

**PERILAKU HIDUP SEHAT SISWA KELAS ATAS
SD NEGERI 1 TINGGARWANGI
JATILAWANG, BANYUMAS
TAHUN 2014/2015**

SKRIPSI

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



**Oleh
Riangga Dwi Martanti
11604224023**

**PROGRAM STUDI PGSD PENDIDIKAN JASMANI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2015**

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul "Perilaku Hidup Sehat Siswa Kelas Atas SD N 1 Tinggarwangi, Jatilawang, Banyumas Tahun Ajaran 2014/2015" yang disusun oleh Riangga Dwi Martanti NIM 11604224023 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, Mei 2015
Pembimbing



Erwin Setyo Kriswanto, M. Kes.
NIP. 19751018 200501 1 002

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **“Perilaku Hidup Sehat Siswa Kelas Atas SD N 1 Tinggarwangi, Jatilawang, Banyumas Tahun Ajaran 2014/2015”** 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 penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, Mei 2015
Yang menyatakan



Riangga Dwi Martanti
NIM. 11604224023

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul "Perilaku Hidup Sehat Siswa Kelas Atas SD Negeri 1 Tinggarwangi, Jatilawang, Banyumas Tahun 2014/2015" yang disusun oleh Riangga Dwi Martanti NIM 11604224023 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada Kamis, 11 Juni 2015 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI			
Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes	Ketua Penguji		6-7-15
Drs Sriawan, M.Kes	Sekretaris Penguji		6/7-15
Farida Mulyaningsih, M.Kes	Penguji I		30/6-15
Hari Yulianto, M.Kes	Penguji II		1/7-15

Yogyakarta, Juli 2015
Fakultas Ilmu Keolahragaan



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

MOTTO

1. Bekerjalah bagaikan tak butuh uang. Mencintailah bagaikan tak pernah disakiti. Menarilah bagaikan tak seorangpun sedang menonton (*Mark Twain*).
2. Jadilah kamu manusia yang pada kelahiranmu semua orang tertawa bahagia, tetapi hanya kamu sendiri yang menangis; dan pada kematianmu semua orang menangis sedih, tetapi hanya kamu sendiri yang tersenyum (*Mahatma Gandhi*).
3. Sedikit pengetahuan disertai tindakan adalah lebih berharga daripada banyak pengetahuan namun tak ada tindakan apapun (*Kahlil Gibran*).
4. Jangan menunggu bahagia untuk bisa tersenyum tapi tersenyumlah untuk menjemput kebahagiaan (*Riangga Dwi Martanti*).

PERSEMBAHAN

Karya yang sederhana ini dipersembahkan kepada orang-orang yang sangat kukasihi dan kusayangi:

1. Ibu Widiyati dan Bapak Turyono Manuadi tercinta yang telah memberikan kasih sayang, segala dukungan, cinta kasih yang tak terhingga, selalu membuatku termotivasi, selau mendoakanku, dan selalu menasehatiku menjadi lebih baik. Semoga ini menjadi awal untuk membuat ibu dan bapak bahagia.
2. Untuk kakak tersayang Anugrah Adi Purwo hal yang paling menyenangkan adalah saat kumpul bersama, walaupun sering bertengkar tapi hal itu akan selalu menjadi warna yang tidak akan pernah tergantikan. Terima kasih atas doa dan bantuan baik moril maupun materiil yang kau berikan selama ini.
3. Untuk keluarga besar Alm mbah Karsidan dan Alm mbah Kadimin terima kasih atas doa dan dukungan baik moril maupun materiil yang telah diberikan selama ini.

**PERILAKU HIDUP SEHAT SISWA KELAS ATAS
SD NEGERI I TINGGARWANGI
JATILAWANG, BANYUMAS
TAHUN 2014/2015**

Oleh:

Riangga Dwi Martanti
11604224023

ABSTRAK

Perilaku hidup sehat siswa sangat penting untuk ditanamkan sejak dini, akan tetapi di SDN I Tinggarwangi, Jatilawang, Banyumas masih ditemukan adanya siswa yang jajan sembarangan, membuang sampah tidak pada tempatnya, mencorat-coret meja serta masih ada siswa yang berkutu dan juga giginya berlubang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Perilaku Hidup Sehat Siswa Kelas Atas SDN 1 Tinggarwangi, Jatilawang, Banyumas Tahun 2014/2015.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu berupa lembar angket. Subjek penelitian ini adalah semua anak kelas IV, V dan VI SDN 1 Tinggarwangi yang berjumlah 80 anak. Uji instrument menggunakan uji validitas dengan rumus *pearson product moment*, diketahui dari 40 soal terdapat 11 soal yang gugur, sehingga angket yang digunakan dalam penelitian sebanyak 29 soal. Hasil uji reliabilitas instrument sebesar 0,731(>0,700), sehingga dinyatakan reliabel. Teknik analisis data menggunakan analisis deskripsif dengan teknik persentase.

Hasil penelitian perilaku hidup sehat siswa kelas atas SDN 1 Tinggarwangi, Jatilawang, Banyumas tahun 2014/2015 dalam kategori sangat tinggi sebesar 5% dengan jumlah 4 anak, dalam kategori tinggi sebesar 23,75% dengan jumlah 19 anak, dalam kategori cukup sebesar 38,75% dengan jumlah 31 anak, kategori rendah sebesar 26,25% dengan jumlah 21 anak, dan kategori sangat rendah sebesar 6,25% dengan jumlah 5 anak,

Kata kunci: *Perilaku, Hidup, Sehat*

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas segala limpahan rahmat, barokah serta hidayah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi dengan judul “Peran Pendidikan Kesehatan di Sekolah Dasar dalam Meningkatkan Perilaku Hidup Sehat Siswa Kelas Atas SD Negeri 1 Tinggarwangi, Jatilawang, Banyumas Tahun 2014/2015”.

Skripsi ini dapat terwujud berkat bantuan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini peneliti menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. H. Rochmat Wahab, M. Pd. MA., Rektor Universitas Negeri Yogyakarta, atas diberikannya kesempatan menyelesaikan studi di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan ijin penelitian serta segala kemudahan yang diberikan.
3. Drs. Amat Komari, M. Si., Ketua Jurusan POR Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, atas segala bimbingan, pengarahan dan saran sehingga penelitian skripsi ini dapat terselesaikan.
4. Drs. Sriawan, M.Kes., Ketua Program Studi PGSD Penjas Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, atas segala bimbingan, pengarahan dan saran sehingga penelitian ini dapat terselesaikan.
5. R. Sunardianta, M.Kes., Penasehat Akademik (PA), atas segala bimbingan, pengarahan, dan saran sehingga penelitian skripsi ini dapat terselesaikan.

6. Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes., Dosen Pembimbing Skripsi, atas segala bimbingan, pengarahan, saran dengan kesabaran dan keikhlasannya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
7. Bapak dan Ibu Dosen yang telah memberikan bekal ilmu selama penulis kuliah di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
8. Kepala SD Negeri 1 Tinggarwangi dan SD Negeri Pagentan, Jatilawang, Banyumas, atas ijin yang diberikan sehingga penelitian dapat terlaksana.
9. Seluruh siswa kelas atas SD Negeri 1 Tinggarwangi dan SD Negeri Pagentan, atas partisipasinya dalam membantu penelitian ini.
10. Buat sahabatku “Afif” dan “Dita” , serta teman “Kos Sableng” atas semangat, bantuan, candaan dan kenangan yang telah kalian berikan.
11. Teman-teman PGSD Penjas B Kampus Wates angkatan 2011 yang telah memberikan kenangan indah selama ini dan memberikan semangat selama penulisan skripsi.
12. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu-persatu yang telah memberikan bantuan, doa dan saran selama penyusunan skripsi ini.

Akhir kata, dengan segala kerendahan hati, peneliti mohon maaf atas segala kekurangan dalam penelitian skripsi baik tata bahasa maupun isinya. Oleh sebab itu kritik dan saran yang membangun akan diterima dengan ikhlas senang hati untuk perbaikan lebih lanjut. Peneliti berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan bagi para pembaca.

Yogyakarta, Juni 2015

Penulis

DAFTAR ISI

MOTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Batasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	5
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	7
A. Deskripsi Teori	7
1. Definisi Sehat	7
2. Definisi Pendidikan Kesehatan	8
3. Pendidikan Kesehatan di Sekolah Dasar	9
4. Pengertian Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)	28
B. Penelitian yang Relevan	33
C. Kerangka Berpikir	34
BAB III. METODE PENELITIAN	36
A. Desain Penelitian	36
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	36
C. Deskripsi Lokasi, Subjek dan Waktu Penelitian	36
D. Populasi dan Sampel Penelitian	37
E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data	38
1. Instrumen Penelitian	38
2. Uji Coba Instrumen	40
3. Teknik Pengumpulan Data	43
F. Teknik Analisis Data	44

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	46
A. Hasil Penelitian	46
B. Pembahasan.....	52
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN.....	55
A. Kesimpulan	55
B. Implikasi Hasil Penelitian	55
C. Keterbatasan Penelitian.....	56
D. Saran.....	56
DAFTAR PUSTAKA	58
LAMPIRAN.....	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Populasi Penelitian.....	37
Tabel 2. Rancangan Kisi-Kisi Instrumen Penelitian Tentang Perilaku Hidup Sehat Siswa Kelas Atas.....	39
Tabel 3. Instrumen Penelitian Perilaku Hidup Sehat Siswa Kelas Atas	42
Tabel 4. Kategori Perilaku	45
Tabel 5. Perilaku Hidup Sehat Siswa Kelas Atas	47
Tabel 6. Faktor siswa menjaga kebersihan makanan dan minuman	48
Tabel 7. Faktor Siswa Menjaga Kebersihan Lingkungan	49
Tabel 8. Faktor Siswa Menjaga Kebersihan Pribadi.....	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Diagram Perilaku Hidup Sehat Siswa Kelas Atas SD Negeri I Tinggarwangi	47
Gambar 2. Diagram faktor siswa menjaga kebersihan makanan dan minuman	48
Gambar 3. Diagram faktor siswa menjaga kebersihan lingkungan.....	50
Gambar 4. Diagram faktor siswa menjaga kebersihan Pribadi	51

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Rekomendasi Pembimbing.....	59
Lampiran 2. Surat Permohonan Validasi Ahli	60
Lampiran 3. Surat Persetujuan Validitas (<i>Expert Judgement</i>)	61
Lampiran 4. Surat Permohonan Ijin Uji Coba Penelitian	62
Lampiran 5. Surat Permohonan Ijin Penelitian.....	63
Lampiran 6. Surat Ijin Penelitian dari Kabupaten Banyumas.....	64
Lampiran 7. Surat Melaksanakan Penelitian.....	65
Lampiran 8. Angket Uji Coba Penelitian.....	66
Lampiran 9. Angket Penelitian	70
Lampiran 10. Tabel Hasil Instrumen Penelitian (Faktor 1)	73
Lampiran 11. Tabel Hasil Instrumen Penelitian (Faktor 2)	77
Lampiran 12. Tabel Hasil Instrumen Penelitian (Faktor 3)	81
Lampiran 13. Tabel Hasil Instrumen Penelitian (Faktor Total).....	85
Lampiran 14. Tabel Hasil Instrumen Penelitian	89
Lampiran 15. Tabel <i>Correlation</i>	93
Lampiran 16. Tabel Frekuensi	97
Lampiran 17. Tabel Reliabilitas.....	107
Lampiran 18. Dokumentasi.....	108

BABI PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Belajar merupakan tugas utama seorang siswa. Selain belajar, siswa juga mempunyai kebutuhan sosial seperti kegiatan-kegiatan bersama dengan orang lain, berkomunikasi dengan sesama. Bersama dengan kebutuhan sosial siswa, keteraturan dan kontrol sosial masyarakat serta kebutuhan pendidikan turut mempengaruhi keberhasilan siswa menuntut ilmu di sekolah. Keberadaan pelajar saat ini turut menentukan masa depan bangsa. Hal ini dapat dilaksanakan oleh siswa dengan jalan sehat jiwa raganya baik jasmani maupun rohani, sehingga selalu menggunakan pikiran yang sehat dan jernih dengan modal ilmu pengetahuan yang luas tersebut. Bertolak dari pemikiran tersebut, maka untuk dapat mencapai kondisi kesehatan yang optimal, kesehatan masyarakat indonesia haruslah dimulai dari bawah, yaitu terciptanya keadaan dan kesadaran tiap individu atau keluarga dalam masyarakat untuk mengupayakan dan membudayakan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Perilaku hidup sehat merupakan satu hal yang paling penting bagi kehidupan manusia saat ini, sehat juga menjadi kebutuhan pokok bagi manusia yang tidak dapat dicapai secara otomatis atau secara cepat. Hidup sehat memerlukan suatu pemeliharaan dan pembinaan di semua faktor yang secara umum mempengaruhinya. Faktor-faktor tersebut diantaranya faktor biologis, faktor lingkungan dan faktor aktifitas yang dilakukan individu dalam kehidupan sehari-hari. Individu yang bertingkah laku secara positif

dalam kehidupan sehari-harinya maka harus bertanggung jawab dan memperhatikan terhadap keadaan jasmani,rohani,dan hubungan sosialnya terhadap individu lain, sehingga kehidupan yang dilakukan menjadi lebih berhasil bagi kehidupan diri sendiri dan masyarakat. Status kesehatan yang berpengaruh di sini adalah keadaan jasmani, rohani, sosial yang baik tanpa adanya keluhan, sehingga dapat menjalani kehidupan dengan menggunakan pikiran serta tenaganya agar mencapai tujuan hidup yang lebih baik.

Di lingkungan sekolah usaha pendidikan kesehatan dapat dilakukan melalui Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). UKS sasaran utamanya adalah anggota masyarakat sekolah, antara lain guru, anak didik, karyawan sekolah serta masyarakat lingkungan sekitar sekolah. Selain warga sekolah yang menjalani hidup sehat, masyarakat sekitar sekolahpun diharapkan agar menjalani hidup sehat. Prioritas pelaksanaan diberikan pada SD, mengingat bahwa SD merupakan dasar sekolah-sekolah lanjutan, tanpa mengabaikan pelaksanaannya di sekolah-sekolah lanjutan (Sonja Poernama dkk, 1976: 16).

UKS dilaksanakan atas dasar titik tolak sebagai berikut: Sekolah merupakan lembaga pendidikan yang bertujuan untuk mencerdaskan bangsa dan menaikkan derajat bangsa disegala bidang. UKS sebagai saluran utama pendidikan kesehatan karena seluruh warga masyarakat sekolah yang terdiri dari anak didik, guru dan karyawan paling peka terhadap pembaharuan. Sekolah merupakan pembaharuan dibidang usaha hidup sehat. Cita-cita UKS dapat diterima di lingkungan pendidikan sekolah, UKS termasuk dalam mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Tujuan pendidikan

kesehatan adalah menanamkan kebiasaan hidup sehat kepada anak didik agar dapat turut bertanggung jawab terhadap kesehatan dirinya serta lingkungannya dan ikut aktif dalam usaha-usaha kesehatan (Soenarjo Basoeki, 1981: 14).

Anak usia SD yang mencakup kelompok masyarakat berusia 7 sampai dengan 12 tahun, merupakan kelompok yang rawan dalam proses pertumbuhan. Intensitas pembinaan menuju terbentuknya perilaku hidup sehat merupakan bagian penting dalam pembinaan kesehatan usia sekolah. Di SD N 1 Tinggarwangi, Kecamatan Jatilawang Kabupaten Banyumas masih ada yang belum peduli dengan kebersihan diri sendiri, yakni : jarang membersihkan lubang telinga dan hidung, jarang memotong kuku secara teratur, langsung makan/jajan setelah bermain/olahraga tanpa mencuci tangan terlebih dahulu serta makan makanan yang kurang sehat seperti jajan sembarangan diluar kantin sekolah yang cenderung kurang sehat karena banyak debu-debu jalan, lalat, juga bahan makanan yang terbuat dari bahan yang berbahaya, seperti pewarna makanan dan pengawet makanan. Akibatnya penyakit mudah menyerang anak. Pertumbuhan anak harus benar-benar diperhatikan oleh orang tua. Peningkatan taraf hidup suatu keluarga akan berpengaruh pada kebiasaan makan keluarga tersebut, kemudian secara tidak langsung akan mempengaruhi kebiasaan hidup anak. Di SDN 1 Tinggarwangi sebagian besar anak lebih menyukai makanan cepat saji, permen, coklat. Makanan tersebut apabila dikonsumsi secara terus menerus akan menyebabkan pertumbuhan dan perkembangan anak menjadi tidak baik

terutama gigi. Makin banyak sisa makanan yang menempel digigi makin besar pula kemungkinan terjadinya kerusakan pada gigi. Akibatnya banyak siswa SDN 1 Tinggarwangi yang mengalami kerusakan gigi.

Di SD N 1 Tinggarwangi juga masih ada siswa yang tidak peduli dengan kebersihan lingkungan. Masih banyak coret-coretan di dinding maupun dimeja, membuang sampah sembarangan, tidak menyiram kamar mandi setelah buang air. Padahal lingkungan sekolah yang bersih dan sehat akan sangat mendukung proses belajar mengajar di lingkungan sekolah serta dapat menjamin kesehatan siswa. Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian guna memberi gambaran mengenai perilaku hidup sehat khususnya siswa kelas atas SD N 1 Tinggarwangi Kecamatan Jatilawang Kabupaten Banyumas.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan diatas dapat diidentifikasi berbagai permasalahan sebagai berikut:

1. Masih ada siswa di SD N 1 Tinggarwangi yang belum peduli dengan kebersihan diri sendiri.
2. Masih ada siswa SD N 1 Tinggarwangi yang mengkonsumsi makanan-makanan kurang sehat sehingga mengalami kerusakan gigi
3. Masih ada siswa SD N 1 Tinggarwangi yang tidakpeduli dengan kebersihan lingkungan sekitar
4. Belum diketahui bagaimana perilaku hidup sehat siswa kelas atas SD N 1 Tinggarwangi kecamatan Jatilawang kabupaten Banyumas.

C. Batasan Masalah

Karena banyaknya masalah yang ada diidentifikasi masalah, maka penelitian ini dibatasi hanya pada masalah perilaku hidup sehat siswa kelas atas SDN 1 Tinggarwangi, Jatilawang, Banyumas tahun pelajaran 2014/2015.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan batasan masalah tersebut di atas maka permasalahan yang akan diteliti dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut: Bagaimana perilaku hidup sehat siswa kelas atas SD N 1 Tinggarwangi Kecamatan Jatilawang Kabupaten Banyumas?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perilaku hidup sehat siswa kelas atas SD N 1 Tinggarwangi, Jatilawang, Banyumas tahun pelajaran 2014/2015.

F. Manfaat Penelitian

1. Secara teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi ilmu pengetahuan dan pendidikan, khususnya pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

2. Secara praktis

a. Bagi sekolah

Dapat meningkatkan perilaku hidup sehat siswa dengan adanya pemahaman kebersihan makanan dan minuman, kebersihan lingkungan dan

kebersihan pribadi serta mampu memberikan pengetahuan kepada siswa agar bisa menjalankan perilaku hidup sehat dengan benar.

b. Bagi siswa

Dapat dijadikan dasar untuk berperilaku hidup lebih sehat, terarah dan berguna bagi diri maupun lingkungan.

c. Bagi Orang Tua Siswa

Dapat mengajarkan anaknya untuk selalu berperilaku hidup bersih dan sehat baik di rumah, di sekolah maupun di lingkungan masyarakat.

d. Bagi Guru

Dapat mengarahkan siswa untuk belajar hidup bersih dan sehat mulai dari lingkungan sekolah.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Definisi Sehat

Menurut M.Ichsan (1988:1), sehat adalah kebutuhan dasar bagi kehidupan manusia, tetapi hal itu tidak dapat dicapai secara otomatis. Sehat memerlukan pemeliharaan dan pembinaan semua faktor yang secara universal mempengaruhinya. Sedangkan sesuai dengan *UU No.23 tahun 1992 tentang Kesehatan*, menyatakan bahwa sehat adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa, dan sosial yang memungkinkan hidup produktif secara sosial dan ekonomi. Dalam pengertian ini maka kesehatan harus dilihat sebagai satu kesatuan yang utuh terdiri dari unsur-unsur fisik, mental dan sosial dan di dalamnya kesehatan jiwa merupakan bagian integral kesehatan.

