

**TINJAUAN TENTANG PRILAKU HIDUP SEHAT
SISWA SMP N 12 KOTA PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang*



Oleh :

**WAHDI SAPUTRA
NIM1102805/2011**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2017**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Tinjauan Tentang Prilaku Hidup Sehat Siswa SMP N 12 Kota
Padang

Nama : Wahdi Saputra

NIM : 1102805

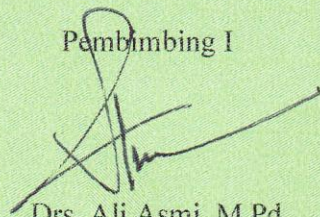
Jurusan : Pendidikan Olahraga

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas
Negeri Padang

Padang, Februari 2017

Disetujui oleh:

Pembimbing I



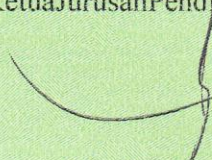
Drs. Ali Asmi, M.Pd
NIP : 19560901197801 1001

Pembimbing II



Drs. Ali Umar, M.Kes
NIP : 19550309 1986031006

Mengetahui:
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Zarwan, M. Kes
NIP. 19611230 198803 1003

PENGESAHAN

Nama: Wahdi Saputra
NIM : 1102805

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Didepan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

*Tinjauan Tentang Prilaku Hidup Sehat Siswa SMP N 12
Kota Padang*

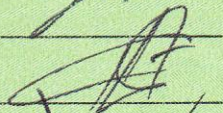
Padang, Februari 2017

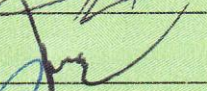
Tim Penguji

Nama Tanda Tangan

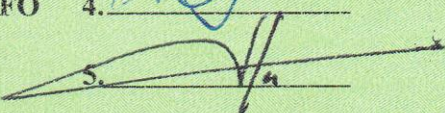
1. Ketua : Drs. Ali Asmi, M.Pd
2. Sekretaris : Drs. Ali Umar, M.Kes
3. Anggota : Drs. Nirwandi, M.Pd
4. Anggota : Dr. Khairuddin, M.Kes.AIFO
5. Anggota : Drs. Edwardsyah, M.Kes

1. 

2. 

3. 

4. 

5. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul **“Tinjauan Tentang Prilaku Hidup Sehat Siswa SMP N 12 Padang”**, adalah asli karya saya sendiri;
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing dan penguji;
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 didalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada keperpustakaan;
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 karna karya tulis ini, serta sanksi lain nya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Februari 2017
Yang membuat pernyataan



Wahdi Saputra
NIM. 1102805

ABSTRAK

Wahdi Saputra 2011. Tinjauan Tentang Prilaku Hidup Sehat Siswa SMP N 12 Kota Padang.

Berdasarkan observasi yang penulis lakukan di lapangan, ternyata masih rendahnya pelaksanaan prilaku hidup sehat sebagaimana yang diharapkan, dari observasi di Sekolah Menengah Pertama Negeri 12 Kota Padang pada dasarnya sekolah telah melaksanakan program pengajaran prilaku hidup sehat namun diduga masih ada beberapa faktor penghambat. Pada sebagian siswa SMP Negeri 12 Kota Padang belum terwujud dengan baik, hal ini terlihat masih banyak nya siswa yang belum melaksanakan pelajaran kesehatan pribadi dan kesehatan lingkungan sekolah, dengan demikian jelaslah bahwa program pelaksanaan pelajaran kesehatan disekolah amatlah penting, Permasalahan di atas menggambarkan bahwa pelaksanaan Pelajaran Kesehatan kurang berjalan sebagaimana yang diharapkan, dari hasil observasi penulis di sekolah SMP Negeri 12 Padang

Jenis penelitian ini adalah *deskriptive*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII, VIII, IX Sekolah Menengah Pertama Negeri 12 Kota Padang berjumlah sebanyak 179 orang. Sampel diambil dengan teknik *Stratified Sampling*, dengan demikian jumlah sampel adalah sebanyak 50 orang. Jenis data ini adalah data primer yang diperoleh langsung dari responden. Sedangkan data skunder siswa yang diambil dari administrasi sekolah. Selanjutnya data dianalisis dengan presentase menggunakan skor ideal.

