

**PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT SISWA KELAS VIII  
SMP NEGERI 1 BUMIJAWA KABUPATEN TEGAL TAHUN AJARAN  
2016/2017**

**SKRIPSI**

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



Oleh  
Ircham Faozy  
NIM 12601244028

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2017**

## PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul **“Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun Ajaran 2016/2017 ”** yang disusun oleh Ircham Faozy, NIM: 12601244028 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 27 Maret 2017  
Pembimbing,



Hedi Ardiyanto Hermawan, M.Or  
NIP. 197702182008011002

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ircham Faozy

NIM : 12601244028

Program Studi : PJKR

Judul Skripsi : "PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT SISWA  
KELAS VIII SMP NEGERI 1 BUMIJAWA  
KABUPATEN TEGAL TAHUN AJARAN 2016/2017"

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

Yogyakarta, 27 Maret 2017  
Yang Menyatakan,

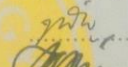

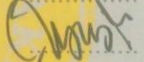


Ircham Faozy  
NIM. 12601244028


## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun Ajaran 2016/2017” yang disusun oleh Ircham Faozy, NIM: 12601244028 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 12.April.2017. dan dinyatakan lulus.

### DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Hedi Ardiyanto Hermawan, M.Or	Ketua Penguji		13/04/2017
Ahmad Rithaudin, S.Pd. Jas. M.Or	Sekretaris Penguji		13/04/2017
Cerika Rismayanthi, S.Or., M.Or	Penguji I (Utama)		13/4/2017

Yogyakarta, April 2017  
Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Dekan

  
Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M. Ed.  
NIP. 19640707 198812 1 001

## MOTTO

1. Dan perumpamaan-perumpamaan ini Kami buat untuk manusia; dan tidak ada yang akan memahaminya kecuali mereka yang berilmu.

(Q.S. Al-Ankabut: 43 )

2. Barang siapa berjalan untuk menuntut ilmu maka Allah akan memudahkan baginya jalan kesurga.

(HR Muslim)

3. Pendidikan adalah paspor kita untuk masa depan, hari esok adalah untuk siapa saja yang mempersiapkannya hari ini.

(Malcolm X)

4. Jalani hidup dengan penuh makna (makna: cinta, ilmu, dan iman).

(Ircham faozy)

## **PERSEMBAHAN**

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah Tuhan semesta alam, Engkau telah memberikan berkah dari buah kesabaran dan keikhlasan dalam mengerjakan Tugas Akhir Skripsi ini. Karya ini saya persembahkan kepada :

1. Kedua orang tuaku yang tercinta, Muhaemin dan Ibunda Hemi leksanawati yang dengan segenap jiwa raga selalu menyayangi, mencintai, mendoakan, menjaga serta memberikan motivasi dan pengorbanan tak ternilai.
2. Kedua saudaraku Novi Roviana S.D dan M.Azmy yang sangat saya sayangi dan banggakan, yang senantiasa mendoakan, memberi semangat dan menjadi inspirator yang hebat.
3. Seluruh saudara dan keluarga besarku yang saya sayangi, yang senantiasa mendoakan dan memotivasi yang terbaik.

**PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT SISWA KELAS VIII  
SMP NEGERI 1 BUMIJAWA KABUPATEN TEGAL TAHUN AJARAN  
2016/2017**

**Oleh  
Ircham Faozy  
12601244028**

**ABSTRAK**

Anak usia sekolah rawan akan masalah kesehatan dan kebersihan seperti infeksi akibat cacing, diare, demam, tifus dan cacar air. Maka tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui perilaku hidup bersih dan sehat siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun Ajaran 2016/2017.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan metode survei. populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Tegal yang berjumlah sebanyak 246 siswa. Untuk menganalisis data digunakan teknik deskriptif kuantitatif dengan persentase. Gambaran diperoleh dengan cara mengidentifikasi perilaku terhadap makanan dan minuman, perilaku terhadap kebersihan tubuh dan pakaian, perilaku terhadap kebersihan lingkungan, perilaku terhadap sakit dan penyakit, perilaku hidup yang teratur dan terukur, dan kebiasaan yang merusak kesehatan.

Hasil penelitian menunjukkan gambaran PHBS siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun Ajaran 2016/2017 dengan kategori sangat baik 28,0%, kategori baik 55,3%, kategori cukup 16,7%, kategori kurang 0% dan kategori sangat kurang 0%. Dengan demikian PHBS siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun Ajaran 2016/2017 masuk dalam kategori baik yakni 55,3%. Berdasarkan faktor PHBS kondisi yang menonjol yakni pada faktor kebiasaan yang merusak kesehatan yakni dengan kategori sangat baik sebesar 81,3%, dan paling kurang menonjol yaitu pada faktor perilaku terhadap makanan dan minuman yang berada pada kategori sangat kurang yakni sebesar 0,4%.

*Kata Kunci : perilaku, hidup bersih sehat, siswa kelas VIII*

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur dipanjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas kasih dan rahmat-Nya sehingga penyusunan tugas akhir skripsi dengan judul “Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun Ajaran 2016/2017” Dapat diselesaikan dengan lancar.

Selesainya penyusunan tugas akhir skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini disampaikan ucapan terimakasih sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. Sutrisna Wibawa, M.Pd. Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan untuk menempuh perkuliahan di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin penelitian
3. Bapak Dr. Guntur, M.Pd., Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga (POR), Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
4. Bapak Dr. Muhammad Hamid Anwar, M.Phil., Penasehat Akademik yang telah memberikan bimbingan, arahan dan saran-saran selama menempuh perkuliahan.
5. Bapak Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd.,M.Or. Pembimbing Tugas Akhir Skripsi, yang telah dengan ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan waktunya untuk selalu memberikan yang terbaik dalam menyelesaikan skripsi ini.

6. Bapak Erwin Setyo Kriswanto, S.Pd., M.Kes. dan Dra. Farida Mulyaningsih, M.Kes. selaku validator/ahli yang senantiasa meluangkan waktu, memberikan saran, dan masukan demi perbaikan instrumen penelitian.
7. Seluruh dan staf jurusan POR yang telah memberikan ilmu dan informasi yang bermanfaat.
8. Kepala Sekolah, Guru, dan peserta didik SMP Negeri 3 Bumijawa Kabupaten Tegal yang telah memberikan ijin uji coba instrumen penelitian.
9. Kepala Sekolah, Guru, dan peserta didik SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal yang telah memberikan ijin dan membantu penelitian.
10. Teman-temanku PJKR C angkatan 2012, yang kini sudah aku anggap menjadi saudaraku sendiri, terimakasih kebersamaannya.
11. Keluarga KMH yang selalu mendukung dan memotivasi selama ini, terimakasih atas pengalaman dan ilmunya yang sangat bermanfaat.
12. Teman-temanku “abunawas”, yang senantiasa selalu menghibur, memberi candaan, dan bisa membuatku tertawa bahagia.

Semoga segala bantuan yang telah diberikan mendapat imbalan yang melimpah dari Allah SWT. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun selalu diharapkan demi perbaikan-perbaikan pada masa yang akan datang. Diharapkan semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi yang membutuhkan.

Yogyakarta, 27 April 2017

Penulis

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
MOTTO .....	v
PERSEMBAHAN .....	vi
ABSTRAK .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar belakang masalah .....	1
B. Identifikasi masalah .....	6
C. Batasan masalah .....	7
D. Rumusan masalah .....	7
E. Tujuan penelitian .....	8
F. Manfaat penelitian .....	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA .....	10
A. Deskripsi teori .....	10
1. Pengertian perilaku hidup bersih dan sehat .....	10
2. Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat .....	18
3. Karakteristik siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama .....	54
B. Kajian Penelitian yang relevan .....	57
C. Kerangka berfikir .....	58
BAB III METODE PENELITIAN .....	61
A. Desain penelitian .....	61

B. Definisi operasional variabel penelitian .....	61
C. Subjek penelitian .....	62
D. Instrumen dan teknik pengumpulan data .....	63
1. Instrumen penelitian .....	63
2. Uji coba instrumen .....	66
3. Teknik pengumpulan data .....	70
4. Teknis analisis data .....	71
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	 74
A. Hasil penelitian .....	74
B. Pembahasan .....	83
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....	 89
A. Kesimpulan .....	89
B. Implikasi penelitian .....	89
C. Keterbatasan penelitian .....	89
D. Saran .....	90
 DAFTAR PUSTAKA .....	 91
 LAMPIRAN .....	 93

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 1. Subjek Penelitian .....	62
Tabel 2. Kisi-kisi Angket Uji Coba .....	65
Tabel 3. Alternatif Jawaban Angket .....	66
Tabel 4. Kisi-kisi Angket Penelitian .....	69
Tabel 5. Kategori dan Skor .....	73
Tabel 6. Faktor Perilaku Total .....	74
Tabel 7. Faktor Perilaku Terhadap Makanan dan Minuman .....	76
Tabel 8. Faktor Perilaku Terhadap Kebersihan Tubuh dan Pakaian .....	77
Tabel 9. Faktor Perilaku Terhadap Kebersihan Lingkungan .....	78
Tabel 10. Faktor Perilaku Terhadap Sakit dan Penyakit .....	79
Tabel 11. Faktor Perilaku Hidup yang Teratur dan Terukur .....	80
Tabel 12. Faktor Kebiasaan yang Merusak Kesehatan .....	82

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 1. Diagram Perilaku Hidup Bersih dan Sehat .....	75
Gambar 2. Diagram Perilaku Terhadap Makanan dan Minuman .....	76
Gambar 3. Diagram Perilaku Terhadap Kebersihan Tubuh dan Pakaian .....	77
Gambar 4. Diagram Perilaku Terhadap Kebersihan Lingkungan .....	78
Gambar 5. Diagram Perilaku Terhadap Sakit dan Penyakit .....	80
Gambar 6. Diagram Perilaku Hidup yang Teratur dan Terukur .....	81
Gambar 7. Diagram Kebiasaan yang Merusak Kesehatan .....	82

## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
Lampiran 1. Surat Pembimbing Proposal TAS .....	94
Lampiran 2. Surat Permohonan <i>Expert Judgement</i> .....	95
Lampiran 3. Surat Pernyataan <i>Expert Judgement</i> .....	97
Lampiran 4. Kartu Bimbingan <i>Expert Judgemen</i> .....	99
Lampiran 5. Surat Permohonan Ijin Uji Coba Penelitian .....	101
Lampiran 6. Surat Permohonan Ijin Penelitian .....	102
Lampiran 7. Surat Rekomendasi Ijin Penelitian .....	103
Lampiran 8. Surat Pernyataan Uji Coba Penelitian .....	106
Lampiran 9. Surat Pernyataan Penelitian .....	107
Lampiran 10. Angket Uji Coba Penelitian .....	108
Lampiran 11. Data Hasil Uji Coba Penelitian .....	111
Lampiran 12. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas .....	112
Lampiran 13. Angket Penelitian .....	117
Lampiran 14. Data Hasil Penelitian .....	120
Lampiran 15. Dokumentasi Pengisian Angket .....	152

## **BAB I PENDAHULUAN**

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

Peserta didik pada usia sekolah merupakan awal dari masa depan bangsa. Dalam tujuan pembangunan nasional, peserta didik usia sekolah merupakan harapan untuk meningkatkan sumber daya manusia yang lebih baik agar dapat memajukan bangsa dan sekolah sebagai tempat belajar yang ideal mewujudkan cita-cita tersebut. Mengingat akan pentingnya peserta didik usia sekolah sebagai awal dari masa depan bangsa yang lebih baik, maka perlu ditanamkannya sikap dan perilaku yang baik pada peserta didik.

Peran orang tua, lingkungan, dan guru sangat berpengaruh dalam membentuk perilaku peserta didik, apalagi pada masa usia anak-anak hingga remaja, dengan cara mengawasi, membina serta mengembangkan berbagai potensi yang di miliki peserta didik, sehingga bisa tercapai keadaan yang harmonis antara pendidik dan peserta didik, dengan keadaan seperti ini peserta didik akan terasa lebih semangat untuk terus tumbuh dan belajar secara optimal. Kegiatan belajar dapat terlaksana dengan optimal apabila peserta didik dalam keadaan sehat, baik sehat jasmani maupun rohani.

Keadaan sehat pada hekekatnya merupakan kebutuhan pokok semua orang. Menurut Undang-Undang Kesehatan No. 36 tahun 2009, kesehatan adalah keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spiritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Namun pada kenyataanya keadaan sehat tidak mungkin didapat secara

otomatis. Permasalahan kesehatan sendiri mempunyai dimensi yang sangat kompleks, mulai dari tahap pengetahuan, pemahaman dan kesadaran sampai perilaku masyarakat dalam kehidupan sehari-hari serta pada masalah fasilitas dan layanan kesehatan.