Pengertian sehat menurut WHO atau organisasi kesehatan dunia adalah suatu keadaan yang sempurna baik fisik, mental dan sosial tidak hanya bebas dari penyakit atau kelemahan. Definisi sehat menurut WHO ini adalah sehat secara keseluruhan, baik jasmani, rohani, lingkungan berikut faktor-faktor serta komponen-komponen yang berperan di dalamnya. Sehat menurut WHO terdiri dari suatu kesatuan penting dari 4 komponen dasar yang membentuk '*positif health*', yaitu Sehat Jasmani, Sehat Mental, Sehat Spiritual, Kesejahteraan sosial.

Dari pengertian tersebut diatas dapat disimpulkan, sehat menurut peneliti adalah suatu kondisi di mana segala sesuatu berjalan normal dan bekerja sesuai fungsinya dan sebagaimana mestinya.

2. Definisi Pendidikan Kesehatan

Menurut Sonti M.S dan Purnomo Ananto (2000: 1) Pendidikan Kesehatan adalah suatu bagian dari pendidikan keseluruhan yang dalam proses pembelajarannya mengutamakan aktifitas jasmani dan kebiasaan hidup sehat untuk menunjang pertumbuhan dan pengembangan jasmani, mental, sosial, dan emosional yang selaras, serasi dan seimbang. Menurut Soekidjo Notoatmojo (2012: 20) pendidikan kesehatan adalah proses untuk meningkatkan kemampuan masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan. Sedang dalam keperawatan, pendidikan kesehatan merupakan satu bentuk intervensi keperawatan yang mandiri untuk membantu klien baik individu, kelompok, maupun masyarakat dalam mengatasi masalah kesehatannya melalui kegiatan pembelajaran, yang didalamnya perawat berperan sebagai perawat pendidik. Sedangkan menurut Erwin Setyo Kriswanto (2012:2) Pendidikan kesehatan merupakan bagian dari keseluruhan upaya kesehatan (promotif, preventif, kuratif dan rehabilitas) yang menitikberatkan pada upaya untuk meningkatkan perilaku hidup sehat.

Dapat dirumuskan bahwa pengertian pendidikan kesehatan adalah upaya untuk mempengaruhi, dan atau mempengaruhi orang lain, baik individu, kelompok, atau masyarakat, agar melaksanakan perilaku hidup sehat. Pendidikan kesehatan mendorong perilaku yang menunjang kesehatan, mencegah penyakit mengobati penyakit dan membantu pemulihan. Kebutuhan dan minat individu, keluarga, kelompok, organisasi, dan masyarakat adalah inti dari upaya pendidikan kesehatan. Oleh karena itu

banyak kesempatan yang dapat dimanfaatkan untuk melaksanakan pendidikan kesehatan.

Menurut Effendy (1998) yang di kutip oleh Erwin Setyo Kriswanto (2012:5) pendidikan kesehatan memiliki beberapa tujuan antara lain:

- a) Tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga dan masyarakat dalam membina dan memelihara perilaku sehat dan lingkungan sehat, serta peran aktif dalam upaya mewujudkan derajat kesehatan yang optimal.
- b) Terbentuknya perilaku sehat pada individu, keluarga dan masyarakat yang sesuai dengan konsep hidup sehat baik fisik, mental dan sosial sehingga dapat menurunkan angka kesakitan dan kematian.
- c) Menurut WHO tujuan penyuluhan kesehatan adalah untuk mengubah perilaku perseorangan dan atau masyarakat dalam bidang kesehatan

3. Pendidikan Kesehatan di Sekolah Dasar

Pendidikan kesehatan bagi peserta didik di tingkat sekolah dasar (SD) diarahkan untuk membina agar memiliki sikap dan perilaku hidup bersih, sehat, bugar dan berdisiplin. Disamping itu pendidikan kesehatan juga bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan peserta didik baik jasmaniah maupun rohaniah melalui pemahaman dan pengalaman gaya hidup sehat bagi peserta didik. Dengan demikian diharapkan anak tumbuh dan berkembang secara wajar dalam aspek jasmani, mental, sosial dan emosionalnya.

Kurikulum pendidikan jasmani dan kesehatan untuk SD, materi pendidikan kesehatan yang diberikan adalah kesehatan lingkungan, kebersihan diri, dan kebersihan makanan. Dengan memberikan materi

tersebut, diharapkan siswa telah melaksanakan hidup bersih dan sehat sehingga dalam kehidupan sehari-harinya dia akan selalu memelihara kebersihan lingkungan, kebersihan diri, kebersihan makanan, serta makan-makanan yang bersih dan sehat (gizi seimbang) Sonti M.S dan Purnomo A, (2000: 7).

a. Kebersihan dan Kesehatan Diri Sendiri

Kebiasaan pemeliharaan kebersihan diri sendiri tidak terlepas dari upaya pendidikan secara keseluruhan, khususnya pendidikan kesehatan. Pemeliharaan kebersihan yang optimal akan terwujud apabila sejak kecil kepada anak sudah ditanamkan sikap hidup bersih dan contoh dari orang-orang yang berada disekitarnya. Tujuan mempelajari kesehatan pribadi menurut Djoned Soetatmo (1976 :2) adalah dapat memelihara kesehatan diri sendiri (mencegah penyakit, mengobati penyakit sederhana, menghindarkan dan memulihkan cacat sehabis sakit), sopan santun dalam tindakannya, dapat menularkan pengetahuan serta ketrampilannya kepada keluarganya dan diharapkan disebarluaskan kepada masyarakat sekitarnya, memperbaiki dan memperbaiki nilai-nilai kesehatan, mendapatkan ketenangan dan ketentraman jiwa dalam diri sendiri dan pergaulan. Karena itu setiap orang harus selalu berupaya memelihara dan meningkatkan taraf kebersihan diri sendiri dengan membiasakan hidup bersih dan sehat disamping mencegah penyakit. Agar kesehatan diri sendiri selalu terpelihara dengan baik, maka kebersihan mulut, gigi, kulit, kuku, rambut, mata, hidung, telinga, dan pakaian harus selalu terjaga.

1) Memelihara Kebersihan Mulut dan Gigi

Kegunaan mulut termasuk lidah, bibir dan gigi antara lain untuk mengunyah makanan, untuk berbicara, untuk memberi keindahan sebagai alat pengecap. Mulut, lidah dan gigi merupakan satu kesatuan, karena gigi dan lidah berada di dalam rongga mulut. Dengan membersihkan gigi berarti juga membersihkan rongga mulut dan lidah dari sisa-sisa makanan yang biasanya tertinggal diantara gigi. Menurut Erwin Setyo Kriswanto (2012: 213) merawat mulut dan gigi dapat dilakukan dengan cara:

- a) Menyikat gigi
- b) Berkumur dengan antiseptik
- c) Membersihkan sela gigi
- d) Mengunyah permen karet
- e) Menyikat lidah

Sedangkan menurut Djoned Soetatmo (1976: 89) cara membersihkan gigi antara lain:

- a) Biasakanlah menyikat gigi sebaiknya di depan cermin
- b) Alat yang dipakai adalah umumnya umumnya sikat gigi dan pasta gigi sesuai dengan kemampuan
- c) Pasta gigi membantu membersihkan gigi dan memberikan rasa segar
- d) Sikat gigi sebaiknya yang lurus dan mudah dipegang, ujung sikat gigi (kepala sikat gigi) harus kecil
- e) Bulu sikat gigi harus sama panjang
- f) Menggosok gigi dengan baik dan benar

2) Memelihara Kebersihan dan Kesehatan Kulit

Karena fungsi kulit begitu penting bagi kesehatan seseorang, maka kebersihan kulit harus selalu dijaga dan dipelihara, agar kulit dapat menjalankan fungsinya dengan sebaik-baiknya. Berikut adalah beberapa cara merawat kulit, seperti dilansir *Lifemojo* yang dikutip oleh Erwin Setyo Kriswanto (2012:101-103)

a) Mencuci wajah secara teratur

Mencuci wajah setidaknya dua kali sehari dengan pembersih yang sesuai dengan jenis kulit.

b) Eksfoliasi (pengelupasan secara teratur)

Pengelupasan membantu untuk menghilangkan sel kulit mati dan kotoran dari wajah. Pengelupasan setidaknya dilakukan sekali atau dua kali dalam seminggu.

c) Melembabkan

Ini wajib dilakukan setiap hari. Kulit kering lebih beresiko menimbulkan tanda-tanda penuaan dini.

d) Perlindungan terhadap cahaya matahari

Kulit harus dilindungi dari cahaya matahari langsung, sinar matahari memicu timbulnya keriput lebih cepat. Terlalu sering kena panas matahari menyebabkan kulit kerutan, bintik-bintik dan kering yang dapat dilakukan agar bisa menghindari teriknya matahari adalah sebaiknya dengan memakai topi untuk kulit kepala dan untuk kulit kepala dan untuk tubuh pakailah baju yang berlengan panjang dan celana jeans dan oleskan tabir

surya (sunblock) setengah jam sebelum terkena matahari dan oleskan kembali setelah 2 jam.

e) Sedang tidur

Jika kurang tidur, kulit akan terlihat pucat, kusam, lelah, dan kendur. Tidurlah setidaknya 7 sampai 8 jam tidur untuk menjaga kesehatan kulit.

f) Minum banyak air

Air dapat mengeluarkan racun dari tubuh, dianjurkan minum 7-8 gelas sehari untuk menjaga kulit dari dehidrasi.

g) Diet sehat

Diet juga mempengaruhi kesehatan kulit, pilihlah makanan kaya vitamin seperti gandum, alpukat, buah-buahan dan sayuran segar lainnya. Jauhi makanan berminyak karena dapat memicu timbulnya jerawat.

h) Berolahraga secara teratur

Berolahraga membuat berkeringat dan secara tidak langsung ikut membersihkan kulit. Berolahraga juga membantu mengekskresikan kotoran dan menghirup oksigen segar.

3) Memelihara Kebersihan Kuku

Menurut Erwin Setyo Kriswanto (2012: 128) kuku adalah bagian tubuh yang tedapat atau tumbuh dari ujung jari tangan atau kaki yang memiliki zat tipis. Kuku tumbuh dari sel mirip gel lembut yang mati, mengeras, dan kemudian terbentuk saat mulai tumbuh dari ujung jari. Oleh karena kuku mempunyai tugas dan peranan yang penting dalam kehidupan sehari-hari kita, maka kuku harus selalu dijaga dan dipelihara kebersihannya.

Karenakuku yang kotor dapat menjadi sarang berbagai kuman penyakit yang selanjutnya dapat ditularkan ke bagian-bagian tubuh yang lain.

Adapun ciri-ciri kuku yang baik antara lain: tumbuh dengan baik, bersih, kuat dan halus. Menurut Erwin Setyo Kriswanto (2012: 145) perawatan kuku dapat dilakukan antara lain dengan cara:

- a) Diet seimbang
- b) Hindari bahan kimia
- c) Melembabkan kuku
- d) Gunting kuku secara teratur
- e) Menghindari kebiasaan buruk terhadap kuku

4) Memelihara Kebersihan Rambut

Rambut berguna untuk melindungi kepala dan memberi keindahan. Karena itu rambut sering juga dikatakan sebagai mahkota bagi pemiliknya (terutama perempuan). Rambut sangat mudah kotor terutama bagi mereka yang selalu memakai minyak rambut. Apalagi kalau mereka bekerja di tempat yang terbuka dan berdebu. Untuk menjaga agar rambut tetap sehat dan indah maka rambut harus selalu di pelihara. Menurut Erwin Setyo Kriswanto (2012: 121-125) merawat rambut dapat dilakukan dengan cara:

- a) Bersihkan rambut secara teratur
- b) Pilih shampoo yang tepat
- c) Pilih-pilih sisir
- d) Gunting rambut
- e) Konsumsi makanan bergizi

- f) Ikat rambut saat berolahraga
- g) Jauhi sinar matahari
- h) Kenakan penutup saat berenang
- i) Hati-hati saat mengeringkan

5) Memelihara Kebersihan dan Kesehatan Mata

Mata sebagai indera penglihat sudah barang tentu mempunyai tugas untuk melihat. Kita bisa mengenal suatu obyek atau benda, baik ukuran, bentuk maupun keindahan suatu obyek. Di samping tugas mata untuk melihat, masih banyak lagi tugas-tugas yang lain, diantaranya:

- a) Membantu alat keseimbangan tubuh. Alat keseimbangan tubuh seseorang berada di dalam telinga bagian dalam. Walaupun alat keseimbangan seseorang berfungsi dengan baik tanpa dibantu oleh kedua belah mata, keseimbangan seseorang akan terganggu. Karena itu fungsi mata juga menyempurnakan alat keseimbangan seseorang.
- b) Memberi keindahan. Seseorang akan kelihatan lebih menarik, apabila orang tersebut memiliki mata yang indah. Mata yang indah adalah mata yang cerah, bening, lebar dan sehat.
- c) Mendeteksi kesehatan. Beberapa penyakit dapat diketahui dengan melihat keadaan mata pemiliknya, misalkan kekurangan vitamin A, anemia (kekurangan darah merah), mata bagian bawah kelihatan pucat, tekanan mental (steres) akan memberikan pandangan yang kosong, orang dalam keadaan pingsan maka pupil akan mengecil dan gerakan mata sangat lemah.

Menurut Erwin Setyo Kriswanto (2012:172-175) Merawat mata dapat dilakukan dengan cara:

- a) Pemeriksaan rutin ke dokter, pemeriksaan mata dapat dilakukan setiap 12 bulan sekali bila tidak ada gejala yang berarti
- b) Lindungi mata dari sinar matahari yang silau dan terlalu lama dengan memakai kacamata gelap
- c) Makan makanan bergizi, vitamin, dan kelompok antioksidan dapat mencegah, atau paling tidak memperlambat degenerasi makular dan pertumbuhan katarak. Nutrisi yang baik bagi tubuh juga baik untuk mata.
- d) Seringlah berkedip, dengan berkedip mata akan memproduksi air mata yang fungsinya melembabkan sehingga mata tidak kering
- e) Gunakan obat tetes mata, khususnya untuk mengatasi kelelahan atau iritasi
- f) Istirahatkan mata.
- g) Jangan membaca sambil tiduran dan ditempat yang terlalu terang dan terlalu gelap
- h) Jangan mengusap mata dengan tangan, gunakan tissue atau sapu tangan bila ingin mengusap mata, pastikan tangan dalam kondisi bersih
- i) Cari lensa kontak dengan kualitas baik (bagi pemakai lensa kontak)
- j) Rawat lensa kontak dengan baik.
- k) Pakai lensa kontak sesuai jadwal yang disarankan
- l) Perhatikan pencahayaan dalam ruangan
- m) Gunakan pengaman pada komputer
- n) Hindari tempat-tempat yang banyak asap

Menurut Djoned Soetatmo (1979: 52) pemeliharaan mata antara lain:

- a) Biasakan membaca yang sehat, jarak antara mata dengan huruf 30 cm
- b) Biasakan membaca/bekerja dengan cahaya yang sedang terang
- c) Jangan membaca di tempat yang bergerak seperti bus/kereta
- d) Jangan memberikan benda-benda mainan terlalu dekat dengan mata bayi, agar tidak juling
- e) Jangan terlalu lama melihat cahaya yang tajam (sinar tajam)
- f) Jangan sering menggosok-gosok mata terlalu keras
- g) Jauhilah tempat kotor dan berdebu

6) Memelihara Kebersihan Alat Reproduksi

Kita akan merasa nyaman jika semua anggota tubuh terawat. Anggota tubuh yang dirawat tidak hanya bagian luar, tetapi juga bagian dalam (alat reproduksi). Perawatan kesehatan organ reproduksi pria dan wanita hamper sama. Alat reproduksi pada pria dan wanita maksudnya adalah alat kelamin.

Menurut Irwansyah dan Asep Kurnia Nenggala (2007: 52-53) cara menjaga kebersihan alat reproduksi adalah:

- a) Kita harus selalu mencuci tangan sebelum dan sesudah buang air kecil
- b) Alat kelamin dicuci dengan air bersih paling sedikit sehari sekali menggunakan sabun lembut.
- c) Sesudah mencuci alat kelamin kita, jangan lupa mengeringkannya dengan handuk/lap sebelum memakai celana kembali. Hal ini penting untuk mencegah timbulnya jamur. Jamur dapat menimbulkan rasa gatal disekitar alat kelamin karena sangat mudah tumbuh di daerah lembab.
- d) Sebaiknya kita memilih dan mengenakan pakaian dalam yang terbuat dari bahan katun, bahan katun ini menyerap keringat. Dengan demikian, daerah kelamin tidak kepanasan dan lembab. Hindari juga memakai celana jins yang terlalu ketat. Bahan jins, selain membuat peredaran darah tidak lancar, juga membuat alat kelamin kepanasan.

- e) Periksalah keluhan seputar alat kelamin kita. Selain pemeriksaan rutin setahun sekali, kita harus segera memeriksakan diri ke dokter jika menemui atau mengalami hal-hal berikut:
 - i. Ada luka, lecet, ruam/kutil di daerah kelamin
 - ii. Terasa gatal terus menerus
 - iii. Saluran kencing mengeluarkan cairan yang tidak biasa.

Pelecehan seksual adalah segala bentuk perlakuan seksual yang terjadi pada seseorang dan orang tersebut merasa tidak nyaman. Perlakuan seperti ini tidak diinginkan oleh korban pelecehan. Pelecehan seksual biasanya terjadi di tempat atau fasilitas umum, seperti bus kota, tempat antre karcis, terminal, dan tempat lainnya. Oleh karena itu, ada baiknya kamu mengenal bentuk pelecehan seksual tersebut (Irwansyah dan Asep Kurnia Nenggala, 2007:54).

Cara menghindari pelecehan seksual adalah sebagai berikut:

- a) Hindari menumpang angkutan umum yang penuh sesak oleh penumpang
- b) Hindari pulang malam sendirian
- c) Hindari tempat sepi dan gelap
- d) Pastikan ada teman atau keluarga yang bisa menemani bepergian
- e) Tidak ada salahnya kalau kamu berlatih bela diri atau membaca cara sederhana melumpuhkan orang yang akan melakukan pelecehan seksual, misalnya membawa minyak semprot atau parfum beralkohol (Irwansyah dan Asep Kurnia Nenggala, 2007: 55)

Kesehatan reproduksi menurut WHO yang dikutip oleh Erwin Setyo Kriswanto (2012:59) adalah suatu keadaan fisik, mental dan social yang utuh, bukan hanya bebas dari penyakit atau kecacatan dalam segala aspek yang berhubungan dengan sistem reproduksi, fungsi serta prosesnya. Sedangkan kesehatan reproduksi menurut Erwin Setyo Kriswanto (2012:59) adalah suatu

keadaan kesehatan yang sempurna baik secara fisik, mental, dan social dan bukan semata-mata terbebas dari penyakit atau kecacatan dalam segala aspek yang berhubungan dengan sistem reproduksi, fungsi serta prosesnya. Dapat disimpulkan kesehatan reproduksi adalah suatu keadaan yang sempurna fisik, mental dan social bukan hanya terbebas dari penyakit atau kecacatan dalam segala aspek yang berhubungan dengan sistem reproduksi.

7) Kebersihan Pakaian

Pakaian adalah suatu benda yang dipakai untuk menutup (melindungi sebagian tubuh). Bila kita terlihat/ tampak rapih dalam berpakaian maupun berdandan, maka akan membuat kita percaya pada diri sendiri. Dan hal tersebut akan tercermin bagaimana kepribadian si pemakai (Djoned Soetatmo, 1976: 103).

Manfaat pakaian menurut Djoned Soetatmo (1976: 104) adalah

- a) Melindungi tubuh kita dari panas terik matahari, suhu tidak baik/dingin dari udara, debu dan penyebab penyakit, benda tajam/racun;
- b) Mempunyai fungsi sosial;
- c) Mempunyai fungsi kecantikan/*estetica*.

Menurut Djoned Soetatmo (1976: 110) pakaian yang baik adalah pakaian yang tidak merusak kulit, tidak terlalu sempit atau terlalu longgar, pakaian mudah dicuci dan dirapikan, warna sebaiknya serasi dengan kulit, usia pemakai, serta keperluan; sebaiknya sehabis dipakai pakaian dicuci (dibersihkan); sepatu harus dibersihkan, begitu juga sandal/alas kaki, lainnya tiap kali dipakai harus dalam keadaan kering dan bersih. Pakaian harus

dipelihara dengan cara dicuci, dijemur, disetrika, disimpan ditempat yang bersih, dll.

