesehatan maka siswa lebih mudah terkena penyakit dan hal ini merugikan bagi siswa karena terpaksa absen dari sekolah akibat sakit. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di Sekolah adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru dan masyarakat lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat. PHBS di sekolah adalah upaya untuk memberdayakan siswa, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah agar tahu, mau dan mampu mempraktikkan PHBS, dan berperan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat. (Proverawati & Rahmawati, 2012).

Dampak dari kurang dilaksanakannya PHBS di antaranya yaitu suasana belajar yang tidak mendukung karena lingkungan sekolah yang kotor, menurunnya semangat dan prestasi belajar dan mengajar di sekolah, menurunkan citra sekolah di masyarakat umum. Dengan menerapkan PHBS di sekolah oleh peserta didik, guru dan masyarakat lingkungan sekolah, maka akan membentuk mereka untuk memiliki kemampuan dan kemandirian dalam

mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sekolah sehat (Maryunani, 2013).

Munculnya berbagai penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah (usia 6 -10) ternyata umumnya berkaitannya dengan PHBS. Oleh karena itu, penanaman kebutuhan mutlak dan dapat diketahui melalui pendekatan usaha kesehatan. Perilaku hidup bersih dan sehat disekolah adalah upaya untuk memberdaya siswa, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah agar tahu dan mampu mempraktikan PHBS, dan berperan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat (Aswandi, dkk, 2017).

Anak usia sekolah merupakan kelompok usia yang kritis, karena pada usia tersebut seorang anak rentan terhadap masalah kesehatan. Selain rentan terhadap masalah kesehatan, anak usia sekolah juga berada pada kondisi yang sangat peka terhadap stimulus sehingga mudah dibimbing, diarahkan, dan ditanamkan kebiasaan-kebiasaan yang baik, termasuk kebiasaan berperilaku hidup bersih dan sehat. Pada umumnya, anak-anak seusia ini juga memiliki sifat selalu ingin menyampaikan apa yang di terima dan diketahuinya dari orang lain.

PHBS merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran individu untuk mencegah permasalahan kesehatan. PHBS dipraktikkan atas kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang atau keluarga dapat menolong diri sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakatnya. Kebijakan PHBS menjadi komponen penting suatu daerah sebagai indikator suatu

keberhasilan daerah untuk menurunkan kejadian penyakit yang disebabkan oleh perilaku yang tidak sehat.

Rendahnya kesadaran untuk menjalankan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak sekolah yang menyebabkan kondisi lingkungan sekolah tidak terurus. Sekolah selain berfungsi sebagai tempat pembelajaran juga dapat menjadi ancaman penularan penyakit jika tidak dikelola dengan baik, usia sekolah bagi anak juga merupakan masa rawan terserang berbagai penyakit. Tugas perkembangan anak dalam usia sekolah dasar adalah belajar mengembangkan kebiasaan untuk memelihara badan meliputi kesehatan dan kebersihan pribadi serta adanya hubungan positif yang tinggi antara jasmani dan prestasi. Anak sudah bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan dan dapat mengidentifikasi tentang kebutuhan kebersihan diri dan berperilaku hidup bersih dan sehat itu sangat penting bagi dirinya. Aspek perilaku merupakan hal yang paling penting agar terwujudnya status kesehatan pribadi.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan individu dan kesehatan masyarakat adalah keturunan, lingkungan, perilaku dan pelayanan masyarakat (Soekidjo Notoatmodjo, 2010: 24-25). Selain faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku hidup bersih antara lain kelas sosial dan kelas ekonomi, pengetahuan, sikap, status kesehatan serta kebiasaan pribadi.