Pendidikan kesehatan merupakan salah satu strategi yang dapat dilakukan untuk menghasilkan kemandirian peserta didik di bidang kebersihan dan kesehatan baik disekolah, keluarga maupun di masyarakat. Menurut Sonti M.S. dan Purnomo Ananto (1999: 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, social, dan emosional yang selaras, serasi dan seimbang. Seperti upaya lainnya yang bersifat mendidik, proses pendidikan kesehatan berlangsung secara sistematis, berulang-ulang dan memiliki tujuan jangka panjang.

Tujuan utama dari diajarkannya pendidikan kesehatan di sekolah yaitu sadarnya peserta didik dalam menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Hal ini penting diperhatikan karena keberhasilan dari pendidikan kesehatan bukan pada banyaknya pengetahuan tentang kesehatan yang dimiliki peserta didik, tetapi pada kebiasaan hidup bersih dan sehat yang dilaksanakan dalam kehidupan sehari-hari. Tujuan dari PHBS yaitu untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran dan kemauan masyarakat agar hidup sehat, serta meningkatkan peran aktif masyarakat termasuk swasta dan dunia usaha, dalam upaya mewujudkan derajat hidup yang optimal (Dinkes, 2006). Melaksanakan

PHBS bermanfaat untuk mencegah, menanggulangi dan melindungi diri dari ancaman penyakit serta memanfaatkan pelayanan kesehatan yang bermutu efektif dan efisien.

Dampak dari kurang dilaksanakan PHBS diantaranya yaitu suasana belajar yang tidak mendukung karena lingkungan sekolah yang kotor, menurunnya semangat dan prestasi belajar disekolah, menurunkan citra sekolah di masyarakat umum. Ruang kelas yang kotor, maraknya jajanan tidak sehat serta tempat pembuangan sampah yang tidak tertata akan menyebabkan munculnya berbagai macam penyakit. Terdapat indikator untuk mengukur PHBS di sekolah. Indikator PHBS digunakan sebagai acuan dalam menilai pencapaian dari perilaku yang diharapkan. (Kholid 2011: 116-117) mengemukakan bahwa, indikator PHBS pada program promosi kesehatan di sekolah sebagai berikut:

Mencuci tangan dengan air mengalir yang bersih dan menggunakan sabun, mengkonsumsi jajanan sehat dikantin sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur dan terukur memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap enam bulan, membuang sampah pada tempatnya.

Pendidikan anak Sekolah Dasar (SD) yang berusia sekitar 6-11 tahun pada dasarnya sudah diajarkan tentang berperilaku hidup bersih dan sehat tapi tidak menutup kemungkinan anak yang menempuh kejenjang berikutnya yaitu pendidikan anak Sekolah Menengah Pertama (SMP) sudah lupa apa yang telah diajarkan pada saat Sekolah Dasar. Peserta didik pada sekolah menengah pertama mempunyai usia antara 12-14 tahun yang biasa disebut masa remaja awal. Remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak menjelang

dewasa. Masa remaja merupakan masa yang rawan dan kritis karena perkembangan emosi dan perilaku yang masih belum stabil (Soetjiningsih, 2004:15).

Munculnya berbagai penyakit yang sering menyerang peserta didik SMP ternyata umumnya berkaitan dengan perilaku hidup bersih dan sehat. Karena itu menanamkan nilai-nilai perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah merupakan kebutuhan mutlak untuk menjaga, meningkatkan dan melindungi peserta didik. Untuk mengurangi permasalahan kesehatan peserta didik perlu dilakukan pencegahan dini gangguan kesehatan agar tidak berkembang menjadi masalah besar. Perilaku peserta didik di SMP N 1 Bumijawa masih belum menunjukkan peningkatan yang baik dalam derajat kesehatannya bahkan semakin menurun daya hayat dan daya tangkalnya terhadap pengaruh buruk.

Peserta didik SMP Negeri 1 Bumijawa masih banyak yang belum sadar akan pentingnya pemeliharaan kesehatan dan perilaku hidup bersih dan sehat. Pengamatan peneliti yang dilakukan pada (Juli,2016), masih adanya peserta didik yang masih bermain sendiri di dalam kelas padahal saat itu ada kerja bakti membersihkan lingkungan sekolah. Hal lain yang sering juga dilakukan siswa putra maupun putri adalah menyembunyikan sampah di dalam laci meja, baik sampah sisa makanan maupun robekan kertas, meskipun guru telah menegurnya akan tetapi selalu ada beberapa anak yang mengulangi hal tersebut. Tidak hanya itu, siswa lebih tertarik dengan makanan yang diujakan di luar kantin sekolah yang cenderung menarik akan tetapi peserta didik

banyak yang tidak mengetahui olahan bahan-bahan yang digunakan dalam makanan tersebut dan bagaimana proses pembuatan makanan tersebut yang memungkinkan makanan tersebut tidak layak di konsumsi.

Berbagai usaha sudah dilakukan oleh sekolah untuk meningkatkan kesadaran peserta didik tentang pentingnya berperilaku hidup bersih dan sehat seperti kerja bakti setiap hari jum'at, memeriksa kelengkapan dan kerapian peserta didiknya, tetapi dalam kenyataannya masih ada beberapa peserta didik yang belum memahami dan mematuhi. Salah satu guru Bimbingan Konseling (BK) sering mendapatkan surat dari wali murid dengan keterangan absenya beberapa siswa karena sakit pada saat pergantian musim. Beberapa penyakit yang sering terjadi diantaranya diare, Demam Berdarah Dengue (DBD), tifus dan cacar air yang kemungkinan disebabkan beberapa faktor diantaranya tidak mencuci tangan terlebih dahulu sebelum makan, makan tidak tepat waktu, jarang berolahraga, kurang istirahat, tidak memperhatikan menu gizi seimbang, dan kurang menjaga lingkungan yang bersih. Namun berdasarkan observasi juga menunjukkan bahwa masih ada beberapa peserta didik kelas VIII yang sudah menyadari berperilaku hidup bersih dan sehat, hal ini dapat dilihat dari kesadaran peserta didik untuk melaksanakan piket bersih kelas setiap harinya.

Melihat betapa pentingnya sumbangan keluarga sangat berpengaruh bagi anak SMP yang baru mengalami perkembangan baik fisik maupun psikologi. Terutama di kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal yang merupakan Sekolah Menengah Pertama yang terletak didaerah pedesaan

dengan suasananya yang sejuk yang berada didekat bukit Gunung Slamet, tepatnya di desa Bumijawa Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal Jawa Tengah. Keadaan lingkungan serta kehidupannya masih sederhana dan beberapa siswanya mempunyai tempat tinggal yang jauh dari sekolah memungkinkan untuk mengetahui peran siswa dalam perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah.

Penelitian ini mengambil sasaran objek siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun Ajaran 2016/2017. Perilaku hidup bersih dan sehat yang akan diteliti dalam penelitian ini meliputi: (a) Perilaku siswa terhadap makan dan minuman; (b) Perilaku terhadap kebersihan tubuh dan pakaian; (c) Perilaku siswa terhadap kebersihan lingkungan; (d) Perilaku siswa terhadap sakit dan penyakit; (e) Perilaku hidup yang teratur dan terukur; (f) perilaku yang merusak kesehatan.

Atas dasar uraian di atas maka peneliti ingin mengetahui perilaku hidup bersih dan sehat peserta didik yang sebenarnya, dan timbul keinginan peneliti untuk melakukan penelitian tentang “Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal Jawa Tengah Tahun ajaran 2016/2017.

## **B. Identifikasi Masalah**

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

1. Peserta didik kelas VIII SMP N 1 Bumijawa Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal belum mengetahui pentingnya dalam berperilaku Hidup Bersih dan Sehat
2. Peserta didik kelas VIII SMP N 1 Bumijawa Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal belum mengetahui akibat dari kebiasaan membeli makanan diluar lingkungan sekolah
3. Peserta didik kelas VIII SMP N 1 Bumijawa Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal belum mengetahui manfaat kebersihan diri
4. Peserta didik kelas VIII SMP N 1 Bumijawa Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal belum mengetahui manfaat kebersihan lingkungan sekolah dan lingkungan masyarakat
5. Belum diketahui sikap Peserta didik terhadap berperilaku Hidup Bersih dan Sehat di SMP Negeri 1 Bumijawa Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal.

### **C. Batasan Masalah**

Karena banyaknya masalah yang ada diidentifikasi masalah maka penelitian ini dibatasi hanya pada masalah Perilaku Hidup Bersih dan Sehat siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun Ajaran 2016/2017

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah diatas maka permasalahan yang akan diteliti dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut: “Seberapa baik Perilaku Hidup Bersih dan Sehat siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun Ajaran 2016/2017?.”

## **E. Tujuan Penelitian**

Untuk mengetahui seberapa baik Perilaku Hidup Bersih dan Sehat siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Bumuijawa Kabupaten Tegal. Sehingga hasilnya dapat digunakan sebagai acuan dalam memperbaiki Perilaku Hidup Bersih dan Sehat siswa.

## **F. Manfaat Penelitian**

### **1. Secara teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan nilai tambah (kontribusi) upaya mengembangkan pengetahuan tentang konsep-konsep dan teori-teori pembelajaran kesehatan umumnya di dalam meningkatkan derajat Perilaku Hidup Bersih dan Sehat khususnya pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan

### **2. Secara praktis**

#### **a. Bagi siswa**

Dapat digunakan sebagai masukan yang sangat berharga serta dapat digunakan untuk memperbaiki Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam kehidupan sehari-hari peserta didik Kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal.

#### **b. Bagi guru dan sekolah**

Penelitian ini merupakan masukan yang berharga untuk mengetahui para peserta didik dalam berperilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari sebagai acuan pemberian pengetahuan tentang kesehatan dan

dapat digunakan sebagai cara untuk menanamkan arti pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat.

c. Bagi peneliti

Dapat digunakan sebagai bekal baik dalam keluarga, dunia kerja maupun hidup dalam masyarakat.

## **BAB II KAJIAN PUSTAKA**

### **A. Deskripsi Teori**

#### **1. Pengertian Perilaku Hidup Bersih dan Sehat**

##### **a. Pengertian Perilaku**

Perilaku merupakan salah satu hal yang di setiap saat dilakukan oleh setiap orang. Pengertian perilaku sering dibatasi kepada yang dapat dilihat dari luar, yang berkenaan dengan kegiatan jasmaniah, atau psikomotor. Perilaku dari aspek biologis diartikan sebagai suatu kegiatan atau aktivitas organisme atau makhluk hidup yang bersangkutan. Oleh sebab itu semua makhluk hidup mulai dari tumbuh-tumbuhan, binatang, sampai dengan manusia mempunyai perilaku, karena semua makhluk hidup mempunyai aktivitas masing-masing. Perilaku/aktivitas tersebut ada yang dapat diamati secara langsung dan tidak langsung. Dari segi biologis, perilaku adalah semua kegiatan atau aktivitas manusia, baik yang diamati langsung maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar (Notoatmodjo, 2007:133).

Menurut Skinner yang dikutip oleh Ahmad Kholid 2012: 17, perilaku adalah respons atau reaksi seseorang terhadap stimulus (rangsangan dari luar). Ada dua jenis respons yaitu *respondent respons* dan *operant respons*. *Respondent respon* adalah respon yang ditimbulkan oleh rangsangan tertentu. Stimulus atau rangsangan ini menimbulkan respon yang relatif tetap. Misalnya makanan lezat yang menimbulkan keinginan untuk makan, cahaya terang menyebabkan

mata tertutup. Keragaman kegiatan atau perilaku individu tersebut dilatar belakangi oleh jumlah dan kualitas potensi atau kemampuan yang dimiliki yang jauh lebih banyak dan lebih tinggi dibandingkan dengan binatang (Nana Syaodih, 2005: 20).

*Operant respons* adalah respons yang timbul dan berkembang kemudian diikuti oleh stimulus atau perangsang tertentu. Perangsang ini akan memperkuat suatu perilaku yang telah dilakukan.

Menurut Soekidjo Notoatmodjo (2007: 134), perilaku dapat dibedakan menjadi dua macam, yaitu:

**1) Perilaku Tertutup (*Covert Behavior*)**

Perilaku tertutup adalah respons atau reaksi terhadap rangsang (stimulus) yang 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. Misalnya seorang siswa tahu manfaat menggosok gigi secara teratur sangat bermanfaat bagi kesehatan dan pertumbuhan gigi, namun perilaku tersebut masih sering ditinggalkan

**2) Perilaku Terbuka (*Overt Behavior*)**

Perilaku terbuka merupakan respons seseorang terhadap stimulus dalam bentuk tindakan nyata atau terbuka. Respons terhadap stimulus tersebut sudah jelas dalam bentuk tindakan atau praktek yang dengan mudah dapat diamati atau dilihat oleh orang lain. Misalnya seperti contoh diatas siswa mengetahui manfaat dari menggosok gigi secara teratur dan secara sadar sudah melakukannya secara teratur.

