

**TINGKAT PENGETAHUAN SISWA SEKOLAH DASAR KELAS IV DAN  
V TENTANG PERILAKU HIDUP SEHAT DI SD NEGERI GENTAN  
KECAMATAN SEYEGAN KABUPATEN SLEMAN**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh  
Aris Tamaji Wijayanto  
NIM 10604224088

**PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAH RAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAH RAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2014**

## PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “Tingkat Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar Kelas IV Dan V Tentang Perilaku Hidup Sehat Di SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman” yang disusun oleh Aris Tamaji Wijayanto, NIM 10604224088 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 16 April 2014

Dosen Pembimbing,



Drs. Jaka Supardi, M.Kes

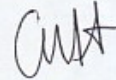
NIP. 19610731 199001 1 001

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 16 April 2014  
Yang menyatakan,



Aris Tamaji Wijayanto  
NIM. 10604224088

## PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Tingkat Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar Kelas IV Dan V Tentang Perilaku Hidup Sehat Di SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman” yang disusun oleh Aris Tamaji Wijayanto, NIM 10604224088 ini telah dipertahankan didepan Dewan Penguji pada tanggal 12 Mei 2014 dan dinyatakan lulus.

### DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Jaka Sunardi, M.Kes.	Ketua Penguji		23-5-2014
Tri Ani Hastuti, M.Pd.	Sekretaris Penguji		21-5-2014
Erwin Setyo K, M.Kes	Penguji I (Utama)		16-5-2014
Dr. Guntur, M.Pd.	Penguji II (Pendamping)		16-5-2014

Yogyakarta, Mei 2014  
Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Dekan

  
Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S  
NIP. 19600824 198601 1 001

## MOTO

- “Cara untuk menjadi yang didepan adalah dengan memulai sekarang. Jika memulai sekarang, tahun depan dapat mengetahui banyak hal yang sekarang tidak tahu. Tak akan mengetahui masa depan jika hanya menunggu-nunggu” (Nabi Muhammad SAW).
- Hidup memerlukan pengorbanan, pengorbanan memerlukan perjuangan. Perjuangan memerlukan ketabahan. Ketabahan memerlukan keyakinan. Keyakinan menentukan kejayaan. Kejayaan menentukan kebahagiaan. (Peneliti).
- Hidup harus menjadi yang terbaik dari yang terbaik (peneliti).

## **PERSEMBAHAN**

Karya yang sederhana ini saya persembahkan kepada:

Kedua orang tua tercinta, Sugeng Raharjo dan Dasiyem yang senantiasa memberikan kasih sayang dan doa yang tidak pernah kekah serta selalu memberikan semangat.

# TINGKAT PENGETAHUAN SISWA SEKOLAH DASAR KELAS IV DAN V TENTANG PERILAKU HIDUP SEHAT DI SD NEGERI GENTAN KECAMATAN SEYEGAN KABUPATEN SLEMAN

Oleh  
Aris Tamaji Wijayanto  
10604224088

## ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh kebiasaan pemilihan jajan makanan dan minuman disekolah, pengetahuan pentingnya sarapan pagi, kebersihan diri dan lingkungan, serta kebiasaan olahraga dan istirahat siswa SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V tentang perilaku hidup sehat di SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif menggunakan pendekatan survey dengan teknik pengambilan data menggunakan tes pilihan ganda. Subyek penelitian ini adalah siswa kelas IV dan V SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman yang berjumlah 82 siswa terdiri dari 41 siswa kelas IV dan 41 siswa kelas V. Uji Validitas Instrumen menggunakan rumus *Product Moment Pearson* dan uji Reliabilitas Instrumen menggunakan rumus *Alpha Cronbach* melalui *SPSS 16.0 for windows*. Untuk menganalisis data digunakan teknik deskriptif kuantitatif dengan persentase.

Hasil penelitian tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V tentang perilaku hidup sehat di SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman menunjukkan hasil cukup dengan persentase sebesar 34,14% yang didukung lima faktor. Pengetahuan terhadap faktor makanan dan minuman sebesar 31,70%, pengetahuan terhadap faktor kebersihan diri sebesar 36,58%, pengetahuan terhadap faktor kebersihan lingkungan sebesar 39,02%, pengetahuan terhadap faktor sakit dan penyakit sebesar 40,24%, dan pengetahuan terhadap faktor hidup teratur sebesar 43,90%.

Kata kunci: *tingkat pengetahuan, perilaku hidup sehat.*

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, atas limpahan rahmat, hidayah, dan inayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi. Keberhasilan penulis dalam menyusun skripsi tidak lepas atas bantuan, dorongan, dan saran dari semua pihak, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd, M.A, Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan untuk belajar di UNY.
2. Bapak Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S, Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
3. Bapak Drs. Amat Komari, M.Si, Ketua Jurusan POR FIK UNY yang senantiasa memberikan kemudahan dalam penelitian.
4. Bapak Drs. Jaka Sunardi, M.Kes, Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan petunjuk kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Drs. Sriawan, M.Kes Pembimbing Akademik yang telah memberikan nasehat dan dorongan untuk menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Staf Tata Usaha Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan bantuan dalam penyelesaian skripsi ini.
7. Bapak Jumadi, S.Pd, kepala sekolah SD Negeri Gentan yang telah memberikan izin penelitian sehingga penyusun dapat menyelesaikan skripsi ini.



8. Bapak Sujianta, S.Pd, guru Penjasorkes SD Negeri Gentan yang telah memberikan bantuan dan saran sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Siswa-siswi SD Negeri Gentan, yang bersedia meluangkan waktu dan tenaga untuk menjadi sampel dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Teman-teman PGSD B angkatan 2010 yang telah memberikan dukungan dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah membantu penulis menyelesaikan skripsi ini.

Atas segala bantuan dan pengorbanan yang telah diberikan, maka penulis mengucapkan banyak terima kasih, semoga amal dan bantuannya mendapat balasan dari Allah SWT. Berharap semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan pembaca pada umumnya.

Yogyakarta, 16 April 2014

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
HALAMAN MOTTO .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
ABSTRAK .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
 <b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Batasan Masalah .....	6
D. Rumusan Masalah .....	6
E. Tujuan Penelitian .....	6
F. Manfaat Penelitian .....	6
 <b>BAB II. KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Deskripsi Teori .....	8
1. Tinjauan Tentang Pengetahuan .....	8
a. Hakikat Pengetahuan .....	8
b. Tingkat Pengetahuan .....	8
c. Pengukuran Pengetahuan .....	10
2. Tinjauan Tentang Perilaku Hidup Sehat .....	11
a. Pengertian Perilaku .....	11
b. Pengertian Kesehatan .....	11
c. Pengertian Perilaku Hidup Sehat .....	12
3. Perilaku Hidup Sehat .....	13
a. Perilaku Terhadap Makanan dan Minuman .....	13
b. Perilaku Terhadap Kebersihan Diri .....	14
c. Perilaku Terhadap Kebersihan Lingkungan .....	19
d. Perilaku Terhadap Sakit dan Penyakit .....	20
e. Perilaku Terhadap Hidup Yang Teratur .....	21
4. Karakteristik Anak Sekolah Dasar .....	22

B. Penelitian yang Relevan .....	23
C. Kerangka Berpikir .....	23
<b>BAB III. METODE PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian .....	25
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	25
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	26
D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data .....	27
E. Teknik Analisis Data .....	34
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Diskripsi Tempat, Waktu dan Subjek Penelitian .....	37
B. Hasil Penelitian .....	37
C. Pembahasan .....	46
<b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	52
B. Implikasi Hasil Penelitian .....	52
C. Keterbatasan Penelitian .....	53
D. Saran .....	53
DAFTAR PUSTAKA .....	55
LAMPIRAN-LAMPIRAN .....	56

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kisi-kisi Angket Penelitian .....	29
Tabel 2. Kisi-kisi Angket Penelitian Setelah Uji Coba .....	32
Tabel 3. Kategorisasi Tingkat Pengetahuan .....	36
Tabel 4. Hasil Analisis Data Tingkat Pengetahuan .....	38
Tabel 5. Distribusi Faktor Makanan dan Minuman .....	39
Tabel 6. Distribusi Faktor Kebersihan Diri .....	41
Tabel 7. Distribusi Faktor Kebersihan Lingkungan .....	42
Tabel 8. Distribusi Faktor Sakit dan Penyakit .....	44
Tabel 9. Distribusi Faktor Hidup Teratur .....	45

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Histogram Pengetahuan Perilaku Hidup Sehat .....	38
Gambar 2. Histogram Faktor Makanan dan Minuman .....	40
Gambar 3. Histogram Faktor Kebersihan Diri .....	41
Gambar 4. Histogram Faktor Kebersihan Lingkungan .....	43
Gambar 5, Histogram Faktor Sakit dan Penyakit .....	44
Gambar 6. Histogram Faktor Hidup yang Teratur .....	46

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Kartu Bimbingan TAS .....	56
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian FIK UNY .....	58
Lampiran 3. Surat Izin Penelitian dari BPPD Kab. Sleman .....	59
Lampiran 4. Surat Keterangan dari SD Negeri Gentan .....	60
Lampiran 5. Surat Keterangan <i>Expert Judgement</i> .....	61
Lampiran 6. Data Tabulasi responden .....	62
Lampiran 7. Uji Validitas dan Reliabilitas .....	65
Lampiran 8. Data Statistik Frekuensi .....	81
Lampiran 9. Tes Pilihan Ganda .....	84
Lampiran 10. SKKD Penjas .....	90

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Anak pada hakikatnya merupakan aset terpenting dalam tercapainya keberhasilan suatu negara, karena anak merupakan generasi penerus selanjutnya. Peran guru sangat penting dalam merencanakan, mengawasi, membina serta mengembangkan potensi-potensi yang dimiliki oleh anak didik agar dapat berkembang secara optimal.

Belajar merupakan tugas utama seorang siswa. Dengan belajar, seorang siswa akan mempunyai pengetahuan yang luas dalam berbagai hal yang dipelajarinya. Perubahan perilaku seorang siswa merupakan akibat dari kegiatan yang didapat setelah ia melakukan kegiatan belajar. Pendidikan dasar adalah jenjang yang paling fundamental dalam tingkatan pendidikan nasional karena merupakan jenjang yang melandasi pendidikan selanjutnya. Pemberian landasan yang pokok pada tahap yang paling dini sangat besar pengaruhnya terhadap perkembangan siswa pada masa selanjutnya.

Kegiatan belajar dapat berjalan dengan maksimal jika siswa dalam keadaan sehat baik jasmani maupun rohani. Kesehatan merupakan sesuatu yang sangat penting dan sangat berharga dalam kehidupan, kesehatan merupakan komponen yang sangat mendukung sebagian besar kegiatan manusia, tetapi untuk mencapai kondisi yang sehat baik jasmani maupun rohani, maka harus ada langkah-langkah yang kongkrit untuk mencapainya. Masalah kesehatan mempunyai dimensi yang sangat kompleks, mulai dari pengetahuan, pemahaman, keadaan sampai perilaku siswa dalam kehidupan

sehari-hari baik dirumah, disekolah dan di lingkungan masyarakat. Keadaan sehat tidak mungkin didapat secara otomatis, sehat memerlukan pemeliharaan dan pembinaan semua faktor yang mempengaruhinya.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah proses pendidikan yang mengajarkan siswa tentang upaya-upaya yang dapat dilakukan dalam kehidupan sehari-hari untuk memelihara dan meningkatkan derajat kesehatannya. Salah satunya adalah pendidikan tentang perilaku hidup sehat, perilaku hidup sehat adalah perilaku-perilaku yang berkaitan dengan upaya atau kegiatan seseorang untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatannya. Pengetahuan siswa tentang perilaku hidup sehat meliputi: a) pengetahuan tentang perilaku makanan dan minuman, diantaranya kebiasaan melakukan sarapan pagi, frekuensi makan dan minum dalam satu hari, pemilihan jenis makanan dan minuman yang bermanfaat bagi tubuh. b) pengetahuan tentang perilaku kebersihan diri, diantaranya frekuensi mandi dalam satu hari, waktu yang baik menggosok gigi, menjaga kebersihan kuku, menjaga kebersihan rambut, dan menjaga kebersihan telinga. c) pengetahuan tentang perilaku kebersihan lingkungan, diantaranya pemakaian air bersih untuk keperluan sehari-hari, membuang sampah jenis sampah organik dan anorganik, menjaga kebersihan kamar mandi, dan menjaga kebersihan pakaian. d) pengetahuan tentang perilaku sakit dan penyakit, diantaranya pemeliharaan dan peningkatan kesehatan, tindakan pencegahan penyakit, tindakan pengobatan dan pemulihan penyakit. e) pengetahuan tentang perilaku



hidup yang teratur, diantaranya kebiasaan melakukan olahraga secara teratur, pengaturan istirahat dan aktivitas.

Melalui proses kegiatan belajar siswa akan memperoleh pengetahuan tentang hal yang dipelajari khususnya perilaku hidup sehat. Pengetahuan adalah merupakan hasil dari “tahu” dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia seperti mata, hidung, telinga dan sebagainya (Soekidjo Notoatmodjo, 2007: 139).

Pengetahuan siswa tentang perilaku hidup sehat sangatlah penting, karena pengetahuan siswa yang tinggi terhadap perilaku hidup sehat akan menjadi pendorong timbulnya usaha sadar siswa untuk menjaga dan meningkatkan kesehatannya melalui perilaku hidup sehat, menurut Sunaryo yang dikutip Ahmad Kholid (2012:23) pengetahuan merupakan domain terpenting bagi terbentuknya tindakan seseorang. Perilaku yang disadari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak disadari oleh pengetahuan. Pengetahuan diperlukan sebagai dorongan psikis dalam menumbuhkan sikap dan perilaku setiap hari. Dengan kata lain pengetahuan siswa yang tinggi tentang perilaku hidup sehat akan memudahkan siswa dalam menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Sebaliknya jika pengetahuan siswa tentang perilaku hidup sehat rendah, bukan tidak mungkin siswa tidak bisa menerapkan perilaku hidup sehat dengan benar atau bahkan tidak menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari, sehingga akan berpengaruh pada derajat kesehatan tubuh yang rendah.

Sehubungan dengan hal tersebut, tidak hanya peran sekolah saja yang dibutuhkan oleh siswa, tetapi peran orang tua juga sangat dibutuhkan agar pengetahuan siswa tentang perilaku hidup sehat menjadi lebih tinggi. Hal ini disebabkan orang tua merupakan pendidik yang pertama, sehingga orang tua diharapkan memberikan arahan dan bimbingan yang baik kepada anaknya.

Sumbangan keluarga sangat berpengaruh bagi anak sekolah dasar mengingat siswa sekolah dasar masih suka meniru perilaku orang lain, terutama di SD Negeri Gentan yang merupakan sekolah dasar yang terletak dipedesaan, tepatnya di Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman Yogyakarta. Keadaan lingkungan serta kehidupan yang masih sederhana memungkinkan pengetahuan perilaku hidup sehat masih sangat rendah, selain itu walaupun pengetahuan tentang perilaku hidup sehat sudah diajarkan disekolah, tetapi masih ada saja siswa yang kurang memperhatikan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, perilaku siswa tersebut meliputi: a) tidak membiasakan sarapan pagi sebelum berangkat kesekolah, makan-makanan dan minuman-minuman yang tidak bermanfaat bagi tubuh contohnya seperti makanan cilok, tempura, dan minuman orson, makanan dan minuman tersebut mengandung zat-zat yang merugikan bagi tubuh. b) kurang menjaga kebersihan diri, seperti mandi hanya satu kali sehari, kurang menjaga kebersihan gigi, kuku, rambut, dan telinga, sehingga akibatnya gigi berlubang, kuku berwarna hitam berbau tidak enak, rambut berketombe, telinga kotor dan bau. c) kurang menjaga kebersihan lingkungan, seperti penggunaan air yang kurang bersih untuk keperluan sehari-hari, membuang sampah sembarangan, dan kebersihan

pakaian yang kurang dijaga. d) pencegahan, pengobatan dan pemulihan penyakit, seperti saat sakit flu siswa tidak mengenakan masker akibatnya penyakit flu dapat menular, saat sakit tidak langsung berobat ke dokter, pemulihan penyakit yang kurang maksimal. e) pengaturan antara olahraga dan istirahat, seperti siswa melakukan olahraga secara berlebihan, melakukan aktivitas sampai larut malam, kurang istirahat, dan istirahat terlalu lama.

Walaupun siswa mendapatkan pengetahuan tentang perilaku hidup sehat disekolah, masih ada siswa yang kurang memperhatikan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, maka dari hal tersebut timbul keinginan peneliti untuk melakukan penelitian tentang tingkat pengetahuan siswa tentang perilaku hidup sehat di SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Belum diketahui pengetahuan siswa kelas IV dan V SD Negeri Gentan tentang pemilihan jenis makanan dan minuman yang bermanfaat bagi tubuh
2. Belum diketahui pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V SD Negeri Gentan tentang menjaga kebersihan diri
3. Belum diketahui pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V SD Negeri Gentan tentang menjaga kebersihan lingkungan

4. Belum diketahui pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V SD Negeri Gentan tentang pencegahan dan pengobatan penyakit
5. Belum diketahui pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V SD Negeri Gentan tentang pengaturan antara melakukan aktivitas dan istirahat
6. Belum diketahui tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V SD Negeri Gentan tentang perilaku hidup sehat

### **C. Batasan Masalah**

Keterbatasan kemampuan dan waktu penelitian, maka penelitian ini terbatas pada tingkat pengetahuan siswa kelas IV dan V tentang perilaku hidup sehat SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan batasan masalah diatas, masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: “Seberapa tinggi tingkat pengetahuan siswa kelas IV dan V tentang perilaku hidup sehat di SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman? “

### **E. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat pengetahuan siswa kelas IV dan V tentang perilaku hidup sehat di SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman.

### **F. Manfaat Penelitian**

#### 1. Secara Teori

Penelitian ini dapat bermanfaat bagi kajian mengembangkan pembelajaran pendidikan kesehatan di sekolah.

2. Secara praktis

a. Bagi guru

Penelitian ini dapat mengukur seberapa tinggi pengetahuan siswa tentang perilaku hidup sehat dan dapat dijadikan acuan dalam meningkatkan kesehatan siswa.

b. Bagi orang tua

Penelitian ini dapat dipakai sebagai pertimbangan dalam usaha menanamkan perilaku hidup sehat dalam lingkungan keluarga.

c. Bagi sekolah

Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan untuk lebih mengembangkan wawasan tentang pentingnya perilaku hidup sehat.

## **BAB II KAJIAN PUSTAKA**

### **A. Deskripsi Teori**

#### **1. Tinjauan Tentang Pengetahuan**

##### **a. Hakikat Pengetahuan**

Menurut Soekidjo Notoatmodjo (2007: 139) Pengetahuan adalah merupakan hasil dari “tahu” dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia (mata, hidung, telinga dan sebagainya). Dalam pengertian lain pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui. Pengetahuan juga diartikan segala sesuatu yang diketahui berkenaan dengan hal mata pelajaran (KBBI, 2002: 1121). Sedangkan menurut Sugihartono dkk (2012: 105) pengetahuan adalah informasi yang diketahui melalui proses interaksi dengan lingkungan.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui seseorang yang didapat melalui penginderaan atau interaksi terhadap objek tertentu di lingkungan sekitarnya.

##### **b. Tingkat Pengetahuan**

Pengetahuan seseorang terhadap obyek mempunyai intensitas atau tingkat yang berbeda-beda. menurut Ahmad Kholid (2012: 25) Tingkat pengetahuan seseorang secara rinci terdiri dari enam tingkatan, yaitu:

1) Tahu (*Know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya termasuk mengingat kembali (*recall*) terhadap sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsang yang telah diterima. Tahu merupakan tingkatan pengetahuan paling rendah.

2) Memahami (*Comprehension*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi secara benar. Orang telah paham terhadap objek atau materi yang harus dijelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan, dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.

3) Aplikasi (*Application*)

Diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi sebenarnya ialah dapat menggunakan rumus-rumus, metode, prinsip dan sebagainya dalam situasi yang lain.

4) Analisis (*Analysis*)

Adalah kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek di dalam struktur organisasi tersebut dan masih ada kaitannya satu dengan yang lain.

5) Sintesis (*synthesis*)

Sintesis menunjukkan suatu kemampuan seseorang untuk merangkum atau meletakkan dalam satu hubungan yang logis dari komponen-komponen pengetahuan yang dimiliki.

6) Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu objek.

**c. Pengukuran Pengetahuan**

Menurut Soekidjo Notoatmodjo (2007: 142) Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau pengisian angket yang menyatakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek ukur penelitian atau responden. Kedalaman pengetahuan yang ingin kita ketahui atau ukur dapat kita sesuaikan dengan tindakan pengetahuan. Pertanyaan atau tes dapat digunakan untuk pengukuran pengetahuan yang secara umum dapat dikelompokkan menjadi 2 jenis, yaitu:

- 1) Pertanyaan subjektif, misalnya pertanyaan uraian.
- 2) Pertanyaan objektif, misalnya pertanyaan pilihan ganda, betul salah, dan pertanyaan menjodohkan.

Dari dua jenis pertanyaan tersebut, pertanyaan objektif khususnya pilihan ganda lebih disukai untuk dijadikan sebagai alat pengukuran karena lebih mudah disesuaikan dengan pengetahuan dan lebih cepat.



## **2. Tinjauan Tentang Perilaku Hidup Sehat**

### **a. Pengertian Perilaku**

Perilaku merupakan tindakan dari seseorang yang timbul dikarenakan menanggapi suatu rangsangan. menurut Ahmad Kholid (2012: 17) perilaku merupakan suatu kegiatan atau aktivitas organisme atau makhluk hidup yang bersangkutan, aktivitas tersebut ada yang dapat diamati secara langsung dan tidak langsung. menurut skiner yang dikutip oleh Soekidjo Notoatmodjo (2007: 133) merumuskan bahwa perilaku merupakan respon atau reaksi seseorang terhadap stimulus (rangsangan dari luar).

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa perilaku adalah suatu tindakan yang timbul karena adanya suatu stimulus yang berasal dari dalam maupun luar tubuh dan perilaku tersebut dapat diamati secara langsung dan tidak langsung oleh dirinya sendiri maupun orang lain.

### **b. Pengertian Kesehatan**

Kesehatan merupakan modal yang sangat penting dalam kehidupan untuk memperoleh kesejahteraan. Sehat merupakan karunia Tuhan yang patut di syukuri dan kita jaga. Seseorang yang tidak memiliki kesehatan hidupnya akan sia-sia. Semua kegiatan memerlukan syarat tubuh yang sehat, agar semua kegiatan dapat berjalan dengan lancar dan tercapai sesuai tujuan. Dilihat betapa pentingnya kesehatan maka perlu adanya pengetahuan dan pemahaman yang benar tentang kesehatan dan cara memperolehnya.

Menurut Soekidjo Notoatmodjo (2007: 3) sehat adalah keadaan sejahtera badan, jiwa, dan social yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara social dan ekonomi. Sedangkan menurut batasan yang diberikan oleh WHO mengenai sehat yang lebih luas, sehat adalah keadaan kesehatan fisik, mental dan social dan bukan hanya keadaan bebas dari penyakit dan cacat.

Dari beberapa devinisi diatas dapat disimpulkan bahwa kesehatan adalah suatu keadaan sejahtera jasmani, rohani dan sosial bukan hanya keadaan yang bebas dari penyakit dan cacat sehingga mampu melaksanakan hidup lebih produktif secara sosial dan ekonomi.

### **c. Pengertian Perilaku Hidup Sehat**

Sehat tidak bisa didapat secara otomatis, harus ada langkah-langkah kongkrit untuk mencapainya, salah satunya yaitu dengan menerapkan perilaku hidup sehat.

Menurut Soekidjo Notoatmodjo (2007:136) bahwa perilaku hidup sehat pada dasarnya adalah respon seseorang terhadap stimulus yang berkaitan dengan sakit dan penyakit, system pelayanan kesehatan, makanan serta lingkungan. Sedangkan menurut Becker yang dikutip oleh Ahmad Kholid (2012: 30) perilaku hidup sehat adalah perilaku-perilaku yang berkaitan dengan upaya atau kegiatan seseorang untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatannya.