Syarat-syarat sepatu yang memenuhi kesehatan adalah sebagai berikut:

- a) Bagian atas harus lunak, agar dapat mengikuti gerak kaki dengan mudah
- b) Sepatu harus agak baik agar dapat menutupi mata kaki dan pergelangan kaki
- c) Sol daripada sepatu harus agak elastic, agar mudah ditebuk
- d) Bagian tumit dari sepatu harus dibuat dari bahan yang lebih kuat, karena dapat sebagai penyangga kaki yang kuat
- e) Untuk bagian belakang, sepatu itu harus mempunyai bagian yang lebih baik
- f) Besarnya sepatu harus disesuaikan dengan besarnya kakinya si anak, jangan terlalu sempit dan panjang terlalu longgar antara ujung kaki dan ujung sepatu harus ada jarak ± 1 cm
- g) Bagian lebar dari kaki, jangan tertekan dicoba dulu, bila sepatu tersebut sedang dipakai jangan tertekan. (Djoned Soetatmo, 1976: 112)

b. Kebersihan Lingkungan

Menurut Ichsan dan Muchsin (1976: 90-96) agar lingkungan sekolah tidak menimbulkan gangguan terhadap perkembangan dan pertumbuhan anak-anak di sekolah, maka perlu diperhatikan beberapa hal yang menyangkut lingkungan sekolah, hal tersebut meliputi:

1) Letak Bangunan Sekolah

Persyaratan letak bangunan sekolah yang aman dan sehat, antara lain:

- a) Tidak berdekatan dengan tempat-tempat pembuangan kotoran seperti sampah
- b) Jauh dari tempat-tempat industry seperti pabrik-pabrik
- c) Tidak berada pada tempat-tempat yang berbahaya, seperti rawa-rawa, daerah banjir dan lain-lain
- d) Sebaiknya dekat dengan pusat-pusat perumahan, sehingga memudahkan murid-murid mencapainya dengan mudah
- e) Dekat dengan tanah lapang
- f) Letak bangunan sekolah hendaknya memanjang dari selatan ke utara. Maksudnya agar ruangan kelas memperoleh cahaya yang merata dan tidak menyilaukan mata

2) Halaman Sekolah

Persyaratan halaman sekolah yang baik adalah:

- a) Sedang luas untuk dipergunakan sebagai tempat bermain anak-anak sekolah. Ukuran minimal adalah 2000 m²
- b) Halaman tersebut hendaknya memiliki sistem pengeringan yang baik.
- c) Untuk keindahan dan kenyamanan halaman dapat ditanami rumput-rumput yang selalu dirawat agar tidak tumbuh terlalu baik. Halaman sekolah dapat pula digunakan sebagai tempat praktek murid-murid dalam kegiatan kurikuler ataupun ekstrakurikuler.

3) Bangunan Sekolah

Persyaratan bangunan sekolah yang baik adalah:

- a) Memiliki bangunan kokoh, aman kuat serta kedap air. Bangunan ini hendaknya dapat melindungi anak-anak dengan aman terhadap panas, hujan dan lain-lain.
- b) Memiliki ruang-ruang khusus sesuai dengan fungsinya seperti ruang guru, ruang kantor, ruang penyimpanan barang dan lain-lain yang dipandang perlu
- c) Sebagai pelengkap dapat pula dianjurkan agar bangunan sekolah dilengkapi dengan tempat bermain yang beratap untuk bermain pada saat hujan atau panas

4) Ruang Kelas

Persyaratan ruang kelas yang baik adalah:

- a) Luas ruang kelas hendaknya selaras/seimbang dengan jumlah murid yang menempatinya. Ukuran kelas yang ideal adalah panjang 8 m, lebar 6 m, dan baik 4 m dengan jumlah murid ± 30 orang
- b) Ruang kelas hendaknya memiliki jendela dan lubang angin
- c) Warna ruangan kelas sebaiknya tidak menyolok
- d) Letak papan tulis harus mudah dan dilihat murid. Warna papan tulis tidak menyilaukan mata. Pergunakan warna gelap (hitam atau hijau tua) yang rata.

- e) Sebaiknya setiap murid memperoleh satu meja dan satu kursi. Konstruksi harus kuat dan enak dipakai. Baik kursi dan meja sesuai dengan kondisi fisik murid. Letak antara satu kursi dengan kursi lain tidak berimpit.

5) Sarana Prasarana Kebersihan

- a) Persediaan air bersih

Kebutuhan air bersih disesuaikan dengan jumlah murid dan luas bangunan sekolah

- b) Kamar mandi, tempat cuci tangan dan kaki

Minimal dilengkapi dengan 2 kamar mandi yang sekaligus dapat dipergunakan sebagai tempat cuci tangan dan kaki. Perlu diusahakan cara pembuangan air kotor yang baik. Kamar mandi hendaknya selalu dirawat dan dijaga kebersihannya.

- c) Kakus

Disediakan alat-alat pembersih, seperti sapu lidi, sikat ijuk, dan lain-lain. Disamping itu perlu diperhatikan perbandingan jumlah murid dengan kakus yang digunakan. Sebagai patokan satu buah kakus untuk 100 murid laki-laki dan satu buah kakus untuk 35 murid perempuan.

- d) Peturasan (tempat buang air kecil)

Selalu tersedia alat-alat pembersih (sapu lidi, sikat ijuk), disamping jumlah air bersih yang memadai. Jumlah peturasan hendaknya diperhitungkan satu buah peturasan untuk 30 orang murid. Harus dipisahkan peturasan untuk murid laki-laki dan perempuan.

e) Tempat sampah

Tempat sampah basah hendaknya bertutup agar serangga dan tikus tidak dapat masuk. Tempat sampah yang kering, dapat terbuka. Setiap ruangan kelas hendaknya memiliki satu tempat sampah, sedangkan untuk halaman sekolah hendaknya disediakan tempat sampah pada tiap jarak 20 meter.

Kesehatan lingkungan adalah usaha atau kegiatan yang mengarahkan agar lingkungan (fisik), dapat menjamin kesehatan manusia. Kesehatan lingkungan bukanlah aspek pengobatan (=curative), tetapi merupakan usaha-usaha pencegahan (=preventive) (Djoned Soetatmo, 1979:23)

Menurut Erwin Setyo Kriswanto (2012:12) kesehatan lingkungan pada hakikatnya adalah suatu kondisi atau keadaan lingkungan yang optimum sehingga berpengaruh positif terhadap terwujudnya status kesehatan yang optimum pula. Kesehatan lingkungan adalah suatu keseimbangan ekologis yang harus ada antara manusia dengan lingkungannya agar dapat menjamin keadaan sehat dari manusia.

1) Memelihara Kebersihan Lingkungan di Rumah

Memelihara kebersihan lingkungan di rumah adalah menjadi tanggung jawab seluruh anggota keluarga. Seluruh anggota keluarga selalu dituntut kesadaran yang baik untuk selalu memelihara kebersihan di rumah. Apabila seluruh anggota keluarga telah memiliki kesadaran yang tinggi akan pentingnya lingkungan, tentu akan lebih mudah lagi dalam memelihara dan mengembangkan lingkungan yang bersih dan sehat di rumah. Tugas guru di sekolah adalah memberikan pengertian dan kesadaran kepada anak didik

mengenai pentingnya kebersihan di rumah bagi kesehatan pribadi maupun anggota keluarga yang lain. Apabila anak didik telah memiliki pengertian dan kesadaran yang tinggi terhadap pentingnya kebersihan, maka anak akan selalu hidup bersih dan selalu akan memelihara kebersihan lingkungannya agar selalu mendapatkan kesehatan yang optimal. Apabila anak didik telah dengan sadar mau melibatkan diri dalam kegiatan pemeliharaan dan pembinaan kebersihan lingkungan di rumahnya seperti membersihkan halaman, membersihkan saluran air, membersihkan kamar mandi dan WC, serta membersihkan dan membuang sampah pada tempat yang telah disediakan, itu berarti anak telah mengerti akan pentingnya kebersihan lingkungan dan itu merupakan suatu keberhasilan dalam pendidikan kebersihan anak.

2) Memelihara Kebersihan Lingkungan di Sekolah

Pemeliharaan kebersihan dan kesehatan lingkungan di sekolah adalah merupakan tanggung jawab guru, murid dan petugas kebun sekolah. Masing-masing individu harus sadar bahwa kebersihan / kesehatan lingkungan di sekolah adalah untuk kepentingan bersama. Artinya kalau lingkungan sekolah bersih, sehat, rapih dan aman diharapkan proses belajar mengajar dapat berjalan dengan baik. Karena semua individu yang terlibat di dalamnya merasa senang berada di lingkungan yang bersih, sehat, rapih dan aman. Guru dituntut untuk menerapkan prinsip-prinsip manajemen yang baik, seperti perencanaan, pengorganisasian dan pengawasan, sehingga pemeliharaan dan pembinaan lingkungan sekolah sehat selalu terpelihara. Bentuk kelompok-

kelompok kerja sebagai petugas piket, yang tugasnya membersihkan ruangan / kelasnya, sehingga mereka harus datang lebih dahulu dari teman-temannya yang lain. Secara berkala adakan lomba kebersihan antar kelas. Di samping itu dalam waktu tertentu adakan acara membersihkan halaman sekolah dan semua ruangan yang ada, termasuk kamar mandi dan WC sehingga dengan demikian akan selalu tercipta rasa gotong royong, rasa persatuan, rasa memiliki dan rasa kekeluargaan yang baik. Kemudian yang tak kalah pentingnya, pada waktu-waktu tertentu adakan lawatan ke sekolah-sekolah lain untuk melakukan pertandingan persahabatan sambil melakukan studi banding tentang keadaan lingkungan di sekolah, sehingga dengan demikian murid-murid akan termotivasi untuk selalu memelihara, menjaga dan meningkatkan kebersihan dan kesehatan lingkungan di sekolahnya.

c. Kebersihan Makanan

Setiap hari manusia membutuhkan makanan ada berbagai jenis makanan yang biasa kita makan misalnya nasi, roti, daging ayam, ikan, telur, sayuran dll. Makanan sangat diperlukan oleh tubuh, menurut Eko Sri Wijayanti (2008: 5) fungsi dari makanan adalah untuk:

- 1) Pertumbuhan tubuh
- 2) Memperbaiki sel-sel tubuh yang rusak
- 3) Zat pengatur
- 4) Sebagai sumber tenaga

Tidak semua makanan baik untuk tubuh. Oleh sebab itu, makanan yang kita makan sebaiknya makanan sehat. Makanan yang sehat adalah makanan

yang memiliki gizi seimbang. Makanan bergizi seimbang yaitu makanan yang mengandung berbagai zat yang diperlukan tubuh dalam jumlah seimbang sesuai dengan kebutuhan tubuh, artinya zat gizi tidak boleh lebih dan tidak boleh kurang (Eko Sri Wijayanti, 2008:6)

Bahan makanan hendaknya dipilih yang segar sebelum diolah, bahan makanan yang perlu dibersihkan dahulu, kemudian dicuci hingga bersih. Peralatan yang digunakan pun harus bersih. Sebelum makan cucilah tangan terlebih dahulu makanlah dengan baik, tidak terburu-buru dan tidak sambil melakukan aktivitas lain. Makanlah secara teratur 3 kali sehari. Hindari membeli makanan matang yang tidak bersih dan dihindari lalat (Eko Sri Wijayanti, 2008: 20).

Makan sehari-hari hendaknya dengan cara yang benar, artinya sedang, tidak terlalu kenyang dan juga tidak kurang kenyang. Agar kita tetap sehat, makan makanan yang terdiri dari berbagai jenis makanan yang mengandung berbagai macam zat gizi yang diperlukan oleh tubuh. Makanan yang baik adalah makanan yang terdiri dari karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral. Kalau dulu ada semboyan baha makanan yang kita makan harus terdiri dari 4 sehat 5 sempurna yang terdiri dari makanan pokok, lauk, sayur dan buah serta susu. Sekarang semboyan itu telah diganti dengan menu seimbang, artinya makanan tersebut harus sedang karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral dengan komposisi sebagai berikut: karbohidrat 60 -70 %, lemak 20 – 30 % dan protein 10 – 15 %, sedangkan vitamin dan mineral sudah tercakup di dalam komposisi tersebut. Agar makanan yang disajikan

tidak sia-sia, maka beberapa faktor di dalam penatalaksanaan makanan yang harus diperhatikan adalah : harus memenuhi syarat-syarat gizi (menu seimbang), tampak menarik, bervariasi agar tidak membosankan, memenuhi selera, terdiri dari bahan-bahan makanan yang biasa digunakan, sesuai dengan kebiasaan makan, sesuai dengan agama, memberikan rasa puas tanpa mengurangi harga diri, jumlah makanan sesuai dengan daya tampung lambung dan jumlah makan pagi paling sedikit harus merupakan seperempat dari seluruh kebutuhan sehari. Untuk dapat memantau keadaan gizi murid, sebaiknya guru melakukan pengukuran baik dan berat badan secara berkala (misalnya empat bulan sekali).

4. Pengertian Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

Sebelum kita membahas tentang pengertian perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) terlebih dahulu kita akan membahas tentang teori perilaku. Dari segi biologis, perilaku adalah suatu kegiatan atau aktivitas organisme (mahluk hidup) yang bersangkutan. Oleh sebab itu, dari sudut pandang biologis semua makhluk hidup mulai dari tumbuh-tumbuhan, binatang sampai dengan manusia itu berperilaku, karena mereka mempunyai aktivitas masing-masing. Sehingga yang dimaksud dengan perilaku manusia adalah tindakan atau aktivitas dari manusia itu sendiri yang mempunyai bentangan yang amat luas antara lain: berjalan, berbicara, menangis, tertawa, bekerja, kuliah, menulis, membaca, dan sebagainya (Soekidjo Notoatmodjo, 2010:20).

Skinner (1938) seorang ahli psikologis, merumuskan bahwa perilaku merupakan respons atau reaksi seseorang terhadap stimulus (rangsangan dari

luar). Oleh karena itu perilaku ini terjadi melalui proses adanya stimulus terhadap organism, dan kemudian organism tersebut merespons, maka teori Skinner ini disebut teori “S-O-R” atau Stimulus Organisme Respons. Berdasarkan teori “S-O-R” tersebut, perilaku dapat dibedakan menjadi dua:

a. Perilaku tertutup (*covert behavior*)

Respons atau reaksi terhadap stimulus ini masih terbatas pada perhatian, persepsi pengetahuan/kesadaran, dan sikap yang terjadi pada orang yang menerima stimulus tersebut, dan belum dapat diamati secara jelas oleh orang lain.

b. Perilaku terbuka (*overt behavior*)

Respons terhadap stimulus tersebut sudah jelas dalam bentuk tindakan atau praktik (*practice*), yang dengan mudah dapat diamati atau dilihat oleh orang lain. (Soekidjo Notoatmodjo, 2012: 132)

Berdasarkan batasan perilaku dari Skinner tersebut, maka perilaku kesehatan adalah suatu respons seseorang terhadap stimulus atau objek yang berkaitan dengan sakit dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, makanan, dan minuman, serta lingkungan. PHBS adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di masyarakat.

Menurut Soekidjo Notoatmojo (2012:135-136) Perilaku hidup sehat (*healthy life style*) adalah perilaku-perilaku yang berkaitan dengan upaya atau kegiatan seseorang yang mempertahankan dan meningkatkan kesehatannya

atau pola/gaya hidup sehat (*healthy life style*). Perilaku ini mencakup antara lain:

- a. Makan dengan menu seimbang (*appropriate diet*). Menu seimbang disini dalam arti kualitas (mengandung zat-zat yang diperlukan tubuh), dan kualitas dalam arti jumlahnya sedang untuk memenuhi kebutuhan tubuh (tidak kurang, tetapi juga tidak lebih). Di Indonesia dikenal dengan *Empat Sehat Lima Sempurna*.
- b. Olahraga teratur, juga mencakup kualitas (gerakan), dan kuantitas dalam arti frekuensi dan waktu yang digunakan untuk olahraga atau aktivitas fisik selain olahraga. Dengan sendirinya kedua aspek ini akan tergantung dari usia dan status kesehatan yang bersangkutan.
- c. Tidak merokok. Merokok adalah kebiasaan jelek yang mengakibatkan berbagai macam penyakit. Ironisnya kebiasaan merokok ini, khususnya di Indonesia, seolah-olah sudah membudaya. Hampir 50% penduduk Indonesia dewasa merokok. Bahkan dari hasil suatu penelitian, sekitar 15% remaja kita telah merokok.
- d. Tidak minum-minuman keras dan narkoba. Kebiasaan minum miras dan mengkonsumsi narkoba, narkotik dan bahan-bahan berbahaya lainnya, juga cenderung meningkat. Sekitar 1% penduduk Indonesia dewasa diperkirakan sudah mempunyai kebiasaan minum miras ini.
- e. Istirahat yang sedang. Dengan meningkatnya kebutuhan hidup akibat tuntutan untuk penyesuaian dengan lingkungan modern, mengharuskan

orang untuk bekerja keras dan berlebihan, sehingga waktu istirahat berkurang. Hal ini dapat membahayakan kesehatan.

- f. Mengendalikan stress. Stress akan terjadi pada siapa saja dan akibatnya bermacam-macam bagi kesehatan. Lebih-lebih sebagai akibat dari tuntutan hidup yang keras seperti diuraikan diatas. Kecenderungan stress akan meningkat pada setiap orang. Stress tidak dapat kita hindari, yang penting dijaga agar stress tidak menyebabkan gangguan kesehatan, kita harus dapat mengendalikan atau mengelola stress dengan kegiatan yang positif.
- g. Perilaku atau gaya hidup lain yang positif bagi kesehatan.

Memperkenalkan dunia kesehatan pada anak-anak di sekolah, seyogyanya tidak terlalu susah karena pada umumnya tiap sekolah sudah memiliki Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). Pengertian UKS adalah usaha kesehatan masyarakat yang dijalankan di sekolah-sekolah dengan anak-anak didik beserta lingkungan hidupnya sebagai sasaran utama (SGO Negeri Purwokerto, 1979: 5). Dalam UU Nomor 36 Tahun 2009 pasal 79 tentang Kesehatan, ditegaskan bahwa "Kesehatan Sekolah" diselenggarakan untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat peserta didik dalam lingkungan hidup sehat sehingga peserta didik dapat belajar, tumbuh dan berkembang secara harmonis dan sebaik-baiknya sehingga diharapkan dapat menjadi sumber daya manusia yang berkualitas.

Maksud dan tujuan UKS adalah mencapai keadaan kesehatan anak didik dan lingkungan hidupnya hingga dapat memberikan kesempatan belajar serta tumbuh secara harmonis, efisien dan optimal dengan jalan: (1)

memperbaiki nilai nilai kesehatan; (2) mencegah dan memberantas penyakit; (3) memperbaiki atau memulihkan kesehatan melalui usaha-usaha: - mengikutsertakan secara aktif guru dan orang tua murid dalam usaha: memberikan pendidikan kesehatan dalam arti menanamkan kebiasaan hidup sehat, mengawasi kesehatan anak didiknya serta mengenal kelainan kesehatan sedini mungkin, melakukan pertolongan pertama pada kecelakaan dan pengobatan ringan; - pengobatan ringan (minor treatment); - imunisasi; - usaha-usaha kesehatan pengobatan gigi dan pencegahannya; - usaha perbaikan gizi anak; - mengusahakan kehidupan lingkungan sekolah yang sehat. (SGO Negeri Purwokerto, 1979: 6)

Ruang lingkup dan tujuan UKS tidak lain mengarah pada praktik perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sekolah. Karena terdiri dari sekumpulan perilaku yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru dan masyarakat lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran. Sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat. Indikator PHBS di Sekolah adalah antara lain:

- a. Mencuci tangan dengan air yang mengalir dan memakai sabun.
- b. Mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah.
- c. Menggunakan jamban yang bersih dan sehat.
- d. Olahraga yang teratur dan terukur.
- e. Memberantas jentik nyamuk.
- f. Tidak merokok di sekolah

- g. Menimbang berat badan dan mengukur baik badan setiap bulan.
- h. Membuang sampah pada tempatnya.