Meskipun perilaku merupakan bentuk respons atau reaksi terhadap rangsangan dari luar, namun dalam memberikan respons sangat bergantung pada karakteristik atau faktor-faktor lain dari orang yang bersangkutan. Hal ini berarti bahwa meskipun stimulusnya sama bagi beberapa orang, namun respons tiap-tiap orang berbeda.

Perilaku seseorang menurut Ida Bagus Tjitarsa 1992: 7 dipengaruhi beberapa faktor, diantaranya:

a. Pikiran dan perasaan

Pikiran dan perasaan ini dibentuk oleh pengetahuan, kepercayaan, sikap, dan nilai yang kita miliki.

b. Pengetahuan

Pengetahuan pada umumnya datang dari pengalaman. Dapat juga diperoleh dari informasi yang disampaikan oleh guru, orang tua, teman, buku dan surat kabar.

c. Kepercayaan

Kepercayaan umumnya diajarkan oleh orang tua, kakek, nenek dan orang lain yang dihormati. Umumnya seseorang menerima suatu kepercayaan tanpa mencoba untuk membuktikan bahwa hal itu benar. Maka harus mempelajari terlebih dahulu kepercayaan itu dengan saksama untuk mengetahui dengan pasti akibatnya terhadap diri sendiri.

d. Sikap

Sikap mencerminkan kesenangan atau ketidaksenangan seseorang terhadap sesuatu. Sikap berasal dari pengalaman, atau dari orang yang dekat dengan diri masing-masing orang. sikap juga bisa tumbuh dari pengalaman orang lain.

e. Budaya

Sebagian besar hal yang dikemukakan pada bagian terdahulu, amat beragam dari satu daerah ke daerah lainnya. Pada umumnya, perilaku, kepercayaan, nilai dan pemakaian sumber daya di masyarakat akan membentuk pola hidup masyarakat tersebut. Budaya terus berubah, kadang-kadang lambat, kadang-kadang cepat, sebagai akibat dari hubungan sosial antara manusia dengan berbagai budaya. Perilaku adalah salah satu bagian dari budaya, sedangkan budaya itu sendiri sangat berpengaruh pada perilaku.

Dari berbagai pendapat di atas penulis dapat menyimpulkan bahwa perilaku adalah segala aktivitas atau respons yang ada pada individu yang timbul tidak dengan sendirinya, melainkan sebagai hasil dari adanya stimulus dan faktor luar yang didapatkan oleh individu tersebut.

**b. Pengertian perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)**

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) secara umum merupakan perilaku-perilaku yang berkaitan dengan upaya atau kegiatan seseorang untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatannya. Menurut Lily S. Sulistyowati 2011: 7 perilaku hidup bersih dan sehat adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) dibidang kesehatan dan berperan aktif dalam

mewujudkan kesehatan masyarakat. Sedangkan menurut Atikah Proverawati & Eni Rahmawati (2012: 2), perilaku hidup bersih dan sehat merupakan cerminan pola hidup keluarga yang senantiasa memperhatikan dan menjaga kesehatan seluruh anggota keluarga. Semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri dibidang kesehatan dan dapat berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di masyarakat. Lebih lanjut Atikah Proverawati & Eni Rahmawati (2012: 29), menjelaskan bahwa pola hidup sehat adalah suatu gaya hidup dengan memperhatikan faktor-faktor tertentu yang mempengaruhi kesehatan, antara lain makanan dan olahraga.

Menurut Ahmad Kholid (2012: 29) Perilaku hidup bersih dan sehat adalah suatu respon seseorang (organism) terhadap stimulus obyek yang berkaitan dengan sakit dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, makanan dan minuman, serta lingkungan. Sedangkan menurut Tim Kreatif SPEKTRA (2008: 2) perilaku hidup bersih dan sehat adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seorang atau keluarga dapat menolong diri sendiri dibidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) mencakup ratusan bahkan ribuan perilaku yang harus dipraktikkan dalam rangka mencapai derajat kesehatan setinggi-tingginya. PHBS mencakup semua perilaku yang harus dipraktikkan

dibidang pencegahan dan penanggulangan penyakit, penyehatan lingkungan, kesehatan ibu dan anak, keluarga berencana, gizi, farmasi dan pemeliharaan kesehatan.

Menurut Rusli Lutan (2000: 14) perilaku sehat adalah setiap tindakan yang mempengaruhi peluang secara langsung atau jangka panjang semua konsekuensi fisik dan psikologis yang mempengaruhi keadaan fisik yang menjadi lebih baik. Perilaku sehat menunjukkan atribut pada seseorang mencakup kepercayaan, harapan, motif, nilai dan unsur kognitif lainnya; karakteristik kepribadian, termasuk keadaan afektif, emosi dan sifat; perilaku nyata, tindakan, kebiasaan yang berkaitan dengan upaya mempertahankan kondisi sehat dan sejahtera dengan perbaikan kesehatan dan meningkatkan kesehatan.

Perilaku hidup bersih dan sehat adalah perilaku-perilaku yang berkaitan dengan upaya atau kegiatan seseorang untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatannya. Menurut Becker yang dikutip oleh Soekidjo Notoatmodjo (2003:118-119) perilaku kesehatan ini terdiri dari :

- 1) Makan dengan menu seimbang (*appropriate diet*). Menu seimbang disini dalam arti kualitas (mengandung zat-zat gizi yang diperlukan tubuh), dan kuantitas dalam arti jumlahnya cukup untuk memenuhi kebutuhan tubuh (tidak kurang, tetapi juga tidak lebih) dengan kata lain sering disebut dengan istilah empat sehat lima sempurna.
- 2) Olahraga teratur, yang juga mencakup kualitas (gerakan), dan kuantitas dalam arti frekuensi dan waktu yang digunakan untuk olahraga. Dengan sendirinya kedua aspek ini akan tergantung dari usia dan status kesehatan yang bersangkutan.
- 3) Tidak merokok, Merokok adalah kebiasaan jelek yang mengakibatkan berbagai macam penyakit. Ironianya kebiasaan

merokok ini, khususnya di Indonesia, seolah-olah sudah membudaya. Hampir 50% penduduk Indonesia usia dewasa merokok. Bahkan dari hasil suatu penelitian, sekitar 15% remaja telah merokok. Inilah tantangan pendidikan kesehatan kita.

- 4) Tidak minum minuman keras dan narkoba. Kebiasaan minum miras dan mengkonsumsi narkoba, cenderung meningkat. Sekitar 1% penduduk Indonesia dewasa diperkirakan sudah mempunyai kebiasaan minuman keras.
- 5) Istirahat yang cukup. Dengan meningkatnya kebutuhan hidup akibat tuntutan untuk penyesuaian dengan lingkungan.
- 6) Mengendalikan stress. Stress akan terjadi pada siapa saja, dan akibatnya bermacam-macam bagi kesehatan. Stress tidak dapat kita hindari, yang penting dijaga agar stress tidak menyebabkan gangguan pada kesehatan, kita harus dapat mengendalikan atau mengelola stress dengan kegiatan-kegiatan yang positif.
- 7) Perilaku atau gaya hidup lain yang positif bagi kesehatan, misalnya; tidak berganti-ganti pasangan dalam berhubungan seks, penyesuaian diri kita dengan lingkungan dan sebagainya

Perilaku hidup bersih dan sehat di Sekolah adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikan 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 (Atikah Proverawati dan Eni Rahmawati, 2012: 21).

PHBS dalam tatanan institusi pendidikan adalah upaya pemberdayaan dan peningkatan kemampuan untuk berperilaku hidup bersih dan sehat di tatanan institusi pendidikan. Sasaran PHBS di tatanan institusi pendidikan adalah seluruh anggota keluarga institusi pendidikan dan terbagi dalam sasaran primer, sasaran sekunder, dan sasaran tersier (Menkes RI, 2011: 19-21).

Sasaran primer adalah sasaran utama dalam institusi pendidikan yang akan dirubah perilakunya atau murid dan guru yang bermasalah (individu atau kelompok dalam institusi pendidikan yang bermasalah). Sasaran sekunder adalah sasaran yang mampu mempengaruhi individu dalam institusi pendidikan yang bermasalah misalnya, kepala sekolah, guru, orang tua murid, kadar kesehatan sekolah, tokoh masyarakat, petugas kesehatan dan lintas sektor terkait. Sasaran tersier adalah sasaran yang diharapkan dapat menjadi unsur pembantu dalam menunjang atau mendukung pendanaan, kebijakan, dan kegiatan untuk tercapainya pelaksanaan PHBS di institusi pendidikan misalnya kepala desa, lurah, camat, kepala puskesmas, Diknas, guru, tokoh masyarakat, dan orang tua murid (Syamsur Manda, 2006: 11).

Indikator yang dipakai sebagai ukuran untuk memulai PHBS di sekolah menurut Atikah Proverawati dan Rahmawati, (2012: 23) :

- 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 tinggi badan setiap bulan
- h. Membuang sampah pada tempatnya

Dari berbagai pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud perilaku hidup bersih dan sehat adalah segala tindakan atau perilaku seseorang yang disadari dan diterapkan untuk mencapai keadaan sehat, baik sehat secara jasmani dan rohani yang didapat dari hasil

pembelajaran sehingga seseorang tersebut mampu menolong dirinya sendiri dibidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat.

## **2. Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat**

Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat dapat dimulai dengan menerapkan kebiasaan memelihara kebersihan sejak dini. Hal ini sangat bermanfaat untuk selalu dilakukan agar kesehatan tubuh tetap terjaga. Akan tetapi upaya dalam mewujudkan kondisi yang sehat baik lingkungan maupun individu, diperlukan langkah-langkah yang kongkrit untuk mencapainya.

Penanaman perilaku hidup bersih dan sehat melalui sekolah merupakan langkah yang sangat strategis. Hal ini dikarenakan anak sekolah merupakan generasi penerus bangsa yang perlu dijaga, ditingkatkan dan dilindungi kesehatannya. Selain itu, anak usia sekolah merupakan anak diusia muda, yaitu usia yang berada dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan sehingga masih peka terhadap penanaman perilaku hidup bersih dan sehat melalui pendidikan.

Perilaku Hidup Bersih di Sekolah adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru dan masyarakat lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat (Atikah Proverawati & Eni Rahmawati, 2012: 21).

Lebih lanjut Atikah Proverawati & Eni Rahmawati (2012: 21), menyebutkan terdapat 8 indikator yang dipakai sebagai ukuran untuk menilai PHBS di sekolah, yaitu:

- 1) Mencuci tangan dengan air yang mengalir dan memakai sabun
- 2) Mengonsumsi jajanan sehat di kantin Sekolah
- 3) Menggunakan jamban yang bersih dan sehat
- 4) Olahraga yang teratur dan terukur
- 5) Memberantas jentik nyamuk
- 6) Tidak merokok di Sekolah
- 7) Menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap 6 bulan sekali
- 8) Membuang sampah pada tempatnya

Perilaku hidup bersih dan sehat pada hakikatnya sangat erat kaitannya dengan respon seseorang terhadap perilaku kehidupan sehari-harinya. Menurut Giri Wiarso (2012: 10-18), penerapan perilaku atau upaya yang dilakukan untuk menjaga dan memelihara kesehatan yaitu :

- 1) Memelihara kebersihan diri
- 2) Memilih makanan yang sehat dan bergizi
- 3) Istirahat
- 4) Olahraga
- 5) Menghindari terjadinya penyakit
- 6) Meningkatkan taraf kecerdasan dan rohani
- 7) Melakukan pemeriksaan kesehatan
- 8) Melakukan kebiasaan sehat

Sedangkan menurut Soekidjo Notoatmojo (2007: 146), perilaku seseorang dalam memelihara atau meningkatkan kesehatan erat kaitannya dengan respon seseorang terhadap stimulus yang berkaitan, yaitu:

- 1) Sikap terhadap sakit dan penyakit  
Adalah bagaimana penilaian atau pendapat seseorang terhadap: gejala atau tanda-tanda penyakit, penyebab penyakit, cara penularan penyakit, cara pencegahan penyakit dan sebagainya.
- 2) Sikap cara pemeliharaan dan cara hidup sehat  
Adalah penilaian atau pendapat seseorang terhadap cara-caramemelihara dan cara-cara (berperilaku) hidup sehat. Dengan kata lain terhadap makanan, minuman, olahraga, relaksasi, dan sebagainya.
- 3) Sikap terhadap kesehatan lingkungan  
Adalah pendapat atau penilaian seseorang terhadap lingkungan danpengaruhnya terhadap kesehatan. Misalnya pendapat atau

penilaian terhadap air bersih, pembuangan limbah, polusi, dan sebagainya

Pemerintah juga memberikan materi tentang mengenal bahaya seks bebas dan cara menghindarinya yang termuat dalam SKKD KTSP 2006 tentang budaya hidup sehat. (Menurut Sarwono 2002: 137) bahwa yang dimaksud seks bebas adalah hubungan yang didorong oleh hasrat seksual, baik dengan lawan jenis maupun dengan sesama jenis yang dilakukan pada pasangan tanpa adanya ikatan pernikahan. Dalam kaitannya dengan pendidikan, sekolah menjadi salah satu komponen yang sangat urgen. Pendidikan seks sebagai salah satu alternatif dalam menanggulangi degradasi moral harusnya menjadi perhatian.