Menurut Tim Kreatif SPEKTRA yang dikutip Nur Khayati (2010: 11) perilaku hidup sehat adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan sebagai

hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang dapat menolong diri sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat.

Dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa perilaku hidup sehat adalah perilaku-perilaku yang berkaitan dengan upaya atau kegiatan seseorang untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatannya dan erat kaitannya dengan respon seseorang terhadap stimulus yang ddidapat melalui pembelajaran.

### **3. Perilaku Hidup Sehat**

Berdasarkan Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar (SKKD) tingkat sekolah dasar, pendidikan perilaku hidup sehat dalam upaya memelihara dan meningkatkan kesehatan di sekolah meliputi:

#### **a. Perilaku Terhadap Makanan Dan Minuman**

Materi pembelajaran pengetahuan siswa tentang perilaku makanan dan minuman terdapat pada SKKD kelas I semester 2 (SK: menerapkan budaya hidup sehat; KD: mengenal makanan sehat), kelas II semester 1 (SK: menerapkan budaya hidup sehat; KD: memilih makanan bergizi), dan kelas II semester 2 (SK: menerapkan budaya hidup sehat; KD: mengenal cara makan sehat).

Menurut Soekidjo Notoatmodjo (2007: 137) makanan yang sehat adalah makanan yang mengandung zat-zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh, antara lain: karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral dan air dalam jumlah cukup, tidak berlebihan dan tidak juga kekurangan. Semua zat-zat gizi

tersebut terkandung dalam makanan yang sering dikenal dengan ungkapan makanan empat sehat lima sempurna. Makanan empat sehat lima sempurna adalah makanan dengan menu seimbang yang terdiri dari makanan pokok (*karbohidrat*), lauk-pauk (*lemak, protein*), sayur-sayuran (*serat*), buah-buahan (*vitamin*), dan susu (*mineral*) (Purnomo dkk, 2010: 62).

Menurut Sadoso Sumosardjuno (1990: 198) dalam tubuh zat-zat gizi berfungsi:

- 1) Sebagai sumber *energy* atau tenaga (terutama karbohidrat dan lemak)
- 2) Sumber zat pembangun (*protein*), terutama untuk tetap tumbuh dan berkembang serta untuk perbaikan-perbaikan sel-sel yang rusak.
- 3) Sumber zat pengatur (*vitamin dan mineral*) selain itu makanan yang kita konsumsi, pada tubuh kita juga memerlukan air dan serat yang penting bagi metabolisme tubuh. Tubuh kita memerlukan air minimal 8 sampai 12 gelas dalam sehari. Air yang sehat adalah air yang bersih, tidak berbau, tidak berwarna, tidak mengandung hama dan tidak mengandung zat kimia berbahaya bagi tubuh.

#### **b. Perilaku Terhadap Kebersihan Diri**

Materi pembelajaran pengetahuan siswa tentang perilaku kebersihan diri terdapat pada SKKD kelas I semester 1 (SK: menerapkan budaya hidup sehat; KD: menjaga kebersihan diri meliputi kuku dan kulit), kelas I semester 2 (SK: menerapkan budaya hidup sehat; KD: menjaga kebersihan gigi dan mulut), kelas II semester 1 (SK: menerapkan budaya hidup sehat; KD: menjaga kebersihan rambut, hidung, dan telinga), dan kelas II semester 2

(SK: menerapkan budaya hidup sehat; KD: menjaga kebersihan tangan dan kaki).

Perilaku kebersihan diri merupakan kebiasaan untuk selalu hidup bersih antara lain: mandi minimal dua kali sehari, menggosok gigi, membersihkan kuku, membersihkan kulit, membersihkan rambut, dan membersihkan telinga.

Menurut Djoned Soetatmo (1979: 35) perilaku terhadap kebersihan diri diuraikan sebagai berikut:

1) Kebersihan badan dan kulit

Materi pembelajaran pengetahuan siswa tentang kebersihan kulit terdapat pada SKKD kelas I semester 1 (SK: menerapkan budaya hidup sehat; KD: menjaga kebersihan kulit), Kulit ibarat bungkus, yaitu membungkus tubuh yang berungsi:

- a) Melindungi tubuh dari gangguan dari luar tubuh yang berupa kuman dan bibit penyakit.
- b) Sebagai panca indera peraba
- c) Mengatur suhu badan
- d) Membuat vitamin D dibawah pengaruh sinar matahari
- e) Melindungi zat lemak dikulit dibawah kulit sebagai cadangan makanan.

Untuk menjaga kebersihan badan dan kulit salah satunya upaya yang bisa dilakukan yaitu mandi secara teratur. Menurut Tim Penjas SD (2007: 48) mandi adalah membersihkan atau menghilangkan

kotoran yang melekat pada kulit menggunakan air bersih dan sabun mandi, dilakukan dua kali sehari pagi dan sore. Mandi berguna sebagai berikut:

- a) Menghilangkan kotoran debu yang melekat pada tubuh
- b) Menghilangkan bau keringat
- c) Merangsang peredaran darah dan syaraf
- d) Mengembalikan kesegaran tubuh.

## 2) Menggosok gigi

Materi pembelajaran pengetahuan siswa tentang kebersihan kulit terdapat pada SKKD kelas I semester 2 (SK: menerapkan budaya hidup sehat; KD: menjaga kebersihan gigi dan mulut), Mulut merupakan pintu gerbang tubuh, setiap harinya tidak terhitung banyaknya mikroorganisme yang melewati mulut, karena itu sangat penting untuk menjaga kebersihan mulut dan gigi secara rutin. Menyikat gigi yang teratur dan benar adalah dua kali sehari yaitu pagi sesudah sarapan dan malam sebelum tidur (Suharto, dkk 1997: 5).

## 3) Kebersihan kuku

Materi pembelajaran pengetahuan siswa tentang kebersihan kuku terdapat pada SKKD kelas I semester 1 (SK: menerapkan budaya hidup sehat; KD: menjaga kebersihan diri meliputi kuku). Menurut Djoned Soetatmo (1979: 41) kuku yang ideal adalah kuku tumbuh dengan baik, kuat, bersih dan memberikan keindahan. Kuku tangan dan kaki harus selalu dibersihkan, karena dibawah kuku dapat menjadi

tempat kotoran, bakteri berkumpul dan berkembang biak. Bila menggarukkan kuku pada kulit, kulit akan lecet dan bakteri penyakit yang ada dibawah kuku dapat masuk kedalam tubuh melalui luka lecet tersebut dan menimbulkan berbagai penyakit. Untuk menjaga kebersihan kuku maka perlu dilakukan:

- a) Memotong dan menyikat kuku dengan air dan sabun secara teratur satu minggu sekali, untuk menghindari adanya kotoran dan kuman yang melekat
  - b) Hilangkan kebiasaan menggigit-gigit kuku, kebiasaan ini memudahkan kuman masuk ke dalam mulut dan mengakibatkan kelainan bentuk kuku
  - c) Jika terjadi infeksi atau peradangan pada kuku, dengan tanda-tanda sakit, bengkak dan bernanah segera pergi kedokter
- 4) Membersihkan tangan dan kaki

Materi pembelajaran pengetahuan siswa tentang kebersihan tangan dan kaki terdapat pada SKKD kelas II semester 2 (SK: menerapkan budaya hidup sehat; KD: menjaga kebersihan tangan dan kaki). Menurut Purnomo dkk (2010: 130) tangan dan kaki merupakan bagian tubuh kita yang berhubungan secara langsung dengan benda lain dan terkena kotoran, sehingga mudah menyebarkan infeksi. Tangan terkena kuman waktu kita menyentuh daerah tubuh sendiri dan orang lain. Beberapa kuman tersebut dapat menyebabkan penyakit seperti diare, influenza, cacingan dan penyakit lain yang serius. Maka sebelum

dan sesudah melakukan kegiatan hendaknya mencuci tangan dan kaki dengan air mengalir dan sabun. Mencuci tangan dan kaki menggunakan air dan sabun dapat membunuh bibit penyakit yang melekat, sehingga menghindarkan tubuh dari masuknya bibit-bibit penyakit yang dapat menyebabkan timbulnya penyakit pada tubuh.

5) Membrsihkan rambut dan kulit kepala

Materi pembelajaran pengetahuan siswa tentang kebersihan rambut dan kulit kepala terdapat pada SKKD kelas II semester 1 ( SK: menerapkan budaya hidup sehat; KD: menjaga kebersihan rambut, hidung, dan telinga). Menurut Tim Penjas SD (2007: 64) rambut merupakan pelindung kepala kita serta memberi keindahan, karena itu sudah seharusnya rambut dirawat dengan sebaik-baiknya. Untuk menjaga kebersihan dan kesehatan rambut juga kulit kepala maka perlu dilakukan:

- a) Keramas secara teratur dengan sampo dan air yang bersih minimal dua kali satu minggu
- b) Sisirlah rambut agar manjadi rapi.
- c) Bagi yang menggunakan tutup kepala, sebaiknya saat memakainya pastikan keadaan rambut benar-benar kering

6) Membersihkan telinga

Materi pembelajaran pengetahuan siswa tentang kebersihan telinga terdapat pada SKKD kelas II semester 1 ( SK: menerapkan budaya hidup sehat; KD: menjaga kebersihan rambut, hidung, dan



telinga). Menurut Suharto dkk (1997: 29) telinga adalah alat pendengaran, telinga yang sehat adalah telinga yang bersih, tidak berbau, dapat mendengarkan dengan jelas. Untuk memelihara kesehatan telinga berikut hal-hal yang harus dilakukan:

- a) Pada waktu mandi bersihkan daun telinga tetapi jangan membersihkan sampai kedalam lubang telinga.
- b) Tidak boleh memasukkan benda apapun kedalam telinga
- c) Hindari telinga dari benturan keras
- d) Hindari telinga mendengar suara yang sangat keras
- e) Tidak boleh membersihkan telinga dengan lidi atau bulu ayam.

#### **c. Perilaku Terhadap Kebersihan Lingkungan**

Materi pembelajaran pengetahuan siswa tentang kebersihan lingkungan terdapat pada SKKD kelas IV semester 1 (menerapkan budaya hidup sehat; KD: menjaga kebersihan lingkungan rumah dan sekolah).

Lingkungan adalah salah satu faktor yang mempengaruhi kesehatan manusia. Salah satu usaha yang dilakukan manusia untuk menjaga kesehatan masyarakat supaya dapat mencapai derajat kesehatan yang optimal adalah dengan merubah lingkungan hidup menjadi lingkungan yang bersih.

Perilaku manusia terhadap lingkungan sehat menurut Soekidjo (2007: 147) meliputi:

- 1) Perilaku penggunaan air bersih untuk mandi, cuci, masak dll
- 2) Perilaku didalam pembuangan sampah dan limbah yang sehat
- 3) Pencahayaan dan sirkulasi udara rumah yang sehat

- 4) Perilaku membersihkan sarang-sarang nyamuk. Dengan memperhatikan betapa pentingnya lingkungan yang serta untuk menunjang kesehatan individu dan masyarakat, maka dari itu manusia harus berpartisipasi menjaga dan merawat lingkungan sekitar.
- 5) Menjaga kebersihan pakaian (Edy Sih, 2010:59)

**d. Perilaku Terhadap Sakit Dan Penyakit**

Materi pembelajaran pengetahuan siswa tentang sakit dan penyakit terdapat pada SKKD kelas III semester 2 (SK: menerapkan budaya hidup sehat; KD: mengenal bahaya penyakit diare, demam berdarah dan influenza). Kelas IV semester 2 (SK: menerapkan budaya hidup sehat; KD: menjaga kebersihan lingkungan terhadap sumber penularan penyakit seperti nyamuk dan unggas).

Perilaku terhadap sakit dan penyakit merupakan respon seseorang baik secara aktif maupun pasif tentang penyakit dan rasa sakit. Serta tindakan-tindakan yang dilakukan berhubungan dengan penyakit.

Penyakit menurut Soekidjo Notoatmodjo (2007: 191) adalah sesuatu bentuk reaksi biologis terhadap suatu organisme, benda asing atau luka, hal ini merupakan fenomena objek yang ditandai oleh perubahan fungsi-fungsi sebagai organisme biologis. Sedangkan sakit adalah penilaian seseorang terhadap penyakit sehubungan dengan pengalaman yang langsung dialaminya. Hal ini merupakan fenomena subjektif yang ditandai dengan perasaan tidak enak.

Pendapat Mechanics tentang perilaku sakit yang dikutip Soekidjo (2007: 194) bahwa perilaku sakit yang berhubungan dengan kondisi yang menyebabkan seseorang menaruh perhatian terhadap gejala-gejala pada dirinya kemudian mencari pertolongan. Sedangkan perilaku seseorang untuk mencegah penyakit diungkapkan oleh Soekidjo (2007: 148) meliputi: 1) perilaku peningkatan dan pemeliharaan kesehatan. 2) perilaku pencegahan penyakit. 3) perilaku pencarian obat. 4) perilaku pemulihan kesehatan.

**e. Perilaku Hidup Teratur dan Tidak Teratur**

Materi pembelajaran pengetahuan siswa tentang hidup teratur dan tidak teratur terdapat pada SKKD kelas III semester 1 (SK: menerapkan budaya hidup sehat; KD: mengenal kebutuhan tidur dan istirahat).

Membiasakan hidup sehari-hari secara tidak teratur pasti akan berakibat kurang baik bagi kesehatan. Untuk itu agar dapat dicapai derajat kesehatan yang optimal, maka hindarilah hidup yang tidak teratur. Menurut Soekidjo Notoatmodjo (2007: 137) tidak teratur meliputi:

- 1) Melakukan cara hidup diluar kebiasaan yang wajar dan sehat
- 2) Olahraga tidak teratur
- 3) Kurang tidur, tidur terlalu malam atau bergadang.

Sedangkan perilaku hidup yang teratur seperti:

- 1) Melakukan perilaku yang positif bagi kesehatan
- 2) Olahraga teratur
- 3) Tidur dan istirahat secukupnya. Menurut Edy Sih Mitranto (2010: 61) bahwa istirahat yang paling baik adalah tidur, karena ketika tidur otot-

otot tubuh beristirahat setelah seharian beraktivitas. Waktu yang tepat untuk tidur adalah pada malam hari, yakni tidak lebih dari delapan jam. Apabila aktivitas tidur dilakukan pada siang hari maka waktunya terbatas dan hanya secukupnya saja.

#### **4. Karakteristik Anak Sekolah Dasar**

Siswa sekolah dasar termasuk kategori anak yang mempunyai khas berinteraksi dengan teman sebaya, sebagian banyak waktu dihabiskan anak untuk bermain dengan teman sebaya. Menurut Barker yang dikutip Desmita (2005: 184) mencatat bahwa anak usia 7 hingga 11 tahun meluangkan lebih dari 40% waktunya untuk berinteraksi dengan teman sebaya. Interaksi dengan teman sebaya ini terjadi dalam grup atau kelompok yang terbentuk secara spontan, sehingga pada periode ini sering disebut “usia kelompok”.

Pada periode “usia kelompok” anak tidak lagi puas bermain sendirian dirumah, atau melakukan kegiatan-kegiatan dengan anggota keluarga. Hal ini karena anak memiliki keinginan yang kuat untuk diterima sebagai anggota kelompok, serta tidak merasa puas bila tidak bersama teman-temannya.

Dalam menentukan sebuah kelompok teman, anak usia sekolah dasar ini lebih menekankan pentingnya aktivitas bersama-sama, seperti berbicara, berkeluyuran, berjalan kesekolah, berbicara melalui telepon, mendengarkan musik, bermain game dan melucu. Tinggal dilingkungan yang sama, bersekolah di sekolah yang sama, dan berpartisipasi dalam organisasi masyarakat yang sama, merupakan dasar bagi kemungkinan terbentuknya kelompok teman sebaya.

## **B. Penelitian Yang Relevan**

Untuk membantu penelitian ini, peneliti mencari bahan-bahan penelitian yang ada dan relevan dengan penelitian yang akan diteliti. Penelitian tersebut seperti:

1. Penelitian oleh Nur Khayati (2010) yang berjudul “Perilaku Hidup Sehat Siswa Kelas IV, V Dan VI SD Banyuurip Dlingo Bantul“. Hasil penelitian berada pada kategori sedang, hal ini dibuktikan dengan tingkat pencapaian sebesar 21,67% berada pada interval kelas 89 sampai dengan 92 kategori sedang. Dari 60 siswa, 16,67% siswa masuk kategori sangat rendah; 13,33% siswa masuk kategori rendah; 21,67% siswa masuk kategori sedang; 21,67% siswa masuk kategori tinggi; 26,67% siswa masuk kategori sangat tinggi.
2. Penelitian oleh Sularsih (2010) yang berjudul “Perilaku Hidup Sehat Siswa Kelas Atas SD Se-Gugus 3 Kecamatan Wates Kabupaten Kulon Progo”. Hasil penelitian berada pada kategori cukup baik, hal ini dibuktikan dengan tingkat pencapaian sebesar 40,00% berada pada interval kelas 96 sampai dengan 100 kategori sedang. Dari 90 siswa, 4,44% siswa masuk kategori sangat baik, 27,78% siswa masuk kategori baik, 40,00% siswa masuk kategori cukup baik, 21,11% siswa masuk kategori kurang baik, 6,67% siswa masuk dalam kategori kurang baik.

## **C. Kerangka Berpikir**

Perilaku hidup sehat anak adalah kebiasaan anak yang berkaitan dengan upaya kegiatan untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatan.

Munculnya perilaku hidup sehat dipengaruhi oleh rangsangan-rangsangan dari luar maupun dari dalam. Sedangkan rangsangan yang paling dominan dalam pembentukan perilaku hidup sehat individu didapat dari pengetahuan yang didapat dari pendidikan formal maupun pendidikan non formal. Pembentukan perilaku hidup sehat anak tidak lepas dari pengaruh keadaan keluarga dan sekolah.

Perilaku hidup sehat dapat ditinjau dari berbagai pendekatan, mulai dari perilaku terhadap makanan dan minuman, perilaku terhadap kebersihan diri, perilaku terhadap sakit dan penyakit, perilaku terhadap kebersihan lingkungan dan perilaku hidup yang teratur. Kelima faktor tersebut saling berkaitan dan saling melengkapi.

Jika siswa SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman mempunyai pengetahuan yang tinggi tentang perilaku hidup sehat dan dapat menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari maka akan dapat meningkatkan tingkat kesehatan dirinya dan tentunya akan berpengaruh pula terhadap lingkungan. Pengetahuan perilaku hidup sehat perlu diajarkan sejak dini, dengan tujuan perilaku yang diterapkan sejak dini akan menjadi perilaku yang kontinyu sehingga mempertahankan dan memperbaiki kesehatan, hal tersebut diharapkan dapat mempertinggi tingkat kesehatan kemudian mendukung prestasi akademik siswa.

## **BAB III METODE PENELITIAN**

### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian diskriptif, penelitian yang bersifat diskriptif yaitu penelitian yang hanya memaparkan atau menggambarkan keadaan obyek yang diteliti, yaitu berapa tingkat pengetahuan siswa kelas IV dan V tentang perilaku hidup sehat di SD Negeri Gentan. Menurut Suharsimi Arikunto (2010: 3) Penelitian diskriptif adalah penelitian yang benar-benar hanya memaparkan apa yang terdapat atau terjadi dalam sebuah kancah, lapangan, atau wilayah tertentu (obyek). Metode penelitian yang digunakan adalah tes dengan menggunakan instrumen berupa tes pilihan ganda sebagai alat pengumpul data.

### **B. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Untuk mencapai tujuan penelitian ini, perlu diketahui terlebih dahulu variabel penelitiannya, karena variabel adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang akan menjadi obyek penelitian atau apa saja yang menjadi titik perhatian dari suatu penelitian (Sugiyono, 2009:38). Variabel dalam penelitian ini adalah variabel tunggal, yaitu tingkat pengetahuan siswa kelas IV dan V tentang perilaku hidup sehat di SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman. Tingkat pengetahuan siswa tentang perilaku hidup sehat dalam hal ini berkaitan dengan seberapa tinggi pengetahuan obyek tentang upaya memelihara dan meningkatkan kesehatannya yang di ukur menggunakan tes pengetahuan.

Dalam menjawab tes pengetahuan, siswa sekolah dasar kelas IV dan V SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman yang berjumlah 82 siswa yang terdiri dari 41 siswa kelas IV dan 41 siswa kelas V memperoleh skor dari soal tes yang berjumlah 26 butir tes. Tes Pengetahuan yang dimaksud adalah berbagai pengetahuan siswa tentang perilaku hidup sehat diantaranya adalah pengetahuan terhadap perilaku makanan dan minuman (kebiasaan sarapan pagi, frekuensi makan dan minum dalam satu hari, dan pemilihan jenis makanan dan minuman yang bermanfaat bagi tubuh); kebersihan diri (frekuensi mandi dalam satu hari, waktu yang baik menggosok gigi, kebersihan kuku, kebersihan rambut, dan kebersihan telinga); kebersihan lingkungan (pemakaian air bersih untuk keperluan sehari-hari, membuang sampah jenis sampah organik dan anorganik, kebersihan kamar mandi, kebersihan pakaian); sakit dan penyakit (pemeliharaan dan peningkatan kesehatan, tindakan pencegahan penyakit, tindakan pengobatan dan pemulihan); dan perilaku hidup yang teratur (kebiasaan melakukan olahraga teratur, pengaturan istirahat dan aktivitas)

### **C. Populasi dan Sampel Penelitian**

Populasi menurut Suharsimi Arikunto (2010: 173) adalah keseluruhan subjek yang akan diteliti. Populasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV dan V SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman yang berjumlah 82 siswa terdiri dari 41 siswa kelas IV dan 41 siswa kelas V. Teknik Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*, karena subjek yang akan diteliti adalah seluruh siswa kelas IV



dan V SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman yang berjumlah 82 siswa terdiri dari 41 siswa kelas IV dan 41 siswa kelas V.

#### **D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data**

##### **1. Instrumen Penelitian**

Penelitian ini menggunakan instrumen tes pilihan ganda yang diberikan langsung kepada responden, berupa pertanyaan tertulis yang bertujuan untuk menggali informasi atau pengetahuan mengenai hal yang diketahui dan dilakukan oleh responden tentang perilaku hidup sehat.

Menurut Sutirno Hadi (1991: 7) ada tiga langkah pokok yang harus diperhatikan dalam penyusunan instrumen, yaitu:

###### **a. Mendefinisikan Konstrak**

Langkah pertama adalah mendefinisikan konstrak berarti membatasi perubahan atau variabel yang akan diteliti. Variabel dalam penelitian ini adalah tingkat pengetahuan siswa kelas IV dan V tentang perilaku hidup sehat SD N Gentan Kecamatan Seyegan. Pengetahuan tentang perilaku sehat adalah pengetahuan tentang rangkaian upaya yang dilakukan individu untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatan.