Berdasarkan hasil analisis data menunjukan bahwa variabel kesehatan pribadi. Kesehatan pribadi siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 12 Kota Padang diperoleh tingkat capaian 88,62% berada pada klasifikasi "Sangat Baik". Sedangkan kesehatan lingkungan siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 12 Kota Padang diperoleh tingkat capaian 85,35% berada pada klasifikasi "Sangat Baik". Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tinjauan tentang prilaku hidup sehat siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 12 Kota Padang berklasifikasi sangat baik.

Kata Kunci : Perilaku Hidup Sehat

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT, karena berkat limpahan rahmat dan karunia-NYA lah penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “ Tinjauan Tentang Prilaku Hidup Sehat Siswa SMP N 12 Kota Padang”.

Tujuan penulisan skripsi ini adalah untuk memenuhi sebagai persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Dalam penulisan skripsi ini penulis telah berusaha semaksimal mungkin dengan kemampuan yang ada untuk mendapatkan hasil yang terbaik, namun sebagai manusia penulis menyadari tidak terlepas dari keterbatasan dan kekurangan sesuai dengan ilmu pengetahuan yang dimiliki. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan isi dari penelitian ini.

Dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, alhamdulillah skripsi ini dapat diselesaikan. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Drs. Syafrizar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Drs. Zarwan, M.Kes selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Drs. Ali Asmi, M.Pd dan Drs. Ali Umar, M.Kes, sebagai pembimbing I dan pembimbing II.

4. Bapak Drs. Nirwandi, M.Pd. , Bapak Dr. Khairuddin, M.Kes, AIFO dan Bapak Drs. Edwarsyah, M.Kes selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Seluruh Staf Pengajar Jurusan Pendidikan Olahraga Universitas Negeri Padang.
6. Kedua Orang Tua yang Tercinta Ayahanda dan Ibunda serta Kakak-kakak dan Adik-adik yang telah banyak memberikan dukungan moral dan material serta do'a yang selalu menyertai penulis.
7. Sahabat seperjuangan dan teman-teman BP 2011 Jurusan Pendidikan Olahraga.

Semoga bimbingan, saran, petunjuk serta bantuan yang telah diberikan kepada penulis, akan menjadi amal ibadah dan diridhoi oleh Allah SWT, Amin Ya Robbal A'lamin.

Padang, Februari 2017

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
 BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	6
D. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	8
 BAB II. TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. Kajian Teori	9
1. Perilaku.....	9
2. Pengetahuan Hidup Sehat	10
3. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat	29
4. Trias UKS.....	31
5. Kesehatan sekolah dan Usaha Pengajaran Perilaku Hidup Sehat	33
6. Pengajaran Perilaku Hidup Sehat.....	36
B. Kerangka Konseptual	39
C. Pertanyaan Penelitian	39
 BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Jenis, Tempat dan Waktu Penelitian	40
B. Populasi dan Sampel	40
C. Jenis dan Sumber Data	41
D. Definisi Operasional	41

E. Teknik dan Alat Pengumpulan Data	42
F. Teknik Analisis Data	43
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data	45
B. Pembahasan	50
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	52
B. Saran.....	52
DAFTAR PUSTAKA.....	54
LAMPIRAN.....	55

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian.....	40
2. Sampel Penelitian.....	41
3. Kisi – kisi Instrumen Angket	42
4. Distribusi Hasil Data Kesehatan Pribadi	46
5. Distribusi Hasil Data Kesehatan Lingkungan	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual.....	39
2. Histogram Variabel Kesehatan Pribadi.....	46
3. Histogram Variabel Lingkungan Sehat.....	49

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kisi-kisi Instrument	55
2. Data Mentah Penelitian	58
3. Dokumentasi Penelitian	59
4. Surat Izin Penelitian dari Fakultas Ilmu Keolahragaan	
5. Surat Izin Penelitian dari Dinas Pendidikan Kota Padang.....	
6. Surat Balasan Penelitian dari SMP N 12 Kota Padang.....	

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Penyelenggaraan upaya kesehatan mempunyai tujuan untuk mencapai kemampuan hidup sehat bagi setiap manusia. Adanya kemampuan hidup sehat, merupakan syarat utama bagi tercapainya derajat kesehatan yang optimal, yang selanjutnya makin menghasilkan tenaga kerja yang efektif, anak usia sekolah, merupakan kelompok yang rawan, khususnya karena dalam proses pertumbuhan. Intensitas pembinaan menuju terbentuknya pelaksanaan pelajaran kesehatan merupakan bagian penting dari pembinaan kesehatan usia sekolah.