Pendidikan seks tidak hanya menjadi wacana saja namun secara substantif mampu diterapkan di dunia pendidikan, terutama pendidikan formal. Dalam Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar (SKKD) KTSP 2006 terdapat materi tentang perilaku hidup bersih dan sehat yang diajarkan di kelas VIII (Roji 2007:187-197) yaitu:

a. pengenalan budaya seks bebas

Seks bebas berarti melakukan aktivitas seks dengan pasangan tanpa diikat perkawinan. Budaya seks bebas muncul akibat pergaulan antara pria dan wanita yang bebas. Pergaulan seperti ini biasanya menggiring pada melakukan aktivitas seks meskipun tidak terikat perkawinan. Seks adalah perbedaan kelamin antara laki – laki dan perempuan. Istilah seks dan seksualitas yang belum ada sinonimnya di indonesia memiliki arti yang sangat luas, tapi masyarakat mengartikan

seks dalam arti sempit yaitu koitus (bersatunya tubuh antara pria dan wanita) (Sarwono, 2005: 588).

b. Perkembangan seks remaja

Pada masa remaja, pertumbuhan fisik berlangsung sangat pesat. Dalam perkembangan seksualitas remaja, ditandai dengan dua ciri yaitu ciri-ciri seks primer dan ciri-ciri seks sekunder. Berikut ini adalah uraian lebih lanjut mengenai kedua hal tersebut (Narendra, 2002:161-167) yaitu:

1) Ciri-ciri seks primer

a) Remaja laki-laki

Remaja laki-laki sudah bisa melakukan fungsi reproduksi bila telah mengalami mimpi basah. Mimpi basah biasanya terjadi pada remaja laki-laki usia antara 10-15 tahun.

b) Remaja perempuan

Jika remaja perempuan sudah mengalami menarche (menstruasi), menstruasi adalah peristiwa keluarnya cairan darah dari alat kelamin perempuan berupa luruhnya lapisan dinding dalam rahim yang banyak mengandung darah.

2) Ciri-ciri seks sekunder

a) Remaja laki-laki

1. Bahu melebar, pinggul menyempit
2. Pertumbuhan rambut disekitar alat kelamin, ketiak, dada, tangan, dan kaki

3. Kulit menjadi lebih kasar dan tebal
4. Produksi keringat menjadi lebih banyak

b) Remaja perempuan

1. Pinggul lebar, bulat, dan membesar, puting susu membesar dan menonjol, serta berkembangnya kelenjar susu, payudara menjadi lebih besar dan lebih bulat.
2. Kulit menjadi lebih kasar, lebih tebal, agak pucat, lubang pori-pori bertambah besar, kelenjar lemak dan kelenjar keringat menjadi lebih aktif.
3. Otot semakin besar dan semakin kuat, terutama pada pertengahan dan menjelang akhir masa puber, sehingga memberikan bentuk pada bahu, lengan, dan tungkai.
4. Suara menjadi lebih penuh dan semakin merdu

c. Pendidikan seks berdasarkan usia

Pendidikan seks wajib diberikan orangtua kepada anaknya sedini mungkin. Tepatnya dimulai saat anak berusia nol tahun. Dengan mengajarkan pendidikan seks pada anak dapat menghindarkan anak dari resiko negatif perilaku seksual. Sebab dengan sendirinya dia akan tahu seluk beluk seksualitas dan akibat-akibatnya bila dilakukan tanpa mematuhi aturan hukum, agama dan adat istiadat (Erwin setyo kriswanto 2012:32-33) Materi pendidikan seks tentunya harus disesuaikan dengan usia. Materi pendidikan seks berdasarkan golongan umur menurut (Rono Sulistyono 2007:217) adalah:

1) Usia 7-10 tahun

Materi tentang reproduksi pada umumnya yang terjadi pada binatang-binatang yang kemudian disusul tentang konsep pada manusia, mulai bertemunya ovum dengan sperma.

2) Usia 11-13

Mengenal embriologi alat kelamin dalam, anatomi, dan terjadinya tanda-tanda kelamin sekunder, menstruasi, uraian mendetail tentang konsepsi dan persalinan, perkosaan, dan penyimpangan-penyimpangan perilaku seksual bila mereka menanyakannya. Perilaku diberikan nasihat pada mereka tentang sikap hati-hati terhadap orang yang tidak dikenal

3) Usia 14-16

Materi-materi mengenai *seksual intercourse*, *premerital intercourse*, *promiscuity*, dan *illigtimasi*, serta diterangkan aspek-aspek sosial dari hubungan seks dan tanggung jawab dari hubungan seks.

d. Tujuan pendidikan seks sejak dini (pada usia remaja)

Tujuan pendidikan seks sejak dini Menurut (Erwin Setyo Kriswanto 2012:32): tujuan pendidikan seks sejak dini diusia remaja antara lain:

- 1) Membantu anak mengetahui topik-topik biologis seperti pertumbuhan, masa puber, dan kehamilan.
- 2) Mencegah anak-anak dari tindakan kekerasan
- 3) Mengurangi rasa bersalah, rasa malu, dan kecemasan akibat tindakan seksual
- 4) Mencegah remaja perempuan dibawah umur dari kehamilan

- 5) Mendorong hubungan yang baik
- 6) Mencegah remaja di bawah umur terlibat dalam hubungan seksual (*sexual intercourse*)
- 7) Mengurangi kasus infeksi melalui seks.
- 8) Membantu anak muda yang bertanya tentang peran laki-laki dan perempuan di masyarakat

e. Penyakit menular yang bersumber dari lingkungan tidak sehat

Memahami berbagai penyakit menular yang bersumber dari lingkungan tidak sehat, lingkungan tempat kita tinggal akan menentukan kondisi kesehatan penghuninya, apabila lingkungan bersih maka kita akan terhindar dari berbagai penyakit dan sebaliknya. Untuk itu kebersihan lingkungan sangat penting agar kita selalu terhindar dari penularan penyakit.

Perlu untuk diperhatikan adalah bahwa banyak sekali hewan yang menjadi perantara penyakit. Nyamuk, lalat, tikus telah menjadi hewan pembawa penyakit menular. (Roji 2007:187-197) berpendapat diantara penyakit menular yang disebabkan lingkungan yang tidak sehat yaitu:

1) penyakit malaria

Malaria adalah penyakit yang berbahaya bagi semua orang, terutama anak-anak dan ibu hamil. Penyebabnya adalah plasmodium dengan perantara nyamuk *Anopheles*. Masa inkubasi 1–4 minggu. Tanda-tandanya lemah, demam, sakit kepala, suhu badan tinggi, dan menggigil. Tanda-tanda ini berulang tiap tiga hari sekali (Roji 2007:187-189).

Penularan Malaria ditularkan oleh nyamuk *Anopheles betina* yang menggigit penderita, lalu menggigit orang lain. Pencegahan dilakukan dengan menjaga kebersihan lingkungan dengan cara membersihkan selokan, kamar mandi, WC, dan tempat-tempat lainnya kemudian saat tidur dapat menggunakan obat anti nyamuk yang sesuai.

Pengobatan dengan cara diberi obat chloroquin (tablet kina). Selama perawatan penderita diberi banyak cairan, sari buah segar, dan makanan yang seimbang.

## 2) Demam Berdarah Dengue (DBD)

Penyakit DBD adalah penyakit yang menyerang orang semua umur, terutama pada anak-anak. Penyebabnya adalah virus dengue yang ditularkan oleh gigitan nyamuk *Aedes Aegypti* (Roji 2007:190-191). Nyamuk tersebut berkembang biak di dalam genangan air bersih di rumah ataupun di luar rumah.

Masa inkubasi 2–7 hari. Tanda-tandanya adalah lemah, lesu, dan mendadak suhu badan tinggi, mimisan (pendarahan pada hidung), nyeri pada ulu hati, bintik-bintik merah pada kulit (terutama dekat persendian), gelisah, ujung kaki dan tangan berkeriat dingin, apabila sudah parah. Penularannya melalui gigitan nyamuk *Aedes Aegypti* pada siang hari (Roji 2007:1192).

Pencegahan dilakukan dengan cara memberantas sarang nyamuk DBD (PSN–DBD), menguras bak mandi dua kali seminggu,

menutup rapat tempat penampungan air, mengganti air tiap hari pada vas bunga dan minuman burung, mengubur barang bekas yang dapat menampung air, menaburkan serbuk abate.

Pengobatan terhadap penderita demam berdarah adalah sebagai berikut minum tablet aspirin dan paracetamol, minum sebanyak-banyaknya dengan air matang, susu, teh, dan oralit, dikompres dengan air dingin, segera dibawa ke dokter

### 3) Flu burung

Flu burung disebabkan oleh virus influenza yang menyerang burung/ unggas/ayam. Virus yang menyebabkan flu burung ini dikenal dengan nama virus H5N1 (H = Haemagglutinin, N = Neuramidae). Virus ini tidak hanya dapat menyerang dari burung ke burung, tapi dapat pula menyerang dari burung ke manusia. Virus ini akan mati dalam suhu yang tinggi. Oleh karena itu daging, telur, dan hewan harus dimasak dengan matang untuk menghindari penularan sebelum dimakan. (Roji 2007: 193-195).

Gejala flu burung antara lain: Panas lebih dari 38 derajat celcius. Batuk dan sakit tenggorokan. Keluhan pernapasan. Cara penularan: Menghirup udara yang mengandung virus flu burung, Bersentuhan dengan unggas yang terjangkit penyakit flu burung. (Roji 2007:196-197).

Cara pencegahannya: Hindari kontak dengan unggas jenis apapun, dengan bulunya, kotoran, dan limbahnya. Tidak memelihara

unggas di dekat pemukiman, Cucilah tangan dengan air dan sabun setiap sesudah bersentuhan dengan unggas, Peternakan harus jauh dengan pemukiman untuk mengurangi risiko penularan.

- f. Memahami cara menghindari penyakit manular yang bersumber dari lingkungan tidak sehat

Kebiasaan untuk selalu membersihkan diri dapat menghindari dari berbagai penyakit. Penyakit kulit biasanya menyerang orang-orang yang tidak menjaga kebersihan badanya. Kebersihan mulai dari rambut, gigi dan berpakaian yang rapi dan bersih. Berikut beberapa penyakit yang sering menyerang pada orang-orang yang mengabaikan kebersihan badan menurut (Roji 2007:198-199).

1) Penyakit panu

panau atau Panu atau *Tinea versicolor* merupakan salah satu penyakit kulit yang disebabkan oleh jamur. Penyebab penyakit disebabkan oleh sejenis jamur, cara penularan penyakit panu melalui kontak langsung dan tidak langsung. (Roji 2007:198).

gejala penyakit adalah timbulnya bercak putih pada permukaan kulit, terasa gatal terutama sedang keringat. Pencegahan penyakit selalu menjaga kebersihan badan, dengan mandi minimal dua kali sehari, tidak memakai pakaian penderita penyakit panu karena akan cepat menular

cara mengobati dengan cara mengoleskan obat anti jamur pada permukaan kulit yang terinfeksi (*salicyl spirtus, cannesten, daktarin* dan sebagainya)

## 2) Penyakit kudis

Penyebab penyakit ini adalah *sarcoptes scabiei*. Penularannya dengan secara kontak langsung dan tidak langsung. Gejala dari penyakit ni adalah timbul bercak merah dan bintik bintik pada permukaan kulit, kulit terasa gatal terutama pada malam hari. (Roji 2007:198-199).