###### **b. Menyidik Faktor**

Menyidik faktor adalah suatu tahapan yang bertujuan untuk menandai faktor-faktor yang diangkat dan selanjutnya diyakini menjadi komponen dari konstrak yang diteliti. Faktor tingkat pengetahuan siswa kelas IV dan V tentang perilaku hidup sehat SD

Negeri Gentan meliputi: pengetahuan terhadap perilaku makan dan minum, pengetahuan terhadap perilaku kebersihan diri, pengetahuan terhadap perilaku kebersihan lingkungan, pengetahuan terhadap perilaku sakit dan penyakit, pengetahuan terhadap perilaku hidup yang teratur.

c. Menyusun Butir-butir Pertanyaan

Langkah selanjutnya adalah menyusun item-item pertanyaan berdasarkan faktor-faktor yang menyusun konstruk. Item-item harus merupakan penjabaran dari isi faktor dan hanya sebatas itu saja, tidak membicarakan faktor lain. Kemudian disusun kedalam butir-butir soal yang dapat memberi gambaran tentang keadaan faktor tersebut. Untuk lebih jelasnya bisa dilihat dalam tabel kisi-kisi berikut:

Tabel 1. Kisi-kisi Angket Penelitian

VARIABEL	FAKTOR	INDIKATOR	BUTIR SOAL	JML
Tingkat pengetahuan siswa kelas IV dan V tentang perilaku hidup sehat SD Gentan	1. Pengetahuan terhadap perilaku makan dan minum	1. Kebiasaan makan dan minum	1, 2, 3	3
		2. Pemilihan jenis makanan dan minuman	4, 5, 6	3
	2. Pengetahuan terhadap perilaku kebersihan diri	Pemeliharaan kebersihan pribadi dan manfaatnya	7, 8, 9, 10, 11, 12	6
	3. Pengetahuan terhadap perilaku kebersihan lingkungan	1. Kebersihan lingkungan sekitar	13, 14, 15, 16	4
		2. Kebersihan pakaian	17, 18	2
4. Pengetahuan terhadap perilaku sakit dan penyakit	1. Pemeliharaan dan peningkatan kesehatan 2. Pencegahan sakit 3. Tindakan pengobatan dan pemulihan	19, 20	2	
		21, 22	2	
		23, 24	2	
5. Pengetahuan terhadap perilaku hidup teratur dan tidak teratur	1. Pengaturan antara olahraga dan istirahat/tidur	25, 26, 27, 28, 29, 30	6	
Jumlah			30	30

**a. Uji Validitas**

Menurut Sutrisno Hadi (1991: 1), validitas adalah tingkatan kemampuan suatu instrumen untuk mengungkap sesuatu yang menjadi sasaran pokok pengukuran yang dilakukan dengan instrumen tersebut.

Uji validitas digunakan untuk mengetahui apakah pertanyaan yang

digunakan dalam bentuk tes pilihan ganda dapat mengukur sasaran pokok-pokok pengukuran dengan cermat atau tidak.

Sehubungan dengan validitas alat ukur, menurut Suharsimi Arikunto (2010 : 212), membedakan atas dua macam validitas yaitu validitas logis dan validitas empiris. Validitas logis merupakan validitas yang diperoleh dengan suatu usaha hati-hati melalui cara-cara yang benar sehingga menurut logika akan dicapai suatu tingkat validitas yang dikehendaki. Validitas empiris adalah validitas yang diperoleh dengan cara mencoba instrumen pada sasaran yang sesuai dengan sasaran dalam penelitian.

Pengujian validitas logis dalam penelitian ini yaitu dengan cara mengkonsultasikan butir-butir instrumen dengan para ahli atau pakar dibidangnya. Kalibrasi ahli (*Expert Judgement*) dalam penelitian ini dilakukan kepada 2 orang dosen FIK UNY yaitu Drs. Jaka Sunardi, M.Kes dan Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes hal ini dimaksudkan untuk memberikan masukan-masukan terhadap instrumen penelitian sehingga terdapat kesesuaian antara setiap bagian instrumen untuk mendukung instrumen mengungkap data dari variabel secara keseluruhan, dan diharapkan memperkecil tingkat kesalahan dan kelemahan dari instrumen yang telah dibuat peneliti.

Untuk mengetahui validitas empiris instrumen dalam penelitian ini dapat dilakukan dengan mengkorelasikan skor butir-butir

pertanyaan (X) dengan skor seluruh butir (Y), menggunakan rumus *Product Moment* yaitu sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - \{(\sum X)(\sum Y)\}}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

X : skor item

Y : skor total

$\sum X$  : jumlah skor butir

$\sum Y$  : jumlah skor total

$\sum X^2$  : jumlah kuadrat total

$\sum Y^2$  : jumlah kuadrat butir

$\sum XY$  : jumlah perkalian skor butir dengan skor total

N : jumlah responden

(Sutrisno Hadi, 1991: 23)

Jika  $r_{xy} > r_{tabel}$  butir tes dikatakan valid dan jika  $r_{xy} < r_{tabel}$  instrumen dikatakan tidak valid.

Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan dengan bantuan komputer program *SPSS 16.0 for windows*, dalam uji coba instrumen terdapat 26 butir soal yang valid dan 4 butir soal yang gugur, Butir-butir soal yang gugur adalah p16, p20, p23 dan p28. Selanjutnya penelitian menggunakan 26 butir soal yang valid. Berikut ini kisi-kisi instrumen setelah diuji coba validitasnya:

Tabel 2. Kisi-kisi Angket Penelitian Setelah Uji Coba

VARIABEL	FAKTOR	INDIKATOR	BUTIR SOAL	JML
Tingkat pengetahuan siswa kelas IV dan V tentang perilaku hidup sehat SD Gentan	1. Pengetahuan terhadap perilaku makan dan minum	1. Kebiasaan makan dan minum	1, 2, 3	3
		2. Pemilihan jenis makanan dan minuman	4, 5, 6	3
	2. Pengetahuan terhadap perilaku kebersihan diri	Pemeliharaan kebersihan pribadi dan manfaatnya	7, 8, 9, 10, 11, 12	6
	3. Pengetahuan terhadap perilaku kebersihan lingkungan	1. Kebersihan lingkungan sekitar	13, 14, 15	3
		2. Kebersihan pakaian	17, 18	2
4. Pengetahuan terhadap perilaku sakit dan penyakit	1. Pemeliharaan dan peningkatan kesehatan	2. Pencegahan sakit	19	1
		3. Tindakan pengobatan dan pemulihan	21, 22	2
			24	1
5. Pengetahuan terhadap perilaku hidup teratur dan tidak teratur	1. Pengaturan antara olahraga dan istirahat/tidur	25, 26, 27, 29, 30	5	
Jumlah			26	26

#### b. Uji Reliabilitas

Agar suatu instrumen dapat dipercaya sebagai alat pengumpul data, maka perlu digunakan uji reliabilitas (keandalan). Menurut Sutrisno Hadi (1991: 3), syarat keandalan suatu instrumen menuntut

kemantapan, kejegan, atau stabilitas hasil pengamatan dengan instrumen (pengukuran), seandainya barang atau orang yang diamati dalam keadaan tidak berubah dalam kurun waktu amatan pertama, kedua atau amatan-amatan selanjutnya. Untuk menguji tingkat keandalan instrumen dalam penelitian ini melalui ukur-sekali (*one-shot*). Adapun yang dimaksud dengan ukur-sekali adalah pengukuran hanya dilakukan satu kali melalui contoh-contoh butir yang dipetik dari populasi butir dan membandingkan hasil pengukuran butir contoh.

Teknik yang dipakai untuk menentukan reliabilitas adalah dengan rumus *Alpha*:

$$r_{11} = \left( \frac{k}{k-1} \right) \left( 1 - \frac{\sum \sigma b^2}{\sigma t^2} \right)$$

Keterangan :

$r_{11}$  : reliabilitas instrumen

$k$  : banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal

$\sum \sigma b^2$  : jumlah varians butir

$\sigma t^2$  : varians total

(Suharsimi Arikunto, 2010: 239)

Jika  $r_{11} > r$  tabel instrumen dikatakan reliabel dan jika  $r_{11} < r$  tabel instrumen dikatakan tidak reliabel.

Hasil uji reliabilitas instrumen tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V tentang perilaku hidup sehat di SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman di analisis dengan bantuan komputer program *SPSS 16.0 for windows*. Dari hasil analisis menghasilkan  $r_{tt} = 0,610 > r_{tabel} = 0,217$  sehingga dapat disimpulkan bahwa instrumen penelitian dinyatakan reliabel. Hasil

uji validitas dan reliabilitas untuk setiap variabel yang digunakan dalam penelitian ini dapat dilihat secara lengkap dalam lampiran.

## **2. Teknik Pengumpulan Data**

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini berupa data tingkat pengetahuan siswa kelas IV dan V tentang perilaku hidup sehat SD Negeri Gentan. Untuk mengumpulkan data tersebut digunakan tes pilihan ganda yang responden diminta memilih jawaban yang tersedia. Tes pilihan ganda disajikan dengan empat *alternative* jawaban yaitu a, b, c, dan d. Untuk jawaban yang benar diberikan nilai 1 dan untuk jawaban yang salah diberikan nilai 0. Semakin tinggi bobot skor jawaban yang diperoleh berarti semakin baik tingkat pengetahuan siswa tentang perilaku hidup sehat, begitu juga sebaliknya semakin rendah skor jawaban yang diperoleh berarti semakin rendah tingkat pengetahuan siswa tentang perilaku hidup sehat.

Digunakan tes pilihan ganda sebagai metode pokok dalam penelitian ini, karena didasarkan atas pertimbangan:

- a. Terbatasnya waktu, tenaga dan biaya.
- b. lebih praktis, dalam waktu yang bersamaan dapat menjangkau responden yang cukup banyak.

## **E. Teknik Analisis Data**

Setelah data diperoleh, langkah berikutnya adalah dengan menganalisis data untuk menarik kesimpulan dari penelitian yang dilakukan. Untuk menganalisis digunakan teknik statistik, analisis data yang digunakan dari



penelitian ini menggunakan teknik analisis data diskriptif dengan persentase. Menurut Anas Sudijono (2011: 42) perhitungan itu menggunakan rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P : persentase

*f* : frekuensi

*N* : jumlah subyek

Hasil analisis ini didasarkan pada distribusi frekuensi yang memberikan gambaran mengenai distribusi subjek menurut kategori-kategori nilai variabel. Untuk mengetahuinya didasarkan pada nilai atau skor yang telah ditetapkan untuk setiap alternatif jawaban yang tersedia dalam tes.

Langkah-langkah yang ditempuh dalam penggunaan teknik analisis deskriptif persentase ini adalah :

1. Membuat tabel distribusi jawaban tes
2. Membuat skor jawaban responden dengan ketentuan skor yang ditetapkan
3. Menjumlahkan skor jawaban yang diperoleh dari tiap-tiap responden
4. Memasukkan skor ke dalam rumus
5. Hasil yang diperoleh selanjutnya dikonsultasikan dengan tabel kategori

Pemberian nilai dalam penelitian ini menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN). Penilaian acuan norma adalah penilaian yang dilakukan

dengan membandingkan hasil belajar seorang siswa terhadap hasil belajar siswa lainya dalam kelompok (Sugihartono, 2012:131). Selanjutnya Untuk memberi makna skor yang ada dibuatlah bentuk kelompok menurut tingkat penolakan dan dukungan yang ada. Menurut pendapat Saifuddin Azwar (2013: 163) pengkategorian disusun dengan 5 kategori yaitu menggunakan teknik kategori sangat tinggi, tinggi, cukup, rendah, dan sangat rendah. Berikut pengkategorian pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V tentang perilaku hidup sehat SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman.

Tabel 3. Kategorisasi Tingkat Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar Kelas IV Dan V Tentang Perilaku Hidup Sehat Di SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman.

<b>No.</b>	<b>Rentangan Norma</b>	<b>Kategori</b>
1.	$(M + 1,5S) < X$	Sangat Tinggi
2.	$(M + 0,5S) < X \leq (M + 1,5S)$	Tinggi
3.	$(M - 0,5S) < X \leq (M + 0,5S)$	Cukup
4.	$(M - 1,5S) < X \leq (M - 0,5S)$	Rendah
5.	$X \leq (M - 1,5S)$	Sangat Rendah

Keterangan:

M = Mean

S = Standar Deviasi

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Deskripsi Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V tentang perilaku hidup sehat di SD Negeri Gentan kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman. Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri Gentan yang terletak di Desa Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman.

Subyek penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV dan V SD Negeri Gentan yang berjumlah 82 siswa yang terdiri dari 41 siswa kelas IV dan 41 siswa kelas V. Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret 2014. Penelitian ini merupakan penelitian diskriptif kuantitatif menggunakan pendekatan survey dengan teknik pengambilan data menggunakan tes pilihan ganda. Berikut disajikan deskripsi hasil penelitian dan pembahasan hasil penelitian.

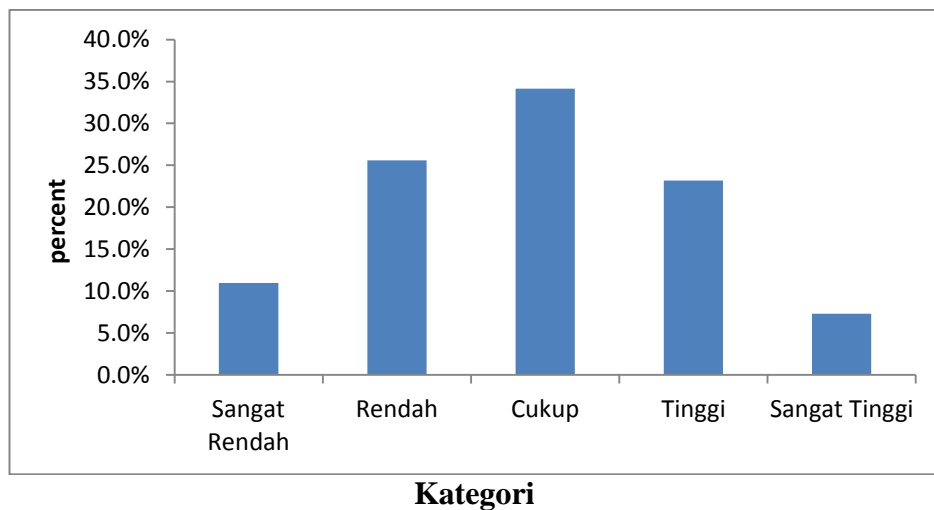
#### **B. Hasil Penelitian**

Tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V tentang perilaku hidup sehat di SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman diukur dengan menggunakan tes pilihan ganda yang berjumlah 26 butir pertanyaan dengan skor 1 jika benar dan 0 jika salah. Setelah data ditabulasi, diskor, dan dianalisis dengan menggunakan *SPSS 16.0 for windows*, diperoleh hasil dengan rata-rata sebesar 16,61. deskripsi hasil penelitian tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V tentang perilaku hidup sehat di SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 4. Deskripsi Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas IV Dan V Tentang Perilaku Hidup Sehat Di SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman

Kategori	Interval	Frekuensi	Persen (%)
Sangat Tinggi	$21,35 < X$	6	7,31
Tinggi	$18,19 < X \leq 21,35$	19	23,17
Cukup	$15,04 < X \leq 18,19$	28	34,14
Rendah	$11,88 < X \leq 15,04$	20	24,39
Sangat Rendah	$X \leq 11,88$	9	10,97
<b>Jumlah</b>		82	100

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram terlihat pada gambar dibawah ini:



Gambar 1. Diagram Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas IV Dan V Tentang Perilaku Hidup Sehat Di SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman.

Berdasarkan tabel dan gambar diatas dapat diketahui tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V tentang perilaku hidup sehat di SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman yaitu sebanyak 9 orang (10,97%) mempunyai pengetahuan sangat rendah, 20 orang (24,39%) mempunyai pengetahuan rendah, 28 orang (34,14%) mempunyai pengetahuan cukup, 19 orang (23,17%) mempunyai pengetahuan tinggi, dan 6 orang

(7,31%) mempunyai pengetahuan sangat tinggi. Frekuensi terbanyak sebesar 34,14% yaitu pada kategori cukup. Dengan demikian tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V tentang perilaku hidup sehat di SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman sebagian besar adalah cukup.

Secara rinci berikut akan dideskripsikan data mengenai 5 faktor yang mendasari tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V tentang perilaku hidup sehat di SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman.

### 1. Faktor Makanan dan Minuman

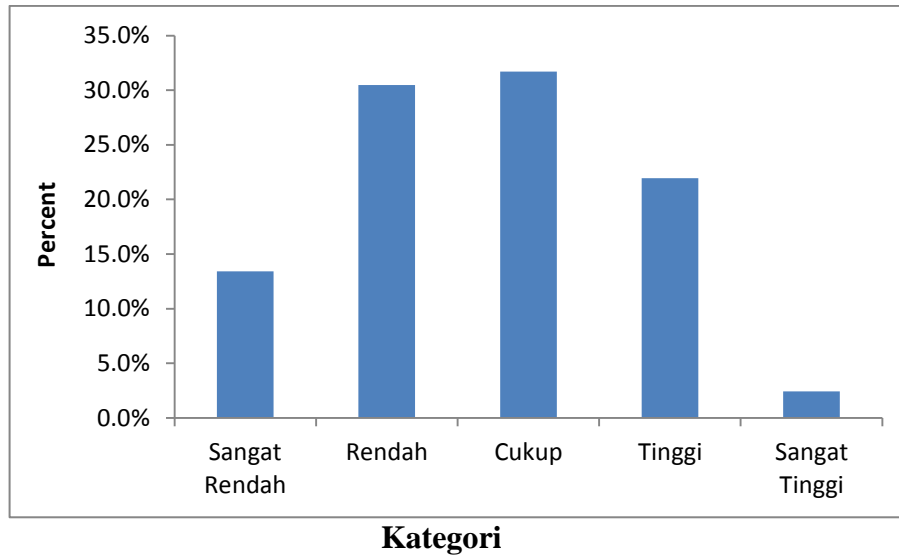
Faktor tingkat pengetahuan siswa terhadap perilaku makanan dan minuman diukur menggunakan tes pilihan ganda yang berjumlah 6 butir pertanyaan dengan skor 1 jika benar dan 0 jika salah. Setelah data ditabulasi, diskor dan di analisis menggunakan bantuan program komputer *SPSS 16.0 for windows*, hasil penelitian diperoleh rerata sebesar 3,70.

Diskripsi hasil penelitian tersebut dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 5. Deskripsi Tingkat Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar Kelas IV Dan V Terhadap Faktor Makanan Dan Minuman

<b>Kategori</b>	<b>Interval</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persen (%)</b>
Sangat Tinggi	$5,25 < X$	2	2,43
Tinggi	$4,21 < X \leq 5,25$	18	21,95
Cukup	$3,18 < X \leq 4,21$	26	31,70
Rendah	$2,14 < X \leq 3,18$	25	30,48
Sangat Rendah	$X \leq 2,14$	11	13,41
<b>Jumlah</b>		82	100

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram terlihat pada gambar dibawah ini:



Gambar 2. Diagram Tingkat Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar Kelas IV Dan V Terhadap Faktor Makanan dan Minuman

Berdasarkan tabel dan gambar diatas dapat diketahui tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V tentang perilaku makanan dan minuman yaitu sebanyak 11 orang (13,41%) mempunyai pengetahuan sangat rendah, 25 orang (30,48%) mempunyai pengetahuan rendah, 26 orang (31,70%) mempunyai pengetahuan cukup, 18 orang (21,95%) mempunyai pengetahuan tinggi, dan 2 orang (2,43%) mempunyai pengetahuan sangat tinggi. Frekuensi terbanyak sebesar 31,70% yaitu pada kategori cukup. Dengan demikian tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V tentang perilaku makanan dan minuman sebagian besar adalah cukup.

## 2. Faktor Kebersihan Diri

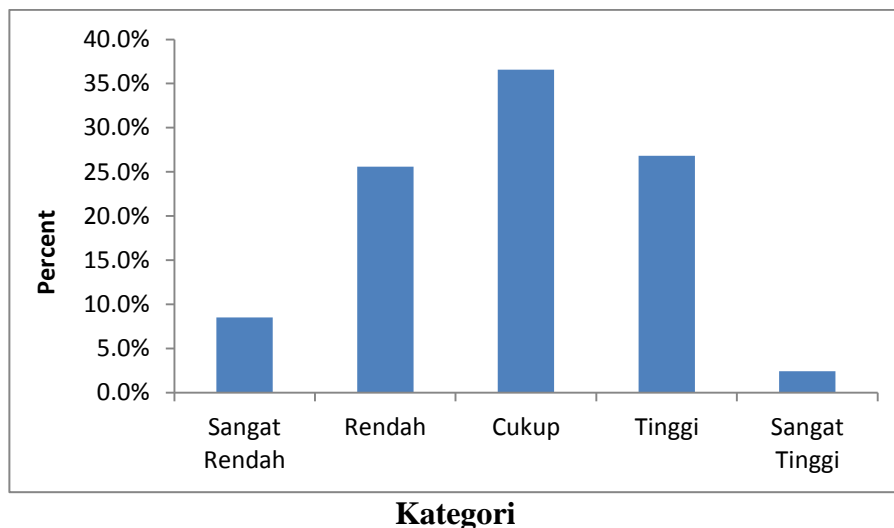
Faktor tingkat pengetahuan siswa terhadap perilaku kebersihan diri diukur menggunakan tes pilihan ganda yang berjumlah 6 butir pertanyaan dengan skor 1 jika benar dan 0 jika salah. Setelah data ditabulasi, diskor

dan di analisis menggunakan bantuan program komputer *SPSS 16.0 for windows*, hasil penelitian diperoleh rerata sebesar 3,88. Diskripsi hasil penelitian tersebut dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 6. Deskripsi Tingkat Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar Kelas IV Dan V Terhadap Faktor Kebersihan Diri

Kategori	Interval	Frekuensi	Persen (%)
Sangat Tinggi	$5,39 < X$	2	2,43
Tinggi	$4,38 < X \leq 5,39$	22	26,82
Cukup	$3,37 < X \leq 4,38$	30	36,58
Rendah	$2,36 < X \leq 3,37$	21	25,60
Sangat Rendah	$X \leq 2,36$	7	8,53
<b>Jumlah</b>		82	100

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram terlihat pada gambar dibawah ini:



Gambar 3. Diagram Tingkat Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar Kelas IV Dan V Terhadap Faktor Kebersihan Diri

Berdasarkan tabel dan gambar diatas dapat diketahui tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V tentang perilaku kebersihan diri yaitu sebanyak 7 orang (8,53%) mempunyai pengetahuan sangat rendah, 21 orang (25,60%) mempunyai pengetahuan rendah, 30

orang (36,58%) mempunyai pengetahuan cukup, 22 orang (26,82%) mempunyai pengetahuan tinggi, dan 2 orang (2,43%) mempunyai pengetahuan sangat tinggi. Frekuensi terbanyak sebesar 36,58% yaitu pada kategori cukup. Dengan demikian tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V tentang perilaku kebersihan diri sebagian besar adalah cukup

### 3. Faktor Kebersihan Lingkungan

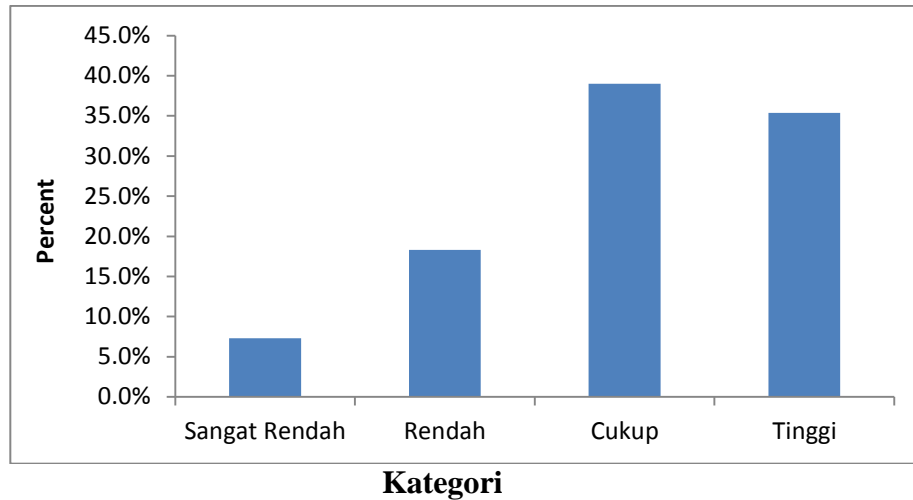
Faktor tingkat pengetahuan siswa terhadap perilaku kebersihan lingkungan diukur menggunakan tes pilihan ganda yang berjumlah 5 butir pertanyaan dengan skor 1 jika benar dan 0 jika salah. Setelah data ditabulasi, diskor dan di analisis menggunakan bantuan program komputer *SPSS 16.0 for windows*, hasil penelitian diperoleh rerata sebesar 4,02. Deskripsi hasil penelitian tersebut dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 7. Deskripsi Tingkat Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar Kelas IV Dan V Terhadap Faktor Kebersihan Lingkungan

<b>Kategori</b>	<b>Interval</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persen (%)</b>
Sangat Tinggi	$5,39 < X$	0	0
Tinggi	$4,47 < X \leq 5,39$	29	35,36
Cukup	$3,56 < X \leq 4,47$	32	39,02
Rendah	$2,64 < X \leq 3,56$	15	18,29
Sangat Rendah	$X \leq 2,64$	6	7,31
<b>Jumlah</b>		82	100

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram terlihat pada gambar dibawah ini:





Gambar 4. Diagram Tingkat Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar Kelas IV Dan V Terhadap Faktor Kebersihan Lingkungan

Berdasarkan tabel dan gambar diatas dapat diketahui tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V tentang perilaku kebersihan lingkungan yaitu sebanyak 6 orang (7,31%) mempunyai pengetahuan sangat rendah, 15 orang (18,29%) mempunyai pengetahuan rendah, 32 orang (39,02%) mempunyai pengetahuan cukup, 29 orang (35,36%) mempunyai pengetahuan tinggi dan tidak ada yang masuk dalam kategori sangat baik. Frekuensi terbanyak sebesar 39,02% yaitu pada kategori cukup. Dengan demikian tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V tentang perilaku kebersihan lingkungan sebagian besar adalah cukup.