Kesehatan pun perlu bagi siswa sekolah yang mana hanya melakukan aktifitas yang sangat menguras fisik dan mental, maka dari itu lah pola pelajaran kesehatan pada siswa sangat penting diterapkan guna mencapai tingkat derajat kesehatan. Sesuaidengan UUD no 36 tahun 2009 pasal 79

(1) kesehatan sekolah di selenggarakan untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat peserta didik agar dapat belajar, tumbuh dan berkembang secara harmonis dan setinggi - tingginya menjadi sumber daya manusia yang berkualitas, (2) Kesehatan sekolah sebagaimana dimaksud pada ayat (a) di selenggarakan melalui sekolah formal dan informal atau melalui lembaga pendidikan lain, (b) Ketentuan mengenai kesehatan sekolah sebagaimana dimaksud pada ayat (c) di tetapkan dengan peraturan pemerintah.

Sekolah menengah pertama merupakan lembaga pendidikan untuk menanamkan dasar – dasar pengetahuan (kognitif), sikap (afektif), dan keterampilan (psikomotorik) untuk di kembangkan pada jenjang pendidikan

lebih tinggi, oleh karena itu di sekolah menengah pertama berpedoman kepada hasil penyempurnaan kurikulum penjasorkes yang terdiri dari 6 aspek yaitu permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan senam, aktivitas ritmik, aquatik (aktivitas air) dan pendidikan luar kelas (out door education). Dari keenam aspek tersebut yang wajib dilaksanakan adalah permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan uji diri, dan aktivitas ritmik, sementara aspek aquatic dilaksanakan bila disekitar sekolah sarana pendukung dan pendidikan luar kelas dapat dilakukan 2 kali setahun. Jumlah waktu yang dialokasikan untuk pembelajaran pendidikan jasmani olahraga kesehatan terbatas adalah 2 jam perminggu, jumlah waktu tersebut digunakan untuk kegiatan belajar mengajar dan penilaian, maka guru diharapkan menyusun kegiatan ekstrakurikuler dalam upaya pencapaian keseluruhan kompetensi di dalam kurikulum (depdiknas 2003:7)".

Pendidikan kesehatan sekolah tersebut bertujuan membimbing dan menuntun anak didik dapat meningkatkan derajat kesehatan melalui pembinaan, pengembangan nilai, sikap dan tingkah laku menuju kebiasaan hidup sehat, mengenal berbagai cara pencegahan penyakit, dengan demikian anak dapat dibina melakukan, kegiatan untuk menjaga kesehatan pribadi, lingkungan dan masyarakat.

Dalam mengamalkan pelajaran kesehatan untuk menuju Indonesia sehat tidaklah gampang, peranan dan praktek langsung harus diberikan kepada siswa, sehingga siswa mengerti dan membiasakan diri untuk melakukan hal -

hal baik dalam kehidupan sehari - hari sebagaimana pelajaran kesehatan yang dimaksudkan.

Pelajaran kesehatan siswa bukan hanya menjadi tanggung jawab pihak sekolah, tapi juga menjadi tanggung jawab orang tua, karena rumah adalah tempat pertama siswa berinteraksi, rumah menjadi wadah berinteraksi siswa dengan orang tua, banyak hal - hal pelajaran kesehatan yang siswa dapatkan dalam pengajaran dan penerapan orang tua di rumah.

Mengharapkan siswa berkarakter dari sekolah tidaklah mungkin, peran orang tua dalam mendidik agar pelajaran kesehatan dan sejak dini sangatlah diharapkan, sehingga saat menginjak bangku sekolah, anak-anak bangsa tinggal dipoles sedikit lagi dengan metode – metode pelajaran kesehatan dengan benar, program ini bertujuan untuk menciptakan suatu kondisi bagi siswa untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan menerapkan pelajaran kesehatan dalam kehidupan sehari-hari.

Kondisi idealnya kesehatan pribadi antara lain adalah kulit yang bersih, mata yang bersih, rambut yang rapi kuku yang bersih, hidung yang bersih, telinga yang bersih, mulut dan gigi yang bersih, memakai pakaian yang bersih, menjaga kebersihan alat kelamin, menjaga kebersihan tangan dan kaki. Dan juga harus menjaga kesehatan lingkungan sekolah seperti : menjaga kondisi atap dan talang, menjaga kondisi dinding, menjaga kondisi lantai, menjaga kondisi tangga, menjaga pencahayaan kelas, membersihkan kan ventilasi, mengatur kepadatan kelas, mengatur jarak papan tulis, menjaga ketersediaan tempat cuci tangan, meminimalisir kebisingan, menggunakan air bersih, menjaga

kebersihan toilet, pengelolaan sampah, sarana pembuangan air limbah, pengendalian vector, menjaga kebersihan kantin, menjaga kondisi halaman sekolah dan menjaga prilaku.