B. Penelitian yang Relevan

Untuk melengkapi dan membantu penelitian ini, peneliti mencari bahan-bahan penelitian yang ada dan relevan dengan:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Ari Dwi Arianta (2013) berjudul “Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Siswa Kelas III-VI SD Negeri Kalisonggo Girimulyo Kulonprogo”. Dari Penelitian ini menyimpulkan bahwa perilaku hidup bersih dan sehat siswa kelas III-VI SD Negeri Kalisonggo Girimulyo Kulonprogo Tahun Pelajaran 2012-2013 yang berjumlah 46 siswa dalam kategori baik sebanyak 26,06%, kategori sedang sebanyak 34,78%, kategori tidak baik sebanyak 6,52%.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Sulung Yudi Hartono (2013) berjudul “Perilaku Hidup Sehat dan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas V, VI SD Negeri 1 Karang Sari, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulonprogo”. Dari penelitian ini peneliti memberikan kesimpulan bahwa perilaku hidup sehat siswa kelas V, VII SD Negeri 1 Karang Sari, kecamatan Pengasih Kabupaten Kulonprogo bergategori sedang baik dengan presentase 44,44%. Secara rinci 3,70% kategori sangat baik, 22,22% kategori baik, 20,37% kategori kurang baik, 9,26% termasuk dalam kategori tidak baik. Pada variabel tingkat kebugaran jasmani diperoleh tingkat kebugaran jasmani siswa kelas V, VI SD N 1 Karang Sari kecamatan Pengasih kabupaten Kulonprogo bergategori sedang dengan presentase 46,29%. Secara rinci

tingkat kebugaran jasmani siswa berada pada kategori baik sekali 5,56%, baik 22,22%, kurang 20,37% kurang sekali 5,56%.

C. Kerangka Berpikir

Perilaku hidup sehat adalah sesuatu rangkaian tingkah laku yang dilakukan oleh individu untuk mencapai tingkat kualitas hidup yang sehat. Munculnya perilaku hidup sehat dipengaruhi rangsangan-rangsangan dari luar maupun dari dalam diri seseorang. Sedangkan rangsangan yang paling dominan dalam pembentukan perilaku hidup sehat individu didapat dari pengetahuan yang didapat dari proses pendidikan formal dan pendidikan non formal atau pengetahuan hidup sehari-hari.

Kesehatan pribadi merupakan dasar dari kesadaran siswa untuk berperilaku hidup sehat. Salah satu unsur penunjang untuk berperilaku hidup sehat adalah dengan pendidikan kesehatan yang ada di sekolah-sekolah pada khususnya Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). Pendidikan kesehatan akan mempermudah para siswa agar benar-benar mempunyai kesadaran sikap, tingkah laku dan kebiasaan berperilaku hidup sehat khususnya untuk memperhatikan kesehatan pribadinya. Namun, di SD N 1 Tinggarwangi Jatilawang Banyumas masih banyak ditemukan para siswa yang kurang memahami pentingnya kesehatan pribadi meliputi badan, hidung, telinga, gigi dan mulut, tangan dan kaki, pakaian sehingga para siswa juga kurang berperilaku hidup sehat. Untuk itu masih perlu adanya bimbingan dari guru mengenai pentingnya kesehatan pribadi melalui pendidikan kesehatan di sekolah sehingga siswa akan lebih memahami arti kesehatan pribadi dan

dapat melakukan perilaku hidup sehat ini dalam kehidupan sehari-hari sehingga dapat memperbaiki tingkat kesehatan dirinya dan tentunya akan berpengaruh terhadap lingkungannya.

Dalam penelitian ini peneliti akan menggambarkan tentang perilaku hidup sehat siswa kelas atas SD N 1 Tinggarwangi, Jatilawang, Banyumas tahun pelajaran 2014/2015.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif tentang perilaku hidup sehat siswa dengan metode angket. Penelitian deskriptif merupakan penelitian yang digunakan untuk mengumpulkan informasi mengenai status atau gejala dengan apa adanya pada saat penelitian dilakukan (Suharsimi Arikunto, 2010: 234). Penelitian ini bermaksud mengetahui perilaku hidup sehat siswa kelas atas SD N 1 Tinggarwangi, kecamatan Jatilawang, Kabupaten Banyumas.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel penelitian ini adalah perilaku hidup sehat yaitu semua perilaku kesehatan yang dilakukan peserta didik atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat. Meliputi 3 faktor yang mempengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat siswa, faktor tersebut adalah (1) faktor perilaku terhadap makanan dan minuman, (2) faktor perilaku terhadap kebersihan diri sendiri, (3) faktor perilaku terhadap kebersihan lingkungan yang dituangkan dalam bentuk angket.

C. Deskripsi Lokasi dan Subjek Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Sekolah Dasar Negeri 1 Tinggarwangi Kecamatan Jatilawang Kabupaten Banyumas. Sekolah ini terletak di Desa

Gentawangi Kecamatan Jatilwang Kabupaten Banyumas. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas atas SD Negeri 1 Tinggarwangi yang berjumlah 80 anak, dengan rincian kelas IV berjumlah 28 anak, kelas V berjumlah 22 anak dan kelas VI berjumlah 30 anak. Seluruh subjek penelitian diikutsertakan, sehingga penelitian disebut sebagai penelitian populasi.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto (2010: 173), Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas atas SD N 1 Tinggarwangi, Kecamatan Jatilwang, Kabupaten Banyumas yang berjumlah 80 anak dengan rincian kelas IV sebanyak 28 anak, kelas V sebanyak 22 anak dan kelas VI sebanyak 30 anak. Semua anggota populasi dijadikan sampel penelitian, sehingga subjek penelitian ini merupakan penelitian populasi. Adapun dalam bentuk tabelnya:

Tabel 1. Populasi Penelitian

No	Kelas	Populasi
1	IV (Empat)	28
2	V (Lima)	22
3	VI (Enam)	30
Jumlah		80

E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian ini menggunakan angket yang berupa pernyataan tertulis yang diberikan secara langsung kepada responden. Instrumen ini telah di validasi oleh ibu Indah Prasetyawati Tri Purnama Sari, M.Or sebagai dosen ahli dalam bidang pendidikan kesehatan, hasil validasi ada di lampiran halaman 61. Menurut Suharsimi Arikunto (2013: 209) prosedur yang ditempuh dalam pengadaan instrumen yang baik adalah:

- a. Perencanaan, meliputi perumusan tujuan, menentukan variabel, kategorisasi variabel. Untuk tes, langkah ini meliputi perumusan tujuan dan pembuatan tabel spesifikasi.
- b. Penulisan butir soal, atau item kuesioner, penyusunan skala, penyusunan pedoman wawancara
- c. Penyuntingan, yaitu melengkapi instrumen dengan pedoman mengerjakan surat pengantar, kunci jawaban, dan lain-lain yang perlu
- d. Uji-coba, baik dalam skala kecil maupun besar
- e. Penganalisaan hasil, analisis item, melihat pola jawaban peninjauan saran-saran dan sebagainya
- f. Mengadakan revisi terhadap item-item yang dirasa kurang baik, dan mendasarkan diri pada data yang diperoleh sewaktu uji coba.

Tabel 2. Rancangan Kisi-Kisi Instrumen Penelitian Tentang Perilaku Hidup Sehat Siswa

Variabel/ konstrak Penelitian	Faktor Variabel	Indikator	Butir Nomor		Jml
			Positif	negatif	
Perilaku hidup bersih dan sehat	1) Perilaku terhadap kebersihan makanan dan minuman	1) Menjamin kebersihan makanan dan minuman yang akan dikonsumsi	1,2,3		3
		2) Menjamin kebiasaan makan dan minum	4,5,6		3
		3) Menjamin kebiasaan tidak merokok dan minuman keras	7,8	9	3
	2) Perilaku terhadap kebersihan lingkungan	1) Mengikuti program-program kebersihan lingkungan yang diadakan di sekolah	10,11		2
		2) Menjaga kebersihan lingkungan sekolah	12,13	14	3
		3) Menjaga kebersihan lingkungan rumah	15,16,17		3
	3) Perilaku terhadap kebersihan pribadi	1) Menjaga kebersihan rambut	18,19,20,21		4
		2) Menjaga kebersihan kulit	22,23,24		3
		3) Menjaga kebersihan mulut dan gigi	25,26	27	3
		4) Menjaga kebersihan alat reproduksi	28,29	30	3
		5) Menjaga kebersihan pakaian	31,32,33		3
		6) Menjaga kebersihan kuku	34,35	36	3
		7) Menjaga kebersihan mata	37,38	39,40	4
JUMLAH			33	7	40

2. Uji Coba Intrumen

Baik buruknya sebuah instrument penelitian ditunjukkan oleh tingkat kesahihah dan tingkat kehandalan. Maksud diuji cobakan terlebih dahulu adalah untuk mengetahui tingkat keterbacaan dan kemampuan instrument mengungkap faktor yang diteliti. Responden yang digunakan sebagai uji coba ini diambil dari luar populasi yaitu siswa kelas atas SD Negeri Pagentan Kecamatan Jatilawang Kabupaten Banyumas sejumlah 73 siswa dengan rincian kelas IV sebanyak 21 anak, kelas V sebanyak 25 anak, dan kelas VI sebanyak 27 anak. Dilaksanakan pada hari Senin, 20 April 2015.

a. Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk mengetahui kesahihan item-item pernyataan yang terdapat pada instrument lembar angket. Uji validitas mengacu teknik *product Moment Correlation (pearson Correlation)* berikut ini:

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

Keterangan:

r_{xy} = angka Indeks Korelasi “r” Product Moment

X = Skor item soal

Y = Skor total

N = Cacah subyek uji coba (Suharsimi Arikunto, 2010: 136)

Dalam penelitian ini, uji validitas dilakukan menggunakan bantuan SPSS *for windows* versi 16.00. item pernyataan dalam instrument dinyatakan valid apabila perolehan indeks korelasi skor item dengan skor total

(r_{hitung}) lebih besar atau sama dengan (r_{tabel}). Dalam uji coba ini menggunakan responden 73 siswa, sehingga r_{tabel} -nya adalah 0,296.

Berdasarkan output hasil pengujian validitas yang dikerjakan dengan menggunakan bantuan statistic SPSS *for windows* versi 16.00 pada lampiran, dapat diketahui bahwa dari 40 item pertanyaan dalam lembar angket perilaku hidup sehat siswa kelas atas ternyata terdapat 11 item soal yang gugur yaitu item soal nomor 2,4,5,11,16,20,27,30,32,35.dan 38. Selanjutnya 11 item soal tersebut dibuang/dihapus dengan demikian item soal berkurang menjadi 29 item yang kemudian akan diuji reliabilitasnya.

Tabel 3. Instrumen Penelitian Tentang Perilaku Hidup Sehat Siswa Kelas Atas

Variabel/ konstrak penelitian	Faktor Variabel	Indikator	Butir Nomor		Jml
			positif	negatif	
Perilaku hidup bersih dan sehat	1) Perilaku terhadap kebersihan makanan dan minuman	1) Menjamin kebersihan makanan dan minuman yang akan dikonsumsi	1,2		2
		2) Menjamin kebiasaan makan dan minum	3		1
		3) Menjamin kebiasaan tidak merokok dan minuman keras	4,5	6	3
	2) Perilaku terhadap kebersihan lingkungan	1) Mengikuti program-program kebersihan lingkungan yang diadakan di sekolah	7		1
		2) Menjaga kebersihan lingkungan sekolah	8,9	10	3
		3) Menjaga kebersihan lingkungan rumah	11,12		2
	3) Perilaku terhadap kebersihan pribadi	1) Menjaga kebersihan rambut	13,14,15		3
		2) Menjaga kebersihan kulit	16,17,18		3
		3) Menjaga kebersihan mulut dan gigi	19,20		2
		4) Menjaga kebersihan alat reproduksi	21,22		2
		5) Menjaga kebersihan pakaian	23,24	26	2
		6) Menjaga kebersihan kuku	25	28,29	2
		7) Menjaga kebersihan mata	27		3
JUMLAH			24	5	29

b. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas digunakan untuk mengetahui kehandalan instrument penelitian yang digunakan. Dengan rumus:

$$\alpha = \frac{R}{(R-1)} \left\{ 1 - \frac{\sum \sigma_i^2}{\sigma_X^2} \right\}$$

Keterangan:

R = Jumlah butir soal dalam tes

σ_i^2 = varian butir soal i

σ_X^2 = varian tes soal (skor total)

Reliabilitas instrument diuji menggunakan batuan program SPSS *for windows* versi 16.00 yang mengacu rumus Cronbach's Alpha dengan pertimbangan jawaban angket penelitian bersifat Likert (sangat setuju, setuju, ragu-ragu, tidak setuju, sangat tidak setuju). Kriteria pengujiannya adalah dengan mengacu nilai koefisien reliabilitas angket dikatakan reliable jika memiliki koefisien reliabilitas minimal 0,7 (Suharsimi Arikunto, 2010:198). Hasil uji reliabilitas instrument menggunakan rumus *alpha cronbach*, diperoleh nilai koefisien reliabilitas sebesar 0,731, sehingga dapat disimpulkan intrumen dikatakan reliabel. Hasil reliabilitas terdapat pada lampiran.

3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan angket. Angket yang digunakan adalah bentuk angket tertutup dan ditunjukkan langsung kepada responden. Adapun proses-prosesnya sebagai berikut :

- a. Pengambilan data peneliti dibantu oleh guru dibidang kesiswaan guna mengkondisikan siswa sebelum dilakukan pengambilan data penelitian
- b. Siswa dikondisikan dalam satu ruangan dan penyebaran angket dilakukan setelah semua siswa berada didalam ruangan
- c. Penyebaran angket dibantu oleh guru kelas dan satu rekan perkuliahan
- d. Peneliti menjelaskan cara mengerjakan dan membacakan soal satu persatu
- e. Setelah semua data penelitian didapat dan hasil dari angket tersebut akan diubah menjadi skor

F. Teknik Analisis Data

Penelitian ini adalah penelitian yang bersifat kuantitatif. Karena penelitian ini bersifat kuantitatif maka untuk menjawab permasalahan teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis deskriptif dengan teknik prosentase.

Menurut Anas Sudijono (2010: 40), rumus untuk mencari presentase adalah:

$$p = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan:

P= angka presentase

F = frekuensi yang sedang dicari presentase

N = number of case (jumlah frekuensi/banyak individu)

Selanjutnya untuk memberikan makna pada skor yang ada, dibuatlah bentuk kategori atau kelompok menurut tingkatan yang ada dengan rumus untuk tiap kategori. Penilaiannya menggunakan skala empat, dengan criteria dari Anas Sudjijono (2010: 175) sebagai berikut:

Tabel 4. Kategori Perilaku

Rentang Skor	Kategori
$> \text{MEAN} + 1,5\text{SD}$	Sangat baik
$\text{MEAN} + 0,5\text{SD s/d} < \text{MEAN} + 1,5\text{SD}$	Baik
$\text{MEAN} - 0,5 \text{ SD s/d} < \text{MEAN} + 0,5\text{SD}$	Sedang
$\text{MEAN} - 1,5\text{SD s/d} < \text{MEAN} - 0,5\text{SD}$	Tidak baik
$< \text{MEAN} - 1,5\text{SD}$	Sangat tidak baik

Keterangan : \bar{X} : mean
 σ : Standar deviasi

Sumber: Anas Sudijono (2010:175)

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

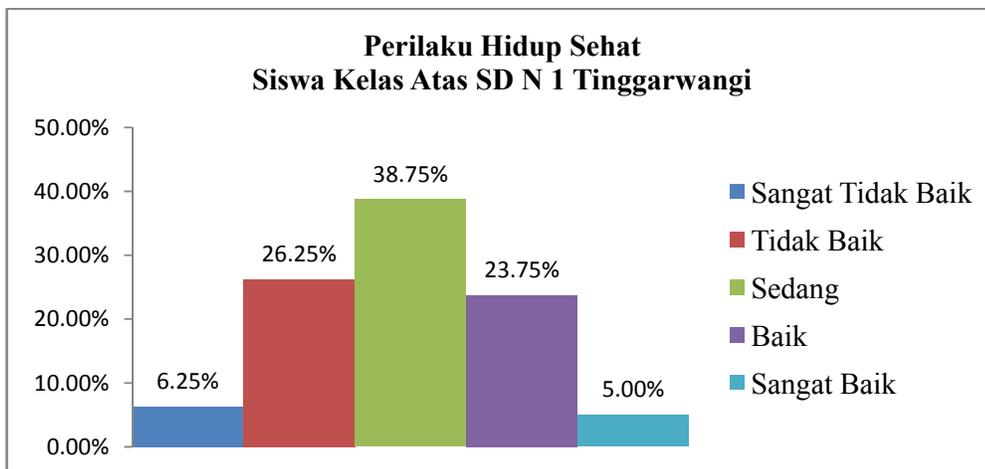
A. Hasil Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang bermaksud untuk mengetahui perilaku hidup sehat siswa kelas atas SD Negeri 1 Tinggarwangi. Pengambilan data pada penelitian ini menggunakan instrument lembar angket, sehingga data berupa data kuantitatif. Sebelum melakukan penelitian, melakukan kegiatan ujicoba instrument terlebih dahulu. Uji coba instrument dilaksanakan pada tanggal 20-23 April 2015 di SD Negeri Pagentan desa Gentawangi Kecamatan Jatilawang Kabupaten Banyumas dengan jumlah 73 siswa dengan jumlah pertanyaan sebanyak 40 item. Setelah data dianalisis terdapat 11 pertanyaan yang tidak valid. Butir soal yang tidak valid dihapus. Setelah diperoleh instrument yang valid dan reliable, selanjutnya melakukan penelitian yang dilaksanakan di SD Negeri 1 Tinggarwangi pada tanggal 4-6 Mei 2015. Skor penilaian yaitu 5 untuk jawaban “sangat setuju”, 4 untuk jawaban “setuju”, 3 untuk jawaban “ragu-ragu”, 2 untuk jawaban “tidak setuju”, dan 1 untuk jawaban “sangat tidak setuju”. Selanjutnya setelah data terkumpul, data ditabulasi, diskor, dan dianalisis dengan menggunakan *software MS Excel* diperoleh hasil penelitian skor minimum 100, skor maksimum 145, rata-rata (*mean*) 122,15; median 122, modus 123 dan standar deviasi 8,28. Deskripsi hasil penelitian tersebut dapat dilihat pada table berikut:

Tabel 5. Perilaku Hidup Sehat Siswa Kelas Atas

Interval	Kategori	Frekuensi	Prosentase (%)
> 134,56	Sangat baik	4	5
126,29 - 134,55	Baik	19	23,75
118,01 - 126,28	Sedang	31	38,75
109,74 - 118,00	Tidak baik	21	26,25
≤ 109,73	Sangat Tidak baik	5	6,25
Total		80	100,00

Ditampilkan dalam bentuk histogram dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 1. Histogram Perilaku Hidup Sehat Siswa Kelas Atas SD Negeri 1 Tinggarwangi

Berdasarkan hasil penelitian di atas diketahui Perilaku Hidup Sehat Siswa Kelas Atas SD Negeri 1 Tinggarwangi dalam kategori sangat baik ada 4 anak (5%), dalam kategori baik ada 19 anak (23,75%), dalam kategori sedang ada 31 anak (38,75%), dalam kategori tidak baik ada 21 anak (26,25%), dan dalam kategori sangat tidak baik ada 5 anak (6,25%). Hal ini berarti sebagian besar perilaku hidup sehat dalam kategori sedang.

Dideskripsikan hasil penelitian berdasarkan masing-masing faktor dapat diuraikan sebagai berikut:

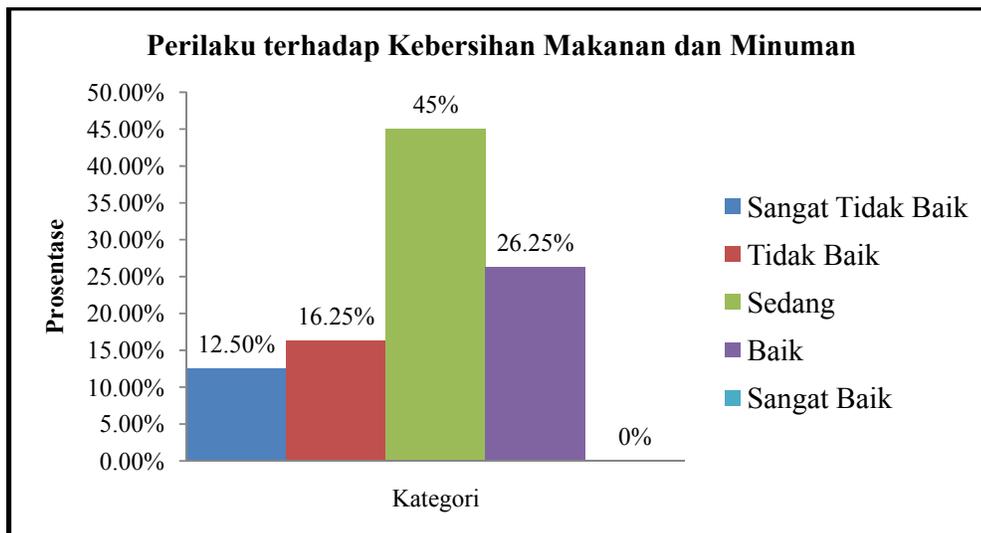
1. Faktor Perilaku terhadap Kebersihan Makanan dan Minuman

Setelah data terkumpul, data ditabulasi, diskor, dan dianalisis dengan menggunakan *software MS Excel* diperoleh hasil penelitian skor minimum 16, skor maksimum 30, rata-rata (*mean*) 24,36; median 25, modus 26 dan standar deviasi 3,6. Deskripsi hasil penelitian tersebut dapat dilihat pada table berikut:

Tabel 6. Faktor Perilaku terhadap Kebersihan Makanan dan Minuman

Interval	Kategori	Frekuensi	Prosentase (%)
> 29,77	Sangat baik	0	0
26,16 - 29,77	Baik	21	26,25
22,60 - 26,15	Sedang	36	45
18,95 - 22,59	Tidak baik	13	16,25
≤ 18,94	Sangat Tidak baik	10	12,5
Total		80	100,00

Ditampilkan dalam bentuk histogram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :



Gambar 2. Histogram Faktor Perilaku terhadap Kebersihan Makanan dan Minuman

Berdasarkan hasil penelitian di atas diketahui faktor perilaku terhadap kebersihan makanan dan minuman dalam kategori sangat baik ada 0 anak (0%), dalam kategori baik ada 21 anak (26,25%), dalam kategori sedang ada 36 anak (45%), dalam kategori tidak baik ada 13 anak (16,25%), dan dalam kategori sangat tidak baik ada 10 anak (12,5%). Hal ini berarti sebagian besar perilaku siswa terhadap kebersihan makanan dan minuman dalam kategori sedang.