#### 4. Faktor Sakit dan Penyakit

Faktor tingkat pengetahuan siswa terhadap perilaku sakit dan penyakit diukur menggunakan tes pilihan ganda yang berjumlah 4 butir pertanyaan dengan skor 1 jika benar dan 0 jika salah. Setelah data ditabulasi, diskor dan di analisis menggunakan bantuan progam komputer

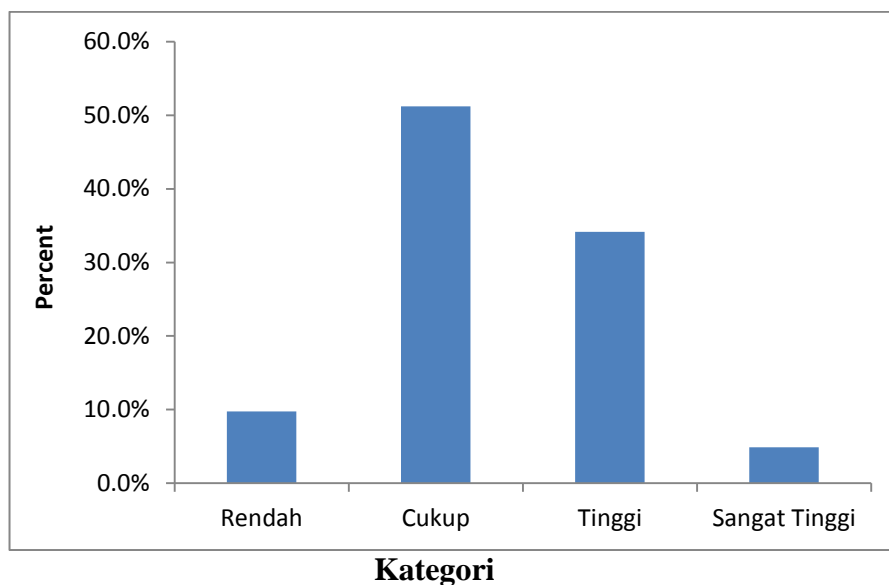
SPSS 16.0 for windows, hasil penelitian diperoleh rerata sebesar 3,42.

Diskripsi hasil penelitian tersebut dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 8. Deskripsi Tingkat Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar Kelas IV Dan V Terhadap Faktor Sakit dan Penyakit

<b>Kategori</b>	<b>Interval</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persen (%)</b>
Sangat Tinggi	$3,42 < X$	4	4,87
Tinggi	$2,70 < X \leq 3,42$	28	34,14
Cukup	$1,97 < X \leq 2,70$	42	51,21
Rendah	$1,25 < X \leq 1,97$	8	9,75
Sangat Rendah	$X \leq 1,25$	0	0
<b>Jumlah</b>		82	100

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram terlihat pada gambar dibawah ini:



Gambar 5. Diagram Tingkat Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar Kelas IV Dan V Terhadap Faktor Sakit dan Penyakit

Berdasarkan tabel dan gambar diatas dapat diketahui tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V tentang perilaku sakit dan penyakit yaitu sebanyak 8 orang (9,75%) mempunyai pengetahuan rendah,

42 orang (51,21%) mempunyai pengetahuan cukup, 28 orang (34,14%) mempunyai pengetahuan tinggi dan 4 orang (4,87%) mempunyai pengetahuan sangat tinggi. tidak ada yang masuk dalam kategori sangat rendah. Frekuensi terbanyak sebesar 40,24% yaitu pada kategori cukup. Dengan demikian tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V tentang perilaku sakit dan penyakit sebagian besar adalah cukup.

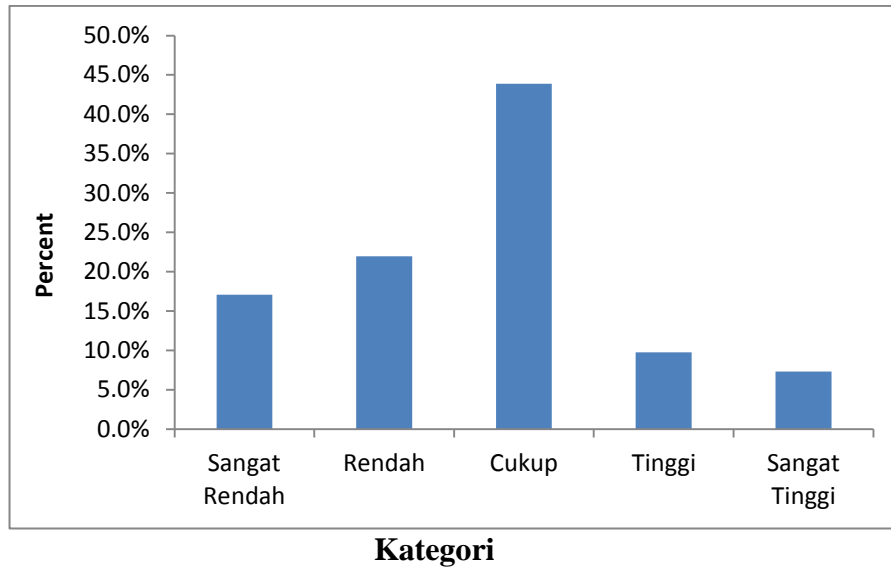
## 5. Faktor Hidup Teratur dan Tidak Teratur

Faktor tingkat pengetahuan siswa terhadap perilaku hidup teratur dan tidak teratur diukur menggunakan tes pilihan ganda yang berjumlah 5 butir pertanyaan dengan skor 1 jika benar dan 0 jika salah. Setelah data ditabulasi, diskor dan di analisis menggunakan bantuan progam komputer *SPSS 16.0 for windows*, hasil penelitian diperoleh rerata sebesar 2,67. Diskripsi hasil penelitian tersebut dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 9. Deskripsi Tingkat Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar Kelas IV Dan V Terhadap Faktor Hidup Teratur dan Tidak Teratur

<b>Kategori</b>	<b>Interval</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persen (%)</b>
Sangat Tinggi	$4,35 < X$	6	7,31
Tinggi	$3,23 < X \leq 4,35$	8	9,75
Cukup	$2,10 < X \leq 3,23$	36	43,90
Rendah	$0,98 < X \leq 2,10$	18	21,95
Sangat Rendah	$X \leq 0,98$	14	17,07
<b>Jumlah</b>		82	100

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram terlihat pada gambar dibawah ini:



Gambar 6. Diagram Tingkat Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar Kelas IV Dan V Terhadap Faktor Hidup Teratur

Berdasarkan tabel dan gambar diatas dapat diketahui tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V tentang perilaku hidup teratur dan hidup tidak teratur yaitu sebanyak 14 orang (17,07%) mempunyai pengetahuan sangat rendah, 18 orang (21,95%) mempunyai pengetahuan rendah, 36 orang (43,90%) mempunyai pengetahuan cukup, 8 orang (9,75%) mempunyai pengetahuan tinggi, dan 6 orang (7,31%) mempunyai pengetahuan sangat tinggi. Frekuensi terbanyak sebesar 43,90% yaitu pada kategori cukup. Dengan demikian tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V tentang perilaku hidup teratur dan tidak teratur sebagian besar adalah cukup.

### C. Pembahasan

Pengetahuan merupakan hasil dari proses mencari tahu, dari yang tadinya tidak tahu menjadi tahu, dari tidak dapat menjadi dapat. Dalam proses mencari tahu ini mencakup berbagai metode dan konsep-konsep, baik melalui

proses pendidikan maupun melalui pengalaman. Pengetahuan siswa yang tinggi terhadap perilaku hidup sehat akan menjadi pendorong timbulnya usaha sadar siswa untuk menjaga dan meningkatkan kesehatannya melalui perilaku hidup sehat. Sebaliknya jika pengetahuan siswa tentang perilaku hidup sehat rendah, bukan tidak mungkin siswa tidak bisa menerapkan perilaku hidup sehat dengan benar atau bahkan tidak menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari, sehingga akan berpengaruh pada derajat kesehatan tubuh yang rendah.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V tentang perilaku hidup sehat di SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman sebagian besar masuk dalam kategori cukup sebesar 34,14%. Hasil tersebut diartikan bahwa siswa mempunyai tingkat pengetahuan yang cukup untuk menjaga dan meningkatkan kesehatannya melalui penerapan perilaku hidup sehat.

Tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V tentang perilaku hidup sehat di SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman, didasarkan pada pengetahuan siswa terhadap faktor: 1) makanan dan minuman; 2) kebersihan diri; 3) kebersihan lingkungan; 4) sakit dan penyakit; dan 5) hidup yang teratur dan tidak teratur.

### **1. Faktor Makanan dan Minuman**

Berdasarkan faktor makanan dan minuman, diperoleh tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V tentang perilaku makanan dan minuman yaitu sebanyak 11 orang (13,41%) mempunyai pengetahuan

sangat rendah, 25 orang (30,48%) mempunyai pengetahuan rendah, 26 orang (31,70%) mempunyai pengetahuan cukup, 18 orang (21,95%) mempunyai pengetahuan tinggi, dan 2 orang (2,43%) mempunyai pengetahuan sangat tinggi. Frekuensi terbanyak sebesar 31,70% yaitu pada kategori cukup. Hal ini disebabkan sebagian besar siswa telah mengetahui dan menerapkan perilaku terhadap makanan dan minuman pada dirinya. Dengan demikian berarti sebagian besar siswa telah dapat memperhatikan kebutuhan akan pentingnya makanan dan minuman sebagai kebutuhan vital bagi kehidupannya. Pengetahuan siswa dalam faktor makanan dan minuman meliputi kebiasaan sarapan pagi, frekuensi makan dan minum dalam satu hari, dan pemilihan jenis makanan dan minuman yang bermanfaat bagi tubuh. Dari hasil penelitian, ada juga sebagian siswa yang belum mengetahui dan menerapkan perilaku terhadap makanan dan minuman pada dirinya, hal ini dikarenakan usia anak SD kebutuhan makan yang dikonsumsi masih bergantung orang tua. Selain itu siswa hanya senang mengkonsumsi makanan yang menjadi makanan favorit.

## **2. Faktor Kebersihan Diri**

Berdasarkan faktor kebersihan diri, diperoleh tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V tentang perilaku kebersihan diri yaitu sebanyak 7 orang (8,53%) mempunyai pengetahuan sangat rendah, 21 orang (25,60%) mempunyai pengetahuan rendah, 30 orang (36,58%) mempunyai pengetahuan cukup, 22 orang (26,82%) mempunyai pengetahuan tinggi, dan 2 orang (2,43%) mempunyai pengetahuan sangat

tinggi. Frekuensi terbanyak sebesar 36,58% yaitu pada kategori cukup. Hal ini disebabkan karena siswa telah dapat mengetahui dan menerapkan perilaku terhadap kebersihan diri pada dirinya. Perilaku tersebut merupakan gambaran dari kebiasaan untuk hidup bersih. Pengetahuan siswa dalam faktor kebersihan diri meliputi manfaat mandi, frekuensi mandi dalam satu hari, waktu yang baik menggosok gigi, kebersihan kuku, kebersihan rambut, dan kebersihan telinga. Semua hal tersebut dapat diterapkan jika siswa telah sadar akan pentingnya memelihara kebersihan diri. Memelihara kebersihan diri secara optimal tidak mungkin terjadi tanpa adanya pengetahuan dan usaha sadar siswa. Tujuan kebersihan diri adalah agar siswa mampu menerapkan dan mengetahui manfaat kebersihan diri untuk memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan.

### **3. Faktor Kebersihan Lingkungan**

Berdasarkan faktor kebersihan lingkungan, diperoleh tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V tentang perilaku kebersihan lingkungan yaitu sebanyak 6 orang (7,31%) mempunyai pengetahuan sangat rendah, 15 orang (18,29%) mempunyai pengetahuan rendah, 32 orang (39,02%) mempunyai pengetahuan cukup, 29 orang (35,36%) mempunyai pengetahuan tinggi dan tidak ada yang masuk dalam kategori sangat baik. Frekuensi terbanyak sebesar 39,02% yaitu pada kategori cukup. Hal ini dapat terjadi dikarenakan siswa telah mempunyai pengetahuan dan kesadaran untuk menjaga kebersihan dilingkungan sekitarnya. Kebersihan lingkungan merupakan usaha yang mengarah agar

lingkungan sekitar dapat menjamin kesehatan siswa. Kesehatan dalam hal ini bukan mengarah pada aspek pengobatan tapi lebih mengacu pada aspek pencegahan, sehingga perlu benar-benar diperhatikan agar tidak merusak kesehatan. Pengetahuan siswa dalam faktor kebersihan lingkungan meliputi pemakaian air bersih untuk keperluan sehari-hari, membuang sampah jenis sampah organik dan anorganik, kebersihan kamar mandi, kebersihan pakaian. Semua hal tersebut dapat diterapkan siswa dengan benar jika siswa mempunyai pengetahuan dan menerapkannya di lingkungan sekitarnya.

#### **4. Faktor Sakit dan Penyakit**

Berdasarkan faktor sakit dan penyakit, diperoleh tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V tentang perilaku sakit dan penyakit yaitu sebanyak 8 orang (9,75%) mempunyai pengetahuan rendah, 42 orang (51,21%) mempunyai pengetahuan cukup, 28 orang (34,14%) mempunyai pengetahuan tinggi dan 4 orang (4,87%) mempunyai pengetahuan sangat tinggi. tidak ada yang masuk dalam kategori sangat rendah. Frekuensi terbanyak sebesar 40,24% yaitu pada kategori cukup. Hasil tersebut diartikan bahwa sebagian besar siswa mengetahui akan pentingnya perilaku terhadap sakit dan penyakit bagi kesehatan. Pengetahuan siswa dalam faktor sakit dan penyakit meliputi pemeliharaan dan peningkatan kesehatan, tindakan pencegahan penyakit, tindakan pengobatan dan pemulihan. Dari hasil penelitian, ada juga sebagian siswa yang belum mengetahui pentingnya perilaku terhadap sakit dan penyakit,



seperti memaksakan masuk sekolah walaupun kondisi tubuh kurang sehat, jika sakit malas berobat kedokter, dan malas meminum obat.

## **5. Faktor Hidup Yang Teratur dan Tidak Teratur**

Berdasarkan faktor hidup teratur dan tidak teratur, diperoleh tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V tentang perilaku hidup teratur dan tidak teratur yaitu sebanyak 14 orang (17,07%) mempunyai pengetahuan sangat rendah, 18 orang (21,95%) mempunyai pengetahuan rendah, 36 orang (43,90%) mempunyai pengetahuan cukup, 8 orang (9,75%) mempunyai pengetahuan tinggi, dan 6 orang (7,31%) mempunyai pengetahuan sangat tinggi. Frekuensi terbanyak sebesar 43,90% yaitu pada kategori cukup. Hal ini dapat ditentukan karena siswa sudah mengetahui pentingnya keseimbangan antara istirahat, aktivitas dan olahraga. Dengan demikian sebagian besar siswa sudah mampu mengatur keseimbangan antara istirahat, aktivitas dan olahraga. Siswa sekolah dasar Gentan memiliki pengetahuan tentang perilaku hidup teratur, yaitu telah mampu untuk memperhatikan waktu istirahat dan olahraga. Namun masih ada juga siswa yang belum mengetahui pentingnya perilaku hidup teratur, seperti waktu untuk istirahat digunakan siswa untuk bermain dan aktivitas lainnya. Pengetahuan siswa dalam faktor hidup teratur dan tidak teratur meliputi kebiasaan melakukan olahraga teratur, pengaturan istirahat dan aktivitas.

## **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V tentang perilaku hidup sehat di SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman sebagian besar adalah cukup dengan persentase 34,14%. Secara rinci, sebanyak 9 orang (10,97%) mempunyai pengetahuan sangat rendah, 20 orang (24,39%) mempunyai pengetahuan rendah, 28 orang (34,14%) mempunyai pengetahuan cukup, 19 orang (23,17%) mempunyai pengetahuan tinggi, dan 6 orang (7,31%) mempunyai pengetahuan sangat tinggi.

### **B. Implikasi Hasil Penelitian**

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti mempunyai implikasi untuk pihak-pihak yang terkait, khususnya dalam bidang pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Hasil penelitian tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V tentang perilaku hidup sehat di SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman masuk dalam kategori cukup, dengan demikian pengetahuan siswa untuk menjaga dan meningkatkan kesehatannya masuk dalam kategori cukup. Dengan diketahuinya tingkat pengetahuan siswa tentang perilaku hidup sehat, maka hasil tersebut bisa dipakai sebagai acuan untuk lebih meningkatkan pengetahuan siswa tentang perilaku hidup sehat.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah:

1. Pemberian nilai dari hasil pengukuran dalam penelitian ini menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN), sehingga penilaian yang dilakukan dengan membandingkan hasil belajar seorang siswa terhadap hasil belajar siswa lainnya dalam kelompok, hal ini menyebabkan hasil penelitian ini hanya dapat dipakai untuk SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman.
2. Pengumpulan data dalam penelitian ini hanya didasarkan hasil isian tes dan sebatas untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V tentang perilaku hidup sehat di SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman.
3. Penelitian ini menggunakan instrumen berupa tes pilihan ganda, sehingga sangat mungkin terjadi responden dengan sengaja tidak memberikan jawaban yang tidak jujur atau menjawab asal-asalan, sehingga dapat mempengaruhi adanya perbedaan hasil penelitian pada saat dilakukan survey dengan hasil pengolahan data yang didapat melalui tes pilihan ganda.

### **D. Saran-saran**

Saran yang dapat disampaikan setelah mengetahui hasil penelitian antara lain:

1. Untuk Peneliti Selanjutnya, agar mengadakan penelitian tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar kelas IV dan V tentang perilaku hidup

sehat di SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman dan menghubungkannya dengan variabel lain yang tidak terdapat dalam penelitian ini.

2. Bagi guru pendidikan jasmani untuk meningkatkan pengetahuan siswa melalui pendidikan kesehatan serta memberikan teladan yang baik kepada siswa tentang perilaku hidup sehat.
3. Bagi siswa agar lebih meningkatkan pengetahuannya mengenai perilaku hidup sehat dan menerapkannya dengan benar dalam kehidupan sehari-hari.

## DAFTAR PUSTAKA




- Ahmad Kholid. 2012. *Promosi Kesehatan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Anas Sudijono. 2011. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Rajawali Pers
- Desmita. 2005. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Djoned Soetatmo. 1979. *Kesehatan Pribadi*. Rora Karya
- Edy Sih Mitranto. 2010. *Penjas Orkes*. Jakarta: PPKPN
- Nur Khayati. 2010. *Perilaku Hidup Sehat Siswa Kelas IV, V Dan VI SD Negeri Banyuurip Dlingo Bantul*. Yogyakarta: FIK UNY
- Purnomo, dkk. 2010. *Pendidikan, Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: PPKPN
- Sadoso Sumosardjuno. 1990. *Kesehatan Dalam Olahraga 2*. Jakarta: PT Gramedia
- Saifuddin Azwar. 2013. *Tes Prestasi*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar
- Soekidjo Notoadmojo. 2007. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sugihartono, dkk. 2012. *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press
- Suharto dkk. 1997. *Pendidikan kesehatan*. Jakarta: Depdikbud
- Suharsimi Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sularsih. 2010. *Perilaku Hidup Sehat Siswa Kelas Atas SD N Se-Gugus 3 Kecamatan Wates Kabupaten Kulon Progo*. Yogyakarta: FIK UNY
- Sutrisno Hadi. 1991. *Analisis Butir Untuk Instrumen Angket, Tes dan Skala Nilai Dengan BASICA*. Yogyakarta: Andi Offset
- Tim Penjas SD. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Yudhistira
- Tim Penyusun TAS. 2011. *Pedoman Penulisan Tugas Akhir*. Yogyakarta: UNY

# LAMPIRAN

Lampiran 1. Kartu Bimbingan TAS

KARTU BIMBINGAN  
TUGAS AKHIR SKRIPSI/BUKAN SKRIPSI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Nama Mahasiswa : Aris Tamari Wjyayanto  
NIM : 10604229088  
Program Studi : PGSD Pemas  
Jurusan : FK  
Pembimbing : Jaka Sunardi, M.Kes.

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda tangan Dosen Pembimbing
1	20/11-14	- Pengertian Labor Kelaharag Konsultasi ( Bab 1 ) - Dibuat instrumen penelitian untuk mengukur tingkat pengetahuan tentang perilaku bidang kesehatan	
2	30/11-14	Konsultasi ke dosen untuk mengevaluasi tingkat pengetahuan perilaku bridge busi dan Ahat busi - aspek dalam bentuk analisis → of mengevaluasi tingkat pengetahuan	
3	18/12-14	- Cara menggunakan instrumen penelitian bentuk di Jember ke ahli vyy	




Mengetahui  
Kaprodik PGSD Penjas,

Sriawan, M.Kes.  
NIP 19580830 198703 1 003

**Lampiran 1. Kartu Bimbingan TAS**

**KARTU BIMBINGAN  
TUGAS AKHIR SKRIPSI/BUKAN SKRIPSI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

Nama Mahasiswa : Arts Tamari W  
NIM : 10609229008  
Program Studi : PGSD Penjas  
Jurusan : FIK  
Pembimbing :

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda tangan Dosen Pembimbing
4	27/3/14	Cari ypi penelitian, dan sumber di cari soal dan	
5	10/4/14	konsep teks tulis dan kali awal - kalimat yg belum jelas - dan membahas penyajian mengenai kelebihan pengambilan sampel	
6	16/4/14	(tentang sampling) cari jurnal mengenai	

Mengetahui  
Kaprodik PGSD Penjas,



Sriawan, M.Kes.  
NIP 19580830 198703 1 003



**Lampiran 2. Surat Izin Penelitian FIK UNY**



KEMENTERIAN PENDIDIKAN NASIONAL  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**  
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 psw 255

Nomor : 203 /UN.34.16/PP/2014  
Lamp. : 1 Eks.  
Hal : Permohonan Izin Penelitian

Maret 2014

Yth. : Bupati Sleman  
Cq. Kepala Kantor Kesatuan Bangsa  
Kab. Sleman

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Aris Tamaji Wijayanto  
NIM : 10604224088  
Jurusan : POR  
Prodi : S1 PGSD Penjas  
Penelitian akan dilaksanakan pada :  
Waktu : Maret 2014  
Tempat/obyek : SD Negeri Gentan, Kec. Seyegan/siswa  
Judul Skripsi : Tingkat Pengetahuan Siswa SD Kelas IV Dan V Tentang Perilaku Hidup Sehat Di SD Negeri Gentan.