Pada sebagian siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 12 Kota Padang belum terwujud dengan baik, hal ini terlihat masih banyaknya siswa yang belum melaksanakan pelajaran kesehatan pribadi dan kesehatan lingkungan sekolah, dengan demikian jelaslah bahwa program pelaksanaan pelajaran kesehatan di sekolah amatlah penting, permasalahan di atas menggambarkan bahwa pelaksanaan pelajaran kesehatan kurang berjalan sebagaimana yang di harapkan, dari hasil observasi penulis di Sekolah Menengah Pertama Negeri 12 Padang pada dasarnya sekolah telah melaksanakan program pelaksanaan pelajaran kesehatan namun diduga masih ada beberapa faktor penghambat yang ditemui seperti 1) kebiasaan siswa di lingkungan keluarga 2) kesehatan pribadi 3) kesehatan lingkungan sekolah. 4) penyuluhan kesehatan 5) penerapan disiplin sekolah 6) pengawasan guru 7) dukungan kepala sekolah 8) penerapan trias UKS.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas yang menjadi identifikasi masalah adalah

1. Perilaku Kesehatan Pribadi :

- a. Kebersihan kulit
- b. Kebersihan mata
- c. Kebersihan rambut

- d. Kebersihan kuku
 - e. Kebersihan hidung
 - f. Kebersihan telinga
 - g. Kebersihan mulut dan gigi
 - h. Kebersihan pakaian
 - i. Kebersihan kelamin
 - j. Kebersihan tangan dan kaki
2. Kesehatan Lingkungan Sekolah
- a. Kondisi atap dan talang
 - b. Kondisi dinding
 - c. Kondisi lantai
 - d. Kondisi tangga
 - e. Pencahayaan
 - f. Ventilasi
 - g. Kepadatan kelas
 - h. Jarak papantulis
 - i. Ketersediaan tempat cuci tangan
 - j. Kebisingan
 - k. Air bersih
 - l. Toilet (kamarmandi).
 - m. Pengelolaan sampah
 - n. Sarana pembuangan air limbah
 - o. Pengendalian vektor

- p. Kantin / warung sekolah
- q. Kondisi halaman sekolah
- r. Perilaku

C. Pembahasan Masalah

Berdasarkan ruang lingkup masalah yang dikemukakan di atas tidak semua masalah akan diteliti mengingat keterbatasan penulis maka permasalahan di batasi pada:

1. Kesehatan pribadi

a. Kesehatan Pribadi

Kesehatan pribadi adalah badan diri seseorang yang bersih dari segala penyakit yaitu berasal dari dalam tubuh manusia maupun luar tubuh manusia tersebut. Pribadi yang sehat bisa dikatakan sehat bila luar dan dalam tubuh pribadi seseorang itu sudah bersih dari segala penyakit yang dapat mempengaruhi kesehatan pribadi tersebut, ada pun bagian – bagian dari kesehatan pribadi sebagai berikut :

1. Kebersihan kulit
2. Kebersihan mata
3. Kebersihan rambut
4. Kebersihan kuku
5. Kebersihan hidung
6. Kebersihan telinga
7. Kebersihan mulut dan gigi
8. Kebersihan pakaian

9. Kebersihan kelamin

10. Kebersihan tangan dan kaki

b. Kesehatan lingkungan sekolah

Pengertian lingkungan adalah segala sesuatu yang ada di sekitar manusia yang mempengaruhi perkembangan kehidupan manusia baik langsung maupun tidak langsung. Lingkungan bisa di bedakan menjadi lingkungan biotik dan abiotik. Jika berada di sekolah, lingkungan biotik nya berupa teman - teman sekolah bapak ibu guru serta karyawan, dan semua orang yang ada di sekolah.

Adapun lingkungan abiotik berupa udara, meja kursi, papan tulis, gedung sekolah, dan berbagai macam benda mati yang ada di sekitar. Di lingkungan yang sehat kita bisa ikut nyaman, dilingkungan sekolah yang sehat kita dapat belajar dengan tenang. Oleh karena itu, kita harus dapat menciptakan lingkungan sekolah yang bersih dan sehat.

