

**PENGETAHUAN SISWA TENTANG PERILAKU HIDUP BERSIH
DAN SEHAT DI SMA NEGERI 12 PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Universitas
Negeri Padang Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sains*



**ADE OSVI YULIANDA
NIM. 1107533**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2016**

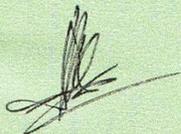
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Tinjauan Pengetahuan Siswa tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SMA Negeri 12 Padang
Nama : Ade Osvi Yulianda
BP / NIM : 2011 / 1107533
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang januari 2016

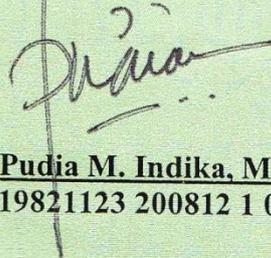
Mengetahui

Pembimbing I



Dr. Wilda Welis, SP, M.Kes.
NIP. 19700512 199903 2 001

Pembimbing II



dr. Pudja M. Indika, M.kes
NIP. 19821123 200812 1 003

Mengetahui
Ketua Jurusan



Dr. Wilda Welis, SP, M.Kes
NIP. 19700512 199903 2 001

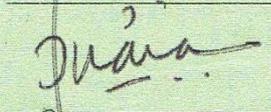
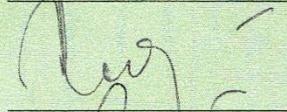
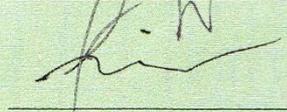
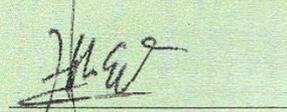
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

*Dinyatakan Lulus Setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang*

Judul : Pengentahuan Siswa Tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di
SMA Negeri 12 Padang
Nama : ADE OSVI YULIANDA
Nim / Bp : 110533 / 2011
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Januari 2016

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Dr. Wilda Welis,SP,M.Kes	
2. Sekretaris	: dr.Pudia M Indika,M.Kes	
3. Anggota	: dr.Levidiana	
4. Anggota	: Ridho Bahtra,S.Si,M.Pd	
5. Anggota	: Hastria Effendi,M.Farm.Apt	

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar benar karya saya sendiri.

Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang di tulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Pandang Februari 2016

Yang menyatakan



ADE OSVI YULIANDA

ABSTRAK

Ade Osvi Yulianda (2016) : Pengetahuan Siswa Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SMA Negeri 12 Padang

Ditemui di lapangan banyak siswa SMA Negeri 12 Padang yang tidak mengetahui pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat, hal ini terlihat banyak siswa yang tidak menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat, masih banyak siswa yang jajan diluar perkarangan sekolah yang menimbulkan berbagai macam penyakit. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat di SMA Negeri 12 Padang.

Penelitian ini bertujuan secara empiris yaitu untuk memperoleh data dan menganalisis serta membahas mengenai bagaimana pengetahuan siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat di SMA Negeri 12 Padang. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMA Negeri 12 Padang kelas X, XI dan kelas XII yang berjumlah 825 orang, sedangkan sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas X, XI, dan kelas XII yaang berjumlah 82 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *stratified random sampling*, karena sampel lebih dari 100 orang. Data penelitian ini dikumpulkan dengan menggunakan instrumen berupa angket penelitian dan dihitung menggunakan rumus persentase.

Berdasarkan hasil penelitian terlihat bahwa pengetahuan siswa tentang kebersihan lingkungan sekolah dikategorikan cukup yaitu 49,66%. Untuk itu diharapkan pihak sekolah lebih memperhatikannya serta diharapkan memberikan dukungan, baik itu dalam memberikan penyuluhan tentang pentingnya menjaga kebersihan diri siswa, maupun dukungan dalam hal menjaga kebersihan lingkungan sekolah.