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Tembusan :

1. Kepala Sekolah SD Negeri Gentan
2. Kaprodi S1 PGSD Penjas
3. Pembimbing TAS
4. Mahasiswa ybs.

### Lampiran 3. Surat Izin Penelitian Dari BPPD Sleman



**PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN  
BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH**

Jalan Parasamya Nomor 1 Beran, Tridadi, Sleman, Yogyakarta 55511  
Telepon (0274) 868800, Faksimilie (0274) 868800  
Website: slemankab.go.id, E-mail : bappeda@slemankab.go.id

**SURAT IZIN**

Nomor : 070 / Bappeda / 901 / 2014

**TENTANG  
PENELITIAN**

**KEPALA BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH**

Dasar : Peraturan Bupati Sleman Nomor : 45 Tahun 2013 Tentang Izin Penelitian, Izin Kuliah Kerja Nyata, Dan Izin Praktik Kerja Lapangan.  
Menunjuk : Surat dari Kepala Kantor Kesatuan Bangsa Kab. Sleman  
Nomor : 070/Kesbang/862/2014 Tanggal : 10 Maret 2014  
Hal : Rekomendasi Penelitian

**MENGIZINKAN :**

Kepada :  
Nama : ARIS TAMAJI WIJAYANTO  
No.Mhs/NIM/NIP/NIK : 10604224088  
Program/Tingkat : S1  
Instansi/Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta  
Alamat instansi/Perguruan Tinggi : Kampus Karangmalang Yogyakarta  
Alamat Rumah : Somokaton Margokaton Seyegan Sleman  
No. Telp / HP : 089671975309  
Untuk : Mengadakan Penelitian / Pra Survey / Uji Validitas / PKL dengan judul  
**TINGKAT PENGETAHUAN SISWA KELAS IV DAN V TENTANG PERILAKU  
HIDUP SEHAT DI SD NEGERI GENTAN**  
Lokasi : SD Negeri Gentan, Seyegan  
Waktu : Selama 3 bulan mulai tanggal: 10 Maret 2014 s/d 10 Juni 2014

**Dengan ketentuan sebagai berikut :**

1. *Wajib melapor diri kepada Pejabat Pemerintah setempat (Camat/ Kepala Desa) atau Kepala Instansi untuk mendapat petunjuk seperlunya.*
2. *Wajib menjaga tata tertib dan mentaati ketentuan-ketentuan setempat yang berlaku.*
3. *Izin tidak disalahgunakan untuk kepentingan-kepentingan di luar yang direkomendasikan.*
4. *Wajib menyampaikan laporan hasil penelitian berupa 1 (satu) CD format PDF kepada Bupati diserahkan melalui Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah.*
5. *Izin ini dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak dipenuhi ketentuan-ketentuan di atas.*

Demikian ijin ini dikeluarkan untuk digunakan sebagaimana mestinya, diharapkan pejabat pemerintah/non pemerintah setempat memberikan bantuan seperlunya.

Setelah selesai pelaksanaan penelitian Saudara wajib menyampaikan laporan kepada kami 1 (satu) bulan setelah berakhirnya penelitian.

Dikeluarkan di Sleman

Pada Tanggal : 10 Maret 2014

a.n. Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah

Sekretaris

u.b.

Kepala Bidang Pengendalian dan Evaluasi

Dra. SUCI IRIANI SINURAYA, M.Si, MM  
Pembina I Wa  
NIP. 19630112 198903 2 003

**Tembusan :**

1. Bupati Sleman (sebagai laporan)
2. Kepala Dinas Dikpora Kab. Sleman
3. Kabid. Sosial Budaya Bappeda Kab. Sleman
4. Camat Seyegan
5. Ka. SD Negeri Gentan, Seyegan
6. Dekan FIK-UNY
7. Yang Bersangkutan

Lampiran 4. Surat Keterangan dari SD N Gentan



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN  
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA  
**SEKOLAH DASAR NEGERI GENTAN**

Alamat: Gentan, Margoagung, Seyegan, Sleman Kode Pos 55561 ☎ 4364734

Nomor : 188/6+/III/2014  
Lampiran : 1  
Hal : Surat Keterangan

Yang bertanda tangan dibawah ini, Kepala Sekolah SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman menerangkan bahwa:

Nama : Aris Tamaji Wijayanto  
NIM : 10604224088  
Jurusan : PGSD Penjas/FIK  
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan penelitian dengan judul “Tingkat Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar Kelas IV dan V Tentang Perilaku Hidup Sehat di SD Negeri Gentan Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman” yang dilakukan pada:

Hari : Rabu, 19 Maret 2014  
Tempat : SD Negeri Gentan  
Alamat : Gentan Margoagung Seyegan Sleman Yogyakarta

Demikian surat keterangan ini kami buat dengan keadaan yang sebenarnya dan dapat dipergunakan semestinya.

Sleman, 19 Maret 2014

Kepala Sekolah

Jumadi, S.Pd.SD  
NIP. 19670612 198812 1 003

**Lampiran 5. Surat Keterangan Expert Judgement**

**SURAT KETERANGAN *EXPERT JUDGEMENT***

Yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Erwin Setyo Kriswanto, S. Pd, M. Kes.

NIP : 19751018 200501 1 002

Menerangkan bahwa instrumen dalam penelitian Tugas Akhir Skripsi saudara:

Nama : Aris Tamaji Wijayanto

NIM : 10604224088

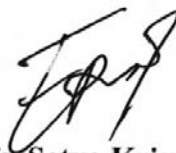
Jurusan/Prodi : POR/PGSD Penjas S-1

Judul : Tingkat Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar Kelas IV Dan V  
Tentang Perilaku Hidup Sehat Di SD Negeri Gentan

Dinyatakan layak digunakan untuk penelitian

Yogyakarta, Februari 2014

Yang Memvalidasi



**Erwin Setyo Kriswanto, S. Pd, M. Kes.**

**NIP 19751018 200501 1 002**

### Lampiran 6. Data Tabulasi Responden

No	Nama Siswa	MAKANAN DAN MINUMAN						KEBERSIHAN DIRI						KEBERSIHAN LINGKUNGN						SAKIT DAN PENYAKIT				HIDUP TERATUR									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	17	18	19	21	22	24	25	26	27	29	30						
1	ergi Saputra	1	1	0	1	1	0	4	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	5	1	1	0	1	3	1	0	1	1	0	3	16	
2	alga aldi saputar	1	1	0	1	1	0	4	1	1	0	1	1	1	5	0	1	0	1	1	3	1	0	0	1	2	1	1	1	0	0	3	17
3	anna lailatul faizah	1	1	0	1	0	0	3	0	0	0	0	1	1	2	0	0	0	1	1	2	1	0	0	1	2	0	1	1	0	1	3	12
4	ardi fitriawan n	1	1	0	1	1	0	4	0	0	0	1	0	1	2	1	1	0	1	1	4	0	1	0	0	1	0	1	1	0	0	2	13
5	arfan febrianto	1	0	0	1	1	0	3	1	1	0	1	1	1	5	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	4	1	0	1	0	0	2	19
6	latief dwi wicaksono	1	0	0	1	0	0	2	1	0	0	0	0	1	2	1	0	0	1	1	3	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0	3	11
7	rahmat hidayatullah	1	1	0	1	0	0	3	1	1	1	1	1	1	6	1	1	1	1	1	5	1	1	0	1	3	1	0	1	1	0	3	20
8	rosmanto	1	0	0	1	1	0	3	1	1	0	1	1	1	5	1	1	1	1	1	5	1	1	0	1	3	1	0	1	1	0	3	19
9	adam wahyu a	1	0	0	1	1	0	3	1	1	0	1	1	1	5	1	1	1	1	1	5	1	1	0	1	3	1	0	1	1	0	3	19
10	aditya lutfi h	1	1	0	0	0	0	2	0	0	0	1	1	1	3	1	1	1	1	1	5	1	1	0	1	3	1	0	1	1	0	3	16
11	ahmad setiawan	1	1	0	1	1	0	4	1	1	1	0	1	1	5	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	5	23
12	alfian firmansyah	1	1	0	1	1	0	4	1	0	1	0	1	0	3	1	1	0	1	1	4	0	1	0	1	2	1	0	1	1	1	4	17
13	alifia ristul juliani	1	1	0	1	1	1	5	1	1	0	0	1	1	4	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	5	23
14	amirudin satrio n	1	1	0	1	1	0	4	0	0	0	0	1	1	2	1	1	0	1	1	4	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0	3	14
15	anjarsari fadilah w	1	1	0	1	1	0	4	0	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	5	1	1	0	1	3	1	0	1	0	0	2	19
16	anik sri suprptiwi	1	1	0	1	0	0	3	1	1	0	0	1	1	4	1	1	0	1	1	4	1	1	0	1	3	1	0	0	1	0	2	16
17	arkan naswanda f	1	0	0	1	1	0	3	1	1	0	1	1	1	5	1	1	1	1	1	5	1	1	0	1	3	1	0	1	1	0	3	19
18	ariska rafika sani	1	1	1	1	0	0	4	1	1	0	1	1	1	5	1	1	0	1	1	4	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	5	22
19	dwi ayu s	1	1	0	1	0	0	3	1	1	0	0	0	1	3	1	1	1	1	1	5	1	1	0	1	3	1	0	0	1	1	3	17
20	edi alfianto	1	1	0	1	0	0	3	1	1	1	0	1	1	5	1	1	0	1	1	4	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	3	16
21	erfita kusuma u	1	1	1	1	1	1	6	1	1	1	0	1	1	5	1	1	0	1	1	4	1	1	0	1	3	1	1	1	0	0	3	21
22	fiki fauzi	0	0	0	1	1	1	3	0	0	0	0	1	1	2	1	1	0	1	1	4	1	0	0	1	2	1	0	0	1	0	2	13
23	galih budi p	1	1	0	1	0	0	3	1	1	1	0	1	1	5	1	1	0	1	1	4	1	1	0	1	3	1	1	1	1	1	5	20
24	indriani puspendari	1	1	0	1	0	0	3	1	0	0	0	1	1	3	0	0	0	1	1	2	1	0	1	0	2	1	0	1	1	1	4	14
25	jihan rizki a	1	1	0	1	1	0	4	1	0	0	0	1	1	3	1	0	0	1	1	3	1	0	0	1	2	1	0	1	1	1	4	16
26	khusnan nurcahyo	1	1	1	1	0	0	4	1	1	1	0	1	1	5	1	1	1	1	1	5	1	0	0	1	2	1	0	0	0	0	1	17
27	latifatun m	1	1	0	1	1	0	4	1	1	1	1	1	1	6	1	1	0	1	1	4	1	1	0	1	3	1	1	1	1	0	4	21
28	maharani astuti	1	1	0	1	0	0	3	1	1	0	0	1	0	3	0	0	0	1	1	2	1	0	0	1	2	1	0	1	1	0	3	13
29	navia shofinainim	1	1	0	1	1	1	5	1	0	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	5	1	1	0	1	3	1	0	1	1	1	4	22
30	panggih sukma s	1	1	0	1	0	1	4	0	1	1	0	0	1	3	1	1	0	1	1	4	1	0	0	1	2	1	0	0	1	0	2	15
31	pupud khoiril v	1	1	0	1	0	0	3	1	1	1	0	1	1	5	1	1	0	1	1	4	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	2	15
32	risma eny r	1	1	1	1	0	0	4	1	1	0	1	1	1	5	1	1	1	1	1	5	1	1	0	0	2	1	0	1	0	0	2	18
33	rizki ramadhani	1	1	0	0	0	0	2	1	0	0	0	1	1	3	1	0	1	0	1	3	0	0	1	1	2	1	1	1	0	0	3	13
34	salsa bella n	1	0	0	1	1	0	3	0	1	0	0	1	1	3	1	1	0	1	1	4	0	1	0	1	2	1	0	1	0	0	2	14
35	salsa beylla	1	1	0	1	0	0	3	1	0	0	0	1	1	3	1	1	0	1	1	4	1	1	0	1	3	1	0	0	0	0	1	14

## Lampiran 6. Data Tabulasi Responden

36	yeyen listamara	1	1	0	1	0	0	3	1	0	1	0	1	1	4	0	0	0	1	1	2	1	0	1	1	3	1	0	0	0	0	1	13	
37	yoga putra a	1	1	0	1	1	0	4	1	1	0	1	1	1	5	1	1	1	1	1	5	1	1	0	1	3	1	0	1	0	0	2	19	
38	laras agustin f	1	1	0	1	0	0	3	1	1	0	0	1	1	4	1	1	0	1	1	4	1	1	0	1	3	1	1	1	0	1	4	18	
39	meka wulandari	1	1	0	1	0	0	3	1	0	0	0	1	0	2	1	1	0	1	1	4	0	1	0	1	2	1	0	1	0	0	2	13	
40	nadia dwi s	1	1	0	1	1	0	4	1	0	1	0	1	0	3	1	1	0	1	1	4	1	0	1	0	2	1	0	1	0	1	3	16	
41	nadila tri h	1	1	1	1	0	0	4	1	1	0	0	1	1	4	1	0	0	1	1	3	1	0	0	1	2	1	0	1	1	0	3	16	
42	Aditya Bagus	1	1	1	1	0	1	5	1	0	1	1	1	1	5	1	1	0	1	1	4	1	0	1	1	3	1	0	0	0	0	1	18	
43	Mico Alfianto	1	0	0	1	0	0	2	1	1	0	0	1	1	4	1	1	0	1	0	3	0	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	2	12
44	Reni Anggraini	1	1	1	1	1	0	5	1	0	0	0	1	1	3	0	1	1	0	1	3	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	3	15
45	Vandy sigit p	1	1	0	0	0	0	2	1	0	0	0	1	1	3	1	1	0	1	1	4	0	1	0	1	2	1	0	0	0	0	0	1	12
46	Addisa damayanti	1	1	1	1	1	0	5	1	1	0	0	1	1	4	1	1	1	1	1	5	1	0	0	1	2	1	0	0	1	0	2	18	
47	Anis fitria rahma	1	1	1	1	0	0	4	1	1	0	0	1	1	4	1	1	0	1	1	4	1	1	0	0	2	1	0	0	1	1	3	17	
48	Ariq burhantoro	1	1	1	1	1	0	5	0	1	0	0	1	1	3	1	0	0	1	1	3	1	0	0	1	2	0	0	0	1	0	1	14	
49	Bisma surya p	1	1	1	1	0	0	4	1	1	0	0	1	1	4	1	1	0	1	1	4	1	0	0	1	2	0	0	1	1	1	3	17	
50	Clara dhini s	1	1	1	1	0	0	4	1	0	1	0	1	1	4	1	1	1	1	1	5	1	0	0	1	2	1	0	1	1	0	3	18	
51	Darojad pintoko y	1	1	1	1	0	0	4	1	0	0	1	1	1	4	0	1	0	1	1	3	1	0	0	1	2	1	0	0	0	0	0	1	14
52	Dani ichwanti	1	1	1	0	1	1	5	0	0	1	0	1	1	3	0	1	0	1	1	3	1	1	0	0	2	1	1	0	1	1	4	17	
53	Destyo febrian s	1	1	1	1	0	1	5	1	1	0	0	1	1	4	1	1	0	1	1	4	0	1	0	1	2	1	0	1	1	0	3	18	
54	Dewi kurnia r	1	1	1	1	1	0	5	1	0	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	5	1	0	1	1	3	1	1	1	1	1	5	23	
55	Dian nisa u	1	1	0	1	0	0	3	1	0	0	0	1	1	3	1	1	0	1	0	3	1	0	0	1	2	0	0	1	0	0	1	12	
56	Dian Martha p	1	1	1	1	0	1	5	1	0	0	1	1	1	4	1	0	1	1	1	4	1	0	0	1	2	1	0	1	1	1	4	19	
57	Eka rahma adilla	1	1	0	0	0	0	2	1	1	0	1	0	0	3	1	1	0	1	1	4	0	1	0	1	2	1	0	0	0	0	0	1	12
58	Endah kusumawati	1	0	0	0	1	0	2	1	1	0	0	1	1	4	1	1	0	1	0	3	1	0	0	1	2	1	0	0	1	0	2	13	
59	Erfian Chandra p	1	1	1	1	0	0	4	1	1	0	1	1	1	5	1	1	1	1	1	5	1	0	0	1	2	1	0	1	1	0	3	19	
60	Eva widyaningrum	1	1	1	1	1	0	5	1	1	1	0	1	1	5	1	0	1	1	1	4	1	1	0	1	3	1	1	1	1	1	5	22	
61	Fadillah amalia i	1	0	0	1	0	0	2	0	1	1	1	1	0	4	0	1	0	0	1	2	1	0	0	1	2	1	0	1	0	0	2	12	
62	Fadli ardiyanto	0	1	1	0	0	0	2	1	0	1	0	0	1	3	1	0	0	0	1	2	1	0	0	1	2	0	0	1	0	0	1	10	
63	Ikhsan nurfauzi	1	1	1	1	1	0	5	1	1	0	1	1	0	4	1	1	1	1	1	5	1	1	0	1	3	1	0	1	1	0	3	20	
64	I. Ardian nugroho	1	0	1	0	1	0	3	1	1	0	0	1	1	4	1	1	0	1	1	4	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	13
65	Melati w s	1	1	1	1	0	0	4	1	1	0	0	1	1	4	0	1	1	1	1	4	1	1	0	1	3	1	1	0	1	0	3	18	
66	M. Ikhsanuddin	1	1	1	1	1	0	5	1	1	0	1	1	0	4	1	1	0	1	0	3	1	0	0	1	2	1	0	1	1	0	3	17	
67	Nur rahma desti R	1	0	1	1	0	0	3	0	1	0	1	1	0	3	1	1	0	1	1	4	1	0	0	1	2	1	0	0	0	0	0	1	13
68	Rainito adtya r	1	1	1	1	0	0	4	1	1	0	0	1	0	3	1	1	0	1	1	4	1	0	0	1	2	0	0	0	0	0	0	0	13
69	Rudi wijayanto	1	0	1	1	0	0	3	1	0	1	0	1	1	4	1	1	1	0	1	4	1	0	0	1	2	1	1	0	0	1	3	16	
70	Stephanus bayu s	0	0	0	1	1	0	2	1	1	1	0	1	0	4	1	1	0	1	0	3	0	1	0	1	2	1	0	0	0	0	1	2	13

### Lampiran 6. Data Tabulasi Responden

71	Vina indri ivanka	1	1	1	1	1	0	5	1	1	0	0	1	1	4	1	1	0	1	1	4	1	0	0	1	2	1	0	1	1	0	3	18	
72	Zaki mahfuri	1	0	1	1	0	0	3	1	1	0	1	0	1	4	1	1	1	1	1	5	1	1	0	1	3	1	0	0	1	0	2	17	
73	Aninda rahma y	1	1	1	1	1	0	5	1	1	1	0	1	1	5	1	1	1	1	1	5	1	1	0	1	3	1	0	1	1	0	3	21	
74	M. arifin w	1	1	1	1	0	1	5	1	1	0	0	1	1	4	1	1	1	1	1	5	1	0	0	1	2	1	0	0	1	1	3	19	
75	Indah dwi l	1	1	0	1	0	1	4	1	0	1	0	1	1	4	1	1	1	1	1	5	1	0	0	1	2	1	0	0	1	1	3	18	
76	Fitri astuti	1	1	1	1	0	0	4	1	0	1	0	1	1	4	1	1	1	1	1	5	1	0	1	1	3	1	0	1	1	0	3	19	
77	Khoirul ardi n	0	1	0	1	0	0	2	1	1	0	0	1	1	4	0	1	0	1	1	3	1	0	0	1	2	1	0	0	0	0	0	1	12
78	Farida septi h	1	1	1	1	0	1	5	1	1	0	0	1	1	4	1	1	1	1	1	5	1	0	0	1	2	1	0	0	0	0	1	2	18
79	Taufik kurniawan	1	1	1	1	0	0	4	1	0	0	0	1	1	3	1	1	1	1	1	5	1	1	0	1	3	1	0	1	1	0	3	18	
80	Clemen bagaskara d	1	1	1	1	1	0	5	1	0	0	1	1	1	4	1	1	1	1	1	5	1	0	0	1	2	1	0	1	1	0	3	19	
81	Ridho juwita	1	1	1	0	0	0	3	1	1	0	1	1	1	5	1	1	1	1	1	5	1	1	0	1	3	1	1	0	1	0	3	19	
82	Putri k	1	1	1	1	1	1	6	1	1	0	0	1	1	4	1	1	0	1	1	4	1	1	0	1	3	1	0	1	1	0	3	20	

### Correlations

		p1	p2	p3	p4	p5	p6	p7
p1	Pearson Correlation	1	.186	.092	.102	-.034	-.057	.057
	Sig. (2-tailed)		.095	.413	.364	.765	.613	.613
	N	82	82	82	82	82	82	82
p2	Pearson Correlation	.186	1	.175	.036	-.166	.119	.140
	Sig. (2-tailed)	.095		.115	.750	.137	.287	.209
	N	82	82	82	82	82	82	82
p3	Pearson Correlation	.092	.175	1	.005	-.089	.143	.192
	Sig. (2-tailed)	.413	.115		.966	.427	.199	.083
	N	82	82	82	82	82	82	82
p4	Pearson Correlation	.102	.036	.005	1	.066	.046	.061
	Sig. (2-tailed)	.364	.750	.966		.554	.684	.585
	N	82	82	82	82	82	82	82
p5	Pearson Correlation	-.034	-.166	-.089	.066	1	.030	-.165
	Sig. (2-tailed)	.765	.137	.427	.554		.786	.137
	N	82	82	82	82	82	82	82
p6	Pearson Correlation	-.057	.119	.143	.046	.030	1	-.086
	Sig. (2-tailed)	.613	.287	.199	.684	.786		.443
	N	82	82	82	82	82	82	82
p7	Pearson Correlation	.057	.140	.192	.061	-.165	-.086	1
	Sig. (2-tailed)	.613	.209	.083	.585	.137	.443	
	N	82	82	82	82	82	82	82
p8	Pearson Correlation	.057	-.174	.100	.129	.063	-.075	.144
	Sig. (2-tailed)	.611	.119	.369	.250	.576	.505	.198
	N	82	82	82	82	82	82	82
p9	Pearson Correlation	-.089	.119	-.039	.072	.048	.135	.009
	Sig. (2-tailed)	.426	.287	.731	.523	.670	.227	.938
	N	82	82	82	82	82	82	82
p10	Pearson Correlation	.163	-.125	.019	.006	.159	-.101	-.110
	Sig. (2-tailed)	.143	.263	.866	.957	.155	.365	.326
	N	82	82	82	82	82	82	82
p11	Pearson Correlation	.116	.057	.133	.148	.118	.030	.195
	Sig. (2-tailed)	.298	.611	.234	.186	.293	.788	.079
	N	82	82	82	82	82	82	82
p12	Pearson Correlation	.066	.072	.098	-.035	-.061	.180	.104
	Sig. (2-tailed)	.553	.521	.381	.755	.585	.106	.354
	N	82	82	82	82	82	82	82
p13	Pearson Correlation	.077	-.094	.069	-.024	.123	.073	.123
	Sig. (2-tailed)	.492	.402	.536	.832	.272	.515	.271
	N	82	82	82	82	82	82	82

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).