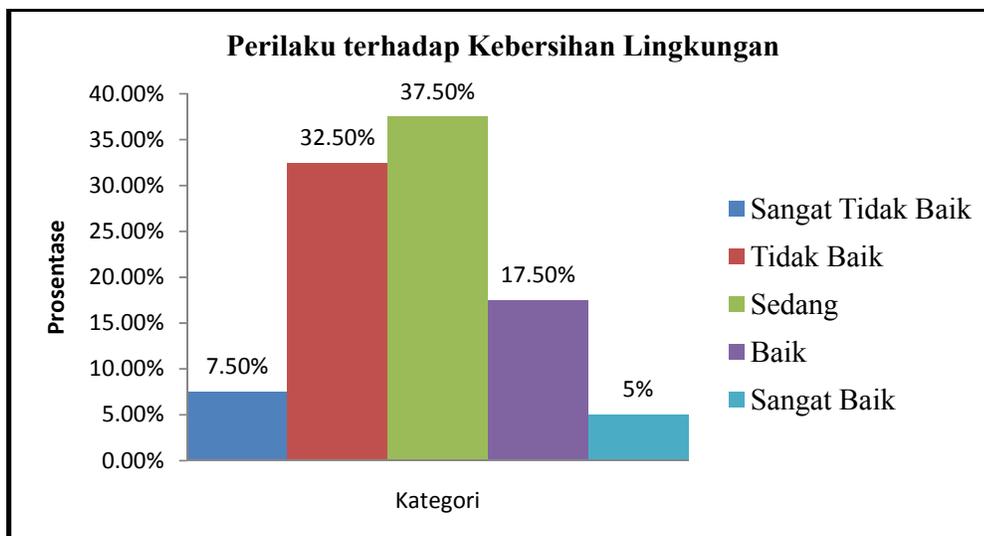
2. Faktor Perilaku terhadap Kebersihan Lingkungan

Setelah data terkumpul, data ditabulasi, diskor, dan dianalisis dengan menggunakan *software MS Excel* diperoleh hasil penelitian skor minimum 20, skor maksimum 30, rata-rata (*mean*) 25,86; median 26, modus 26 dan standar deviasi 2,16. Deskripsi hasil penelitian tersebut dapat dilihat pada table berikut:

Tabel 7. Faktor Perilaku terhadap Kebersihan Lingkungan

Interval	Kategori	Frekuensi	Prosentase (%)
> 29,11	Sangat baik	4	5
26,94 - 29,11	Baik	14	17,5
24,78 - 26,93	Sedang	30	37,5
22,62 - 24,77	Tidak baik	26	32,5
≤ 22,61	Sangat Tidak baik	6	7,5
Total		80	100,00

Ditampilkan dalam bentuk histogram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :



Gambar 3. Histogram Faktor Siswa Menjaga Kebersihan Lingkungan

Berdasarkan hasil penelitian di atas diketahui Faktor perilaku siswa dalam menjaga kebersihan lingkungan dalam kategori sangat baik ada 4 anak (5%), dalam kategori baik ada 14 anak (17,5%), dalam kategori sedang ada 30 anak (37,5%), dalam kategori tidak baik ada 26 anak (32,5%), dan dalam kategori sangat tidak baik ada 6 anak (7,5%). Hal ini berarti sebagian besar perilaku siswa terhadap kebersihan lingkungan dalam kategori sedang.

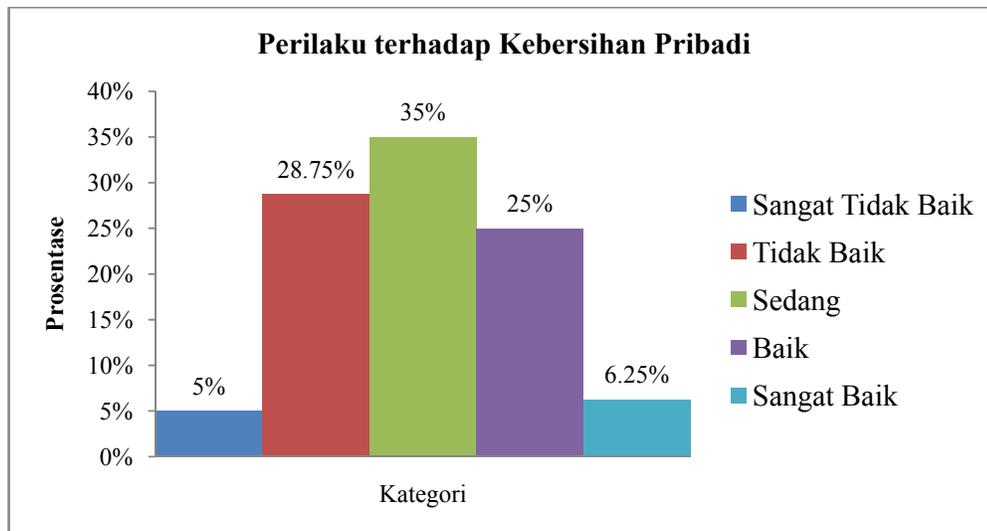
3. Faktor Perilaku Siswa dalam Menjaga Kebersihan Pribadi

Setelah data terkumpul, data ditabulasi, diskor, dan dianalisis dengan menggunakan *software MS Excel* diperoleh hasil penelitian skor minimum 64, skor maksimum 85, rata-rata (*mean*) 71,93; median 71, modus 71 dan standar deviasi 5,09. Deskripsi hasil penelitian tersebut dapat dilihat pada table berikut:

Tabel 8. Faktor Perilaku terhadap Kebersihan Pribadi

Interval	Kategori	Frekuensi	Prosentase (%)
> 79,57	Sangat baik	5	6,25
74,47 - 79,57	Baik	20	25
69,38 - 74,46	Sedang	28	35
64,28 - 69,37	Tidak baik	23	28,75
≤ 64,27	Sangat tidak baik	4	5
Total		80	100,00

Ditampilkan dalam bentuk histogram dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 4. Histogram Faktor Perilaku terhadap Kebersihan Pribadi

Berdasarkan hasil penelitian di atas diketahui Faktor perilaku terhadap kebersihan pribadi dalam kategori sangat baik ada 5 anak (6,255%), dalam kategori baik ada 20 anak (25%), dalam kategori sedang ada 28 anak (35%), dalam kategori tidak baik ada 23 anak (28,75%), dan dalam kategori sangat tidak baik ada 4 anak (5%). Hal ini berarti sebagian besar perilaku siswa terhadap kebersihan pribadi dalam kategori sedang.

B. Pembahasan Hasil Penelitian

Hasil analisis deskriptif kuantitatif menunjukkan bahwa perilaku hidup sehat siswa kelas atas SD Negeri 1 Tinggarwangi sebagian besar dalam kategori sedang dengan presentase 38,75% dengan jumlah 31 anak. Hal ini disebabkan karena siswa kurang bersungguh-sungguh dalam mengerjakan angket dan kurangnya kesadaran perilaku siswa dalam menjaga kebersihan baik kebersihan makanan dan minuman, kebersihan lingkungan maupun kebersihan pribadi. Kebiasaan sehari-hari yang salah juga mempengaruhi siswa dalam menanggapi pernyataan. Banyak siswa yang belum tau cara menjaga kebersihan makanan dan minuman serta belum paham dalam memilih makanan dan minuman yang baik dikonsumsi. Siswa juga belum memahami cara menjaga kebersihan lingkungannya dan juga cara menjaga kebersihan pribadinya. Perilaku hidup sehat terdiri dari 3 faktor yaitu faktor perilaku terhadap kebersihan makanan dan minuman, faktor perilaku terhadap kebersihan lingkungan dan faktor perilaku terhadap kebersihan pribadi.

Faktor perilaku terhadap kebersihan makanan dan minuman berfungsi untuk mengetahui perilaku siswa dalam menjaga kebersihan makanan dan minuman, mana yang baik dikonsumsi oleh dirinya, dan kebiasaan makan dan minum siswa sehari-hari seperti apa. Dalam faktor ini nilai terendah terdapat pada item soal nomor 5 yang menyatakan “Setelah saya mempelajari pendidikan kesehatan saya tidak suka di dekat orang yang sedang merokok”. Hal ini dikarenakan anak-anak kurang tau bahaya dari perokok pasif. Sedangkan nilai terbaik pada item nomor 2 yang menyatakan “sebelum

makan buah-buahan saya akan mencucinya dengan air bersih karena sudah mempelajari pendidikan kesehatan”.

Faktor perilaku terhadap kebersihan lingkungan, pada faktor ini terdapat 6 item soal yang berfungsi mengetahui bagaimana perilaku siswa dalam menjaga lingkungan. Terdapat nilai terendah yaitu pada item soal nomor 10 yang menyatakan “setelah saya mempelajari pendidikan kesehatan saya suka meludah di kelas” hal ini dikarenakan kebiasaan buruk siswa yang susah untuk dihilangkan dan siswa kurang mengetahui bagaimana cara menjaga lingkungan kelasnya, dan item soal nomor 11 yang menyatakan setelah saya mempelajari pendidikan kesehatan saya selalu membersihkan tempat tidur setelah bangun tidur” hal ini dikarenakan kebiasaan siswa yang malas membereskan kamarnya sendiri dan kurang mengetahui bagaimana cara menjaga kebersihan lingkungan rumahnya dengan baik. Sedangkan nilai terbaik terdapat pada item soal nomor 7 yang menyatakan “saya mengikuti kerja bakti sekolah agar lingkungan sekolah bersih”. Pada faktor ini sebagian besar termasuk dalam kategori sedang dengan frekuensi 30 anak (37,5%).

Sedangkan faktor perilaku terhadap kebersihan pribadi terdapat 17 item soal. Perilaku terhadap kebersihan pribadi berfungsi untuk mengetahui seberapa besar perilaku siswa dalam menjaga kebersihan pribadinya. Faktor ini sebagian besar dalam kategori ini sedang dengan frekuensi 28 anak (35%). Pada faktor ini terdapat item soal terendah yaitu item soal nomor 13 yang menyatakan “setelah saya mempelajari pendidikan kesehatan saya mencuci

rambut 2 hari sekali”, hal ini dikarenakan siswa kurang mengetahui bagaimana cara menjaga kebersihan rambut mereka sehingga masih banyak terdapat siswa yang rambutnya berketu. Sedangkan item soal terbaik terdapat pada item soal nomor 27 yang menyatakan “untuk menjaga kesehatan mata saya rajin mengkonsumsi wortel”.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, penelitian perilaku hidup sehat siswa kelas atas SD Negeri 1 Tinggarwangi, Kecamatan Jatilawang, Kabupaten Banyumas menyimpulkan bahwa 5% masuk kategori sangat baik, 23,75% masuk kategori baik, 38,75% pada kategori sedang, 26,25% masuk kategori tidak baik, dan 6,25% masuk kategori sangat tidak baik. Apabila dilihat dari rata-rata 122,15, maka perilaku hidup sehat siswa kelas atas SD Negeri 1 Tinggarwangi, Kecamatan Jatilawang, Kabupaten Banyumas masuk kategori sedang.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan penelitian ini, mempunyai beberapa konsekuensi dalam perilaku hidup sehat siswa kelas atas SD Negeri 1 Tinggarwangi. Konsekuensi implikasi yang terkait dengan penelitian ini adalah:

1. Perilaku hidup sehat siswa kelas atas secara umum sedang, oleh karena itu perlu dipertahankan dan jika perlu ditingkatkan.
2. Guru, siswa dan orang tua siswa semakin paham faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku hidup sehat.
3. Memberikan catatan pendidikan kesehatan yang bermanfaat bagi pihak SD Negeri 1 Tinggarwangi Kecamatan Jatilawang, Kabupaten Banyumas untuk mendukung peningkatan perilaku hidup sehat siswa kelas atas.

C. Keterbatasan Penelitian

Meski penelitian ini telah diusahakan sebaik-baiknya, namun tidak lepas dari keterbatasan dan kelemahan yang ada, diantaranya:

1. Pengambilan data menggunakan angket tertutup, sehingga memiliki kelemahan dalam mengungkap keadaan responden yang sebenarnya. Dengan demikian data yang diperoleh kurang sempurna. Sebaiknya dikembangkan instrument terbuka sehingga diperoleh data yang lebih akurat.
2. Penelitian ini menggunakan skala likert dengan alternative jawaban “sangat setuju”, “setuju”, “ragu-ragu”, “tidak setuju”, dan “sangat tidak setuju”, tidak menutup kemungkinan para responden dalam menjawab soal tidak bersungguh-sungguh.
3. Materi pendidikan kesehatan yang diberikan kepada siswa masih kurang, sehingga wawasan siswa tentang pendidikan kesehatan masih kurang.

D. Saran

Dengan mengacu pada hasil penelitian dan keterbatasan-keterbatasan dalam penelitian, peneliti menyarankan:

1. Bagi siswa agar lebih bersemangat dan bersungguh-sungguh dalam mengikuti kegiatan pendidikan kesehatan di sekolah agar perilaku hidup sehat siswa dapat meningkat
2. Bagi guru, sangat diharapkan untuk memberikan pendidikan kesehatan yang lebih informatif serta memberi contoh yang baik kepada siswanya agar siswa mengerti pentingnya perilaku hidup sehat bagi dirinya.

3. Bagi penelitian selanjutnya hendaknya perlu diadakan penelitian yang lebih detail yang dikhususkan pada perilaku hidup sehat siswa kelas atas untuk faktor-faktor: perilaku siswa dalam menjaga makanan dan minuman yang dikonsumsi, perilaku siswa dalam menjaga lingkungan, perilaku siswa dalam menjaga kebersihan pribadi, dan faktor-faktor lain yang mendukung perilaku hidup sehat siswa kelas atas.

DAFTAR PUSTAKA

- Arif Dwi Arianta. (2013). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Siswa Kelas III-VI SD Negeri Kalisongo Girimulyo Kulon Progo Tahun Ajaran 2012/2013. *Sripsi*. Yogyakarta: FIK UNY
- David Fajar Adi. (2013). Perilaku Hidup Sehat Siswa Kelas Atas SD Kanisius Gamping Kabupaten Sleman Tahun Pelajaran 2012/2013. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY
- Djoned Soetatmo. (1976). *Kesehatan Pribadi*. Jakarta: Rora Karya
- Eko Sri Wijayanti. (2008). *Mengenal Makanan Sehat*. Yogyakarta: Niaga Swadaya
- Erwin Setyo Kriswanto. (2012). *Konsep, proses dan Aplikasi dalam Pendidikan Kesehatan*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
- Ichsan dan Muchsin. (1976). *Kesehatan Lingkungan*. Jakarta: Rora Karya.
- Ida Bagus Tjitarsa. (1992). *Pendidikan Kesehatan*. Bandung: ITB
- Irwansyah dan Asep Kurnia Nenggala. (2007). *Sehat dan Tangkas Berolahraga: untuk Kelas V*. Bandung: Grafindo Media Pratama
- M. Ichsan. (1988). *Pendidikan Kesehatan*. Jakarta: Rora Karya
- Nisma Heny Pangestutik. (2006). Peran Guru dan Siswa dalam Optimalisasi Kegiatan Usaha Kesehatan Sekolah di SMA Se- Kabupaten Magelang. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY
- Pieter Noya. (1983). *Pedoman Guru Kesehatan SD*. Jakarta: Rora Karya
- Sarlito Wirawan Sarwono. (2011). *Teori-Teori Psikologi Sosial*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- SGO Negeri Purwokerto.(1979). *Tuntutan Pelaksanaan Usaha Kesehatan Sekolah*. Purwokerto: SGO Negeri Purwokerto
- Soekidjo Notoatmodjo. (2010). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

- _____ (2012). *Promosi Kesehatan di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Soerjono Soekanto. (2013). *Sosiologi Suatu Pengantar*. Jakarta: Raja Grafindi Persada
- Sonja Poernomo, dkk. (1976). *Usaha Kesehatan Sekolah*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI
- Sonti MS dan Purnomo Ananto. (2000). *Pokok-pokok Pembelajaran Pendidikan Kesehatan di SLTP*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Sudjana. (2005). *Metoda Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabet
- Suharsimi Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- _____. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sulung Yudi Hartono. (2013). *Perilaku Hidup Sehat dan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas V, VI SD Negeri 1 Karang Sari, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulonprogo*. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY
- Wahid Iqbal Mubarak dan Nurul Chayatin. (2009). *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Salemba Medika
- Universitas Negeri Yogyakarta. (2011). *Pedoman Penulisan Tugas Akhir*. Yogyakarta: UNY Press



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLARAGA
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281, Telp.(0274) 513092,586168

Nomor : 13/PGSD/I/2015
Lamp : 1 Bendel
Hal : Pembimbing Proposal TAS

Kepada Yth : Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta

Diberitahukan dengan hormat, bahwa dalam rangka membantu mahasiswa dalam menyusun TAS, dimohon kesediaan Bapak/Ibu untuk menjadi pembimbing penulisan TAS Saudara :

Nama : Riangga Dwi Martanti
NIM : 11604224023
Judul Skripsi : Peran Pendidikan Kesehatan Di Sekolah Dasar Dalam Meningkatkan Perilaku Hidup Sehat (PHBS) Siswa Kelas Atas SD N 1 tinggarwangi, Jatilawang, Banyumas Tahun Pelajaran 2014/2015

Bersama ini pula kami lampirkan proposal penulisan TAS yang telah dibuat oleh mahasiswa yang bersangkutan, topik/judul tidaklah mutlak. Sekiranya kurang sesuai, mohon kiranya diadakan pembenahan sehingga tidak mengurangi makna dari masalah yang diajukan.

Atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu disampaikan terima kasih.

Yogyakarta, 7 Januari 2015
Kaprosdi PGSD Penjas.

Sriawan, M.Kes.
NIP. 19580830 198703 1 003

SURAT PERMOHONAN

Hal : Permohonan Validasi Ahli

Lamp : 1 bendel

Kepada:

Yth. Indah Prasetyawati Tri Purnama Sari, M.Or

Di tempat

Dengan Hormat,

Saya Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Riangga Dwi Martanti

NIM : 11604224023

Program Studi : PGSD PENJAS

Dengan ini mengajukan permohonan validasi ahli untuk keperluan Tugas Akhir Skripsi yang berjudul **"Peran Pendidikan Kesehatan di Sekolah Dasar dalam Meningkatkan Perilaku Hidup Sehat Sehat Siswa Kelas Atas SD N 1 Tinggarwangi, Jatilawang, Banyumas Tahun 2014/2015"**.

Demikian permohonan ini saya sampaikan, besar harapan saya agar bapak/ibu berkenan dengan permohonan ini. Atas bantuan yang diberikan saya mengucapkan banyak terima kasih.