Kata Kunci: Pengetahuan, Perilaku hidup bersih dan sehat

KATA PENGANTAR



Puji syukur penulis ucapkan ke hadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pengetahuan Siswa tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SMA Negeri 12 Padang”. Selanjutnya, shalawat beserta salam penulis ucapkan kepada Nabi Muhammad SAW. yang menjadi suri teladan dalam setiap sikap dan tindakan seorang muslim. Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan Pendidikan S-1 di Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Skripsi ini dapat diselesaikan juga berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Maka pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang tulus kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Phil. Yanuar Kiram selaku rektor Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Drs. Syafrizar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Ibu Dr. Wilda Wilis, SP,M.Kes selaku Ketua Jurusan dan pembimbing I.
4. Bapak dr. Pudia M.Indika, M.Kes selaku pembimbing II.
5. Ibu Hastria Effendi,M.Farm.Apt, Ibu dr.Levidiana dan Bapak Ridho Bahtra,S.Si,M.Pd selaku dosen penguji.

6. Bapak/Ibu dosen staf pengajar di Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, yang telah memberikan ilmunya selama penulis mengikuti perkuliahan.
7. Rekan-rekan seperjuangan yang telah memberikan motivasi dan semangat kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari akan kekurangan dan keterbatasan dalam penyusunan skripsi ini. Untuk itu dengan segala kerendahan hati, diharapkan saran dan kritik yang membangun dari semua pihak. Semoga skripsi ini bisa bermanfaat bagi Jurusan Kesehatan dan Rekreasi khususnya dan semua pihak pada umumnya. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan rahmat dan hidayah-Nya kepada kita semua. Amin ya robbal alamin.

Padang, Januari 2015

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.....	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	6
F. Kegunaan Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. Kajian Teori	8
1. Pengertian Pengetahuan.....	8
2. Pengertian Perilaku Hidup Sehat	8
3. Pengertian perilaku hidup bersih dan sehat.....	11
4. Kebersihan Lingkungan Sekolah	12
B. Kerangka Konseptual	26
C. Pertanyaan Penelitian	27
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	28
B. Tempat dan Waktu Penelitian	28
C. Populasi dan Sampel	28
D. Jenis dan Sumber Data.....	29
E. Definisi Operasional.....	30
F. Teknik dan Alat Pengumpulan Data	31
G. Instrumen Penelitian.....	31
H. Teknik Analisis Data.....	32

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Verifikasi Data	33
B. Hasil Penelitian	33
C. Pembahasan.....	45
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	47
B. Saran.....	47
DAFTAR PUSTAKA	49
LAMPIRAN	50

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Populasi siswa	25
Tabel 2 Sampel Penelittian	26
Tabel 3. Rekapitulasi persentase hasil kebersihan ligkungan Sekolah	34
Tabel 3. Distribusi frekuensi pengetahuan PHBS	35
Tabel 4. Rekapiltulasi Hasil Kebersihan Lingkungan Sekolah SMA Negeri 12 Padang	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka konseptual	24
Gambar 2. Pengetahuan Siswa Tentang PHBS di SMA Negeri 12 Padang	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I	Kisi-Kisi Angket	50
Lampiran II	Lembar Angket.....	51
Lampiran III	Data Hasil Penelitian.....	63
Lampiran IV	Dokumentasi Penelitian.....	65
Lampiran V	Frekuensi Tabel	66
Lampiran VII	Surat Izin Penelitian	74
Lampiran VII	Surat Balasan Dari SMA Negeri 12 Padang	75

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Penyelenggaraan pembangunan di sekolah-sekolah dalam sistem Pendidikan Nasional yang sedang berlangsung mengacu pada Undang-Undang Republik Indonesia No. 2 tahun 2003, fungsi dan tujuan pendidikan sebagaimana digariskan pada pasal 3 Undang-Undang tersebut adalah sebagai berikut:

“Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, dan beriman, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab”.