### Correlations

		p8	p9	p10	p11	p12	p13	p14
p1	Pearson Correlation	.057	-.089	.163	.116	.066	.077	.066
	Sig. (2-tailed)	.611	.426	.143	.298	.553	.492	.553
	N	82	82	82	82	82	82	82
p2	Pearson Correlation	-.174	.119	-.125	.057	.072	-.094	-.107
	Sig. (2-tailed)	.119	.287	.263	.611	.521	.402	.340
	N	82	82	82	82	82	82	82
p3	Pearson Correlation	.100	-.039	.019	.133	.098	.069	.029
	Sig. (2-tailed)	.369	.731	.866	.234	.381	.536	.798
	N	82	82	82	82	82	82	82
p4	Pearson Correlation	.129	.072	.006	.148	-.035	-.024	.075
	Sig. (2-tailed)	.250	.523	.957	.186	.755	.832	.501
	N	82	82	82	82	82	82	82
p5	Pearson Correlation	.063	.048	.159	.118	-.061	.123	.148
	Sig. (2-tailed)	.576	.670	.155	.293	.585	.272	.184
	N	82	82	82	82	82	82	82
p6	Pearson Correlation	-.075	.135	-.101	.030	.180	.073	.085
	Sig. (2-tailed)	.505	.227	.365	.788	.106	.515	.446
	N	82	82	82	82	82	82	82
p7	Pearson Correlation	.144	.009	-.110	.195	.104	.123	.009
	Sig. (2-tailed)	.198	.938	.326	.079	.354	.271	.935
	N	82	82	82	82	82	82	82
p8	Pearson Correlation	1	-.117	.084	.083	-.038	.136	.246*
	Sig. (2-tailed)		.294	.453	.460	.733	.223	.026
	N	82	82	82	82	82	82	82
p9	Pearson Correlation	-.117	1	-.104	.047	-.014	.038	.060
	Sig. (2-tailed)	.294		.353	.672	.897	.738	.594
	N	82	82	82	82	82	82	82
p10	Pearson Correlation	.084	-.104	1	-.110	-.138	.057	.225*
	Sig. (2-tailed)	.453	.353		.326	.215	.611	.042
	N	82	82	82	82	82	82	82
p11	Pearson Correlation	.083	.047	-.110	1	.096	-.129	.096
	Sig. (2-tailed)	.460	.672	.326		.389	.247	.389
	N	82	82	82	82	82	82	82
p12	Pearson Correlation	-.038	-.014	-.138	.096	1	.040	-.074
	Sig. (2-tailed)	.733	.897	.215	.389		.725	.510
	N	82	82	82	82	82	82	82
p13	Pearson Correlation	.136	.038	.057	-.129	.040	1	.242*
	Sig. (2-tailed)	.223	.738	.611	.247	.725		.029
	N	82	82	82	82	82	82	82

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

### Correlations

		p15	p16	p17	p18	p19	p20	p21
p1	Pearson Correlation	.195	-.074	.179	.179	.057	-.036	.113
	Sig. (2-tailed)	.079	.506	.108	.108	.613	.749	.311
	N	82	82	82	82	82	82	82
p2	Pearson Correlation	.026	.163	.143	.275*	.054	-.075	-.032
	Sig. (2-tailed)	.819	.143	.200	.012	.632	.504	.778
	N	82	82	82	82	82	82	82
p3	Pearson Correlation	.208	-.115	-.076	.129	.259*	-.015	-.221*
	Sig. (2-tailed)	.060	.304	.496	.249	.019	.890	.046
	N	82	82	82	82	82	82	82
p4	Pearson Correlation	.066	.148	.237*	.074	.168	-.056	-.039
	Sig. (2-tailed)	.554	.186	.032	.511	.131	.620	.728
	N	82	82	82	82	82	82	82
p5	Pearson Correlation	.103	.118	.117	-.089	.037	-.183	.173
	Sig. (2-tailed)	.358	.293	.296	.425	.741	.099	.121
	N	82	82	82	82	82	82	82
p6	Pearson Correlation	.030	-.082	.111	.111	.097	.069	-.033
	Sig. (2-tailed)	.786	.462	.323	.323	.386	.540	.766
	N	82	82	82	82	82	82	82
p7	Pearson Correlation	.172	-.143	.029	-.111	-.006	-.069	.033
	Sig. (2-tailed)	.122	.201	.796	.323	.960	.540	.766
	N	82	82	82	82	82	82	82
p8	Pearson Correlation	.012	-.002	.222*	-.094	.075	-.123	.277*
	Sig. (2-tailed)	.916	.985	.045	.403	.505	.270	.012
	N	82	82	82	82	82	82	82
p9	Pearson Correlation	.048	.136	-.155	.064	.009	.108	.000
	Sig. (2-tailed)	.670	.224	.165	.567	.938	.335	1.000
	N	82	82	82	82	82	82	82
p10	Pearson Correlation	.315**	.150	.076	.076	.172	-.220*	.206
	Sig. (2-tailed)	.004	.178	.497	.497	.123	.047	.064
	N	82	82	82	82	82	82	82
p11	Pearson Correlation	.034	.169	.088	-.084	.082	-.052	-.082
	Sig. (2-tailed)	.759	.129	.432	.454	.462	.643	.463
	N	82	82	82	82	82	82	82
p12	Pearson Correlation	.218*	-.136	.039	.183	.198	.158	.000
	Sig. (2-tailed)	.049	.223	.730	.100	.074	.156	1.000
	N	82	82	82	82	82	82	82
p13	Pearson Correlation	.195	-.129	.199	-.100	-.073	.170	.250*
	Sig. (2-tailed)	.079	.247	.073	.370	.515	.127	.023
	N	82	82	82	82	82	82	82

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

### Correlations

		p22	p23	p24	p25	p26	p27	p28
p1	Pearson Correlation	.089	-.025	-.089	.133	.120	.188	-.044
	Sig. (2-tailed)	.426	.822	.426	.232	.283	.091	.694
	N	82	82	82	82	82	82	82
p2	Pearson Correlation	.094	-.053	.091	-.145	.175	.112	-.092
	Sig. (2-tailed)	.402	.639	.414	.195	.116	.317	.410
	N	82	82	82	82	82	82	82
p3	Pearson Correlation	-.069	.101	.069	-.074	-.007	-.201	.046
	Sig. (2-tailed)	.536	.368	.536	.510	.949	.071	.680
	N	82	82	82	82	82	82	82
p4	Pearson Correlation	.024	-.039	.091	.032	-.097	.230*	.139
	Sig. (2-tailed)	.832	.728	.418	.773	.388	.038	.212
	N	82	82	82	82	82	82	82
p5	Pearson Correlation	.022	.096	-.022	.087	.078	.226*	-.094
	Sig. (2-tailed)	.844	.391	.844	.436	.484	.041	.398
	N	82	82	82	82	82	82	82
p6	Pearson Correlation	.025	.048	.073	.133	.012	-.168	.085
	Sig. (2-tailed)	.823	.667	.515	.235	.916	.132	.450
	N	82	82	82	82	82	82	82
p7	Pearson Correlation	.171	-.048	.123	.226*	-.012	.028	.093
	Sig. (2-tailed)	.125	.667	.271	.041	.916	.802	.405
	N	82	82	82	82	82	82	82
p8	Pearson Correlation	-.210	-.087	.136	.122	.049	-.051	-.018
	Sig. (2-tailed)	.059	.439	.223	.276	.663	.651	.873
	N	82	82	82	82	82	82	82
p9	Pearson Correlation	.193	.076	.038	.114	.208	.066	.133
	Sig. (2-tailed)	.082	.499	.738	.306	.060	.559	.234
	N	82	82	82	82	82	82	82
p10	Pearson Correlation	.018	.080	.133	.128	-.009	.210	.003
	Sig. (2-tailed)	.870	.475	.235	.252	.935	.058	.976
	N	82	82	82	82	82	82	82
p11	Pearson Correlation	.129	-.037	.112	.194	.075	.101	.155
	Sig. (2-tailed)	.247	.745	.317	.081	.503	.368	.165
	N	82	82	82	82	82	82	82
p12	Pearson Correlation	.062	-.046	-.062	-.003	.220*	-.018	.103
	Sig. (2-tailed)	.582	.682	.582	.979	.047	.875	.357
	N	82	82	82	82	82	82	82
p13	Pearson Correlation	-.055	-.044	.055	.008	-.137	.158	-.077
	Sig. (2-tailed)	.623	.696	.623	.944	.220	.157	.493
	N	82	82	82	82	82	82	82

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

### Correlations

		p29	p30	Jumlah
p1	Pearson Correlation	.160	.021	.313**
	Sig. (2-tailed)	.150	.850	.004
	N	82	82	82
p2	Pearson Correlation	.126	.166	.261*
	Sig. (2-tailed)	.258	.137	.018
	N	82	82	82
p3	Pearson Correlation	.194	.009	.272*
	Sig. (2-tailed)	.080	.935	.013
	N	82	82	82
p4	Pearson Correlation	.110	.140	.315**
	Sig. (2-tailed)	.327	.209	.004
	N	82	82	82
p5	Pearson Correlation	.205	.041	.319**
	Sig. (2-tailed)	.064	.715	.003
	N	82	82	82
p6	Pearson Correlation	.152	.234*	.263*
	Sig. (2-tailed)	.173	.034	.017
	N	82	82	82
p7	Pearson Correlation	.052	.132	.277*
	Sig. (2-tailed)	.641	.236	.012
	N	82	82	82
p8	Pearson Correlation	.027	-.162	.255*
	Sig. (2-tailed)	.810	.146	.021
	N	82	82	82
p9	Pearson Correlation	-.082	.195	.274*
	Sig. (2-tailed)	.463	.079	.013
	N	82	82	82
p10	Pearson Correlation	.014	-.237*	.294**
	Sig. (2-tailed)	.900	.032	.007
	N	82	82	82
p11	Pearson Correlation	-.018	.121	.300**
	Sig. (2-tailed)	.870	.278	.006
	N	82	82	82
p12	Pearson Correlation	.153	.039	.260*
	Sig. (2-tailed)	.171	.729	.018
	N	82	82	82
p13	Pearson Correlation	.115	-.061	.276*
	Sig. (2-tailed)	.304	.584	.012
	N	82	82	82

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

### Correlations

		p1	p2	p3	p4	p5	p6	p7
p14	Pearson Correlation	.066	-.107	.029	.075	.148	.085	.009
	Sig. (2-tailed)	.553	.340	.798	.501	.184	.446	.935
	N	82	82	82	82	82	82	82
p15	Pearson Correlation	.195	.026	.208	.066	.103	.030	.172
	Sig. (2-tailed)	.079	.819	.060	.554	.358	.786	.122
	N	82	82	82	82	82	82	82
p16	Pearson Correlation	-.074	.163	-.115	.148	.118	-.082	-.143
	Sig. (2-tailed)	.506	.143	.304	.186	.293	.462	.201
	N	82	82	82	82	82	82	82
p17	Pearson Correlation	.179	.143	-.076	.237*	.117	.111	.029
	Sig. (2-tailed)	.108	.200	.496	.032	.296	.323	.796
	N	82	82	82	82	82	82	82
p18	Pearson Correlation	.179	.275*	.129	.074	-.089	.111	-.111
	Sig. (2-tailed)	.108	.012	.249	.511	.425	.323	.323
	N	82	82	82	82	82	82	82
p19	Pearson Correlation	.057	.054	.259*	.168	.037	.097	-.006
	Sig. (2-tailed)	.613	.632	.019	.131	.741	.386	.960
	N	82	82	82	82	82	82	82
p20	Pearson Correlation	-.036	-.075	-.015	-.056	-.183	.069	-.069
	Sig. (2-tailed)	.749	.504	.890	.620	.099	.540	.540
	N	82	82	82	82	82	82	82
p21	Pearson Correlation	.113	-.032	-.221*	-.039	.173	-.033	.033
	Sig. (2-tailed)	.311	.778	.046	.728	.121	.766	.766
	N	82	82	82	82	82	82	82
p22	Pearson Correlation	.089	.094	-.069	.024	.022	.025	.171
	Sig. (2-tailed)	.426	.402	.536	.832	.844	.823	.125
	N	82	82	82	82	82	82	82
p23	Pearson Correlation	-.025	-.053	.101	-.039	.096	.048	-.048
	Sig. (2-tailed)	.822	.639	.368	.728	.391	.667	.667
	N	82	82	82	82	82	82	82
p24	Pearson Correlation	-.089	.091	.069	.091	-.022	.073	.123
	Sig. (2-tailed)	.426	.414	.536	.418	.844	.515	.271
	N	82	82	82	82	82	82	82
p25	Pearson Correlation	.133	-.145	-.074	.032	.087	.133	.226*
	Sig. (2-tailed)	.232	.195	.510	.773	.436	.235	.041
	N	82	82	82	82	82	82	82
p26	Pearson Correlation	.120	.175	-.007	-.097	.078	.012	-.012
	Sig. (2-tailed)	.283	.116	.949	.388	.484	.916	.916
	N	82	82	82	82	82	82	82
p27	Pearson Correlation	.188	.112	-.201	.230*	.226*	-.168	.028

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

### Correlations

		p8	p9	p10	p11	p12	p13	p14
p14	Pearson Correlation	.246*	.060	.225*	.096	-.074	.242*	1
	Sig. (2-tailed)	.026	.594	.042	.389	.510	.029	
	N	82	82	82	82	82	82	82
p15	Pearson Correlation	.012	.048	.315**	.034	.218 <sup>†</sup>	.195	.148
	Sig. (2-tailed)	.916	.670	.004	.759	.049	.079	.184
	N	82	82	82	82	82	82	82
p16	Pearson Correlation	-.002	.136	.150	.169	-.136	-.129	.096
	Sig. (2-tailed)	.985	.224	.178	.129	.223	.247	.389
	N	82	82	82	82	82	82	82
p17	Pearson Correlation	.222*	-.155	.076	.088	.039	.199	.183
	Sig. (2-tailed)	.045	.165	.497	.432	.730	.073	.100
	N	82	82	82	82	82	82	82
p18	Pearson Correlation	-.094	.064	.076	-.084	.183	-.100	-.106
	Sig. (2-tailed)	.403	.567	.497	.454	.100	.370	.345
	N	82	82	82	82	82	82	82
p19	Pearson Correlation	.075	.009	.172	.082	.198	-.073	-.085
	Sig. (2-tailed)	.505	.938	.123	.462	.074	.515	.446
	N	82	82	82	82	82	82	82
p20	Pearson Correlation	-.123	.108	-.220*	-.052	.158	.170	-.065
	Sig. (2-tailed)	.270	.335	.047	.643	.156	.127	.559
	N	82	82	82	82	82	82	82
p21	Pearson Correlation	.277*	.000	.206	-.082	.000	.250*	.345**
	Sig. (2-tailed)	.012	1.000	.064	.463	1.000	.023	.002
	N	82	82	82	82	82	82	82
p22	Pearson Correlation	-.210	.193	.018	.129	.062	-.055	-.141
	Sig. (2-tailed)	.059	.082	.870	.247	.582	.623	.207
	N	82	82	82	82	82	82	82
p23	Pearson Correlation	-.087	.076	.080	-.037	-.046	-.044	-.046
	Sig. (2-tailed)	.439	.499	.475	.745	.682	.696	.682
	N	82	82	82	82	82	82	82
p24	Pearson Correlation	.136	.038	.133	.112	-.062	.055	.040
	Sig. (2-tailed)	.223	.738	.235	.317	.582	.623	.725
	N	82	82	82	82	82	82	82
p25	Pearson Correlation	.122	.114	.128	.194	-.003	.008	.244*
	Sig. (2-tailed)	.276	.306	.252	.081	.979	.944	.027
	N	82	82	82	82	82	82	82
p26	Pearson Correlation	.049	.208	-.009	.075	.220*	-.137	-.030
	Sig. (2-tailed)	.663	.060	.935	.503	.047	.220	.786
	N	82	82	82	82	82	82	82
p27	Pearson Correlation	-.051	.066	.210	.101	-.018	.158	-.162

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

### Correlations

		p15	p16	p17	p18	p19	p20	p21
p14	Pearson Correlation	.148	.096	.183	-.106	-.085	-.065	.345**
	Sig. (2-tailed)	.184	.389	.100	.345	.446	.559	.002
	N	82	82	82	82	82	82	82
p15	Pearson Correlation	1	-.049	-.089	.220*	.240*	-.023	.173
	Sig. (2-tailed)		.664	.425	.047	.030	.835	.121
	N	82	82	82	82	82	82	82
p16	Pearson Correlation	-.049	1	.088	-.084	-.030	-.052	.000
	Sig. (2-tailed)	.664		.432	.454	.788	.643	1.000
	N	82	82	82	82	82	82	82
p17	Pearson Correlation	-.089	.088	1	-.065	.168	-.040	.255*
	Sig. (2-tailed)	.425	.432		.562	.130	.719	.021
	N	82	82	82	82	82	82	82
p18	Pearson Correlation	.220*	-.084	-.065	1	.168	-.040	.051
	Sig. (2-tailed)	.047	.454	.562		.130	.719	.649
	N	82	82	82	82	82	82	82
p19	Pearson Correlation	.240*	-.030	.168	.168	1	-.069	-.234*
	Sig. (2-tailed)	.030	.788	.130	.130		.540	.035
	N	82	82	82	82	82	82	82
p20	Pearson Correlation	-.023	-.052	-.040	-.040	-.069	1	.000
	Sig. (2-tailed)	.835	.643	.719	.719	.540		1.000
	N	82	82	82	82	82	82	82
p21	Pearson Correlation	.173	.000	.255*	.051	-.234*	.000	1
	Sig. (2-tailed)	.121	1.000	.021	.649	.035	1.000	
	N	82	82	82	82	82	82	82
p22	Pearson Correlation	.094	.009	-.049	.100	.073	.062	-.107
	Sig. (2-tailed)	.399	.937	.660	.370	.515	.579	.337
	N	82	82	82	82	82	82	82
p23	Pearson Correlation	.096	-.037	-.028	-.028	-.048	-.018	-.111
	Sig. (2-tailed)	.391	.745	.801	.801	.667	.876	.320
	N	82	82	82	82	82	82	82
p24	Pearson Correlation	.267*	.112	-.100	.049	.123	-.062	-.036
	Sig. (2-tailed)	.015	.317	.370	.660	.271	.579	.750
	N	82	82	82	82	82	82	82
p25	Pearson Correlation	.264*	-.100	.105	.105	-.013	-.048	.218*
	Sig. (2-tailed)	.017	.369	.350	.350	.907	.667	.049
	N	82	82	82	82	82	82	82
p26	Pearson Correlation	.019	-.124	-.111	.135	-.012	-.107	.177
	Sig. (2-tailed)	.866	.269	.320	.226	.916	.338	.112
	N	82	82	82	82	82	82	82
p27	Pearson Correlation	.071	.015	.025	.025	-.042	-.117	.179
	Sig. (2-tailed)							
	N	82	82	82	82	82	82	82

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

### Correlations

		p22	p23	p24	p25	p26	p27	p28
p14	Pearson Correlation	-.141	-.046	.040	.244*	-.030	-.162	-.081
	Sig. (2-tailed)	.207	.682	.725	.027	.786	.146	.471
	N	82	82	82	82	82	82	82
p15	Pearson Correlation	.094	.096	.267*	.264*	.019	.071	.168
	Sig. (2-tailed)	.399	.391	.015	.017	.866	.526	.131
	N	82	82	82	82	82	82	82
p16	Pearson Correlation	.009	-.037	.112	-.100	-.124	.015	-.064
	Sig. (2-tailed)	.937	.745	.317	.369	.269	.896	.567
	N	82	82	82	82	82	82	82
p17	Pearson Correlation	-.049	-.028	-.100	.105	-.111	.025	-.050
	Sig. (2-tailed)	.660	.801	.370	.350	.320	.826	.658
	N	82	82	82	82	82	82	82
p18	Pearson Correlation	.100	-.028	.049	.105	.135	.025	-.050
	Sig. (2-tailed)	.370	.801	.660	.350	.226	.826	.658
	N	82	82	82	82	82	82	82
p19	Pearson Correlation	.073	-.048	.123	-.013	-.012	-.042	.093
	Sig. (2-tailed)	.515	.667	.271	.907	.916	.710	.405
	N	82	82	82	82	82	82	82
p20	Pearson Correlation	.062	-.018	-.062	-.048	-.107	-.117	-.031
	Sig. (2-tailed)	.579	.876	.579	.667	.338	.295	.783
	N	82	82	82	82	82	82	82
p21	Pearson Correlation	-.107	-.111	-.036	.218*	.177	.179	.065
	Sig. (2-tailed)	.337	.320	.750	.049	.112	.109	.562
	N	82	82	82	82	82	82	82
p22	Pearson Correlation	1	.044	-.055	.120	.224*	.141	.077
	Sig. (2-tailed)		.696	.623	.282	.044	.205	.493
	N	82	82	82	82	82	82	82
p23	Pearson Correlation	.044	1	-.044	-.034	.059	.150	-.022
	Sig. (2-tailed)	.696		.696	.762	.599	.178	.847
	N	82	82	82	82	82	82	82
p24	Pearson Correlation	-.055	-.044	1	.008	.036	-.067	.114
	Sig. (2-tailed)	.623	.696		.944	.749	.552	.308
	N	82	82	82	82	82	82	82
p25	Pearson Correlation	.120	-.034	.008	1	-.049	-.043	-.060
	Sig. (2-tailed)	.282	.762	.944		.663	.699	.595
	N	82	82	82	82	82	82	82
p26	Pearson Correlation	.224*	.059	.036	-.049	1	.146	.103
	Sig. (2-tailed)	.044	.599	.749	.663		.191	.356
	N	82	82	82	82	82	82	82
p27	Pearson Correlation	.141	.150	-.067	-.043	.146	1	-.008

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).