Yogyakarta, 26 Maret 2015

Dosen Pembimbing



Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes
NIP. 19751018 200501 1 002

Mahasiswa



Riangga Dwi Martanti
NIM. 11604224023

**SURAT PERSETUJUAN VALIDITAS
(EXPERT JUDGMENT)**

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Indah Prasetyawati Tri Purnama Sari, M.Or
Pekerjaan : Dosen
Instansi : FIK UNY

Menyatakan bahwa saya telah memberikan penilaian dan masukan pada lembar angket "**Peran Pendidikan Kesehatan di Sekolah Dasar dalam Meningkatkan Perilaku Hidup Sehat Siswa Kelas Atas SD N 1 Tinggarwangi, Jatilawang, Banyumas Tahun 2014/2015**" yang disusun oleh :

Nama : Riangga Dwi Martanti
NIM : 11604224023
Program Studi : PGSD Penjas

Telah memenuhi syarat sebagai instrumen penelitian guna pengambilan data.

Harapan saya, masukan yang saya berikan dapat digunakan untuk menyempurnakan laporan Tugas Akhir mahasiswa yang bersangkutan.

Yogyakarta, 17 April 2015
Expert Judgment



Indah Prasetyawati Tri Purnama Sari, M.Or
NIP. 19821214 201012 2 004



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

Nomor : 027/UN.34.16/PP/2015
Lamp. : 1 Eks.
Hal : Permohonan Ijin Uji Coba Penelitian
Yth. : Kepala Sekolah SD Negeri Pagentan

17 April 2015

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

Nama : Riangga Dwi Martanti
NIM : 11604224023
Program Studi : PGSD Penjas

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : 20 April s.d 23 April 2015
Tempat/obyek : SD Negeri Pagentan
Judul Skripsi : Peran Pendidikan Kesehatan di Sekolah Dasar Dalam Meningkatkan Perilaku Hidup Sehat Siswa Kelas Atas SD N 1 Tinggarwangi, Jatilawang, Banyumas Tahun 2014/2015

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



Ds: Riangga Dwi Martanti, M.S.
NIM: 11604224023

Tembusan :

1. Kaprodi. PGSD Penjas
2. Pembimbing TAS
3. Mahasiswa ybs.



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

Nomor : 402/UN.34.16/PP/2015

01 Mei 2015

Lamp. : 1 Eks.

Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Yth : Ka. BAPPEDA Kab. Banyumas

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 : Riangga Dwi Martanti
NIM : 11604224023
Program Studi : PGSD Penjas

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : 04 Mei s.d 30 Mei 2015
Tempat/obyek : SD N 1 Tinggarwangi
Judul Skripsi : Peran Pendidikan Kesehatan Di Sekolah Dasar Dalam Meningkatkan Perilaku Hidup Sehat Siswa Kelas Atas SD N 1 Tinggarwangi, Jatilawang, Banyumas Tahun 2014/2015

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



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

Tembusan :

1. Kepala Sekolah SD N 1 Tinggarwangi
2. Kaprodi. PGSD Penjas
3. Pembimbing TAS
4. Mahasiswa ybs



BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH (BAPPEDA)

Jln. Prof. Dr. Soeharso No. 45 Purwokerto Kode Pos 53114
Telp. (0281) 632548, 632116 Faksimile (0281) 640715

SURAT IZIN PENELITIAN

Nomor : 070.1/ 00692/ V / 2015

- I. Membaca : 1. Surat dari Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta nomor : 402/UN.34.16/PP/2015, tanggal : 01 Mei 2015, perihal : ijin penelitian.
2. Surat Rekomendasi Penelitian Kepala Bakesbangpollinmas Kabupaten Banyumas nomor : 070.1/1019/V/2015, tanggal : 25 Mei 2015.
- II. Menimbang : Bahwa kebijaksanaan mengenai sesuatu kegiatan ilmiah dan pengabdian kepada masyarakat perlu dibantu pelaksanaannya.
- III. Memberikan izin kepada :
1. Nama : **RIANGGA DWI MARTANTI**
 2. Alamat : Desa Gentawangi RT 07 RW 02 Kec. Jatilawang Kab. Banyumas
 3. Pekerjaan : Mahasiswa
 4. Judul Penelitian : **PERAN PENDIDIKAN KESEHATAN DI SEKOLAH DASAR DALAM MENINGKATKAN PERILAKU HIDUP SEHAT SISWA KELAS ATAS SD N 1 TINGGARWANGI, JATILAWANG, BANYUMAS TAHUN 2014/2015**
 5. Bidang : Pendidikan Olahraga
 6. Lokasi Penelitian : SD Negeri 1 Tinggarwangi Kec. Jatilawang Kab. Banyumas
 7. Lama Berlaku : 3 bulan (25 Mei 2015 2015 s/d 25 Agustus 2015)
 8. Penanggung Jawab : **Drs. AGUS SUDARKO, M.Si.**
 9. Pengikut : - orang
- IV. Untuk melaksanakan kegiatan ilmiah dan pengabdian kepada masyarakat di wilayah Kabupaten Banyumas dengan ketentuan sebagai berikut :
- a. Pelaksanaan kegiatan dimaksud tidak dilaksanakan untuk tujuan lain yang dapat berakibat melakukan tindakan pelanggaran terhadap peraturan perundang-undangan yang berlaku.
 - b. Sebelum melaksanakan kegiatan dimaksud, terlebih dahulu melaporkan kepada wilayah setempat.
 - c. Mentaati segala ketentuan dan peraturan-peraturan yang -berlaku juga petunjuk-petunjuk dari pejabat pemerintah yang berwenang.
 - d. Apabila masa berlaku Surat Izin Penelitian sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan kegiatan belum selesai, perpanjangan waktu harus diajukan kepada instansi pemohon.
 - e. Setelah selesai pelaksanaan kegiatan dimaksud menyerahkan hasilnya kepada Bappeda Kabupaten Banyumas Up. Bidang Penelitian, Pengembangan dan Statistik Bappeda Kabupaten Banyumas.

DIKELUARKAN DI : PURWOKERTO

PADA TANGGAL : 25 Mei 2015

An. KEPALA BAPPEDA KABUPATEN BANYUMAS
KEPALA BIDANG PENELITIAN, PENGEMBANGAN DAN STATISTIK
Kasubid Penelitian dan Pengembangan



TEMBUSAN disampaikan kepada Yth. :

1. Kepala Kantor Kesbangpol Kabupaten Banyumas;
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
3. Kepala Dinas Pendidikan Kabupaten Banyumas;
4. Kepala SD Negeri 1 Tinggarjaya Kec. Jatilawang Kab. Banyumas;
5. Arsip (Bidang Litbang dan Statistik Bappeda Kabupaten Banyumas)



PEMERINTAH KABUPATEN BANYUMAS
DINAS PENDIDIKAN
UNIT PENDIDIKAN KECAMATAN JATILAWANG
SD NEGERI 1 TINGGARWANGI

Alamat : Jln. Raya Genjarwangi No. 15 Kec. Jatilawang Kab. Banyumas 533174
☎ (0281)6847767 e-mail : sdnegeri.1tinggarwangi@yahoo.com

SURAT KETERANGAN
Nomor : 421.2/42/2015

Yang bertanda tangan di bawah ini kami Kepala Sekolah Dasar Negeri 1 Tinggarwangi Unit Pendidikan Kecamatan Jatilawang Kabupaten Banyumas dengan ini menerangkan bahwa :

1. Nama : RIANGGA DWI MARTANTI
2. NIM : 11604224023
3. Program studi : PGSD PENJAS
4. Jurusan : PENDIDIKAN OLAH RAGA
5. Fakultas : FAKULTAS ILMU KEOLAHRAAGAN
6. Universitas : UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Telah mengadakan Penelitian di Sekolah Dasar Negeri 1 Tinggarwangi pada tanggal : 4 Mei s.d. 30 Mei 2015.

Penelitian tersebut dilakukan untuk pembuatan skripsi dengan judul :

PERAN PENDIDIKAN DASAR DALAM MENINGKATKAN PERILAKU HIDUP SEHAT SISWA KELAS ATAS SDN 1 TINGGARWANGI, JATILAWANG, BANYUMAS TAHUN 2014/2015

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jatilawang, 01 Juni 2015

Kepala SD Negeri 1 Tinggarwangi

SUCHO, S.Pd.

NIP 19630412 198702 1 002



**ANGKET UJI COBA PENELITIAN
PERILAKU HIDUP SEHAT SISWA KELAS ATAS
SD N PAGENTAN JATILAWANG, BANYUMAS TAHUN 2014/2015**

A. IDENTITAS RESPONDEN

Nama Siswa :
Kelas :
Jenis Kelamin :

B. PETUNJUK PENGGUNAAN

1. Telitilah dengan baik setiap butir pertanyaan dan alternatif jawaban
2. Pilihlah alternatif jawaban yang paling sesuai dengan perasaan atau pendapat saya.
3. Jawaban anda tidak mempengaruhi penilaian dalam mata pelajaran pendidikan jasmani.
4. Dimohon semua butir pertanyaan dijawab.
5. Kejujuran sangat saya harapkan.
6. Berilah tanda (√) pada kolom:
 - a. Sangat Setuju (SS)
 - b. Setuju (S)
 - c. Ragu-ragu (R)
 - d. Tidak Setuju (TS)
 - e. Sangat Tidak Setuju (STS)
7. Contoh pengisian:

NO	PERYATAAN	SS	S	R	TS	STS
1.	Saya suka mengikuti pelajaran penjasorkes		√			

**ANGKET UJI COBA PENELITIAN
PERILAKU HIDUP SEHAT SISWA KELAS ATAS
SD N PAGENTAN JATILAWANG, BANYUMAS TAHUN 2014/2015**

No	PERNYATAAN	SS	S	R	TS	STS
1	Saya mengkonsumsi makanan yang terhindar dari lalat setelah mempelajari pendidikan kesehatan.					
2	Pendidikan kesehatan mempengaruhi saya untuk mengkonsumsi makanan yang terhindar dari MSG (vetsin/micin)					
3	Sebelum makan buah-buahan saya akan mencucinya dengan air bersih karena sudah mempelajari pendidikan kesehatan.					
4	Saya membiasakan sarapan sebelum berangkat sekolah karena sudah mempelajari pendidikan kesehatan.					
5	Pendidikan kesehatan mempengaruhi saya untuk minum susu setiap hari.					
6	Saya makan minimal 3 kali sehari setelah saya mempelajari pendidikan kesehatan.					
7	Setelah mempelajari pendidikan kesehatan saya tidak mengkonsumsi minuman yang mengandung alkohol.					
8	Setelah mempelajari pendidikan kesehatan saya tidak suka di dekat orang yang sedang merokok.					
9	Saya merokok disekolah setelah saya mempelajari pendidikan kesehatan.					
10	Saya mengikuti kerja bakti sekolah agar lingkungan sekolah bersih					
11	Saya rajin melaksanakan piket harian karena saya suka suasana kelas yang bersih.					
12	Saya membuang sampah di tempat sampah karena saya sudah mempelajari pendidikan kesehatan.					
13	Saat di sekolah saya buang air kecil (pipis) di toilet sekolah, karena sudah mempelajari pendidikan kesehatan.					
14	Setelah saya mempelajari pendidikan kesehatan saya suka meludah di kelas.					
15	Setelah saya mempelajari pendidikan kesehatan saya selalu membersihkan tempat tidur setelah bangun tidur.					

16	Karena saya sudah mempelajari pendidikan kesehatan saya menjadi rajin membersihkan rumah setiap hari.					
17	Setiap pagi saya rajin menyapu halaman rumah karena saya sudah mempelajari pendidikan kesehatan.					
18	Setelah mempelajari pendidikan kesehatan saya mencuci rambut 2 kali sehari.					
19	Pendidikan kesehatan mempengaruhi saya untuk menyisir rambut setelah mandi.					
20	Ketika berenang saya akan menggunakan penutup kepala.					
21	Saya mencuci rambut dengan menggunakan shampoo setelah mempelajari pendidikan kesehatan.					
22	Setiap mandi saya selalu mencuci wajah karena saya sudah mempelajari pendidikan kesehatan.					
23	Setelah mempelajari pendidikan kesehatan saya rajin mandi minimal 2 kali sehari					
24	Karena saya sudah mempelajari pendidikan kesehatan setiap mandi saya selalu menggunakan sabun mandi.					
25	Saya rajin menggosok gigi setelah makan karena sudah mempelajari pendidikan kesehatan.					
26	Setelah mempelajari pendidikan kesehatan saya menggosok gigi dengan pasta gigi.					
27	Saya tidak pernah menggosok gigi sebelum tidur setelah saya mempelajari pendidikan kesehatan.					
28	Saya mencuci tangan sesudah buang air kecil setelah mempelajari materi kesehatan reproduksi.					
29	Pendidikan kesehatan mengajarku mengeringkan alat kelamin dengan menggunakan handuk/lap setelah buang air (pipis/BAB) agar tidak lembab.					
30	Pendidikan kesehatan mengajarku untuk memakai celana dalam ketat.					
31	Setelah mempelajari pendidikan kesehatan saya selalu mencuci pakaian dengan menggunakan deterjen.					
32	Setelah saya mempelajari pendidikan kesehatan saya rutin mengganti kaos kaki setiap 2 hari sekali.					
33	Pendidikan kesehatan mengajarku untuk tidak menggunakan pakaian yang basah.					
34	Pengecekan kuku setiap senin mempengaruhi saya untuk selalu menjaga kebersihan kuku.					

35	Pendidikan kesehatan mengajarikumenggunting kuku minimalseminggu sekali.					
36	Karena saya sudah mempelajari pendidikan kesehatan saya semakin suka menggigit kuku.					
37	Untuk menjaga kesehatan mata saya rajin mengkonsumsi wortel.					
38	Pendidikan kesehatan mengajarkan menggunakan tetes mata untuk mengatasi mata iritasi.					
39	Setelah saya mempelajari pendidikan kesehatan mengucek mata apabila terasa gatal.					
40	Karena saya sudah mempelajari pendidikan kesehatan saya membaca buku di ruang yang redup.					

**ANGKET PENELITIAN
PERILAKU HIDUP SEHAT SISWA KELAS ATAS
SD N I TINGGARWANGI JATILAWANG, BANYUMAS
TAHUN 2014/2015**

C. IDENTITAS RESPONDEN

Nama Siswa :
Kelas :
Jenis Kelamin :

D. PETUNJUK PENGGUNAAN

8. Telitilah dengan baik setiap butir pertanyaan dan alternatif jawaban
9. Pilihlah alternatif jawaban yang paling sesuai dengan perasaan atau pendapat saya.
10. Jawaban anda tidak mempengaruhi penilaian dalam mata pelajaran pendidikan jasmani.
11. Dimohon semua butir pertanyaan dijawab.
12. Kejujuran sangat saya harapkan.
13. Berilah tanda (√) pada kolom:
 - f. Sangat Setuju (SS)
 - g. Setuju (S)
 - h. Ragu-ragu (R)
 - i. Tidak Setuju (TS)
 - j. Sangat Tidak Setuju (STS)
14. Contoh pengisian:

NO	PERYATAAN	SS	S	R	TS	STS
1.	Saya suka mengikuti pelajaran penjasorkes		√			

**ANGKET PENELITIAN
PERILAKU HIDUP SEHAT SISWA KELAS ATAS
SD N I TINGGARWANGI JATILAWANG, BANYUMAS
TAHUN 2014/2015**

No	PERNYATAAN	SS	S	R	TS	STS
1	Saya mengkonsumsi makanan yang terhindar dari lalat setelah mempelajari pendidikan kesehatan.					
2	Sebelum makan buah-buahan saya akan mencucinya dengan air bersih karena sudah mempelajari pendidikan kesehatan.					
3	Saya makan minimal 3 kali sehari setelah saya mempelajari pendidikan kesehatan.					
4	Setelah mempelajari pendidikan kesehatan saya tidak mengkonsumsi minuman yang mengandung alkohol.					
5	Setelah mempelajari pendidikan kesehatan saya tidak suka di dekat orang yang sedang merokok.					
6	Saya merokok disekolah setelah saya mempelajari pendidikan kesehatan.					
7	Saya mengikuti kerja bakti sekolah agar lingkungan sekolah bersih					
8	Saya membuang sampah di tempat sampah karena saya sudah mempelajari pendidikan kesehatan.					
9	Saat di sekolah saya buang air kecil (pipis) di toilet sekolah, karena sudah mempelajari pendidikan kesehatan.					
10	Setelah saya mempelajari pendidikan kesehatan saya suka meludah di kelas.					
11	Setelah saya mempelajari pendidikan kesehatan saya selalu membersihkan tempat tidur setelah bangun tidur.					
12	Setiap pagi saya rajin menyapu halaman rumah karena saya sudah mempelajari pendidikan kesehatan.					
13	Setelah mempelajari pendidikan kesehatan saya mencuci rambut 2 hari sekali.					
14	Pendidikan kesehatan mempengaruhi saya untuk menyisir rambut setelah mandi.					
15	Saya mencuci rambut dengan menggunakan shampoo setelah mempelajari pendidikan kesehatan.					
16	Setiap mandi saya selalu mencuci wajah karena saya sudah mempelajari pendidikan kesehatan.					

17	Setelah mempelajari pendidikan kesehatan saya rajin mandi minimal 2 kali sehari					
18	Karena saya sudah mempelajari pendidikan kesehatan setiap mandi saya selalu menggunakan sabun mandi.					
19	Saya rajin menggosok gigi setelah makan karena sudah mempelajari pendidikan kesehatan.					
20	Setelah mempelajari pendidikan kesehatan saya menggosok gigi dengan pasta gigi.					
21	Saya mencuci tangan sesudah buang air kecil setelah mempelajari materi kesehatan reproduksi.					
22	Pendidikan kesehatan mengajarku mengeringkan alat kelamin dengan menggunakan handuk/lap setelah buang air (pipis/BAB) agar tidak lembab.					
23	Setelah mempelajari pendidikan kesehatan saya selalu mencuci pakaian dengan menggunakan deterjen.					
24	Pendidikan kesehatan mengajarku untuk tidak menggunakan pakaian yang basah.					
25	Pengecekan kuku setiap senin mempengaruhi saya untuk selalu menjaga kebersihan kuku.					
26	Karena saya sudah mempelajari pendidikan kesehatan saya semakin suka menggigit kuku.					
27	Untuk menjaga kesehatan mata saya rajin mengkonsumsi wortel.					
28	Setelah saya mempelajari pendidikan kesehatan mengucek mata apabila terasa gatal.					
29	Karena saya sudah mempelajari pendidikan kesehatan saya membaca buku di ruang yang redup.					