Pencegahannya bisa dilakukan dengan cara menjaga kebersihan badan dengan mandi minimal dua kali sehari, tidak memakai pakaian yang menderita penyakit kudis. Cara mengobatinya dengan cara mengoleskan obat di sekitar kulit yang terkena kudis.

## 3) Penyakit bisul

Penyebab penyakit ini disebabkan bakteri staphylococ. Penyakit ini dapat menular baik secara langsung maupun tidak langsung, gejala penyakit ini antara lain timbul pembengkakan pada kulit hingga warna kulit memerah dan penderita merasa demam, timbul mata bisul yang berupa timbunan nanah (Roji 2007:199).

Cara pencegahannya selalu menjaga kebersihan badan dengan mandi minimal dua kali sehari, tidak memakai pakaian penderita penyakit kudis dan cara mengobatinya dengan cara mengoleskan obat disekitar kulit yang terserang,

Dari beberapa pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa, penerapan perilaku hidup bersih dan sehat seseorang dalam menjaga dan memelihara kesehatan adalah:

**a. Perilaku terhadap Makanan dan Minuman**

Manusia dalam melakukan kegiatan atau aktivitas sehari-hari memerlukan suatu hal yang disebut energi. Energi yang dibutuhkan manusia didapatkan diantaranya berasal dari makanan dan minuman. Hal ini seperti yang dikemukakan oleh Rusli Lutan (2000: 1) bahwa semua zat gizi yang diperlukan tubuh terdapat di dalam makanan yang kita makan sehari-hari.

Menurut Giri Wiarto (2012: 128), makanan sehat adalah makanan yang seimbang. Makanan yang seimbang merupakan makanan yang memiliki zat gizi atau nutrisi yang cukup bagi tubuh. Misalnya karbohidrat, lemak, protein, mineral, vitamin dan air. Makanan sehat juga merupakan makanan yang terhindar dari bibit-bibit penyakit dan harus bebas dari kuman-kuman yang membawa penyakit berbahaya bagi tubuh.

Dalam kehidupan sehari-hari, manusia membutuhkan asupan cairan dalam tubuhnya sekitar 1,6 - 2 liter air. Effendi (2009:3) memaparkan bahwa manusia harus menjaga keseimbangan air yang ada di dalam tubuhnya, karena jika tubuh kekurangan air maka akan timbul dehidrasi yang memiliki dampak buruk bagi tubuh. Walaupun hanya kekurangan 2 persen kadar air saja metabolisme tubuh bisa terganggu

dan jika kekurangan cairan hingga 25 persen maka dapat beresiko fatal, yaitu kematian.

Perilaku terhadap makanan dan minuman yang bergizi meliputi beberapa hal :

### **1) Pemilihan Jenis dan kebersihan makanan dan minuman**

Setiap orang perlu mengkonsumsi beraneka ragam makanan yang didalamnya terdapat unsur-unsur zat gizi yang diperlukan oleh tubuh (terkecuali bayi berumur 0-4 bulan yang cukup dengan memperoleh ASI), menurut Giri Wiarto (2012: 130), macam-macam zat gizi yang diperlukan oleh tubuh yaitu ;

- a) Zat tenaga, yang didapatkan dari : beras, jagung, gandum, kentang. Makanan dengan kandungan zat tenaga sangat menunjang dalam memberikan tenaga guna melakukan aktivitas sehari-hari
- b) Zat pembangun yang terdiri dari dua sumber yaitu berasal dari tumbuh-tumbuhan atau nabati yang terdiri dari kacang-kacangan, tempe, tahu. Berasal dari hewan yang terdiri dari telur, ikan, ayam, daging, susu serta hasil olahan seperti keju. Zat pembangun sangat berperan dalam pertumbuhan dan perkembangan seseorang.
- c) Zat pengatur, yang didapatkan dari semua sayur-sayuran dan buah-buahan. Makanan ini mengandung berbagai vitamin dan

mineral, yang berperan untuk melancarkan bekerjanya fungsi-fungsi organ tubuh.

Kebersihan makanan yang dikonsumsi hendaknya memenuhi kriteria bahwa makanan tersebut layak untuk dimakan dan tidak menimbulkan penyakit. Menurut Giri Wiarto (2012: 25), kriteria makanan yang bersih diantaranya:

- a) Berada dalam derajat kematangan yang dikehendaki
- b) Bebas dari pencemaran
- c) Bebas dari perubahan fisik dan kimia yang tidak dikehendaki, sebagai akibat dari pengaruh enzyme, aktivitas mikroba, hewan pengerat, serangga, parasite dan kerusakan-kerusakan karena tekanan, pemasakan dan pengeringan.
- d) Bebas dari mikroorganisme dan parasit yang menimbulkan penyakit yang dihantarkan oleh makanan (*food borne illness*).

Selain kebutuhan akan makanan, dalam upaya pemenuhan energi manusia juga membutuhkan zat-zat penting lainnya yang didapatkan dari minuman yang bersih dan mengandung mineral didalamnya. Menurut Rusli Lutan (2000: 65), secara normal kebutuhan air seseorang setiap harinya kurang lebih 2,5 liter. Dalam pemenuhan kebutuhan air, tentu saja air yang dikonsumsi haruslah dalam keadaan bersih dan menyehatkan. Adapun syarat-syarat air bersih menurut (Soeharta 1997: 1) adalah :

- a) Air jernih (tidak berwarna), tidak berbau dan tidak berasa
- b) Air tidak mengandung zat-zat yang berbahaya
- c) Air tidak mengandung kuman penyakit, umpamanya kuman penyakit kolera, tipes dan disentri

Apabila dari ketiga kriteria tersebut sudah terpenuhi maka air tersebut dapat dikatakan sudah layak untuk digunakan untuk kebutuhan sehari-hari seperti untuk mandi, mencuci dan memasak. Sedangkan untuk diminum terlebih dahulu air harus dimasak sampai mendidih agar kuman dan penyakit yang kemungkinan masih ada akan sepenuhnya mati.

## **2) Waktu dan jumlah Makanan dan minuman**

Menurut Giri Wiarto (2012: 31), waktu makan disarankan 3 kali dalam sehari yaitu pagi (pukul 07.00), siang (13.00) dan malam (19.00). Makan 3 kali dalam sehari ini dimaksudkan untuk memenuhi energy yang dibutuhkan oleh tubuh. Semakin banyak beraktivitas maka energi yang dibutuhkan seseorang juga akan lebih banyak.

Makan terlalu banyak akan menyebabkan perut sesak. Perut yang penuh akan menekan jantung dan paru-paru sehingga kita akan sulit untuk bernafas. Selain itu dapat membuat kita mual dan mengantuk. Secara umum nilai kalori yang dihasilkan oleh tiap makanan tiap gram dapat diperoleh sebagai berikut: Karbohidrat 4 kal/g, lemak 9 kal/g, protein 4 kal/g.

Cara sederhana untuk mengetahui kecukupan energi dapat dilihat dari BB-nya. Pada remaja perempuan usia 10-12 tahun, kebutuhan energinya sebesar 50-60 kkal/kg BB/hari, sedangkan usia 13-18 tahun sebesar 40- 50 kkal/kg BB/hari. Pada remaja laki-laki

usia 10-12 tahun, kebutuhan energi sebesar 55-60 kkal/kg BB/hari, sedangkan usia 13-18 tahun sebesar 45-55 kkal/kg BB/hari. (Dede dkk, 2010:21)

Dalam Tumpeng Gizi Seimbang (TGS), yang merupakan panduan gizi seimbang harian Indonesia), mencantumkan anjuran untuk minum sedikitnya 2000 ml yaitu setara dengan 8 gelas per hari. Dalam kehidupan sehari-hari, manusia membutuhkan asupan cairan dalam tubuhnya sekitar 1,6 - 2 liter air Effendi (2009:3).

Untuk menghitung kebutuhan kalori seseorang dapat dihitung menggunakan rumus sebagai berikut :

$$(Kebutuhan\ karbohidrat\ 10\ gram\ \times\ BB\ \times\ 4\ kal) + (Kebutuhan\ Lemak\ \frac{1}{2}\ gram\ \times\ BB\ \times\ 9\ kal) + (Kebutuhan\ Protein\ 1\ gram\ \times\ BB\ \times\ 4\ kal)$$

#### **b. Perilaku terhadap Kebersihan Tubuh dan Pakaian**

Upaya pertama agar seseorang selalu dalam keadaan sehat yaitu dengan menjaga kebersihan diri sendiri atau kebersihan pribadi. Menurut Giri Wirianto (2012: 9), kebersihan pribadi segala usaha dan tindakan seseorang untuk menjaga, memelihara, dan meningkatkan derajat kesehatannya sendiri dalam batas-batas kemampuannya, agar mendapatkan kesenangan hidup dan mempunyai tenaga kerja yang sebaik-baiknya. Hal ini dilakukan agar setiap orang mengetahui manfaat dari kebersihan diri sendiri dan mampu membersihkan bagian-

bagian tubuh, serta mampu menerapkan perawatan kebersihan diri sendiri dalam upaya meningkatkan kualitas hidup sehat.

Menurut Giri Wiarto (2012: 10-12), usaha-usaha yang dapat dilakukan dalam upaya menjaga kebersihan pribadi, antara lain :

### **1) Menjaga kebersihan rambut, hidung, telinga, gigi dan kuku**

Memelihara kesehatan rambut pada hakekatnya adalah dengan menjaga kesehatan kulit kepala, vitamin A merupakan vitamin yang paling penting untuk menjaga kesehatan kulit kepala dan sekaligus mencegah kerontokan. Dalam menjaga kesehatan kulit kepala hendaknya selalu memperhatikan kebersihan rambut. Membersihkan rambut dengan cara mencucui haruslah dilakukan secara seksama, sehingga kotoran-kotoran yang melekat di rambut dan di kulit kepala dapat terangkat. Memelihara rambut menurut (Erwin Setyo Kriswanto 2012:55-56)

- a) Membersihkan rambut secara teratur
- b) Pilih shampo 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

Menurut Tim Kreatif SPEKTRA (2008: 5), terdapat tiga hal yang harus diperhatikan untuk menjaga kebersihan dan keindahan rambut, antara lain :

- a) Kesehatan, rambut memerlukan zat besi dengan memperbanyak buah dan sayuran segar yang kaya akan vitamin C
- b) Keramas secara rutin dengan menggunakan samphoo dengan air bersih. Pada iklim tropis sebaiknya keramas dilakukan 3 kali dalam seminggu
- c) Selektif memilih kosmetik rambut, pemilihan kosmetik rambut perlu diperhatikan karena rambut akan rusak akibat terlalu banyak penggunaan bahan kimia dan pewarnaan.

Pertumbuhan rambut pada tiap orang sangat bergantung pada keadaan tubuh orang tersebut. Banyak penyakit yang dapat mempengaruhi keutuhan rambut. Kelainan rambut tersebut berupa rambut rontok, rambut putih dan rambut merah. Oleh karena itu sebaiknya kesehatan rambut haruslah selalu dijaga agar didapatkan manfaat seutuhnya dari rambut. Manfaat rambut menurut dr. Djoned Soetatmo (1979: 43) yaitu sebagai pelindung kepala dari suhu dan memberi keindahan/estetika

Demikian juga dengan kuku, hidung dan telinga. Kuku dapat memanjang dengan sendirinya. Ketika memegang sesuatu, mengambil sebungkah tanah misalnya. Secara tidak sadar terdapat puluhan anak cacing yang masuk kedalam sela-sela kuku. Apabila kita makan dan lupa mencuci tangan, maka puluhan anak cacing tersebut akan ikut masuk ke dalam tubuh dan akan mengakibatkan

berbagai penyakit, misalnya diare. Menurut (Erwin Setyo Kriswanto 2012:67-69) merawat kuku bisa dilakukan dengan cara:

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

Begitu juga dengan hidung dan telinga. Menurut Giri Wiarto (2012: 12), hidung merupakan tempat menyaring kotoran yang berasal dari debu-debu yang ikut bersama udara yang kita hirup. Bila terlalu banyak debu atau kotoran yang menumpuk di dalam hidung, maka akan kotoran tersebut akan mempersulit kita untuk bernafas. Oleh karena itu, dalam menjaga kebersihan hidung, kita harus rajin membersihkan kotoran-kotoran yang ada dalam hidung kita. Bila perlu gunakanlah masker jika akan bepergian jauh atau sedang beraktifitas di tempat yang berdebu. Telinga harus selalu dibersihkan dari benda-benda yang mengganggu. Dalam membersihkan telinga, gunakanlah bahan yang lembut, seperti *cotton bud*. Jangan terlalu dalam ketika membersihkannya, karena akan merusak gendang telinga. Menurut (Erwin Setyo Kriswanto 2012:88-89) merawat telinga bisa dilakukan dengan cara:

- a) Kurangi intensitas penggunaan earphone
- b) Hindari suasana yang bising

- c) Perawatan rutin
- d) Kunyah makanan dengan baik

Mulut termasuk didalamnya lidah dan gigi merupakan sebagian dari alat pencernaan makanan. Menurut Djoned Soetatmo (1979: 94), gigi merupakan alat yang penting dalam pencernaan makanan. Makanan yang masuk ke dalam mulut dilembutkan dengan gigi. Gigi-gigi yang sehat diperlukan dalam upaya mewujudkan kesehatan badan seluruhnya.