### Correlations

		p29	p30	Jumlah
p14	Pearson Correlation	-.058	-.113	.282*
	Sig. (2-tailed)	.603	.313	.010
	N	82	82	82
p15	Pearson Correlation	.306**	.095	.572**
	Sig. (2-tailed)	.005	.395	.000
	N	82	82	82
p16	Pearson Correlation	.149	.031	.134
	Sig. (2-tailed)	.181	.783	.229
	N	82	82	82
p17	Pearson Correlation	.207	-.060	.272*
	Sig. (2-tailed)	.063	.592	.013
	N	82	82	82
p18	Pearson Correlation	.103	.052	.241*
	Sig. (2-tailed)	.359	.643	.029
	N	82	82	82
p19	Pearson Correlation	.325**	.059	.340**
	Sig. (2-tailed)	.003	.598	.002
	N	82	82	82
p20	Pearson Correlation	.031	.102	-.052
	Sig. (2-tailed)	.779	.363	.642
	N	82	82	82
p21	Pearson Correlation	.075	.000	.364**
	Sig. (2-tailed)	.505	1.000	.001
	N	82	82	82
p22	Pearson Correlation	-.042	.219*	.236*
	Sig. (2-tailed)	.709	.048	.033
	N	82	82	82
p23	Pearson Correlation	-.091	.071	.050
	Sig. (2-tailed)	.415	.523	.657
	N	82	82	82
p24	Pearson Correlation	.115	-.061	.265*
	Sig. (2-tailed)	.304	.584	.016
	N	82	82	82
p25	Pearson Correlation	.194	.005	.327**
	Sig. (2-tailed)	.080	.967	.003
	N	82	82	82
p26	Pearson Correlation	-.045	.306**	.312**
	Sig. (2-tailed)	.685	.005	.004
	N	82	82	82
p27	Pearson Correlation	.121	-.029	.299**

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

### Correlations

		p1	p2	p3	p4	p5	p6	p7
p27	Sig. (2-tailed)	.091	.317	.071	.038	.041	.132	.802
	N	82	82	82	82	82	82	82
p28	Pearson Correlation	-.044	-.092	.046	.139	-.094	.085	.093
	Sig. (2-tailed)	.694	.410	.680	.212	.398	.450	.405
	N	82	82	82	82	82	82	82
p29	Pearson Correlation	.160	.126	.194	.110	.205	.152	.052
	Sig. (2-tailed)	.150	.258	.080	.327	.064	.173	.641
	N	82	82	82	82	82	82	82
p30	Pearson Correlation	.021	.166	.009	.140	.041	.234 <sup>*</sup>	.132
	Sig. (2-tailed)	.850	.137	.935	.209	.715	.034	.236
	N	82	82	82	82	82	82	82
Jumlah	Pearson Correlation	.313 <sup>**</sup>	.261 <sup>*</sup>	.272 <sup>*</sup>	.315 <sup>**</sup>	.319 <sup>**</sup>	.263 <sup>*</sup>	.277 <sup>*</sup>
	Sig. (2-tailed)	.004	.018	.013	.004	.003	.017	.012
	N	82	82	82	82	82	82	82

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

### Correlations

		p8	p9	p10	p11	p12	p13	p14
p27	Sig. (2-tailed)	.651	.559	.058	.368	.875	.157	.146
	N	82	82	82	82	82	82	82
p28	Pearson Correlation	-.018	.133	.003	.155	.103	-.077	-.081
	Sig. (2-tailed)	.873	.234	.976	.165	.357	.493	.471
	N	82	82	82	82	82	82	82
p29	Pearson Correlation	.027	-.082	.014	-.018	.153	.115	-.058
	Sig. (2-tailed)	.810	.463	.900	.870	.171	.304	.603
	N	82	82	82	82	82	82	82
p30	Pearson Correlation	-.162	.195	-.237 <sup>*</sup>	.121	.039	-.061	-.113
	Sig. (2-tailed)	.146	.079	.032	.278	.729	.584	.313
	N	82	82	82	82	82	82	82
Jumlah	Pearson Correlation	.255 <sup>*</sup>	.274 <sup>*</sup>	.294 <sup>**</sup>	.300 <sup>**</sup>	.260 <sup>*</sup>	.276 <sup>*</sup>	.282 <sup>*</sup>
	Sig. (2-tailed)	.021	.013	.007	.006	.018	.012	.010
	N	82	82	82	82	82	82	82

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

### Correlations

		p15	p16	p17	p18	p19	p20	p21
p27	Sig. (2-tailed)	.526	.896	.826	.826	.710	.295	.109
	N	82	82	82	82	82	82	82
p28	Pearson Correlation	.168	-.064	-.050	-.050	.093	-.031	.065
	Sig. (2-tailed)	.131	.567	.658	.658	.405	.783	.562
	N	82	82	82	82	82	82	82
p29	Pearson Correlation	.306**	.149	.207	.103	.325**	.031	.075
	Sig. (2-tailed)	.005	.181	.063	.359	.003	.779	.505
	N	82	82	82	82	82	82	82
p30	Pearson Correlation	.095	.031	-.060	.052	.059	.102	.000
	Sig. (2-tailed)	.395	.783	.592	.643	.598	.363	1.000
	N	82	82	82	82	82	82	82
Jumlah	Pearson Correlation	.572**	.134	.272*	.241*	.340**	-.052	.364**
	Sig. (2-tailed)	.000	.229	.013	.029	.002	.642	.001
	N	82	82	82	82	82	82	82

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

### Correlations

		p22	p23	p24	p25	p26	p27	p28
p27	Sig. (2-tailed)	.205	.178	.552	.699	.191		.941
	N	82	82	82	82	82	82	82
p28	Pearson Correlation	.077	-.022	.114	-.060	.103	-.008	1
	Sig. (2-tailed)	.493	.847	.308	.595	.356	.941	
	N	82	82	82	82	82	82	82
p29	Pearson Correlation	-.042	-.091	.115	.194	-.045	.121	-.027
	Sig. (2-tailed)	.709	.415	.304	.080	.685	.278	.807
	N	82	82	82	82	82	82	82
p30	Pearson Correlation	.219*	.071	-.061	.005	.306**	-.029	.125
	Sig. (2-tailed)	.048	.523	.584	.967	.005	.798	.262
	N	82	82	82	82	82	82	82
Jumlah	Pearson Correlation	.236*	.050	.265*	.327**	.312**	.299**	.168
	Sig. (2-tailed)	.033	.657	.016	.003	.004	.006	.131
	N	82	82	82	82	82	82	82

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

### Correlations

		p29	p30	Jumlah
p27	Sig. (2-tailed)	.278	.798	.006
	N	82	82	82
p28	Pearson Correlation	-.027	.125	.168
	Sig. (2-tailed)	.807	.262	.131
	N	82	82	82
p29	Pearson Correlation	1	.200	.483**
	Sig. (2-tailed)		.072	.000
	N	82	82	82
p30	Pearson Correlation	.200	1	.312**
	Sig. (2-tailed)	.072		.004
	N	82	82	82
Jumlah	Pearson Correlation	.483**	.312**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.004	
	N	82	82	82

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

## Lampiran 7. Uji Validitas

### Uji Validitas

Variabel	Indikator	<i>Koofisien Korelasi Product Moment</i>	r	Keterangan
Pertanyaan	P1	0,313	0,217	Valid
	P2	0,261	0,217	Valid
	P3	0,272	0,217	Valid
	P4	0,315	0,217	Valid
	P5	0,319	0,217	Valid
	P6	0,263	0,217	Valid
	P7	0,277	0,217	Valid
	P8	0,255	0,217	Valid
	P9	0,274	0,217	Valid
	P10	0,294	0,217	Valid
	P11	0,300	0,217	Valid
	P12	0,260	0,217	Valid
	P13	0,276	0,217	Valid
	P14	0,282	0,217	Valid
	P15	0,573	0,217	Valid
	P16	0,134	0,217	Gugur
	P17	0,272	0,217	Valid
	P18	0,241	0,217	Valid
	P19	0,340	0,217	Valid
	P20	-0,052	0,217	Gugur
	P21	0,364	0,217	Valid
	P22	0,236	0,217	Valid
	P23	0,050	0,217	Gugur
	P24	0,265	0,217	Valid
	P25	0,327	0,217	Valid
	P26	0,312	0,217	Valid
	P27	0,299	0,217	Valid
	P28	0,168	0,217	Gugur
	P29	0,483	0,217	Valid
	P30	0,312	0,217	Valid

## Lampiran 7. Reliabilitas

### Uji Reliabilitas

#### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	82	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	82	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.610	30

## Lampiran 7. Reliabilitas

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
p1	19.49	10.080	.250	.599
p2	19.62	9.966	.144	.605
p3	19.99	9.839	.121	.610
p4	19.55	9.930	.223	.598
p5	20.01	9.691	.172	.603
p6	20.28	9.982	.153	.604
p7	19.60	9.947	.168	.603
p8	19.82	9.904	.107	.611
p9	20.12	9.861	.133	.608
p10	20.10	9.793	.151	.606
p11	19.54	9.980	.213	.599
p12	19.59	9.999	.154	.604
p13	19.57	9.976	.174	.602
p14	19.59	9.949	.176	.602
p15	20.01	8.876	.454	.563
p16	19.54	10.301	.042	.613
p17	19.50	10.105	.202	.601
p18	19.50	10.154	.169	.604
p19	19.60	9.799	.234	.596
p20	19.46	10.548	-.100	.616
p21	19.94	9.539	.219	.597
p22	20.30	10.066	.132	.606
p23	19.45	10.448	.016	.611
p24	19.57	10.001	.163	.603
p25	19.52	9.956	.246	.597
p26	20.22	9.803	.190	.600
p27	19.79	9.771	.156	.605
p28	19.48	10.302	.111	.607
p29	19.84	9.172	.353	.578
p30	20.15	9.756	.177	.602

## Lampiran 8. Data Statistik Frekuensi

### Statistik Frekuensi

#### Statistics

		MAKANAN MINUMAN	KEBERSIHAN DIRI	KEBERSIHAN LINGKU	SAKIT PENYAKIT
N	Valid	82	82	82	82
	Missing	0	0	0	0
Mean		3.70	3.88	4.02	2.34
Median		4.00	4.00	4.00	2.00
Mode		4	4	4	2
Std. Deviation		1.039	1.011	.916	.724
Variance		1.079	1.022	.839	.524
Range		4	5	3	3
Minimum		2	1	2	1
Maximum		6	6	5	4
Sum		303	318	330	192

#### Statistics

		HIDUP TERATUR	JUMLAH
N	Valid	82	82
	Missing	0	0
Mean		2.67	16.61
Median		3.00	17.00
Mode		3	19
Std. Deviation		1.123	3.189
Variance		1.261	10.167
Range		5	13
Minimum		0	10
Maximum		5	23
Sum		219	1362

### Frekuensi Table

#### MAKANAN\_MINUMAN

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2	11	13.4	13.4	13.4
	3	25	30.5	30.5	43.9
	4	26	31.7	31.7	75.6
	5	18	22.0	22.0	97.6
	6	2	2.4	2.4	100.0
Total		82	100.0	100.0	



## Lampiran 8. Data Statistik Frekuensi

### KEBERSIHAN DIRI

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1	1	1.2	1.2	1.2
2	6	7.3	7.3	8.5
3	21	25.6	25.6	34.1
4	30	36.6	36.6	70.7
5	22	26.8	26.8	97.6
6	2	2.4	2.4	100.0
Total	82	100.0	100.0	

### KEBERSIHAN LINGKU

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 2	6	7.3	7.3	7.3
3	15	18.3	18.3	25.6
4	32	39.0	39.0	64.6
5	29	35.4	35.4	100.0
Total	82	100.0	100.0	

### SAKIT PENYAKIT

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1	8	9.8	9.8	9.8
2	42	51.2	51.2	61.0
3	28	34.1	34.1	95.1
4	4	4.9	4.9	100.0
Total	82	100.0	100.0	

### HIDUP TERATUR

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 0	1	1.2	1.2	1.2
1	13	15.9	15.9	17.1
2	18	22.0	22.0	39.0
3	36	43.9	43.9	82.9
4	8	9.8	9.8	92.7
5	6	7.3	7.3	100.0
Total	82	100.0	100.0	

## Lampiran 8. Data Statistik Frekuensi

### JUMLAH

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	10	1	1.2	1.2	1.2
	11	1	1.2	1.2	2.4
	12	7	8.5	8.5	11.0
	13	11	13.4	13.4	24.4
	14	6	7.3	7.3	31.7
	15	3	3.7	3.7	35.4
	16	8	9.8	9.8	45.1
	17	9	11.0	11.0	56.1
	18	11	13.4	13.4	69.5
	19	12	14.6	14.6	84.1
	20	4	4.9	4.9	89.0
	21	3	3.7	3.7	92.7
	22	3	3.7	3.7	96.3
	23	3	3.7	3.7	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

**Tes Pengetahuan Siswa**  
**Tingkat Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar Kelas IV Dan V**  
**Tentang Perilaku Hidup Sehat**

---

**Petunjuk Umum :**

1. Bacalah soal-soal dengan teliti sebelum menjawab!
  2. Jumlah soal ada 30 butir pilihan ganda!
  3. Pilihlah salah satu jawaban yang benar dengan memberi tanda silang (x) pada huruf A, B, C atau D di **lembar jawab** yang tersedia!
  4. Jika ingin memperbaiki jawaban salah, coretlah dengan dua garis mendatar pada jawaban yang salah kemudian silanglah pada huruf jawaban yang benar!
- 

**Contoh cara menyilang :**

A	<del>B</del>	C	D
---	--------------	---	---

**Jika ingin memperbaiki jawaban:**

A	<del>B</del>	<del>C</del>	D
---	--------------	--------------	---

**SELAMAT MENGERJAKAN**

---

1. Sebelum berangkat kesekolah sebaiknya ...
  - A. minum saja
  - B. sarapan secukupnya
  - C. makan sebanyak-banyaknya
  - D. makan cemilan
2. Berapa kali sebaiknya kita makan dalam satu hari ...
  - A. satu kali
  - B. dua kali
  - C. tiga kali
  - D. empat kali
3. Dalam satu hari sebaiknya kita minum air sedikitnya ...
  - A. lima gelas
  - B. enam gelas
  - C. tujuh gelas
  - D. delapan gelas
4. Makanan dengan gizi seimbang terdiri atas ...
  - A. nasi, lauk-pauk, sayur-sayuran, kacang-kacangan, susu
  - B. nasi, sayur-sayuran, buah-buahan, kacang-kacangan, susu
  - C. nasi, lauk-pauk, sayur-sayuran, buah-buahan, susu
  - D. nasi, sayur-sayuran, buah-buahan, kacang-kacangan, susu
5. Zat makanan yang berfungsi sebagai sumber tenaga utama adalah ...
  - A. karbohidrat
  - B. protein
  - C. vitamin
  - D. mineral

6. Zat makanan yang berfungsi sebagai zat pengatur adalah ...
  - A. karbohidrat
  - B. lemak
  - C. protein
  - D. vitamin
7. Berapa kali sebaiknya kita mandi dalam satu hari ...
  - A. satu kali
  - B. dua kali
  - C. tiga kali
  - D. empat kali
8. Dibawah ini yang bukan merupakan manfaat mandi bagi tubuh adalah ...
  - A. menghilangkan kotoran yang menempel
  - B. menghilangkan bau keringat
  - C. menjadikan tubuh kotor
  - D. mengembalikan kesegaran tubuh
9. Waktu yang tepat untuk menggosok gigi adalah ...
  - A. pagi sebelum sarapan dan sore sesudah makan
  - B. pagi sesudah sarapan dan sore sebelum makan
  - C. pagi sebelum sarapan dan malam sebelum tidur
  - D. pagi sesudah sarapan dan malam sebelum tidur
10. Kuku tangan yang panjang menjadi sarang kuman pembawa bibit penyakit...
  - A. demam berdarah
  - B. malaria
  - C. diare
  - D. tipus
11. Bagaimana cara merawat rambut agar tetap bersih dan sehat, **kecuali** ...
  - A. mencuci rambut
  - B. menyisir rambut
  - C. memotong rambut
  - D. mewarnai rambut
12. Apa saja yang harus kita lakukan untuk memelihara kesehatan telinga ...
  - A. mendengarkan musik sekeras-kerasnya
  - B. membersihkan telinga satu minggu sekali
  - C. mengorek-ngorek telinga menggunakan lidi
  - D. memasukkan sesuatu kedalam telinga

13. Orang yang bertanggung jawab dan bertugas membersihkan rumah adalah...
  - A. ayah
  - B. ibu
  - C. pembantu
  - D. semua anggota keluarga
14. Untuk keperluan sehari-hari kita memerlukan air yang bersih, ciri-ciri air bersih adalah ...
  - A. berbau, berasa, berwarna
  - B. tidak berbau, berasa, berwarna
  - C. tidak berbau, tidak berasa, berwarna
  - D. tidak berbau, tidak berasa, tidak berwarna
15. Sampah dibedakan menjadi dua yaitu sampah organik dan anorganik, dibawah ini yang termasuk sampah anorganik adalah ...
  - A. sayur-sayuran, buah-buahan, daun-daunan
  - B. buah-buahan, daun-daunan, kayu
  - C. daun-daunan, kayu, kaleng
  - D. kayu, kaleng, plastik
16. Bak mandi dibersihkan sedikitnya ...sekali.
  - A. satu minggu
  - B. dua minggu
  - C. satu bulan
  - D. satu tahun
17. Pakaian yang baik dan sehat adalah ...
  - A. mahal harganya
  - B. jarang dipakai
  - C. bersih dan rapi
  - D. bersih dan kusut
18. Pakaian yang kotor harus segera ...
  - A. disimpan di lemari
  - B. dikeringkan
  - C. disetrika
  - D. dicuci dengan deterjen
19. Dibawah ini yang bukan merupakan usaha untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan adalah ...
  - A. makan-makanan bergizi
  - B. mandi untuk kebersihan pribadi
  - C. membersihkan lingkungan rumah
  - D. bermain sepuasnya

20. Agar penyakit tidak mudah menular atau menyebar disekitar kita, maka kita harus ...
- A. membiarkan sampah menumpuk
  - B. selalu menjaga kebersihan lingkungan
  - C. membuang sampah dimana saja
  - D. membiarkan saluran air kumuh
21. Tujuan memakai masker untuk kesehatan adalah ...
- A. menutupi wajah
  - B. menularkan penyakit
  - C. mencegah penularan penyakit
  - D. mencegah bau masuk hidung
22. Dibawah ini salah satu upaya agar terhindar dari penyakit demam berdarah **kecuali** ...
- A. menguras bak mandi
  - B. membersihkan tempat minum
  - C. menutup tempat penampungan air
  - D. mengubur barang bekas
23. Jika badan terasa sakit sebaiknya ...
- A. tetap masuk sekolah
  - B. pergi bermain dengan teman
  - C. beristirahat dirumah
  - D. pergi berenang
24. Apa yang harus kita lakukan ketika sakit ...
- A. diam saja dirumah
  - B. olahraga
  - C. melakukan pengobatan sendiri
  - D. pergi berobat kedokter
25. Yang perlu kita lakukan agar badan tetap sehat dan bugar adalah ...
- A. tidur selama mungkin
  - B. olahraga teratur
  - C. makan sebanyak-banyaknya
  - D. minum sebanyak-banyaknya
26. Untuk menjaga kebugaran jasmani, dalam satu minggu sebaiknya melakukan olahraga ...kali
- A. satu
  - B. dua
  - C. tiga
  - D. empat

27. Melakukan olahraga secara berlebihan dapat menyebabkan tubuh ...
- A. sehat
  - B. bugar
  - C. kuat
  - D. sakit
28. Tidur merupakan cara terbaik untuk ...
- A. olahraga
  - B. sehat
  - C. istirahat
  - D. bermain
29. Waktu yang paling baik untuk tidur adalah ...
- A. pagi hari
  - B. siang hari
  - C. sore hari
  - D. malam hari
30. Kita membutuhkan waktu untuk tidur kurang lebih ...sehari.
- A. 5 jam
  - B. 6 jam
  - C. 7 jam
  - D. 8 jam

**Identitas Responden**

Nama : \_\_\_\_\_

Kelas : \_\_\_\_\_

---

---

**LEMBAR JAWAB**

1.	A	B	C	D
2.	A	B	C	D
3.	A	B	C	D
4.	A	B	C	D
5.	A	B	C	D
6.	A	B	C	D
7.	A	B	C	D
8.	A	B	C	D
9.	A	B	C	D
10.	A	B	C	D
11.	A	B	C	D
12.	A	B	C	D
13.	A	B	C	D
14.	A	B	C	D
15.	A	B	C	D

16.	A	B	C	D
17.	A	B	C	D
18.	A	B	C	D
19.	A	B	C	D
20.	A	B	C	D
21.	A	B	C	D
22.	A	B	C	D
23.	A	B	C	D
24.	A	B	C	D
25.	A	B	C	D
26.	A	B	C	D
27.	A	B	C	D
28.	A	B	C	D
29.	A	B	C	D
30.	A	B	C	D



## Lampiran. 10

### Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

#### Kelas I, Semester 1

Standar Kompetensi	Kompetensi Dasar
1. Mempraktikkan gerak dasar ke dalam permainan sederhana/ aktivitas jasmani dan nilai yang terkandung di dalamnya	1.1 Mempraktikkan gerak dasar jalan, lari dan lompat dalam permainan sederhana, serta nilai sportivitas, kejujuran, kerjasama, toleransi dan percaya diri 1.2 Mempraktikkan gerak dasar memutar, mengayun ataupun menekuk dalam permainan sederhana, serta nilai sportivitas, kejujuran, kerjasama, toleransi dan percaya diri 1.3 Mempraktikkan gerak dasar lempar tangkap dan sejenisnya dalam permainan sederhana, serta nilai sportivitas, kejujuran, kerjasama, toleransi dan percaya diri
2. Mendemonstrasikan sikap tubuh dalam berbagai posisi	2.1 Mendemonstrasikan sikap tubuh dalam posisi berdiri 2.2 Mendemonstrasikan sikap tubuh dalam posisi berjalan
3. Mempraktikkan senam lantai sederhana tanpa alat dan nilai yang terkandung di dalamnya	3.1 Mempraktikkan gerak keseimbangan statis tanpa alat, serta nilai percaya diri dan disiplin 3.2 Mempraktikkan gerak keseimbangan dinamis tanpa alat, serta nilai percaya diri dan disiplin
4. Mengungkapkan perasaan melalui gerak berirama dan nilai yang terkandung di dalamnya	4.1 Mempraktikkan gerak bebas berirama tanpa menggunakan musik dan nilai disiplin dan kerjasama 4.2 Mempraktikkan gerak bebas berirama menggunakan musik dan nilai disiplin dan kerjasama
5. Menerapkan budaya hidup sehat	5.1 Menjaga kebersihan diri yang meliputi kuku dan kulit 5.2 Mengenal pentingnya imunisasi
❖ <b>Karakter siswa yang diharapkan :</b> Disiplin ( <i>Discipline</i> ), Tekun ( <i>diligence</i> ), Tanggung jawab ( <i>responsibility</i> ), Ketelitian ( <i>carefulness</i> ), Kerja sama ( <i>Cooperation</i> ), Toleransi ( <i>Tolerance</i> ), Percaya diri ( <i>Confidence</i> ), Keberanian ( <i>Bravery</i> )	

## Lampiran. 10

### Kelas I, Semester 2

Standar Kompetensi	Kompetensi Dasar
6. Mempraktikkan gerak dasar ke dalam aktivitas jasmani dan nilai yang terkandung di dalamnya	6.1 Mempraktikkan gerak dasar jalan, lari dan lompat ke berbagai arah dengan berbagai pola dalam permainan sederhana, serta nilai kerjasama, kejujuran, tanggung jawab dan toleransi 6.2 Mempraktikkan gerak dasar memutar, mengayun, menekuk dalam permainan sederhana, dan nilai kerjasama, toleransi, kejujuran dan tanggung jawab 6.3 Mempraktikkan gerak dasar menangkap obyek berbagai ukuran dalam permainan sederhana, dan kerjasama, toleransi, kejujuran dan tanggung jawab
7. Membiasakan penampilan sikap tubuh dalam berbagai posisi	7.1 Membiasakan penampillan sikap tubuh dalam posisi diam 7.2 Membiasakan penampilkkan sikap tubuh dalam posisi bergerak
8. Mempraktikkan gerakan senam lantai sederhana dan nilai yang terkandung di dalamnya	8.1 Mempraktikkan gerakan senam lantai sederhana, serta nilai percaya diri dan disiplin 8.2 Mempraktikkan gerak peregangan dan pelepasan dalam kegiatan pemanasan sederhana dengan benar serta nilai disiplin
9. Menampilkan perasaan melalui musik dan gerak berirama serta nilai yang terkandung di dalamnya	9.1 Menampilkan gerak bebas berirama diorientasikan dengan arah mengikuti bunyi-bunyian secara individu, serta nilai estetika 9.2 Menampilkan gerak bebas berirama diorientasikan dengan arah menggunakan bunyi-bunyian secara berpasangan/ kelompok kecil, serta nilai estetika
10. Mempraktikkan dasar-dasar pengenalan air dan nilai yang terkandung di dalamnya*)	10.1 Mempraktikkan aktivitas dasar di air 10.2 Mempraktikkan berbagai permainan di air dangkal disertai nilai percaya diri, kebersihan, dan disiplin

## Lampiran. 10

Standar Kompetensi	Kompetensi Dasar
11. Mempraktikkan pengenalan lingkungan sekolah melalui aktivitas jasmani dan nilai yang terkandung di dalamnya***)	<p>11.1 Mempraktikkan pengenalan lingkungan sekolah secara beregu, dan nilai disiplin, kerjasama, dan kebersihan lingkungan</p> <p>11.2 Mempraktikkan berbagai aktivitas jasmani yang menyenangkan di lingkungan sekolah, dan nilai disiplin, kerja sama dan pola hidup sehat</p> <p>11.3 Mempraktikkan pemanfaatan makanan dan minuman yang baik</p>
12. Menerapkan budaya hidup sehat	<p>12.1 Menjaga kebersihan gigi dan mulut</p> <p>12.2 Mengenal makanan sehat</p>
<p>❖ <b>Karakter siswa yang diharapkan :</b> Disiplin (<i>Discipline</i>), Tekun (<i>diligence</i>), Tanggung jawab (<i>responsibility</i>), Ketelitian (<i>carefulness</i>), Kerja sama (<i>Cooperation</i>), Toleransi (<i>Tolerance</i>), Percaya diri (<i>Confidence</i>), Keberanian (<i>Bravery</i>)</p>	