Upaya sekolah untuk meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat, yaitu melalui pembelajaran jasmani dan program usaha kesehatan sekolah

yang diberikan seminggu sekali. Seharusnya peserta didik melakukan aktivitas fisik atau olahraga seminggu perlu 3-5 kali untuk menjaga tingkat kebugaran jasmaninya. Karena kebugaran akan menurun 50% setelah berhenti olahraga atau latihan selama 4-12 minggu dan akan terus berkurang hingga 100% selama 10-30 minggu.”(Menurut Iriyanto (2004: 17))”

Dari data puskesmas Kecamatan Lubuk Tarok Kabupaten Sijunjung tahun 2021 terdapat beberapa penyakit yang terjadi pada usia 6-12 tahun di akibatkan oleh perilaku hidup yang kurang sehat seperti diare sebanyak 17 orang, demam berdarah 7 orang, infeksi kulit 18 orang, sakit telinga 10 orang, sakit gigi 6 orang, cacangan 4 orang. Pendidikan jasmani yang diajarkan di sekolah dan program usaha kesehatan sekolah yang diberikan diharapkan dapat membuat siswa terbiasa hidup sehat dan senang melakukan aktivitas fisik secara aktif di setiap harinya. Tingkat kebugaran jasmani yang baik merupakan modal awal bagi anak usia SD untuk pencapaian kebugaran jasmani selanjutnya, kebugaran jasmaninya baik akan berpengaruh pada kegiatan belajar siswa, karena siswa dengan status kebugaran jasmani yang baik akan bertambah semangat dalam mengikuti proses pembelajaran. Dengan kebugaran jasmani yang baik atau kondisi fisik yang baik dan perilaku hidup sehat akan mempertinggi kemampuan dan kemauan belajar. Artinya status kebugaran jasmani seseorang berpengaruh terhadap kesiapan maupun kemampuan fisik maupun pikiran untuk menerima beban kerja (aktivitas belajar) yang merupakan kewajiban siswa tiap hari. Pemantauan status kebugaran jasmani juga sangat penting dilakukan, karena

sebagai alat evaluasi bagi siswa untuk peningkatan kebugaran jasmaninya. Oleh karena itu, untuk membantu pelajar dalam meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat dilakukan analisis terhadap kebiasaan yang mereka lakukan baik disekolah maupun diluar lingkungan sekolah. Berdasarkan uraian dan paparan yang di atas penulis menyusun penelitian ini dengan judul "Analisis hubungan pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) terhadap kebugaran jasmani pelajar Kecamatan Lubuk Tarok Kabupaten Sijunjung"

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka di kemukakan identifikasi masalah sebagai berikut :

1. Masih minimnya pelajar dalam menerapkan Perilaku hidup bersih dan sehat disekolah dan diluar lingkungan sekolah.
2. Masih tinggi angka penyakit yang di akibat kurangnya perilaku hidup bersih dan sehat.
3. Kurang kesadaran dan kepedulian pelajar terhadap perilaku hidup bersih dan sehat disekolah
4. Pelajar di Sekolah Dasar masih kurang menjaga kebersihan pribadi di sekolah.
5. Beberapa pelajar di Sekolah Dasar belum menerapkan membuang sampah di tempat sampah.
6. Pelajar belum sepenuhnya melakukan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, terlihat bahwa permasalahan dalam penelitian ini sangat luas, untuk itu perlu dilakukan pembatasan masalah yaitu :

1. Perilaku hidup bersih dan sehat
2. Kurang panjangnya lintasan untuk lari 600 meter untuk data penelitian

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah yang diuraikan diatas, maka masalah yang di rumuskan dalam penelitian ini yaitu: Analisis pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) terhadap kebugaran jasmani pelajar Kecamatan Lubuk Tarok Kabupaten Sijunjung”

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian di atas, tujuan penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui sejauh mana perilaku hidup sehat pelajar di sekolah dasar Kecamatan Lubuk Tarok Kabupaten Sijunjung.
2. Untuk meningkatkan budaya perilaku hidup bersih dan sehat terhadap pelajar Kecamatan Lubuk Tarok Kabupaten Sijunjung.
3. Untuk mengetahui perilaku hidup bersih dan sehat terhadap kebugaran jasmani pelajar Sekolah Dasar Kecamatan Lubuk Tarok Kabupaten Sijunjung.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Sebagai bahan masukan bagi Guru untuk meningkatkan kualitas perilaku hidup sehat pelajar di sekolah.
2. Sebagai bahan belajar dan masukan untuk menumbuhkan kesadaran pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari.
3. Sebagai bahan masukan bagi pelajar, sehingga mereka dapat lebih memperhatikan pola hidup bersih dan sehat dan tingkat kebugaran jasmani.