Dengan seringnya makanan masuk kedalam mulut maka kebersihan mulut dan gigi secara teratur harus selalu dijaga. Hal ini penting untuk selalu diperhatikan mengingat gigi sangat rawan terserang bakteri atau penyakit yang dapat mengakibatkan gigi berlubang, karang gigi dan bahkan gusi bengkak. Menurut Djoned Soetatmo (1979: 90) cara menjaga kebersihan gigi dapat dilakukan dengan cara :

- a) Menggosok gigi paling sedikit 3x sehari menggunakan pasta gigi dan waktu menggosok gigi ialah segera setelah makan dan sebelum tidur

Cara menggosok gigi yang benar adalah :

- 1) Menggosok permukaan gigi sebelah pipi (yang menghadap ke pipi). Cara menyikat giginya harus demikian rupa sehingga seluruh permukaan gigi harus tergosok oleh sikat gigi.

- 2) Menggosok permukaan gigi yang menghadap ke lidah dan langit-langit. Permukaan gigi harus digosok dari pangkal gigi ke arah gigitan mahkota gigi disertai gerakan ke arah belakang dan ke depan
  - 3) Menggosok bagian dataran pengunyahan. Setiap permukaan harus digosok dengan gerakan-gerakan berputar-putar ditambah gerakan dari muka ke belakang dan dari kiri ke kanan
- b) Jangan makan dan minum yang terlalu panas. Jangan makan panas segera setelah minum yang dingin atau sebaliknya
  - c) Jangan membiarkan mengigit yang terlalu keras (tulang, es batu dan lain-lain)
  - d) Selalu memeriksakan gigi ke Puskesmas secara teratur.

## 2) **Memakai Pakaian yang Bersih dan Rapi**

Memakai pakaian yang bersih dan rapi menurut Djoned Soetatmo (1979: 103), pakaian adalah suatu benda yang dipakai untuk menutup badan (melindungi sebagian tubuh). Pakaian harus dipilih dengan memperhatikan kebersihan dan keserasian dengan badan serta kegiatan atau aktivitas yang akan dilakukan. Misalnya pakaian pada saat melakukan kegiatan olahraga tentu saja berbeda dengan pakaian yang dikenakan pada saat bepergian.

Menurut Mu'rifah (2004: 146), guna pakaian antara lain untuk

- a) Melindungi kulit dari kotoran yang berasal dari luar tubuh misalnya debu, lumpur dan sebagainya
- b) Melindungi kulit dari sengatan sinar matahari
- c) Mencegah bibit penyakit masuk dalam tubuh, misalnya cacing tambang yang berada di tanah lembab akan masuk melalui kuku, telapak kaki
- d) Membantu mengatur suhu tubuh, misalnya pakaian yang tebal dapat menahan atau menghalangi tubuh kehilangan panas, sehingga orang yang bersangkutan tetap merasa hangat meskipun udara/hawa disekitarnya dingin.
- e) Membantu mempercantik diri, misalnya seseorang dengan pakaian yang serasi, rapi dan bersih akan nampak lebih cantik atau gagah dalam penampilannya

Dalam menjaga kebersihan pakaian harus selalu diperhatikan dalam hal perawatan dan pemeliharaan pakaian. Pakaian harus selalu dipelihara dengan cara dicuci secara rutin agar pakaian tersebut selalu dalam keadaan baik, rapih dan bersih. Menurut Djoned Soetatmo (1979:111), cara mencuci pakaian yang benar ialah :

- a) Kaos dicuci hati-hati agar benang tidak tertarik-tarik oleh kuku/cincin kita
- b) Pisahkan pakaian yang sangat kotor
- c) Pakaian putih dicuci tersendiri lebih dulu
- d) Pakailah sabun sampai berbusa
- e) Untuk yang kotor sekali dapat dipakai sikat halus
- f) Bila menggunakan air bersih beberapa kali

Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam hal pakaian menurut Purnomo Ananto dan Abdul Kadir (2010: 14) antara lain sebagai berikut :

- a) Pakaian hendaknya diganti, setiap selesai mandi, dan bila kotor atau basah karena keringat atau kena air.
- b) Kenakan pakaian sesuai dengan ukuran tubuh.
- c) Pakaian harus dicuci dengan detergen bila sudah kotor, kemudian dijemur dan setelah kering disetrika lalu dilipat.
- d) Pakaian yang telah dipakai keluar hendaknya jangan dipakai untuk tidur, karena memungkinkan terkena debu atau kotoran.
- e) Jangan dibiasakan memakai pakaian orang lain untuk mencegah tertularnya penyakit.

### **c. Perilaku terhadap Kebersihan Lingkungan**

Dalam mencapai derajat kesehatan yang baik, manusia dalam kehidupan sehari-harinya haruslah selalu mempraktekkan pola hidup bersih dan sehat secara teratur. Selain itu dalam upaya mewujudkan hidup sehat maka diperlukan pula kondisi lingkungan yang baik dan sehat. Oleh karena itu kondisi lingkungan perlu diperhatikan benar-benar agar tidak merusak kesehatan. Perilaku terhadap lingkungan adalah respon seseorang terhadap lingkungan sebagai determinan terhadap kesehatan lingkungan. Manusia selalu hidup dan selalu berada di suatu lingkungan seperti lingkungan tempat tinggal, tempat belajar dan tempat untuk melakukan suatu aktivitas jasmani dan olahraga.

Menurut Soekidjo Notoatmodjo (2007: 137) perilaku terhadap kebersihan lingkungan merupakan respon seseorang terhadap lingkungan sebagai determinan kesehatan manusia. Selanjutnya dijelaskan perilaku kesehatan lingkungan itu sendiri antara lain mencakup:

- a) Perilaku sehubungan dengan air bersih, termasuk didalamnya komponen, manfaat, dan penggunaan air bersih untuk kepentingan kesehatan
- b) Perilaku sehubungan dengan pembuangan air kotor, yang menyangkut segi-segi *hygiene* pemeliharaan teknik, dan penggunaannya.
- c) Perilaku sehubungan dengan limbah, baik limbah padat maupun limbah cair. Termasuk di dalamnya system pembuangan sampah dan air limbah, serta dampak pembuatan limbah yang tidak baik.
- d) Perilaku sehubungan dengan rumah yang sehat, sekolah atau tempat kerja yang sehat meliputi ventilasi, pencahayaan, lantai, dan sebagainya.
- e) Perilaku sehubungan dengan pembersihan sarang-sarang nyamuk (*vector*) dan sebagainya.

Menurut Anik Maryunani (2013:43) kebersihan rumah dan lingkungannya, seperti rumah dan lingkungannya disapu, membuang sampah, membuang kotoran, dan air limbah pada tempatnya, dengan menyadari akan arti pentingnya kebersihan lingkungan jelas bahwa kesehatan lingkungan merupakan salah satu upaya yang bersifat pencegahan yang dapat dilakukan mulai sejak dini, baik dari lingkungan keluarga maupun lingkungan sekolah.

Menurut M. Ichsan (1979: 24), manfaat mempelajari kesehatan lingkungan yang diberikan di sekolah diharapkan agar para siswa; (1) Mengenal, memahami masalah kesehatan lingkungan, (2) Memiliki

sikap positif dan peran serta aktif dalam usaha kesehatan lingkungan,  
(3) Memiliki keterampilan untuk memelihara dan melestarikan kesehatan lingkungan dalam kehidupan sehari-hari.

#### **d. Perilaku terhadap Sakit dan Penyakit**

Perilaku terhadap sakit dan penyakit menurut Soekidjo Notoatmodjo (2007: 138), perilaku terhadap sakit dan penyakit yaitu bagaimana merespon baik pasif serta rasa yang adapada dirinya dan di luar dirinya, maupun aktif yang dilakukan sehubungan dengan penyakit dan sakit tersebut. Lebih lanjut Soekidjo Notoatmodjo(2007: 148), menjelaskan perilaku atau tindakan seseorang terhadap sakit dan penyakit meliputi:

##### a) Tindakan (praktik) sehubungan dengan penyakit

Tindakan atau perilaku ini mencakup: (1) pencegahan penyakit, mengimunitasikan anaknya, melakukan pengurusan bak mandi, menggunakan masker pada waktu kerja di tempat yang berdebu, dan (2) penyembuhan penyakit, misalnya minum obat sesuai petunjuk dokter, melakukan anjuran-anjuran dokter, berobat ke fasilitas pelayanan kesehatan yang tepat, dan sebagainya.

##### b) Tindakan (praktik) pemeliharaan dan peningkatan kesehatan

Tindakan atau perilaku ini mencakup antara lain: mengonsumsi makanan dengan gizi seimbang, melakukan olahraga secara teratur, tidak merokok, tidak minum-minuman keras, narkoba, dan sebagainya.

c) Tindakan (praktik) kesehatan lingkungan

Perilaku ini antara lain mencakup, membuang air besar di jamban (WC), membuang sampah di tempat sampah, menggunakan air bersih untuk mandi, cuci, masak dan sebagainya

Kesehatan merupakan hal yang tidak datang dengan sendirinya. Oleh karena itu dibutuhkan kesadaran dan peran khusus dari dalam diri seseorang dalam upaya mewujudkannya. Usaha tersebut adalah dengan mengupayakan agar setiap individu maupun kelompok mendapatkan suatu kesehatan yang optimal, sehingga dalam pencapaian berperilaku hidup bersih dan sehat tercapai secara baik. Dengan menjalankan pola hidup sehari-hari yang tidak teratur pasti akan berakibat kurang baik bagi kesehatan. Untuk itu agar dapat dicapai suatu kesehatan yang baik, dan lebih meningkatkan kegiatan jasmani yang seimbang dan kurangi hidup yang kurang teratur

**e. Perilaku Hidup yang Teratur dan terukur**

Pada dasarnya kesehatan tidak akan datang dengan sendirinya maka dari itu dibutuhkan kesadaran dan peran khusus dari dalam diri sendiri. Usaha tersebut adalah dengan mengupayakan agar setiap individu maupun kelompok selalu melakukan atau mempraktikkan perilaku yang teratur dalam kehidupan sehari-harinya, sehingga dalam pencapaian berperilaku hidup bersih dan sehat tercapai dengan baik.

Menurut Purnomo dan Abdul Kadir (1994: 51), kebiasaan hidup yang tidak teratur adalah sebagai berikut:

- a) Melakukan cara hidup di luar kebiasaan yang wajar dan sehat
- b) Tidur terlalu larut malam atau begadang karena akan membahayakan kesehatan
- c) Tidur kurang dari 8 jam sehari dan tidur di tempat yang tidak baik untuk kesehatan
- d) Melakukan latihan jasmani atau olahraga yang tidak teratur
- e) Makan secara sembarangan, baik yang dimakan maupun cara dan waktu makan

Selain itu dalam upaya melakukan perilaku hidup yang teratur, setiap hari sebaiknya selalu melakukan aktifitas fisik minimal 30 menit. Menurut Atikah Proverawati dan Eni Rahmawati (2012: 93), aktifitas fisik adalah melakukan pergerakan anggota tubuh yang menyebabkan pengeluaran tenaga yang sangat penting bagi pemeliharaan kesehatan fisik, mental dan mempertahankan kualitas hidup agar tetap sehat dan bugar sepanjang hari. Aktifitas fisik yang dapat dilakukan bisa berupa kegiatan sehari hari yaitu: berjalan kaki, berkebun, kerja tani, mencuci pakaian, mencuci mobil, mengepel lantai, naik turun tangga, membawa belanjaan dan berolahraga.

Olahraga adalah kebutuhan hidup bagi orang yang mau berfikir. Bila olahraga sudah menjadi kebutuhan, maka mereka akan merasa rugi manakala tidak dapat melakukan olahraga.