**TABEL HASIL INSTRUMEN PENELITIAN
PERILAKU HIDUP SEHAT SISWA KELAS ATAS
SD N 1 TINGGARWANGI, JATILAWANG, BANYUMAS
TAHUN 2014/2015**

FAKTOR 1

Responden	Butir Soal						Jumlah	Kategori
	1	2	3	4	5	6		
1	1	5	5	1	2	5	19	sangat tidak baik
2	4	5	5	1	1	4	20	tidak baik
3	1	4	4	2	1	4	16	sangat tidak baik
4	1	4	4	1	1	5	16	sangat tidak baik
5	2	5	4	2	3	5	21	tidak baik
6	4	5	5	4	5	5	28	Baik
7	4	5	3	5	4	5	26	sedang
8	4	5	5	5	2	4	25	sedang
9	1	4	4	1	2	5	17	sangat tidak baik
10	4	5	5	5	5	5	29	Baik
11	4	5	4	5	5	5	28	Baik
12	4	5	4	5	5	4	27	Baik
13	1	5	4	4	1	5	20	tidak baik
14	2	4	4	4	1	4	19	sangat tidak baik
15	1	4	4	3	1	5	18	sangat tidak baik
16	1	5	4	4	4	5	23	tidak baik
17	5	5	4	1	5	5	25	sedang
18	1	5	4	1	1	4	16	sangat tidak baik
19	2	4	3	1	4	5	19	sangat tidak baik
20	2	5	4	1	1	4	17	sangat tidak baik
21	4	4	5	4	5	4	26	sedang

22	1	5	4	1	5	5	21	tidak baik
23	2	5	3	2	1	4	17	sangat tidak baik
24	3	5	5	1	1	5	20	tidak baik
25	4	5	4	1	2	4	20	tidak baik
26	3	5	5	1	1	5	20	tidak baik
27	4	5	4	5	5	5	28	Baik
28	4	4	4	4	5	5	26	sedang
29	5	4	4	5	4	5	27	Baik
30	5	5	4	5	5	5	29	Baik
31	5	4	4	4	4	4	25	sedang
32	5	4	4	5	4	4	26	sedang
33	4	5	4	4	4	5	26	sedang
34	5	5	4	5	5	5	29	Baik
35	4	5	5	4	4	4	26	sedang
36	5	5	5	5	5	5	30	Baik
37	4	4	4	4	4	5	25	sedang
38	4	5	5	4	4	4	26	sedang
39	4	4	4	5	4	4	25	sedang
40	4	4	4	4	4	5	25	sedang
41	4	4	2	4	4	4	22	tidak baik
42	4	4	2	4	4	2	20	tidak baik
43	5	4	4	5	4	4	26	sedang
44	4	4	4	4	4	4	24	sedang
45	4	4	4	5	4	4	25	sedang
46	5	4	4	4	4	2	23	tidak baik
47	4	4	4	4	4	2	22	tidak baik
48	5	5	5	5	5	5	30	Baik

49	5	5	5	5	5	5	30	Baik
50	5	5	4	5	5	5	29	Baik
51	4	5	4	5	4	5	27	Baik
52	5	4	4	4	5	4	26	sedang
53	5	5	4	5	4	4	27	Baik
54	4	5	3	5	5	5	27	Baik
55	4	4	1	4	4	5	22	tidak baik
56	4	4	4	5	4	5	26	sedang
57	5	4	4	4	5	5	27	Baik
58	4	4	4	4	4	4	24	sedang
59	5	4	4	5	5	5	28	Baik
60	4	5	4	5	4	4	26	sedang
61	4	4	4	4	4	4	24	sedang
62	4	5	3	5	4	5	26	sedang
63	4	4	4	3	4	5	24	sedang
64	4	4	4	5	4	4	25	sedang
65	4	4	4	4	4	4	24	sedang
66	5	4	4	5	4	4	26	sedang
67	5	4	5	5	4	2	25	sedang
68	5	5	4	5	4	5	28	Baik
69	4	5	2	5	4	5	25	sedang
70	4	4	4	4	4	4	24	sedang
71	4	4	4	4	5	5	26	sedang
72	4	5	5	4	5	5	28	Baik
73	4	5	3	4	3	5	24	sedang
74	4	5	4	4	4	5	26	sedang
75	4	4	5	5	5	4	27	Baik

76	4	4	4	4	5	5	26	sedang
77	4	4	4	4	4	5	25	sedang
78	5	4	4	5	4	5	27	Baik
79	5	5	5	4	4	3	26	sedang
80	4	5	4	4	4	5	26	sedang

NILAI MINIMAL	16
NILAI MAKSIMAL	30
MEAN/RERATA	24,36
MEDIAN	25
MODUS	26
STANDAR DEVISASI	3,6

Interval	Kategori	Frekuensi	Prosentase (%)
> 29,77	SangatBaik	0	0
26,16 - 29,77	Baik	21	26,25
22,60 - 26,15	Sedang	36	45
18,95 - 22,59	Tidak baik	13	16,25
< 18,95	SangatTidak baik	10	12,5
Total		80	100,00

Rentang Skor	Kategori
> MEAN + 1,5SD	Sangat baik
MEAN + 0,5SD s/d < MEAN +1,5SD	Baik
MEAN – 0,5 SD s/d <MEAN + 0,5SD	Sedang
MEAN – 1,5SD s/d< MEAN – 0,5SD	Tidak baik
<MEAN -1,5SD	Sangat tidak baik

**TABEL HASIL INSTRUMEN PENELITIAN
PERILAKU HIDUP SEHAT SISWA KELAS ATAS
SD N 1 TINGGARWANGI, JATILAWANG, BANYUMAS
TAHUN 2014/2015**

FAKTOR 2

Responden	ButirSoal						Jumlah	Kategori
	7	8	9	10	11	12		
1	5	4	5	4	5	4	27	sedang
2	5	4	5	4	5	4	27	sedang
3	4	4	4	4	4	5	25	tidak baik
4	5	5	4	4	4	4	26	sedang
5	5	4	4	4	5	4	26	sedang
6	5	4	5	4	5	5	28	Baik
7	5	4	4	5	5	4	27	sedang
8	4	5	5	4	5	4	27	sedang
9	5	4	4	4	4	5	26	sedang
10	4	4	4	5	4	4	25	tidak baik
11	5	4	5	4	5	4	27	sedang
12	4	5	4	4	5	4	26	sedang
13	4	5	4	5	5	5	28	Baik
14	5	4	4	4	4	4	25	tidak baik
15	4	2	4	1	5	4	20	sangat tidak baik
16	5	5	4	5	5	4	28	Baik
17	5	5	5	5	5	4	29	Baik
18	2	5	5	2	1	5	20	sangat tidak baik
19	5	4	4	5	4	4	26	sedang
20	5	5	4	4	5	5	28	Baik
21	5	4	4	4	4	4	25	tidak baik

22	5	5	4	5	5	4	28	Baik
23	4	4	4	4	4	4	24	tidak baik
24	5	5	5	5	5	5	30	Sangat Baik
25	5	4	5	5	5	4	28	Baik
26	5	5	5	5	5	5	30	Sangat Baik
27	4	5	4	4	5	4	26	sedang
28	4	4	4	4	3	4	23	sangat tidak baik
29	4	4	4	5	4	4	25	tidak baik
30	5	5	5	4	5	5	29	Baik
31	5	4	4	4	4	5	26	sedang
32	5	4	4	4	4	5	26	sedang
33	5	5	4	5	4	5	28	Baik
34	5	5	5	5	5	4	29	Baik
35	5	2	5	4	4	4	24	tidak baik
36	5	5	5	5	5	5	30	Sangat Baik
37	4	4	4	4	4	4	24	tidak baik
38	5	4	5	4	4	4	26	sedang
39	4	4	4	4	4	4	24	tidak baik
40	5	5	4	4	4	4	26	sedang
41	4	4	4	4	4	4	24	tidak baik
42	2	4	4	2	4	4	20	sangat tidak baik
43	5	5	4	4	4	4	26	sedang
44	4	4	4	4	4	4	24	tidak baik
45	5	5	4	4	4	4	26	sedang
46	5	4	4	4	4	5	26	sedang
47	4	4	4	4	4	4	24	tidak baik
48	5	5	5	5	5	5	30	Sangat Baik

49	4	5	4	4	4	4	25	tidak baik
50	4	5	4	5	4	3	25	tidak baik
51	5	5	4	4	4	4	26	sedang
52	4	5	3	5	5	5	27	sedang
53	5	4	3	5	3	4	24	tidak baik
54	5	5	4	4	4	4	26	sedang
55	4	4	4	5	3	4	24	tidak baik
56	5	4	4	5	4	5	27	sedang
57	5	4	4	4	4	4	25	tidak baik
58	4	5	4	4	4	4	25	tidak baik
59	5	4	3	4	4	4	24	tidak baik
60	4	5	3	4	4	4	24	tidak baik
61	4	4	4	4	4	4	24	tidak baik
62	5	4	4	4	4	5	26	sedang
63	5	4	3	5	4	4	25	tidak baik
64	4	3	4	4	3	4	22	sangat tidak baik
65	4	4	4	4	4	4	24	tidak baik
66	4	3	4	4	3	4	22	sangat tidak baik
67	4	4	4	4	4	4	24	tidak baik
68	5	5	4	4	5	4	27	sedang
69	5	4	5	5	5	4	28	Baik
70	4	4	4	4	4	4	24	tidak baik
71	5	4	5	5	5	5	29	Baik
72	5	5	5	4	4	4	27	sedang
73	5	5	5	5	4	3	27	sedang
74	5	4	4	5	4	4	26	sedang
75	5	5	5	5	4	4	28	Baik

76	4	4	4	5	5	4	26	sedang
77	5	5	4	4	5	5	28	Baik
78	5	4	4	5	5	4	27	sedang
79	5	5	4	4	4	4	26	sedang
80	5	4	4	4	4	4	25	tidak baik

NILAI MINIMAL	20
NILAI MAKSIMAL	30
MEAN/RERATA	25,86
MEDIAN	26
MODUS	26
STANDAR DEVISASI	2,16

Interval	Kategori	Frekuensi	Prosentase (%)
> 29,11	SangatBaik	4	5
26,94 - 29,11	Baik	14	17,5
24,78 - 26,93	Sedang	30	37,5
22,62 -24,77	Tidak baik	26	32,5
< 22,62	SangatTidak baik	6	7,5
Total		80	100,00

Rentang Skor	Kategori
> MEAN + 1,5SD	Sangat baik
MEAN + 0,5SD s/d < MEAN +1,5SD	Baik
MEAN – 0,5 SD s/d <MEAN + 0,5SD	Sedang
MEAN – 1,5SD s/d< MEAN – 0,5SD	Tidak baik
<MEAN -1,5SD	Sangat tidak baik

**TABEL HASIL INSTRUMEN PENELITIAN
PERILAKU HIDUP SEHAT SISWA KELAS ATAS
SD N 1 TINGGARWANGI, JATILAWANG, BANYUMAS
TAHUN 2014/2015**

FAKTOR 3

Responden	ButirSoal																		jml	Kategori
	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29			
1	5	4	5	4	4	5	5	4	5	5	4	5	4	5	5	4	5	78	Baik	
2	4	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	5	4	4	5	4	72	Sedang	
3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	2	4	5	5	4	4	78	Baik	
4	3	4	4	4	4	5	5	5	3	4	3	4	5	4	5	5	4	71	Sedang	
5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	2	3	4	5	4	4	68	Tidak baik	
6	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	72	Sedang	
7	4	3	4	5	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	5	3	4	70	Sedang	
8	4	4	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4	4	71	Sedang	
9	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	5	4	5	4	5	73	Sedang	
10	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	70	Sedang	
11	5	4	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	81	SangatBaik	
12	4	4	5	4	4	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	76	Baik	
13	5	4	5	4	4	5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	4	5	77	Baik	
14	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	2	67	Tidak baik	
15	3	4	5	3	3	4	5	4	4	3	5	4	5	5	5	5	4	71	Sedang	
16	3	4	5	4	4	5	5	4	4	3	3	4	4	5	5	4	4	70	Sedang	
17	4	5	5	4	5	5	5	5	4	5	4	5	4	5	5	5	4	79	Baik	
18	4	4	5	4	4	5	5	4	4	3	3	4	4	1	2	4	4	64	SangatTidak baik	
19	2	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	5	4	4	5	65	Tidak baik	
20	4	4	5	5	5	5	5	5	4	5	4	2	5	4	5	5	4	76	Baik	
21	2	2	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	64	SangatTidak baik	
22	3	5	5	5	4	5	5	4	5	3	4	3	2	3	4	4	3	67	Tidak baik	
23	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	1	4	3	4	5	5	64	SangatTidak baik	
24	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5	4	4	80	Baik	
25	5	4	4	4	5	4	5	4	5	4	5	2	4	4	4	5	2	70	Sedang	

26	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	81	SangatBaik
27	3	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	78	Baik	
28	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	5	5	3	67	Tidak baik	
29	4	5	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	4	5	75	Baik	
30	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	4	81	SangatBaik	
31	3	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	3	4	77	Baik	
32	3	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	5	4	5	3	4	70	Sedang	
33	4	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5	1	4	5	5	4	4	75	Baik	
34	5	1	5	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	3	5	77	Baik	
35	3	4	4	5	4	5	5	5	4	4	5	4	5	4	5	4	4	74	Sedang	
36	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	85	SangatBaik	
37	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	66	Tidak baik	
38	4	5	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	5	3	3	70	Sedang	
39	3	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	5	4	4	5	4	4	71	Sedang	
40	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	71	Sedang	
41	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	66	Tidak baik	
42	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	4	69	Tidak baik	
43	3	5	4	5	5	5	5	5	4	4	5	4	5	4	5	4	4	76	Baik	
44	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	68	Tidak baik	
45	4	5	4	5	5	5	4	4	4	4	5	4	4	4	5	4	4	74	Sedang	
46	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	5	4	5	4	5	4	4	73	Sedang	
47	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	68	Tidak baik	
48	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	85	SangatBaik	
49	3	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	5	3	5	3	3	67	Tidak baik	
50	3	4	4	4	5	5	4	5	4	3	4	4	4	4	5	3	4	69	Tidak baik	
51	3	3	4	5	3	5	5	5	4	5	5	5	5	3	5	4	5	74	Sedang	
52	4	4	5	5	4	5	4	5	4	5	4	4	5	4	5	4	5	76	Baik	
53	4	4	4	5	4	4	5	4	5	3	4	5	5	4	5	4	3	72	Sedang	
54	4	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	5	4	5	4	5	73	Sedang	
55	2	4	4	4	4	5	5	4	4	4	3	1	5	5	5	3	5	67	Tidak baik	
56	4	4	5	4	2	5	5	5	2	4	1	1	4	4	5	5	5	65	Tidak baik	
57	3	3	4	4	3	5	4	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	72	Sedang	
58	4	4	5	4	4	5	4	5	4	4	4	5	4	4	5	2	4	71	Sedang	
59	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	5	4	4	4	4	65	Tidak baik	

60	4	2	4	4	5	5	4	4	5	5	4	4	5	4	5	4	4	72	Sedang
61	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	66	Tidak baik
62	5	4	4	4	5	5	5	4	4	4	3	3	4	5	5	4	5	73	Sedang
63	3	2	4	4	4	3	4	3	5	4	4	4	4	5	5	4	4	66	Tidak baik
64	4	3	4	3	5	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	64	SangatTidak baik
65	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	66	Tidak baik
66	4	3	4	3	5	4	4	3	4	4	3	4	4	4	5	3	4	65	Tidak baik
67	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	5	5	3	5	3	5	68	Tidak baik
68	4	4	3	3	4	5	4	4	5	5	4	5	5	4	5	5	5	74	Sedang
69	4	5	5	4	5	5	5	5	4	4	3	4	5	5	4	4	4	75	Baik
70	4	4	4	4	5	5	4	4	5	5	4	5	5	4	5	4	4	75	Baik
71	4	4	5	4	4	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	79	Baik
72	3	4	5	5	4	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	4	5	78	Baik
73	3	4	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	5	3	5	78	Baik
74	3	3	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	4	5	73	Sedang
75	3	5	5	4	5	5	4	4	5	5	3	4	5	5	4	4	5	75	Baik
76	3	3	4	3	4	4	4	4	5	5	4	4	3	4	5	5	4	68	Tidak baik
77	5	4	4	4	4	4	4	5	5	3	4	4	4	4	5	3	4	70	Sedang
78	3	4	4	4	4	4	4	5	4	4	3	4	4	4	4	4	4	67	Tidak baik
79	5	4	5	5	3	4	5	4	4	3	4	4	4	5	5	3	4	71	Sedang
80	4	4	4	4	4	4	5	4	3	4	3	3	5	4	5	4	5	69	Tidak baik

NILAI MINIMAL	64
NILAI MAKSIMAL	85
MEAN/RERATA	71,93
MEDIAN	71
MODUS	71
STANDAR DEVISASI	5,09

Interval	Kategori	Frekuensi	Prosentase (%)
> 79,57	SangatBaik	5	6,25
74,47 - 79,57	Baik	20	25
69,38 - 74,46	Sedang	28	35
64,28 - 69,37	Tidak baik	23	28,75
< 64,28	SangatTidak baik	4	5
Total		80	100,00

Rentang Skor	Kategori
> MEAN + 1,5SD	Sangat baik
MEAN + 0,5SD s/d < MEAN +1,5SD	Baik
MEAN – 0,5 SD s/d <MEAN + 0,5SD	Sedang
MEAN – 1,5SD s/d< MEAN – 0,5SD	Tidak baik
<MEAN -1,5SD	Sangat tidak baik

**TABEL HASIL INSTRUMEN PENELITIAN
PERILAKU HIDUP SEHAT SISWA KELAS ATAS
SD N 1 TINGGARWANGI, JATILAWANG, BANYUMAS
TAHUN 2014/2015**

Responden	faktor 1					faktor 2						faktor 3													JML	Kategori						
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24			25	26	27	28	29	
1	1	5	5	1	2	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	4	5	5	4	5	5	4	5	4	5	5	4	5	124	Sedang	
2	4	5	5	1	1	4	5	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	5	4	4	5	4	119	Sedang		
3	1	4	4	2	1	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	2	4	5	5	4	4	119	Sedang	
4	1	4	4	1	1	5	5	5	4	4	4	4	3	4	4	4	4	5	5	5	3	4	3	4	5	4	5	5	4	113	Tidak baik	
5	2	5	4	2	3	5	5	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	2	3	4	5	4	4	115	Tidak baik		
6	4	5	5	4	5	5	5	4	5	4	5	5	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	128	Baik		
7	4	5	3	5	4	5	5	4	4	5	5	4	4	3	4	5	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	5	3	4	123	Sedang	
8	4	5	5	5	2	4	4	5	5	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4	123	Sedang		
9	1	4	4	1	2	5	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	5	4	5	4	5	116	Tidak baik	
10	4	5	5	5	5	5	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	124	Sedang	
11	4	5	4	5	5	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	136	Sangat tidak baik	
12	4	5	4	5	5	4	4	5	4	4	5	4	4	4	5	4	4	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	129	Baik	
13	1	5	4	4	1	5	4	5	4	5	5	5	5	4	5	4	4	5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	4	5	125	Sedang	
14	2	4	4	4	1	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	2	111	Tidak baik	
15	1	4	4	3	1	5	4	2	4	1	5	4	3	4	5	3	3	4	5	4	4	3	5	4	5	5	5	5	4	109	Sangat tidak baik	
16	1	5	4	4	4	5	5	5	4	5	5	4	3	4	5	4	4	5	5	4	4	3	3	4	4	5	5	4	4	121	Sedang	
17	5	5	4	1	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	4	133	Baik	
18	1	5	4	1	1	4	2	5	5	2	1	5	4	4	5	4	4	5	5	4	4	3	3	4	4	1	2	4	4	100	Sangat tidak baik	
19	2	4	3	1	4	5	5	4	4	5	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	5	4	4	110	Sangat tidak baik	
20	2	5	4	1	1	4	5	5	4	4	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	2	5	4	5	5	4	121	Sedang
21	4	4	5	4	5	4	5	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	3	115	Tidak baik	
22	1	5	4	1	5	5	5	5	4	5	5	4	3	5	5	5	4	5	5	4	5	3	4	3	2	3	4	4	3	116	Tidak baik	

23	2	5	3	2	1	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	1	4	3	4	5	5	105	Sangat tidak baik				
24	3	5	5	1	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5	4	4	130	Baik			
25	4	5	4	1	2	4	5	4	5	5	5	4	5	4	4	4	5	4	5	4	5	4	5	2	4	4	4	5	2	118	Tidak baik		
26	3	5	5	1	1	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	131	Baik			
27	4	5	4	5	5	5	4	5	4	4	4	5	4	3	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	4	5	132	Baik		
28	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	5	5	3	116	Tidak baik		
29	5	4	4	5	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	5	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	4	5	127	Baik	
30	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	4	139	SangatBaik		
31	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	3	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	3	4	128	Baik		
32	5	4	4	5	4	4	5	4	4	4	4	4	5	3	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	5	4	5	3	4	122	Sedang	
33	4	5	4	4	4	5	5	5	4	5	4	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5	1	4	5	5	4	4	129	Baik		
34	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	1	5	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	3	5	135	Baik		
35	4	5	5	4	4	4	5	2	5	4	4	4	3	4	4	5	4	5	5	5	4	4	5	4	5	4	5	4	4	124	Sedang		
36	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	145	SangatBaik		
37	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	115	Tidak baik		
38	4	5	5	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	5	3	3	122	Sedang	
39	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	5	4	4	5	4	4	120	Sedang	
40	4	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	122	Sedang	
41	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	112	Tidak baik		
42	4	4	2	4	4	2	2	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	4	109	Sangat tidak baik
43	5	4	4	5	4	4	5	5	4	4	4	4	3	5	4	5	5	5	5	5	4	4	5	4	5	4	5	4	4	128	Baik		
44	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	116	Tidak baik		
45	4	4	4	5	4	4	5	5	4	4	4	4	4	5	4	5	5	5	4	4	4	4	5	4	4	4	5	4	4	125	Sedang		
46	5	4	4	4	4	2	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	5	4	5	4	5	4	4	122	Sedang	
47	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	114	Tidak baik		
48	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	145	SangatBaik		
49	5	5	5	5	5	5	4	5	4	4	4	4	3	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	5	3	5	3	3	122	Sedang		
50	5	5	4	5	5	5	4	5	4	5	4	3	3	4	4	4	5	5	4	5	4	3	4	4	4	4	5	3	4	123	Sedang		
51	4	5	4	5	4	5	5	5	4	4	4	4	3	3	4	5	3	5	5	5	4	5	5	5	3	5	4	5	127	Baik			
52	5	4	4	4	5	4	4	5	3	5	5	5	4	4	5	5	4	5	4	5	4	5	4	4	5	4	5	4	5	129	Baik		
53	5	5	4	5	4	4	5	4	3	5	3	4	4	4	4	5	4	4	5	4	5	3	4	5	5	4	5	4	3	123	Sedang		