Berdasarkan kutipan di atas dapat peneliti simpulkan bahwa dengan terciptanya peserta didik yang sehat merupakan salah satu tujuan Pendidikan Nasional, karena sehat merupakan syarat utama untuk mengembangkan kecerdasan, kecakapan, kreativitas, serta potensi lainnya. Untuk mewujudkan hal tersebut anak didik sebagai subjek dalam pembangunan diharapkan dapat membiasakan hidup sehat sedini mungkin. Pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani dan membekali peserta didik dengan ilmu pengetahuan, sikap, keterampilan serta penerapan perilaku hidup sehat. Kesehatan yang baik merupakan ujung tombak dalam rangka menerapkan hidup bersih dan sehat.

Untuk mencapai masyarakat yang sehat dan manusia yang berkualitas diperlukan suatu usaha meningkatkan kesehatan siswa pada usia dini dimulai dari diri pribadi siswa. Untuk mencapai tujuan tersebut, salah satu usaha yang dapat dilakukan sekolah adalah dengan memampangkan kata-kata mutiara atau selebaran yang menyangkut dengan kebersihan, baik pentingnya memelihara kebersihan diri dan memelihara kebersihan lingkungan sekolah.

Perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah diantaranya: mencuci tangan dengan sabun, mengonsumsi jajanan sehat di kantin sehat, menggunakan jamban/wc yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur, membersihkan jentik nyamuk, tidak merokok, menimbang berat badan dan tinggi badan, dan membuang sampah di tempat sampah.

Berdasarkan observasi awal peneliti ke SMA Negeri 12 Padang, dari data Unit Kesehatan Sekolah (UKS) SMA Negeri 12 Padang diketahui banyak siswa SMA Negeri 12 Padang yang tidak mengetahui pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat, hal ini terlihat banyak siswa yang tidak menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat, masih banyak siswa yang jajan diluar perkarangan sekolah yang menimbulkan berbagai macam penyakit seperti: diare, muntah-muntah, sakit perut, sakit kepala, pusing, demam, dan berbagai macam penyakit lainnya. Selain itu karena kebiasaan siswa yang tidak baik seperti: kebiasaan merokok, miras dan kebiasaan begadang.

Kurangnya perhatian Siswa terhadap kebersihan lingkungan sekolah juga mempengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat siswa, seperti siswa tidak membuang sampah pada tempatnya, dan mencoret-coret dinding sekolah.

Selain itu kurangnya kebersihan diri siswa, diantaranya, kebersihan pakaian dan kebersihan tubuh. Disamping siswa yang kurang menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat masih banyak faktor lain yang mempengaruhi siswa kurang menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat diantaranya: pola asuh orangtua, lingkungan sekolah, dan lingkungan tempat tinggal siswa.

Orangtua yang dalam kesehariannya terbiasa hidup bersih akan menerapkan perilaku yang sama pada anak-anaknya, orangtua akan berupaya untuk memperhatikan hal-hal yang berkaitan dengan kesehatan keluarganya. Lingkungan sekolah juga berpengaruh pada perilaku hidup bersih dan sehat siswa, seperti jika banyak teman-temannya terbiasa membuang sampah pada tempatnya maka siswa lain juga akan mengikutinya. Namun pada kenyataannya masih banyak siswa yang membuang sampah sembarangan.

Lingkungan tempat tinggal siswa juga mempengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat siswa, sebagian siswa SMA Negeri 12 Padang tinggal di perkampungan yang biasanya kebersihannya kurang terjamin misalnya: banyak sekali tumpukan-tumpukan sampah yang banyak mendatangkan lalat pembawa penyakit, tetangga banyak yang memelihara hewan peliharaan, dan lain-lain.