Istirahat merupakan keadaan yang tenang, rileks, tanpa tekanan emosional dan bebas dari kecemasan, Istirahat adalah suatu keadaan

dimana kegiatan jasmaniah menurun yang berakibat badan menjadi lebih segar (Asmadi, 2008:133-135). Tidur merupakan alah satu cara untuk melepas kelelahan baik jasmani maupun mental. Menurut (Peter, 1985: 10) berpendapat bahwa tidur merupakan suatu keadaan yang sederhana, Proses pemulihan yang terhambat dapat menyebabkan organ tubuh tidak bisa bekerja dengan maksimal, akibatnya orang yang kurang tidur akan cepat lelah dan mengalami penurunan konsentrasi.

Anik maryunani (2013:151) berpendapat bahwa salah satu cara untuk melihat pertumbuhan dan gizi anak dengan cara mengukur tinggi badan dan berat badan setiap 6 bulan sekali. Menurut Atikah proverawati dan Eni Rahmawati (2012: 98), keuntungan melakukan aktivitas fisik secara teratur yaitu:

- a) Terhindar dari penyakit jantung, stroke, osteoporosis, kanker, tekanan darah tinggi, kencing manis, dll.
- b) Berat badan terkendali
- c) Otot lebih lentur dan tulang lebih kuat
- d) Bentuk tubuh menjadi bagus
- e) Lebih percaya diri
- f) Lebih bertenaga dan bugar
- g) Secara keseluruhan keadaan kesehatan menjadi lebih baik.

Untuk itu agar dapat dicapai suatu kesehatan yang baik, dan lebih meningkatkan kegiatan jasmani yang seimbang, maka hal yang terpenting untuk dilakukan adalah mengurangi hidup yang kurang teratur, seperti keseringan melakukan hal-hal yang kurang bermanfaat.

## **f. Perilaku yang Merusak Kesehatan**

Kebiasaan peserta didik dalam kehidupan sehari-hari bila diperhatikan banyak dipengaruhi oleh kebiasaan hidup sehari-hari peserta didik tersebut. Kebiasaan baik maupun buruk biasanya berlangsung tanpa disadari oleh peserta didik yang bersangkutan. Kebiasaan yang telah terbentuk dan menjadi bagian kehidupan sehari-hari sangat sukar diubah.

Menurut Purnomo dan Abdul Kadir, (1994: 48), kebiasaan-kebiasaan buruk yang perlu dihindari adalah :

### **1) Merokok**

Kebiasaan merokok di kalangan siswa di Indonesia cenderung mengalami peningkatan sebagai akibat gencarnya promosi rokok diberbagai media. Industri rokok pada saat ini sudah masuk pada tahap pemberi sponsor pada kegiatan anak muda, seperti konser musik dan olah raga. Faktor-faktor yang mempengaruhi peserta didik untuk mencoba merokok antara lain pengaruh lingkungan, keluarga, teman, promosi, gaya hidup dan coba-coba.

Menurut Peraturan Pemerintah RI Nomor 19 Tahun 2003 tentang Pengamanan Rokok bagi Kesehatan, rokok merupakan salah satu zat adiktif yang bila digunakan mengakibatkan bahaya bagi kesehatan individu dan masyarakat, oleh karena itu perlu dilakukan berbagai upaya pengamanan. Menurut Regina Tutik Padmaningrum (2007: 1), Rokok adalah hasil olahan tembakau terbungkus termasuk

cerutu atau bentuk lainnya yang dihasilkan dari tanaman *Nicotiana Tabacum*, *Nicotiana Rustica* dan spesies lainnya atau sintetisnya yang mengandung nikotin dan tar dengan atau tanpa bahan tambahan. Menurut Giri Wiarto (2012: 99), rokok adalah silinder dari kertas berukuran panjang antara 70 hingga 120 mm (bervariasi tergantung negara) dengan diameter sekitar 10 mm yang berisi daun-daun tembakau yang dicacah.

Menurut Atika Proverawati & Eni Rahmawati (2012: 103), perokok aktif adalah orang yang mengkonsumsi rokok secara rutin dengan sekecil apapun walaupun itu hanya 1 batang dalam sehari. Sedangkan perokok pasif adalah orang yang bukan perokok tapi menghirup asap rokok orang lain atau orang yang berada dalam satu ruangan tertutup dengan orang yang sedang merokok. Menurut Djoko Pekik Irianto (2007: 134-135), sudah banyak diketahui umum bahwa merokok dapat mengganggu kesehatan seperti system pernafasan, paru-paru, jantung, dan lain-lain.

Asap rokok mengandung karbon monoksida yakni salah satu senyawa karbon yang memiliki afinitas (daya ikat) terhadap Hb 200-300 kali lebih kuat daripada afinitas terhadap oksigen (O<sub>2</sub>). Merokok sangat membahayakan kesehatan, baik diri sendiri maupun bagi orang yang ada disekitarnya. Walaupun sudah diketahui bahaya dan resikonya tetapi tampaknya hal itu tidak bisa mempengaruhi para siswa untuk mencoba merokok.

Menurut Atika Proverawati & Eni Rahmawati (2012:105), merokok baik secara aktif maupun pasif membahayakan tubuh, seperti

- a) Menyebabkan kerontokan rambut
- b) Gangguan pada mata, seperti katarak
- c) Kehilangan pendengaran lebih awal dibanding bukan perokok
- d) Menyebabkan paru paru kronis
- e) Merusak gigi dan menyebabkan bau mulut yang tidak sedap
- f) Menyebabkan stroke dan serangan jantung
- g) Tulang lebih mudah patah
- h) Menyebabkan kanker kulit
- i) Menyebabkan kemandulan dan impotensi
- j) Menyebabkan kanker rahim dan keguguran

Menurut Giri Wiarto (2012: 110), faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan merokok adalah sebagai berikut :

a. Orang Tua

Karena kesibukan dalam hal social dan ekonomi yang sangat tinggi, sehingga banyak anak-anak dibawah umur sangat mudah mendapatkan rokok. Hal ini disebabkan para orang tua membiarkan anak-anaknya bergaul dengan bebas, serta tidak memperhatikan apa kebiasaan yang dilakukan oleh anaknya setiap hari. Selain itu mungkin juga dipengaruhi oleh orang tua yang memiliki kebiasaan merokok.

b. Lingkungan sekitar

Lingkungan sekitar dapat juga berupa iklan, banyak sekarang ini iklan-iklan rokok yang ditayangkan di media cetak maupun

elektronik. Karena seseorang ingin seperti iklan tersebut, maka ia mencoba untuk merokok.

### c. Kepribadian

Seseorang mencoba merokok karena ada beberapa hal diantaranya, merasa malu kepada teman-teman/orang lain, membebaskan rasa bosan, menahan diri dari tekanan jiwa dan biar dikatakan lelaki sejati.

Pada dasarnya perilaku merokok adalah perilaku yang dipelajari. Hal itu berarti ada pihak-pihak yang berpengaruh besar dalam proses sosialisasi. Perilaku merokok biasanya dimulai pada masa remaja meskipun proses menjadi perokok telah dimulai sejak kanak-kanak. Masa remaja juga merupakan periode penting risiko untuk pengembangan perilaku merokok jangka panjang. Selain itu, perilaku merokok merupakan pintu masuk perilaku negatif yang lain seperti penyalahgunaan narkoba dan minum minuman keras.

## 2) Alkohol

Secara tidak langsung bahwa masuknya alkohol dalam tubuh berarti masuknya bahan kimia ke dalam tubuh. Siswa yang meminum alkohol sekali-kali mungkin tidak akan mengalami gangguan seberat mereka yang telah menjadi alcoholic. Tingkah laku sosial dan emosi sudah dikendalikan oleh bahan-bahan kimia.

Menurut Djoko Pekik Irianto (2007:127-128), alkohol yang terkandung dalam minuman keras seperti beer, whiskey, dan lain-

lain mempunyai pengaruh pada vasodilatasi sehingga dapat melebarkan pembuluh darah perifer, menyebabkan kulit kemerahan dan terasa hangat. Disamping itu alkohol termasuk jenis minuman penghasil energi instan. Satu gram alkohol dapat menghasilkan 7 kalori. Minuman keras atau minuman beralkohol juga termasuk zat adiktif. Menurut Giri Wiarto (2012: 116), minuman keras dibedakan menjadi 3 golongan yaitu:

- a) Golongan A yaitu minuman keras yang berkadar alkohol 1-5%, contohnya: Bir
- b) Golongan B yaitu minuman keras yang berkadar alkohol 5-20%, contohnya: Anggur/Wine
- c) Golongan C yaitu minuman keras yang berkadar alkohol 20-45%, contohnya: Arak, wiski, vodka

Menurut Giri Wiarto (2012: 117), akibat yang ditimbulkan dari minum minuman beralkohol secara langsung yaitu

- a) Kehilangan keseimbangan tubuh
- b) Pusing, merasa gembira, kulit menjadi merah
- c) Perasaan ingatan menjadi tumpul
- d) Dalam dosis tinggi menjadi mabuk, tindakan tidak terkontrol dan kendali diri berkurang.

Selain itu alkohol dapat mempengaruhi sistem organ yang ada di dalam tubuh. Menurut Giri Wiarto (2012: 117), pengaruh yang terjadi adalah rusaknya organ tubuh, yaitu:

- a) Pengaruh pada sistem kardiorespirasi adalah denyut jantung dan pernapasan lambat. Dengan lambatnya frekuensi pernapasan maka jumlah oksigen yang disuplai dalam darah akan berkurang.

- b) Pada sistem pencernaan alkohol akan berpengaruh pada hilangnya selera makan, peradangan hati, kanker mulut, kerongkongan dan lambung.
- c) Pada sistem reproduksi dan pengaruh pada bayi. Pengaruh alkohol pada ibu hamil adalah dapat menyebabkan cacat bayi yang dikandung. Sedangkan pengaruh alkohol pada pria adalah menyebabkan impotensi.
- d) Pada sistem saraf pusat dapat menghambat fungsi otak yang mengontrol pernapasan dan denyut jantung sehingga menyebabkan kematian dan dapat menyebabkan hilangnya memori (amnesia), sakit jiwa, kerusakan tetap pada otak dan sistem saraf.

### **3) Narkotika**

Menurut Istiati (2008: 11), narkotika adalah zat atau obat yang berasal dari tanaman atau bukan tanaman, baik sintesis maupun semisintesis yang dapat menimbulkan pengaruh-pengaruh tertentu bagi mereka yang menggunakan. Pengaruh tersebut berupa pembiusan, hilangnya rasa sakit, rangsangan semangat, halusinasi atau timbulnya khayalan-khayalan yang akan menyebabkan efek ketergantungan bagi pemakainya.

Berdasarkan Undang-Undang RI Nomor 22 Tahun 1997 yang dikeluarkan Tanggal 1 September 1997 tentang narkotika, “Narkotika hanya dapat digunakan untuk kepentingan pelayanan kesehatan dan ilmu pengetahuan termasuk kepentingan lembaga penelitian atau pendidikan saja / sedangkan pengadaan impor/ekspor, peredaran dan pemakaiannya diatur oleh pemerintah, dalam hal ini departemen kesehatan.

Kenyataannya zat-zat tersebut banyak yang datang dan masuk ke Indonesia secara illegal sehingga menimbulkan permasalahan.

Peredaran zat terlarang secara gelap itu dilakukan oleh orang-orang yang tidak bertanggung jawab yang ingin memperoleh keuntungan yang sebesar-besarnya.

Menurut Giri Wiarto (2012: 81), terdapat banyak akibat negatif yang disebabkan oleh narkoba, yaitu:

a) Terganggunya fungsi otak dan perkembangan pada remaja normal yang ditandai mudah lupa, sulit berkonsentrasi, bertindak tidak rasional/akal sehat, sering mengkhayal, motivasi menurun.

b) Intoksikasi (keracunan)

Intoksikasi atau keracunan adalah gejala yang ditimbulkan akibat pemakaian narkoba dalam jumlah yang cukup berpengaruh pada tubuh dan perilaku. Istilah yang sering digunakan adalah *teller*, mabuk dan *fly*.

c) Overdosis (OD)

Overdosis dapat menyebabkan kematian karena terhentinya pernafasan (heroin) atau pendarahan otak (amfetamin).

Overdosis dapat terjadi karena penggunaan dalam jumlah besar atau karena sudah lama berhenti pakai, lalu memakainya lagi dalam dosis yang dahulu dipakai

#### **4) Perilaku seks bebas**

Perilaku seksual remaja timbul bersamaan dengan kematangan seksualnya. Timbulnya dorongan seksual yaitu tertarik dengan lawan

jenis, sering disebut sebagai nafsu birahi. Dalam keadaan ini, remaja di tantang untuk tidak sampai melakukan hubungan seksual (Depkes RI,2001)

Sarlito W.Sarwono (2011:59) menyebutkan, kebudayaan kita tidak mengizinkan hubungan seksual diluar perkawinan. Padahal perkawinan biasanya menuntut persyaratan yang berat dan baru dapat dilakukan setelah beberapa tahun setelah masa remaja. Karena itu para remaja terpaksa mencari pemuasanya kepada khayalan, membaca buku atau melihat film dewasa (18+) dan sebagainya yang sering menyulitkan orang tua, guru dan para pendidik lainnya.