54	4	5	3	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	5	4	5	4	5	126	Sedang	
55	4	4	1	4	4	5	4	4	4	5	3	4	2	4	4	4	4	5	5	4	4	4	3	1	5	5	5	3	5	113	Tidak baik	
56	4	4	4	5	4	5	5	4	4	5	4	5	4	4	5	4	2	5	5	5	2	4	1	1	4	4	5	5	5	118	Tidak baik	
57	5	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	5	4	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	124	Sedang	
58	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	5	4	4	4	5	4	4	5	2	4	120	Sedang	
59	5	4	4	5	5	5	5	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	5	4	4	4	117	Tidak baik	
60	4	5	4	5	4	4	4	5	3	4	4	4	4	2	4	4	4	5	5	4	4	5	5	4	4	5	4	4	122	Sedang		
61	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	114	Tidak baik	
62	4	5	3	5	4	5	5	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	5	5	5	4	4	4	3	3	4	5	5	4	5	125	Sedang
63	4	4	4	3	4	5	5	4	3	5	4	4	3	2	4	4	4	4	3	4	3	5	4	4	4	4	5	5	4	4	115	Tidak baik
64	4	4	4	5	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	5	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	111	Tidak baik
65	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	114	Tidak baik
66	5	4	4	5	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	5	4	4	3	4	4	3	4	4	4	5	3	4	113	Tidak baik	
67	5	4	5	5	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	5	5	3	5	3	5	117	Tidak baik
68	5	5	4	5	4	5	5	5	4	4	5	4	4	4	3	3	4	5	4	4	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	129	Baik
69	4	5	2	5	4	5	5	4	5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	5	5	4	4	3	4	5	5	4	4	4	128	Baik	
70	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	5	5	4	5	5	4	5	4	4	123	Sedang	
71	4	4	4	4	5	5	5	4	5	5	5	5	4	4	5	4	4	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	134	Baik	
72	4	5	5	4	5	5	5	5	5	4	4	4	3	4	5	5	4	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	4	5	133	Baik	
73	4	5	3	4	3	5	5	5	5	5	4	3	3	4	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	5	3	5	129	Baik	
74	4	5	4	4	4	5	5	4	4	5	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	4	5	125	Sedang	
75	4	4	5	5	5	4	5	5	5	5	4	4	3	5	5	4	5	5	4	4	5	5	3	4	5	5	4	4	5	130	Baik	
76	4	4	4	4	5	5	4	4	4	5	5	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	5	5	4	4	3	4	5	5	4	120	Sedang
77	4	4	4	4	4	5	5	5	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	5	5	3	4	4	4	4	5	3	4	123	Sedang
78	5	4	4	5	4	5	5	4	4	5	5	4	3	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	3	4	4	4	4	4	121	Sedang	
79	5	5	5	4	4	3	5	5	4	4	4	4	5	4	5	5	3	4	5	4	4	3	4	4	4	5	5	3	4	123	Sedang	
80	4	5	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	3	4	3	3	5	4	5	4	5	120	Sedang	

NILAI MINIMAL	100
NILAI MAKSIMAL	145
MEAN/RERATA	122,15
MEDIAN	122
MODUS	123
STANDAR DEVIASI	8,275478494

Interval	Kategori	Frekuensi	Prosentase (%)
> 134,56	Sangat Baik	4	5
126,29 - 134,56	Baik	19	23,75
118,01 - 126,28	Sedang	31	38,75
109,74 - 118,00	Tidak Baik	21	26,25
< 109,74	Sangat Tidak Baik	5	6,25
Total		80	100,00

TABEL HASIL PENELITIAN
PERILAKU HIDUP SEHAT SISWA KELAS ATAS
SD NEGERI 1 TINGGARWANGI, JATILAWANG, BANYUMAS TAHUN 2014/2015

No	F 1	Kategori	F 2	Kategori	F 3	Kategori	Jmlh	Kategori
1	19	Sangat tidak baik	27	Sedang	78	Baik	124	Sedang
2	20	Tidak baik	27	Sedang	72	Sedang	119	Sedang
3	16	Sangat tidak baik	25	Tidak baik	78	Baik	119	Sedang
4	16	Sangat tidak baik	26	Sedang	71	Sedang	113	Tidak baik
5	21	Tidak baik	26	Sedang	68	Tidak baik	115	Tidak baik
6	28	Baik	28	Baik	72	Sedang	128	Baik
7	26	Sedang	27	Sedang	70	Sedang	123	Sedang
8	25	Sedang	27	Sedang	71	Sedang	123	Sedang
9	17	Sangat tidak baik	26	Sedang	73	Sedang	116	Tidak baik
10	29	Baik	25	Tidak baik	70	Sedang	124	Sedang
11	28	Baik	27	Sedang	81	SangatBaik	136	SangatBaik
12	27	Baik	26	Sedang	76	Baik	129	Baik
13	20	Tidak baik	28	Baik	77	Baik	125	Sedang
14	19	Sangat tidak baik	25	Tidak baik	67	Tidak baik	111	Tidak baik
15	18	Sangat tidak baik	20	Sangat tidak baik	71	Sedang	109	Sangat tidak baik
16	23	Tidak baik	28	Baik	70	Sedang	121	Sedang
17	25	Sedang	29	Baik	79	Baik	133	Baik
18	16	Sangat tidak baik	20	Sangat tidak baik	64	Sangat tidak baik	100	Sangat tidak baik
19	19	Sangat tidak baik	26	Sedang	65	Tidak baik	110	Sangat tidak baik
20	17	Sangat tidak baik	28	Baik	76	Baik	121	Sedang
21	26	Sedang	25	Tidak baik	64	Sangat tidak baik	115	Tidak baik
22	21	Tidak baik	28	Baik	67	Tidak baik	116	Tidak baik

23	17	Sangat tidak baik	24	Tidak baik	64	Sangat tidak baik	105	Sangat tidak baik
24	20	Tidak baik	30	SangatBaik	80	Baik	130	Baik
25	20	Tidak baik	28	Baik	70	Sedang	118	Tidak baik
26	20	Tidak baik	30	SangatBaik	81	SangatBaik	131	Baik
27	28	Baik	26	Sedang	78	Baik	132	Baik
28	26	Sedang	23	Sangat tidak baik	67	Tidak baik	116	Tidak baik
29	27	Baik	25	Tidak baik	75	Baik	127	Baik
30	29	Baik	29	Baik	81	SangatBaik	139	SangatBaik
31	25	Sedang	26	Sedang	77	Baik	128	Baik
32	26	Sedang	26	Sedang	70	Sedang	122	Sedang
33	26	Sedang	28	Baik	75	Baik	129	Baik
34	29	Baik	29	Baik	77	Baik	135	Baik
35	26	Sedang	24	Tidak baik	74	Sedang	124	Sedang
36	30	Baik	30	SangatBaik	85	SangatBaik	145	SangatBaik
37	25	Sedang	24	Tidak baik	66	Tidak baik	115	Tidak baik
38	26	Sedang	26	Sedang	70	Sedang	122	Sedang
39	25	Sedang	24	Tidak baik	71	Sedang	120	Sedang
40	25	Sedang	26	Sedang	71	Sedang	122	Sedang
41	22	Tidak baik	24	Tidak baik	66	Tidak baik	112	Tidak baik
42	20	Tidak baik	20	Sangat tidak baik	69	Tidak baik	109	Sangat tidak baik
43	26	Sedang	26	Sedang	76	Baik	128	Baik
44	24	Sedang	24	Tidak baik	68	Tidak baik	116	Tidak baik
45	25	Sedang	26	Sedang	74	Sedang	125	Sedang
46	23	Tidak baik	26	Sedang	73	Sedang	122	Sedang
47	22	Tidak baik	24	Tidak baik	68	Tidak baik	114	Tidak baik
48	30	Baik	30	SangatBaik	85	SangatBaik	145	SangatBaik
49	30	Baik	25	Tidak baik	67	Tidak baik	122	Sedang

50	29	Baik	25	Tidak baik	69	Tidak baik	123	Sedang
51	27	Baik	26	Sedang	74	Sedang	127	Baik
52	26	Sedang	27	Sedang	76	Baik	129	Baik
53	27	Baik	24	Tidak baik	72	Sedang	123	Sedang
54	27	Baik	26	Sedang	73	Sedang	126	Sedang
55	22	Tidak baik	24	Tidak baik	67	Tidak baik	113	Tidak baik
56	26	Sedang	27	Sedang	65	Tidak baik	118	Tidak baik
57	27	Baik	25	Tidak baik	72	Sedang	124	Sedang
58	24	Sedang	25	Tidak baik	71	Sedang	120	Sedang
59	28	Baik	24	Tidak baik	65	Tidak baik	117	Tidak baik
60	26	Sedang	24	Tidak baik	72	Sedang	122	Sedang
61	24	Sedang	24	Tidak baik	66	Tidak baik	114	Tidak baik
62	26	Sedang	26	Sedang	73	Sedang	125	Sedang
63	24	Sedang	25	Tidak baik	66	Tidak baik	115	Tidak baik
64	25	Sedang	22	Sangat tidak baik	64	Sangat tidak baik	111	Tidak baik
65	24	Sedang	24	Tidak baik	66	Tidak baik	114	Tidak baik
66	26	Sedang	22	Sangat tidak baik	65	Tidak baik	113	Tidak baik
67	25	Sedang	24	Tidak baik	68	Tidak baik	117	Tidak baik
68	28	Baik	27	Sedang	74	Sedang	129	Baik
69	25	Sedang	28	Baik	75	Baik	128	Baik
70	24	Sedang	24	Tidak baik	75	Baik	123	Sedang
71	26	Sedang	29	Baik	79	Baik	134	Baik
72	28	Baik	27	Sedang	78	Baik	133	Baik
73	24	Sedang	27	Sedang	78	Baik	129	Baik
74	26	Sedang	26	Sedang	73	Sedang	125	Sedang
75	27	Baik	28	Baik	75	Baik	130	Baik
76	26	Sedang	26	Sedang	68	Tidak baik	120	Sedang

77	25	Sedang	28	Baik	70	Sedang	123	Sedang
78	27	Baik	27	Sedang	67	Tidak baik	121	Sedang
79	26	Sedang	26	Sedang	71	Sedang	123	Sedang
80	26	Sedang	25	Tidak baik	69	Tidak baik	120	Sedang

TABEL CORRELATION
UJI VALIDITAS INSTRUMEN ANGGKET
“PerilakuHidupSehatSiswaKelasAtas”

		Skor Total
Item 1	Pearson Correlation	.317**
	Sig. (2-tailed)	.006
	N	73
Item 2	Pearson Correlation	.204
	Sig. (2-tailed)	.083
	N	73
Item 3	Pearson Correlation	.305**
	Sig. (2-tailed)	.009
	N	73
Item 4	Pearson Correlation	.116
	Sig. (2-tailed)	.327
	N	73
Item 5	Pearson Correlation	.227
	Sig. (2-tailed)	.053
	N	73
Item 6	Pearson Correlation	.256*
	Sig. (2-tailed)	.029
	N	73
Item 7	Pearson Correlation	.494**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	73
Item 8	Pearson Correlation	.337**
	Sig. (2-tailed)	.004
	N	73
Item 9	Pearson Correlation	.465**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	73
Item 10	Pearson Correlation	.298*
	Sig. (2-tailed)	.011
	N	73

Item 11	Pearson Correlation	.081
	Sig. (2-tailed)	.496
	N	73
Item 12	Pearson Correlation	.399
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	73
Item 13	Pearson Correlation	.426**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	73
Item 14	Pearson Correlation	.529**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	73
Item 15	Pearson Correlation	.341**
	Sig. (2-tailed)	.003
	N	73
Item 16	Pearson Correlation	.013
	Sig. (2-tailed)	.913
	N	73
Item 17	Pearson Correlation	.241*
	Sig. (2-tailed)	.040
	N	73
Item 18	Pearson Correlation	.303
	Sig. (2-tailed)	.009
	N	73
Item 19	Pearson Correlation	.466**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	73
Item 20	Pearson Correlation	.134
	Sig. (2-tailed)	.258
	N	73
Item 21	Pearson Correlation	.253*
	Sig. (2-tailed)	.031
	N	73
Item 22	Pearson Correlation	.385**

	Sig. (2-tailed) N	.001 73
Item 23	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.268* .022 72
Item 24	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.455** .000 73
Item 25	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.275* .019 73
Item 26	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.387** .001 73
Item 27	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.225 .056 73
Item 28	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.508** .000 73
Item 29	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.351** .002 73
Item 30	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.204 .084 73
Item 31	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.251* .032 73
Item 32	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.167 .158 73
Item 33	Pearson Correlation Sig. (2-tailed)	.283* .015

	N	73
Item 34	Pearson Correlation	.257*
	Sig. (2-tailed)	.028
	N	73
Item 35	Pearson Correlation	.111
	Sig. (2-tailed)	.350
	N	73
Item 36	Pearson Correlation	.415**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	73
Item 37	Pearson Correlation	.048
	Sig. (2-tailed)	.685
	N	73
Item 39	Pearson Correlation	.292*
	Sig. (2-tailed)	.012
	N	73
Item 40	Pearson Correlation	.561**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	73

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

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

```

FREQUENCIES VARIABLES=item1 item2 item3 item4 item5 item6 item7 item8 item9 item10
item11 item12 item13 item14 item15 item16 item17
    item18 item19 item20 item21 item22 item23 item24 item25 item26 item27 item28 item29
/ORDER=ANALYSIS.

```

Frequencies

Frequency Table

item1

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SangatTidakBaik	9	11.3	11.3	11.3
	TidakBaik	5	6.3	6.3	17.5
	Sedang	2	2.5	2.5	20.0
	Baik	43	53.8	53.8	73.8
	sangatBaik	21	26.3	26.3	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

item2

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	39	48.8	48.8	48.8
	sangatBaik	41	51.3	51.3	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

item3

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SangatTidakBaik	1	1.3	1.3	1.3
	TidakBaik	3	3.8	3.8	5.0
	Sedang	6	7.5	7.5	12.5
	Baik	53	66.3	66.3	78.8
	sangatBaik	17	21.3	21.3	100.0

item3

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SangatTidakBaik	1	1.3	1.3	1.3
	TidakBaik	3	3.8	3.8	5.0
	Sedang	6	7.5	7.5	12.5
	Baik	53	66.3	66.3	78.8
	sangatBaik	17	21.3	21.3	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

item4

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SangatTidakBaik	12	15.0	15.0	15.0
	TidakBaik	3	3.8	3.8	18.8
	Sedang	2	2.5	2.5	21.3
	Baik	32	40.0	40.0	61.3
	sangatBaik	31	38.8	38.8	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

item5

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SangatTidakBaik	11	13.8	13.8	13.8
	TidakBaik	4	5.0	5.0	18.8
	Sedang	2	2.5	2.5	21.3
	Baik	40	50.0	50.0	71.3
	sangatBaik	23	28.8	28.8	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

item6

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TidakBaik	4	5.0	5.0	5.0
	Sedang	1	1.3	1.3	6.3
	Baik	29	36.3	36.3	42.5
	sangatBaik	46	57.5	57.5	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

item7

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TidakBaik	2	2.5	2.5	2.5
	Baik	28	35.0	35.0	37.5
	sangatBaik	50	62.5	62.5	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

item8

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TidakBaik	2	2.5	2.5	2.5
	Sedang	2	2.5	2.5	5.0
	Baik	43	53.8	53.8	58.8
	sangatBaik	33	41.3	41.3	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

item9

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	5	6.3	6.3	6.3
	Baik	54	67.5	67.5	73.8
	sangatBaik	21	26.3	26.3	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

item10

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SangatTidakBaik	1	1.3	1.3	1.3
	TidakBaik	2	2.5	2.5	3.8
	Baik	49	61.3	61.3	65.0
	sangatBaik	28	35.0	35.0	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

item11

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SangatTidakBaik	1	1.3	1.3	1.3
	Sedang	5	6.3	6.3	7.5
	Baik	45	56.3	56.3	63.8
	sangatBaik	29	36.3	36.3	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

item12

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	2	2.5	2.5	2.5
	Baik	58	72.5	72.5	75.0
	sangatBaik	20	25.0	25.0	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

item13

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TidakBaik	4	5.0	5.0	5.0
	Sedang	24	30.0	30.0	35.0
	Baik	38	47.5	47.5	82.5
	sangatBaik	14	17.5	17.5	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

item14

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SangatTidakBaik	1	1.3	1.3	1.3
	TidakBaik	5	6.3	6.3	7.5
	Sedang	9	11.3	11.3	18.8
	Baik	48	60.0	60.0	78.8
	sangatBaik	17	21.3	21.3	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

item15

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	1	1.3	1.3	1.3
	Baik	49	61.3	61.3	62.5
	sangatBaik	30	37.5	37.5	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

item16

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	6	7.5	7.5	7.5
	Baik	53	66.3	66.3	73.8
	sangatBaik	21	26.3	26.3	100.0

item16

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	6	7.5	7.5	7.5
	Baik	53	66.3	66.3	73.8
	sangatBaik	21	26.3	26.3	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

item17

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TidakBaik	1	1.3	1.3	1.3
	Sedang	4	5.0	5.0	6.3
	Baik	47	58.8	58.8	65.0
	sangatBaik	28	35.0	35.0	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

item18

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	1	1.3	1.3	1.3
	Baik	38	47.5	47.5	48.8
	sangatBaik	41	51.3	51.3	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

item19

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	40	50.0	50.0	50.0
	sangatBaik	40	50.0	50.0	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

item20

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	4	5.0	5.0	5.0
	Baik	45	56.3	56.3	61.3
	sangatBaik	31	38.8	38.8	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

item21

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TidakBaik	1	1.3	1.3	1.3
	Sedang	4	5.0	5.0	6.3
	Baik	46	57.5	57.5	63.8
	sangatBaik	29	36.3	36.3	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

item22

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TidakBaik	1	1.3	1.3	1.3
	Sedang	10	12.5	12.5	13.8
	Baik	47	58.8	58.8	72.5
	sangatBaik	22	27.5	27.5	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

item23

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SangatTidakBaik	1	1.3	1.3	1.3
	TidakBaik	1	1.3	1.3	2.5
	Sedang	11	13.8	13.8	16.3
	Baik	43	53.8	53.8	70.0
	sangatBaik	24	30.0	30.0	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

item24

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SangatTidakBaik	4	5.0	5.0	5.0
	TidakBaik	4	5.0	5.0	10.0
	Sedang	4	5.0	5.0	15.0
	Baik	46	57.5	57.5	72.5
	sangatBaik	22	27.5	27.5	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

item25

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TidakBaik	1	1.3	1.3	1.3
	Sedang	3	3.8	3.8	5.0
	Baik	35	43.8	43.8	48.8
	sangatBaik	41	51.3	51.3	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

item26

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SangatTidakBaik	1	1.3	1.3	1.3
	Sedang	5	6.3	6.3	7.5
	Baik	48	60.0	60.0	67.5
	sangatBaik	26	32.5	32.5	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

item27

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TidakBaik	1	1.3	1.3	1.3
	Baik	22	27.5	27.5	28.8
	sangatBaik	57	71.3	71.3	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

item28

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TidakBaik	1	1.3	1.3	1.3
	Sedang	14	17.5	17.5	18.8
	Baik	50	62.5	62.5	81.3
	sangatBaik	15	18.8	18.8	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

item29

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TidakBaik	2	2.5	2.5	2.5
	Sedang	7	8.8	8.8	11.3
	Baik	43	53.8	53.8	65.0
	sangatBaik	28	35.0	35.0	100.0

item29

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TidakBaik	2	2.5	2.5	2.5
	Sedang	7	8.8	8.8	11.3
	Baik	43	53.8	53.8	65.0
	sangatBaik	28	35.0	35.0	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

RELIABILITY

```
/VARIABLES=item1 item2 item3 item4 item5 item6 item7 item8 item9 item10 item11  
item12 item13 item14 item15 item16 item17 item18 it  
em19 item20 item21 item22 item23 item24 item25 item26 item27 item28 item29 item30  
item31 item32 item33 item34 item35  
item36 item37 item38 item39 item40  
/SCALE('ALL VARIABLES') ALL  
/MODEL=ALPHA.
```

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	73	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	73	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.731	40

DOKUMENTASI



DOKUMENTASI