## Kelas II, Semester 1

Standar Kompetensi	Kompetensi Dasar
1. Mempraktikkan variasi gerak dasar melalui permainan dan aktivitas jasmani, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	<p>1.1 Mempraktikkan gerak dasar jalan, lari, lompat yang bervariasi dalam permainan yang menyenangkan dan nilai kerjasama, toleransi, kejujuran, tanggungjawab, menghargai lawan dan menghargai diri sendiri</p> <p>1.2 Mempraktikkan gerak dasar memutar, mengayun, menekuk lutut dalam berbagai variasi permainan sederhana serta nilai kerjasama, toleransi, kejujuran, tanggungjawab, menghargai lawan dan memahami diri sendiri</p> <p>1.3 Mempraktikkan gerak dasar melempar, menangkap, menendang dan menggiring bola ke berbagai arah dalam permainan sederhana serta nilai kerjasama, toleransi, kejujuran, tanggungjawab, menghargai lawan dan memahami diri sendiri</p>
2. Mempraktikkan latihan dasar kebugaran jasmani dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	<p>2.1 Mempraktikkan satu jenis bentuk latihan untuk meningkatkan kekuatan otot lengan dan tungkai dengan mengikuti aturan</p> <p>2.2 Mempraktikkan berbagai aktivitas untuk melatih keseimbangan statis dan dinamis, serta nilai disiplin</p>

## Lampiran. 10

Standar Kompetensi	Kompetensi Dasar
	dan estetika 2.3 Membiasakan bergerak dengan benar
3. Mempraktikkan senam ketangkasan dasar dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	3.1 Mempraktikkan senam ketangkasan sederhana tanpa menggunakan alat: melompat dan meloncat dengan isyarat ke berbagai arah 3.2 Mempraktikkan senam ketangkasan dengan menggunakan alat sederhana dengan percaya diri
4. Mempraktikkan keterampilan dasar ritmik diorientasikan dengan arah dan ruang dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	4.1 Mempraktikkan gerak ritmik ke depan, belakang ataupun samping secara berpasangan dengan diiringi musik, dan nilai kerja sama 4.2 Mempraktikkan gerak ritmik diorientasikan dengan ruang secara beregu tanpa menggunakan musik, serta nilai disiplin dan kerja sama
5. Menerapkan budaya hidup sehat	5.1 Menjaga kebersihan rambut, hidung, dan telinga 5.2 Memilih makanan bergizi
❖ <b>Karakter siswa yang diharapkan :</b> Disiplin ( <i>Discipline</i> ), Tekun ( <i>diligence</i> ), Tanggung jawab ( <i>responsibility</i> ), Ketelitian ( <i>carefulness</i> ), Kerja sama ( <i>Cooperation</i> ), Toleransi ( <i>Tolerance</i> ), Percaya diri ( <i>Confidence</i> ), Keberanian ( <i>Bravery</i> )	

## Kelas II , Semester 2

Standar Kompetensi	Kompetensi Dasar
6. Mempraktikkan gerak dasar kebugaran jasmani dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	6.1 Mempraktikkan latihan dasar untuk meningkatkan kekuatan otot dada, otot punggung, dengan mengikuti aturan 6.2 Mempraktikkan latihan dasar untuk melatih kelentukan persendian anggota badan bagian atas dengan mengikuti aturan
7. Mempraktikkan senam ketangkasan sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	7.1 Mempraktikkan dua bentuk senam ketangkasan: melompat dan berputar 90 derajat saat di udara, melompati benda sesuai dengan kemampuan serta memperhatikan faktor keselamatan 7.2 Mempraktikkan rangkaian gerak senam ketangkasan sederhana: berjalan dan berguling ke depan, memindahkan berat tubuh dari satu titik ke titik yang lain dengan kontrol yang baik

## Lampiran. 10

Standar Kompetensi	Kompetensi Dasar
8. Mempraktikkan keterampilan dasar ritmik diorientasikan dengan arah dan ruang dengan menggunakan atau tanpa musik, memiliki pengetahuan dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	8.1 Mempraktikkan keterampilan dasar gerak ritmik yang berorientasi pada arah dan ruang secara berpasangan, menggunakan atau tanpa musik, serta nilai kerjasama, dan disiplin 8.2 Mempraktikkan keterampilan dasar gerak ritmik yang berorientasi pada arah dan ruang secara beregu menggunakan atau tanpa musik serta nilai kerjasama, dan disiplin
9. Mempraktikkan gerak dasar renang, dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya*)	9.1 Mempraktikkan gerak lengan dan tungkai untuk mengangkat tubuh di dalam air 9.2 Mempraktikkan keseimbangan tubuh dan penyelamatan diri di air serta memperhatikan faktor keselamatan diri dan orang lain, serta nilai kebersihan 9.3 Mempraktikkan gerak dasar renang: mengapung, menenggelamkan diri di dalam air, dan bernapas, serta nilai disiplin
10. Mempraktikkan kegiatan jasmani di lingkungan di sekitar sekolah, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya***)	10.1 Mempraktikkan berbagai aktivitas fisik di lingkungan sekolah dan nilai kebersihan, kesehatan dan keselamatan 10.2 Mengikuti rambu-rambu perjalanan di lingkungan sekolah secara beregu dan memperhatikan faktor keselamatan, kerjasama dan disiplin 10.3 Membiasakan menggunakan pakaian dan sepatu yang sesuai
11. Menerapkan budaya hidup sehat	11.1 Menjaga kebersihan tangan dan kaki 11.2 Mengenal cara makan sehat
❖ <b>Karakter siswa yang diharapkan :</b> Disiplin ( <i>Discipline</i> ), Tekun ( <i>diligence</i> ), Tanggung jawab ( <i>responsibility</i> ), Ketelitian ( <i>carefulness</i> ), Kerja sama ( <i>Cooperation</i> ), Toleransi ( <i>Tolerance</i> ), Percaya diri ( <i>Confidence</i> ), Keberanian ( <i>Bravery</i> )	

## Lampiran. 10

### Kelas III, Semester 1

Standar Kompetensi	Kompetensi Dasar
1. Mempraktikkan berbagai kombinasi gerak dasar melalui permainan dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	<p>1.1 Mempraktikkan kombinasi berbagai pola gerak jalan dan lari dalam permainan sederhana, serta aturan dan kerja sama</p> <p>1.2 Mempraktikkan kombinasi berbagai gerak mengayun, membungkuk dan menekuk dalam permainan sederhana, serta aturan, dan kerja sama</p> <p>1.3 Mempraktikkan kombinasi gerak dasar melempar, menangkap dan menendang dengan koordinasi yang baik dalam permainan sederhana,serta aturan, dan kerja sama</p>
2. Mempraktikkan aktivitas kebugaran jasmani secara sederhana dan nilai nilai yang terkandung didalamnya	<p>2.1 Mempraktikkan berbagai bentuk latihan untuk meningkatkan kekuatan otot-otot bahu dan dada secara sederhana serta nilai disiplin</p> <p>2.2 Mempraktikkan berbagai bentuk latihan untuk meningkatkan daya tahan secara sederhana serta nilai disiplin</p>
3. Mempraktikkan gerak senam lantai, senam ketangkasan dasar dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	<p>3.1 Mempraktikkan keseimbangan dalam bentuk senam lantai dasar, serta nilai keselamatan, disiplin dan keberanian</p> <p>3.2 Mempraktikkan gerak kombinasi senam ketangkasan dasar, serta nilai keselamatan, disiplin dan keberanian</p>
4. Mempraktikkan gerak dasar melalui aktivitas ritmik dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya	<p>4.1 Mempraktikkan gerak dasar mengayun dan menekuk lutut dalam aktivitas ritmik sederhana tanpa musik, serta nilai percaya diri dan disiplin</p> <p>4.2 Mempraktikkan gerak dasar mengayun dan menekuk lutut dalam aktivitas ritmik sederhana beregu tanpa atau dengan iringan musik, serta nilai percaya diri, disiplin dan kerja sama</p>
5. Menerapkan budaya hidup sehat	<p>5.1 Menjaga kebersihan pakaian</p> <p>5.2 Mengenal kebutuhan tidur dan istirahat</p>
<p>❖ <b>Karakter siswa yang diharapkan :</b> Disiplin ( <i>Discipline</i> ), Tekun ( <i>diligence</i> ), Tanggung jawab ( <i>responsibility</i> ), Ketelitian ( <i>carefulness</i>), Kerja sama ( <i>Cooperation</i> ), Toleransi ( <i>Tolerance</i> ), Percaya diri ( <i>Confidence</i> ), Keberanian ( <i>Bravery</i> )</p>	

## Lampiran. 10

### Kelas III, Semester 2

Standar Kompetensi	Kompetensi Dasar
6. Mempraktikkan berbagai gerak dasar dalam permainan sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	6.1 Mempraktikkan kombinasi gerak dasar jalan, lari dan lompat dengan koordinasi yang baik dalam permainan sederhana, serta nilai kerjasama, toleransi, kejujuran, tanggung jawab dan menghargai lawan atau diri sendiri 6.2 Mempraktikkan kombinasi gerak memutar, menekuk lutut, mengayun lengan dan meliukkan badan dengan koordinasi gerak yang baik dalam permainan sederhana, serta nilai kerjasama dan menghargai lawan atau diri sendiri 6.3 Mempraktikkan kombinasi gerak dasar memvoli, memantulkan, menendang, dan mengontrol bola dengan koordinasi yang baik dalam permainan sederhana, serta nilai kerjasama, toleransi, tanggung jawab, menghargai lawan atau diri sendiri, dan bersedia berbagi tempat dan peralatan dalam bermain
7. Mempraktikkan latihan dasar kebugaran jasmani dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	7.1 Mempraktikkan berbagai bentuk latihan untuk meningkatkan kelentukan dan kelenturan, serta nilai disiplin, dan keselamatan 7.2 Mempraktikkan berbagai bentuk latihan untuk meningkatkan koordinasi gerak, dan nilai disiplin
8. Mempraktikkan senam ketangkasan dasar dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	8.1 Mempraktikkan senam ketangkasan sederhana tanpa alat, dan nilai disiplin 8.2 Mempraktikkan senam ketangkasan yang agak kompleks menggunakan alat, dan nilai disiplin,
9. Mempraktikkan gerak ritmik dasar yang berorientasi dengan arah, ruang, dan waktu dengan atau tanpa musik, dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya	9.1 Mempraktikkan gerak lokomotor dalam gerak ritmik diorientasikan pada arah, ruang, dan waktu secara individual dengan atau tanpa menggunakan musik, serta nilai percaya diri dan disiplin 9.2 Mempraktikkan gerak lokomotor dalam aktivitas ritmik yang berorientasi pada arah, ruang dan waktu secara beregu dengan atau tanpa menggunakan musik, serta nilai percaya diri, disiplin dan kerjasama

## Lampiran. 10

Standar Kompetensi	Kompetensi Dasar
10. Mempraktikkan gerak dasar renang gaya dada, dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya*)	10.1 Mempraktikkan gerak dasar meluncur, menggerakkan tungkai, menggerakkan lengan dan nilai kebersihan 10.2 Mempraktikkan cara bernapas renang gaya dada dan nilai kebersihan 10.3 Mengkombinasikan gerakan lengan dan tungkai renang gaya dada dan nilai kebersihan
11. Mempraktikkan pemanfaatan lingkungan sekitar sekolah untuk aktivitas jasmani dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya***)	11.1 Mempraktikkan gerak lokomotor dalam mengikuti jejak dan nilai disiplin, kerjasama, memperhatikan faktor keselamatan 11.2 Mempraktikkan pemilihan tempat yang aman untuk bermain di lingkungan sekolah 11.3 Mempraktikkan penjagaan keselamatan diri dan orang lain selama melakukan aktivitas di lingkungan sekitar sekolah, dan nilai kebersihan
12. Menerapkan budaya hidup sehat	12.1 Mengenal bahaya penyakit diare, demam berdarah dan influenza 12.2 Mengenal cara menggunakan peturasan
❖ <b>Karakter siswa yang diharapkan :</b> Disiplin ( <i>Discipline</i> ), Tekun ( <i>diligence</i> ), Tanggung jawab ( <i>responsibility</i> ), Ketelitian ( <i>carefulness</i> ), Kerja sama ( <i>Cooperation</i> ), Toleransi ( <i>Tolerance</i> ), Percaya diri ( <i>Confidence</i> ), Keberanian ( <i>Bravery</i> )	

## Kelas IV, Semester 1

Standar Kompetensi	Kompetensi Dasar
1. Mempraktikkan gerak dasar ke dalam permainan sederhana dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya	1.1 Mempraktikkan gerak dasar dalam permainan bola kecil sederhana dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerjasama tim, sportivitas, dan kejujuran**) 1.2 Mempraktikkan gerak dasar atletik sederhana, serta nilai semangat, percaya diri dan disiplin**) 1.3. Mempraktikkan gerak dasar permainan bola besar sederhana dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerja sama, sportivitas, dan kejujuran**)
2. Mempraktikkan latihan untuk meningkatkan kebugaran dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	2.1 Mempraktikkan aktivitas permainan sederhana untuk melatih daya tahan dan kekuatan otot, serta nilai kerja keras, dan disiplin 2.2 Mempraktikkan aktivitas permainan untuk melatih kelenturan dan koordinasi, serta nilai kerja keras, dan



## Lampiran. 10

Standar Kompetensi	Kompetensi Dasar
	disiplin
3. Mempraktikkan berbagai bentuk latihan senam lantai yang lebih kompleks dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	3.1 Mempraktikkan kombinasi gerak senam lantai tanpa alat dengan memperhatikan faktor keselamatan, dan nilai disiplin serta keberanian 3.2 Mempraktikkan kombinasi gerak senam lantai dengan alat dengan memperhatikan faktor keselamatan, dan nilai disiplin serta keberanian
4. Mempraktikkan keterampilan gerak ritmik terstruktur secara beregu tanpa dan dengan menggunakan musik dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya	4.1 Mempraktikkan gerak ritmik diorientasikan pada arah, ruang dan waktu secara beregu menggunakan musik,serta nilai estetika 4.2 Mempraktikkan keterampilan gerak ritmik terstruktur secara beregu tanpa menggunakan musik, serta nilai estetika
5. Menerapkan budaya hidup sehat	5.1 Menjaga kebersihan lingkungan rumah dan sekolah 5.2 Membiasakan membuang sampah pada tempatnya
❖ <b>Karakter siswa yang diharapkan :</b> Disiplin ( <i>Discipline</i> ), Tekun ( <i>diligence</i> ), Tanggung jawab ( <i>responsibility</i> ), Ketelitian ( <i>carefulness</i> ), Kerja sama ( <i>Cooperation</i> ), Toleransi ( <i>Tolerance</i> ), Percaya diri ( <i>Confidence</i> ), Keberanian ( <i>Bravery</i> )	

### Kelas IV, Semester 2

Standar Kompetensi	Kompetensi Dasar
6. Mempraktikkan gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya	6.1 Mempraktikkan gerak dasar berbagai gerakan yang bervariasi dalam permainan bola kecil beregu dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerja sama regu, sportivitas, dan kejujuran**) 6.2 Mempraktikkan gerak dasar berbagai gerakan yang bervariasi dalam permainan bola besar beregu dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerja sama regu, sportivitas, dan kejujuran**)
	6.3 Mempraktikkan gerak dasar atletik yang dimodifikasi: lompat, loncat dan lempar, dengan memperhatikan nilai-nilai pantang menyerah, sportifitas, percaya diri, dan kejujuran**)

## Lampiran. 10

Standar Kompetensi	Kompetensi Dasar
7. Mempraktikkan latihan kebugaran yang lebih kompleks untuk meningkatkan keterampilan dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	<p>7.1 Mempraktikkan aktivitas dan permainan untuk melatih daya tahan dan kekuatan dengan kecepatan dan kualitas gerak yang meningkat, serta nilai kerja keras, disiplin, kerjasama, dan kejujuran</p> <p>7.2 Mempraktikkan aktivitas dan permainan untuk melatih kelentukan dan koordinasi dengan kecepatan dan kualitas gerak yang meningkat, serta nilai kerja keras, disiplin, kerja sama, dan kejujuran</p>
8. Mempraktikkan senam lantai dengan kompleksitas gerakan yang lebih tinggi, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	<p>8.1 Mempraktikkan senam lantai tanpa menggunakan alat dengan koordinasi yang baik serta nilai kerja sama dan estetika</p> <p>8.2 Mempraktikkan senam ketangkasan dengan menggunakan alat dengan koordinasi yang baik serta nilai disiplin dan kerja sama</p>
9. Mempraktikkan keterampilan gerak ritmik terstruktur secara beregu tanpa dan dengan menggunakan musik, serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya	<p>9.1 Mempraktikkan keterampilan gerak ritmik terstruktur (misal SKJ) secara beregu menggunakan musik, serta nilai kerja sama, disiplin dan estetika.</p> <p>9.2 Memperbaiki kesalahan gerak dalam gerak ritmik terstruktur (misal SKJ) secara beregu menggunakan musik, serta nilai kerja sama, disiplin dan estetika</p>
10. Mempraktikkan gerak dasar renang gaya bebas dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya *)	<p>10.1 Mempraktikkan gerak dasar; meluncur, menggerakkan tungkai, menggerakkan lengan serta nilai kebersihan</p> <p>10.2 Mempraktikkan cara bernapas dalam renang gaya bebas</p> <p>10.3 Mengkombinasikan gerakan lengan dan tungkai renang gaya bebas</p> <p>10.4 Mempraktikkan dasar-dasar keselamatan di air</p>
11. Mempraktikkan kegiatan berkemah di lingkungan sekitar sekolah dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya***)	<p>11.1 Mempraktikkan berbagai keterampilan yang sesuai untuk kegiatan perkemahan, serta nilai kerja sama, tanggungjawab, disiplin, dan mengikuti aturan</p> <p>11.2 Mempraktikkan aktivitas jasmani yang berisi</p>

## Lampiran. 10

Standar Kompetensi	Kompetensi Dasar
	tantangan dalam perkemahan 11.3 Mempraktikkan pola hidup sehat
12. Menerapkan budaya hidup sehat	12.1 Mengenal berbagai upaya dalam menjaga kebersihan lingkungan 12.2 Menjaga kebersihan lingkungan terhadap sumber penularan penyakit seperti nyamuk dan unggas
❖ <b>Karakter siswa yang diharapkan :</b> Disiplin ( <i>Discipline</i> ), Tekun ( <i>diligence</i> ), Tanggung jawab ( <i>responsibility</i> ), Ketelitian ( <i>carefulness</i> ), Kerja sama ( <i>Cooperation</i> ), Toleransi ( <i>Tolerance</i> ), Percaya diri ( <i>Confidence</i> ), Keberanian ( <i>Bravery</i> )	

### Kelas V, Semester 1

Standar Kompetensi	Kompetensi Dasar
1. Mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	1.1 Mempraktikkan variasi gerak dasar ke dalam modifikasi permainan bola kecil, serta nilai kerjasama, sportivitas, dan kejujuran**) 1.2 Mempraktikkan variasi gerak dasar ke dalam modifikasi permainan bola besar, serta nilai kerjasama, sportivitas, dan kejujuran**) 1.3 Mempraktikkan variasi gerak dasar ke dalam modifikasi atletik, serta nilai semangat, sportivitas, percaya diri dan kejujuran**)
2. Mempraktikkan latihan dasar kebugaran jasmani dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya	2.1 Mempraktikkan aktivitas untuk kekuatan otot-otot anggota badan bagian atas, serta nilai kerja keras, disiplin, kerjasama, dan kejujuran 2.2 Mempraktikkan aktivitas untuk kecepatan dan kualitas gerak yang meningkat, serta nilai kerja keras, disiplin, kerjasama, dan kejujuran
3. Mempraktikkan berbagai bentuk senam ketangkasan dengan kontrol yang baik, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	3.1 Mempraktikkan latihan peregangan dan pelepasan yang benar sebelum memulai aktivitas senam,serta nilai percaya diri, dan disiplin 3.2 Mempraktikkan bentuk-bentuk senam ketangkasan dalam meningkatkan koordinasi dan nilai nilai percaya diri dan disiplin
4. Mempraktikkan berbagai gerak dasar dalam gerak ritmik, dan nilai-nilai yang	4.1 Mempraktikkan pola jalan, lari dan lompat dalam gerak ritmik, serta nilai kerjasama, percaya diri,

## Lampiran. 10

Standar Kompetensi	Kompetensi Dasar
terkandung di dalamnya	dan disiplin 4.2 Mempraktikkan kombinasi pola gerak jalan, lari dan lompat dalam gerak ritmik, serta nilai kerjasama, percaya diri, dan disiplin
5. Menerapkan budaya hidup sehat	5.1 Mengenal cara menjaga kebersihan alat reproduksi 5.2 Mengenal berbagai bentuk pelecehan seksual 5.3 Mengenal cara menjaga diri dari pelecehan seksual
❖ <b>Karakter siswa yang diharapkan</b> : Disiplin ( <i>Discipline</i> ), Tekun ( <i>diligence</i> ), Tanggung jawab ( <i>responsibility</i> ), Ketelitian ( <i>carefulness</i> ), Kerja sama ( <i>Cooperation</i> ), Toleransi ( <i>Tolerance</i> ), Percaya diri ( <i>Confidence</i> ), Keberanian ( <i>Bravery</i> )	

## Kelas V, Semester 2

Standar Kompetensi	Kompetensi Dasar
6. Mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya	6.1 Mempraktikkan variasi teknik dasar salah satu permainan dan olahraga bola besar, serta nilai kerja sama, sportivitas, dan kejujuran**) 6.2 Mempraktikkan variasi teknik dasar ke dalam modifikasi permainan bola kecil, serta nilai kerja sama, sportivitas, dan kejujuran**) 6.3 Mempraktikkan variasi teknik dasar atletik yang dimodifikasi, serta nilai semangat, sportivitas, kerjasama, percaya diri dan kejujuran**)
7. Mempraktikkan latihan dasar kebugaran jasmani dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	7.1 Mempraktikkan aktivitas untuk kekuatan otot-otot anggota badan bagian bawah, serta nilai kerja keras, disiplin, kerjasama, dan kejujuran 7.2 Mempraktikkan aktivitas untuk kelincahan dengan kualitas gerak yang meningkat, serta nilai kerja keras, disiplin, kerjasama, dan kejujuran
8. Mempraktikkan berbagai bentuk senam ketangkasan dengan koordinasi yang baik, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	8.1 Mempraktikkan sebuah rangkaian gerak senam ketangkasan dengan konsisten, tepat, dan koordinasil yang baik, serta nilai keselamatan, disiplin, dan keberanian

## Lampiran. 10

Standar Kompetensi	Kompetensi Dasar
	8.2 Mempraktikkan bentuk-bentuk rangkaian gerak senam ketangkasan dengan koordinasi dan kontrol yang baik, serta nilai keselamatan, disiplin, dan keberanian
9. Mempraktikkan kombinasi berbagai gerak dasar dalam gerak berirama dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	9.1 Mempraktikkan kombinasi pola gerak mengayun, menarik, menekuk, meliuk, memutar dalam gerak berirama, serta nilai kerja sama, percaya diri, dan disiplin  9.2 Mempraktikkan satu pola gerak berirama terstruktur dengan konsisten dan lancar serta nilai kerjasama, percaya diri, dan disiplin
10. Mempraktikkan gerak dasar renang gaya punggung, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya*)	10.1 Mempraktikkan gerak dasar renang gaya punggung: meluncur, menggerakkan tungkai, menggerakkan lengan, serta nilai kebersihan, keberanian dan percaya diri  10.2 Mempraktikkan kombinasi gerakan lengan dan tungkai renang gaya punggung, serta nilai keberanian dan percaya diri
11. Mempraktikkan penjelajahan di lingkungan sekitar sekolah, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya***)	11.1 Mempraktikkan pembuatan rencana kegiatan penjelajahan  11.2 Mempraktikkan berbagai keterampilan gerak dalam kegiatan penjelajahan di lingkungan sekolah yang sehat, serta nilai kerjasama, disiplin, keselamatan, kebersihan, dan etika
12. Menerapkan budaya hidup sehat	12.1 Mengenal bahaya merokok bagi kesehatan  12.2 Mengenal bahaya miruman keras
❖ <b>Karakter siswa yang diharapkan</b> : Disiplin ( <i>Discipline</i> ), Tekun ( <i>diligence</i> ), Tanggung jawab ( <i>responsibility</i> ), Ketelitian ( <i>carefulness</i> ), Kerja sama ( <i>Cooperation</i> ), Toleransi ( <i>Tolerance</i> ), Percaya diri ( <i>Confidence</i> ), Keberanian ( <i>Bravery</i> )	