Selain dari yang telah dijelaskan di atas perilaku hidup bersih dan sehat juga dapat dipengaruhi oleh, gizi, perilaku seksual, narkoba, dan agama. Dalam kehidupan sehari-hari orang tidak terlepas dari makanan karena makanan adalah salah satu kebutuhan pokok manusia, di samping udara (oksigen). Makanan yang kita konsumsi harus mengandung zat-zat tertentu

sehingga memenuhi syarat sesuai dengan fungsinya, dan zat-zat yang dibutuhkan tubuh tersebut disebut dengan gizi. Makanan yang kita makan sehari-hari harus dapat memelihara dan dapat meningkatkan kesehatan.

Perilaku seksual diusia dini harus dihindari karena akan mempengaruhi perilaku hidup sehat seseorang karena remaja yang melakukan hubungan seksual diluar pernikahan akan berakibat pada penyakit AIDS atau HIV yang akan dapat merugikan remaja itu sendiri. Namun pada kenyataannya masih banyak remaja yang terdorong untuk melakukan hubungan seks di luar pernikahan.

Pada saat ini narkoba di Indonesia sudah meresahkan karena narkoba merejalela dari anak usia dibawah 17 tahun sampai orang yang sudah lanjut usia, seseorang yang mengkonsumsi narkoba akan menyebabkan kehilangan kesadaran, yang akan berakibat pada perilaku yang tidak sehat. Sebagai umat yang beragama kita harus membiasakan berperilaku hidup bersih dan sehat, seseorang yang tidak kuat agamanya akan berpengaruh pada perilaku hidup yang tidak sehat, padahal dalam agama sudah dijelaskan bahwa kebersihan sebagian dari iman.

Dari data yang diperoleh dari UKS SMA Negeri 12 Padang pada rentang waktu bulan Juli-September 2015 diketahui banyak siswa yang terkena penyakit karena perilaku hidup bersih dan sehat yang kurang diterapkan siswa dalam kehidupannya diantaranya: 10% siswa menderita diare, 20% siswa menderita pusing, dan 30% siswa menderita sakit perut . Ada beberapa hal kemungkinan yang menyebabkan masih tingginya angka

penyakit siswa tersebut, faktor-faktor tersebut antara lain: kebersihan makanan yang kurang, kebersihan lingkungan yang tidak terawat, tidak terbiasa mencuci tangan sebelum makan, mengkonsumsi makanan yang kurang sehat.

Berdasarkan keterangan dari latar belakang masalah, maka peneliti ingin mengetahui tentang tingkat pengetahuan siswa SMA N 12 Padang tentang perilaku hidup bersih dan sehat di SMA Negeri 12 Padang.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, banyak faktor yang mempengaruhi terhadap penerapan perilaku hidup bersih dan sehat siswa di SMA Negeri 12 Padang. Ada beberapa masalah yang dapat peneliti identifikasi yaitu:

1. Kurangnya pengetahuan siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat
2. Siswa kurang menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat.
3. Lingkungan sekolah yang kurang bersih.
4. Lingkungan tempat tinggal siswa yang kurang sehat.

C. Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya ruang lingkup permasalahan serta kemampuan peneliti yang terbatas, maka penelitian ini dibatasi pada satu variabel yaitu: pengetahuan siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

Bagaimana tingkat pengetahuan siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat di SMA Negeri 12 Padang ?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan yang akan diteliti, sebagaimana yang telah dikemukakan diatas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat di SMA Negeri 12 Padang.

F. Kegunaan Penelitian

Adapun kegunaan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Penulis, sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana (S.Si) di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Kepala sekolah SMA Negeri 12 Padang sebagai bahan masukan untuk peningkatan kesehatan siswa.
3. Guru mata pelajaran Orkes di SMA Negeri 12 Padang, sebagai bahan untuk peningkatan mutu pembelajaran, khususnya tentang materi kesehatan.
4. Siswa, untuk dapat menambah pengetahuan disamping itu dapat mengaplikasikan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari.
5. Sekolah, sebagai pedoman dalam pembinaan pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat siswa.

6. Perpustakaan, sebagai bahan bacaan dalam menambah wawasan dan pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat.
7. Peneliti, sebagai bahan rujukan dan referensi penelitian yang relevan.