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah penelitian yang di kemukakan di atas maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk:

1. Mengetahui dan mengidentifikasi pelaksanaan pelajaran kesehatan siswa tentang kesehatan pribadi
2. Mengetahui dan mengidentifikasi pelaksanaan siswa tentang kesehatan lingkungan sekolah pada Sekolah Menengah Pertama Negeri 12 Kota Padang.

E. Manfaat Penelitian

Setelah dilakukan penelitian lapangan nanti, maka penelitian ini dapat berguna untuk:

1. Bagi penulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S,Pd) pada program studi pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi jurusan pendidikan olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang.
2. Dinas Pendidikan Kota Padang sebagai bahan masukan untuk pelaksanaan supervisi.
3. Sebagai bahan evaluasi bagi kepala sekolah untuk mengetahui sikap siswa terhadap pelaksanaan pelajaran kesehatan guna pengambilan kebijakan lebih lanjut dalam kedudukannya sebagai pimpinan sekolah.
4. Guru Penjasorkes, sebagai bahan masukan untuk peningkatan kualitas pelaksanaan UKS pada masa yang akan datang.
5. Bagi siswa sebagai bahan untuk melakukan evaluasi diri tentang sikap terhadap pemeliharaan kesehatan di sekolah.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Berpedoman pada temuan hasil penelitian tentang tinjauan perilaku hidup sehat siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 12 Kota Padang, maka dapat ditarik kesimpulan dan saran yakni sebagai berikut :

A. Kesimpulan

1. Kesehatan pribadi di Sekolah Menengah Pertama Negeri 12 Kota Padang diperoleh tingkat capaian 88,62 %, berada pada klasifikasi “Sangat Baik”
2. dan kesehatan lingkungan di Sekolah Menengah Pertama Negeri 12 Kota Padang diperoleh tingkat capaian 85,35%, berada pada klasifikasi “Sangat Baik”

B. Saran

Bertitik tolak kepada uraian terdahulu serta kesimpulan-kesimpulan diatas, maka dikemukakan saran yang mungkin ada manfaatnya tentang perilaku hidup sehat siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 12 Kota Padang , saran-saran yang dimaksud adalah:

1. Diharapkan kepada guru yang mengajar mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan pada Sekolah Menengah Pertama Negeri 12 Kota Padang, agar lebih meningkatkan pengetahuan dengan cara melanjutkan studi kembali kependidikan yang lebih tinggi.
2. Untuk meningkatkan kerjasama sekolah dengan Puskesmas di Sekolah Menengah Pertama Negeri 12 Kota Padang perlu ada penataran guru dan penyegaran bersama-sama dengan instansi kesehatan

3. Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 12 Kota Padang agar dapat menjaga kebersihan pribadi dan kebersihan lingkungan sekolah supaya tercapai perilaku hidup sehat disekolah.
4. Pihak sekolah agar menyediakan sarana dan prasarana yang terbaik dalam mendukung hidup sehat dilingkungan sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 1998. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rajawali.
- Achadi, Endang. 2007. *Gizidan Kesehatan Masyatakat*. Fakultas Kesehatan Mastarakat Universitas Indonesia. PT. Rajagrafindo Persada
- Achmadi, Fahmi Umar. 2008. *Kesehatan Masyarakat di Indonesia*. Rineka Cipta. Jakarta
- Brian J. Sharkley. 2011. *Kebugaran dan Kesehatan*. PT. Raja grafindo Persada. Jakarta
- Depkes. 1999. *Perilaku Hidup Sehat*. Jakarta : Indonesia
- Edberg, Mark. 2007. *Buku Ajar Kesehatan Masyarakat Teori Sosial dan Perilaku*.
- Koentjoro, Tjahjono. 2007. *Regulasi Kesehatan Indonesia*. CV. Andi Offset. Yogyakarta
- Musron, Effendy. 1992. *Dasar-Dasar Keperawatan Masyarakat Edisi I*. Jakarta: EGC Kedokteran.
- Nasrun, Effendy. 1999. *Dasar-Dasar Keperawatan Masyarakat*. Edisi 1 Jakarta; EGC Kedokteran.
- Neldi, Hendridan Zalfendi. 2010. *Analisis Kurikulum dalam Pembelajaran Penjasorkes*. Padang: Sukabina.
- Nurdin Usman. 2002. *Konteks Implementasi Berbasis Kurikulum*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, hal. 70
- Puskesmas. 1999. *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*. Jakarta : Indonesia
- Suiraoka, Iputu. 2012. *Media Pendidikan Kesehatan*. Graha Ilmu. Yogyakarta
- UU RI, 2009, *Pendidikan dan Kesehatan*, Jakarta, Indonesia