Gunarsa (1991:6-8) menyebutkan berbagai perilaku pada remaja yang belum saatnya untuk bisa melakukan hubungan seks secara wajar, antara lain:

- a) Masturbasi/onani
- b) Berpacaran
- c) Kegiatan yang mengarah pada pemuasan dorongan seksual

Oleh karena itu sebagai pendidik seharusnya bisa memberi arahan dan pelajaran untuk peserta didik agar tidak masuk kearah yang tidak diinginkan. Orang tua, guru, teman sebaya, lingkungan, dan masyarakat merupakan faktor penting untuk membentuk karakter yang baik pada masa remaja awal

### **3. Karakteristik siswa SMP kelas VIII**

Sekolah merupakan salah satu wadah formal yang berusaha melaksanakan proses perubahan perilaku melalui pendidikan. Karakteristik merupakan ciri khas dari suatu benda, akan tetapi karakteristik setiap benda berbeda-beda. Pertumbuhan dan perkembangan anak sangat dipengaruhi oleh karakteristik. Anak SMP tergolong dalam kategori anak remaja karena rata-rata anak SMP berumur 12-14 tahun (Sukintaka, 1992: 45).

Siswa SMP N 1 Bumijawa Tegal tergolong pada usia remaja. Remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak menjelang dewasa. Merupakan masa yang rawan dan kritis karena perkembangan emosi dan perilaku yang masih belum stabil (Soetjiningsih, 2004:15). Usia mereka berkisar antara 12-14 tahun. Menurut (Narendra, 2002:139), masa remaja terdiri dari masa remaja awal usia 10-14 tahun, masa remaja pertengahan usia 15-16 tahun, dan masa remaja akhir usia 17-20 tahun.. Pada masa ini remaja menyadari bahwa ia berbeda secara psikologis dari orang tuanya kesadaran ini sering mempertanyakan dan menolak nilai-nilai dan nasehat orangtua sekalipun nilai dan nasehat masuk akal (Samsuri wijayanti Nar'at, 2005:212).

Peserta didik mempunyai karakter psikis/mental dan sosial yang dominan, antara lain dari segi jasmani kekuatan otot dan daya tahan otot, berkembang dengan baik, masih memikirkan dirinya sendiri egois, kurang setabil dan matang. Pada masa remaja sebagai periode penting, peralihan,

perubahan, masa mencari identitas, usia bermasalah, usia yang menimbulkan ketakutan/ kesulitan, masa yang tidak realistis, dan masa sebagai ambang masa dewasa.

Menurut Harold Albert dalam Husdarta (2000: 57), remaja adalah periode atau masa remaja itu didefinisikan sebagai suatu periode dalam perkembangan yang dialami seseorang yang terbentang semenjak berakhirnya masa kanak-kanak sampai datangnya awal masa depan. Profil remaja awal yang dipaparkan oleh Abin Syamsudin dalam Husdarta (2000: 60) sebagai berikut:

a. Fisik dan Perilaku Motorik

- 1) Laju perkembangan secara umum sangat pesat.
- 2) Proporsi ukuran tinggi dan berat badan sering kurang seimbang.
- 3) Munculnya ciri-ciri sekunder seperti tumbuh bulu.
- 4) Gerak gerak nampak canggung dan kurang terkoordinasi.
- 5) Aktif dalam berbagai jenis cabang permainan olahraga.

b. Bahasa dan Perilaku Kognitif

- 1) Berkembangan penggunaan bahasa sandi dan mulai tertarik dengan bahasa asing.
- 2) Menggemari literatur yang bernafaskan dan mengandung segi erotik dan fantastik.
- 3) Pengamatan dan tanggapannya masih bersifat realisme kritis.

4) Proses berpikir sudah mampu mengoperasikan kaidah logika formal kecakapan dasar intelektual umumnya menjalani laju perkembangannya.

5) Kecakapan dasar khusus bakat mulai nampak jelas.

c. Perilaku Sosial Moral dan Religius

1) Ketergantungan yang kuat dengan kelompok sebaya (group).

2) Keinginan bebas dari dominasi orang dewasa.

3) Mengidentifikasi dirinya dengan tokoh idola.

4) Mencari pegangan hidup.

5) Penghayatan kehidupan keagamaan sehari-hari didasarkan atas pertimbangan dari luar.

d. Perilaku Afektif, Konatif, dan Kepribadian

1) Lima kebutuhan (fisik, rasa aman, afiliasi, penghargaan, dan perwujudan diri mulai tampak).

2) Reaksi emosional mulai berubah-ubah.

3) Kecenderungan arah sikap mulai nampak.

Dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa pada remaja awal mengalami perkembangan fisik yang kurang seimbang, pandangan kognitif yang masih realisme kritis, sosial yang masih ketergantungan, religi yang masih harus diberi dorongan, reaksi emosional yang berubah-ubah. Pada masa remaja ini adalah masa di mana anak harus diberi arahan, bimbingan, dorongan motivasi agar bisa melakukan hal-hal positif untuk masa depannya. Orang tua, guru, teman sebaya, lingkungan, dan

masyarakat merupakan faktor penting untuk membentuk karakter yang baik pada masa remaja awal

## **B. Kajian Penelitian Yang Relevan**

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

1. Penelitian yang dilakukan oleh Asrofi Muhammad N. Pada tahun 2008 yang berjudul “perilaku hidup sehat siswa kelas X dan XI SMK N 1 tengaran kabupaten semarang”. Pupulasi penelitian ini adalah siswa kelas X dan XI SMK N 1 Tengaran kabupaten Semarang. Sampel yang digunakan adalah 25% dari jumlah siswa pada setiap kelas sehingga di peroleh keseluruhan 195 siswa dengan teknik *proporsional stratified random sampling*. Hasilnya sebagai berikut 11 siswa (5,64%) dinyatakan sangat aktif, 56% siswa (28,72%) dinyatakan cukup aktif, 43 siswa (22,05%) dinyatakan kurang aktif. Dapa diarik kesimpulan bagi kelas X dan XI SMK N 1 Tengaran kabupaten Semarang masuk dalam kaegori aktif dalam menjalankan perilaku hidup sehat. Dapat dilihat dari teknik yang digunakan dalam pengambilan data ini secara random sampling maka penelitian ini dapa dikatakan penelitian yang relevan.
2. Penelitian yang dilakukan Anto Dwi Prayitno pada tahun 2005 berjudul “Identifikasi Perilaku Hidup Sehat Siswa Kelas 1 SMP 2 Girimulyo Kulon Progo”. Hasilnya mengatakan bahwa faktor

perilaku terhadap makanan dan minuman 77,1% masuk kategori cukup baik, perilaku terhadap kesehatan lingkungan 39,6% masuk kategori cukup baik, perilaku terhadap sakit dan penyakit 43,8% masuk kategori cukup baik, keseimbangan antara kegiatan, istirahat dan olahraga 41,7% masuk kategori cukup baik. Dan dapat ditarik kesimpulan bahwa siswa kelas 1 SMP 2 Girimulyo Kulon Progo masuk kategori cukup baik dalam menjalankan perilaku hidup sehat. Terhadap pola makan, sakit dan penyakit yang diderita, kegiatan olahraga dan istirahat yang seimbang dilakukan oleh siswa.

### **C. Kerangka Berfikir**

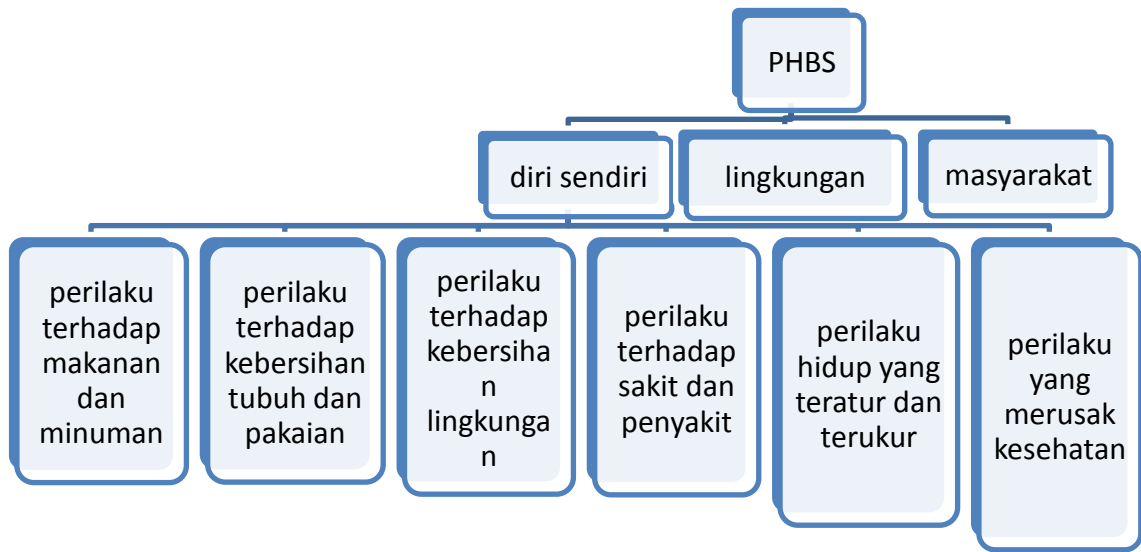
Berdasarkan kajian teoritik perilaku hidup bersih dan sehat adalah hal-hal yang berkaitan dengan tindakan atau kegiatan seseorang didalam menjaga dan meningkatkan kesehatannya. Kesehatan merupakan suatu kebutuhan pokok dari manusia dan sehat tidak diperoleh secara otomatis, akan tetapi harus diupayakan. Perilaku hidup bersih sehat tidak muncul secara tiba-tiba, akan tetapi harus melalui suatu proses pendidikan yang amat panjang dan untuk mengetahuinya dapat diwujudkan dalam bentuk perubahan perilaku yang bersih dan sehat. Hal penting dalam perilaku yang bersih dan sehat adalah masalah pembentukan dan perubahan perilaku. Perubahan perilaku merupakan tujuan dari pendidikan atau penyuluhan kesehatan. Untuk mengetahui perubahan perilaku hidup bersih dan sehat dapat diketahui melalui faktor yang mempengaruhinya.

Adapun faktor-faktor perilaku hidup bersih dan sehat meliputi faktor terhadap makanan dan minuman bergizi, faktor terhadap kebersihan diri/pribadi, faktor terhadap kebersihan lingkungan, faktor terhadap sakit dan penyakit, faktor terhadap perilaku yang merusak kesehatan dan faktor perilaku hidup yang teratur.

Dengan demikian untuk mengetahui seberapa besar perilaku hidup bersih sehat siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal dapat diungkap melalui angket yang berisi pernyataan tentang faktor terhadap makanan dan minuman bergizi, faktor terhadap kebersihan diri/pribadi, faktor terhadap kebersihan lingkungan, faktor terhadap sakit dan penyakit, faktor terhadap perilaku yang merusak kesehatan dan faktor perilaku hidup yang teratur.

Apabila siswa SMP sudah bisa menerapkan perilaku hidup bersih sehat dalam kehidupannya sehari-hari, ini merupakan suatu perubahan yang sangat baik. Dengan demikian diharapkan siswa akan dapat mempertinggi tingkat kesehatan dan dapat menerima pelajaran sesuai dengan tujuannya.

Dari penjelasan diatas peneliti ingin mencari tahu tentang seberapa baik perilaku hidup bersih dan sehat siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun Ajaran 2016/2017 dengan bagan sebagai berikut:



## **BAB III METODE PENELITIAN**

### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif kuantitatif tentang perilaku hidup bersih dan sehat. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan metode survei dan teknik pengambilan data menggunakan angket. Penelitian ini bermaksud mengetahui seberapa besar perilaku hidup bersih sehat siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal tahun ajaran 2016/2017.

Sebelum penelitian dilaksanakan, peneliti melakukan langkah-langkah menyusun instrumen yang berupa angket. Dalam menyusun instrumen dilakukan langkah mendefinisikan konstruk, menyidik faktor, menyusun kisi-kisi dan butir-butir pernyataan, mengkonsultasikan kepada ahli, dan melakukan uji coba instrumen. Setelah melakukan uji coba instrumen kemudian melakukan uji validitas instrumen dan uji reliabilitas instrumen.

Setelah uji validitas dan reliabilitas instrumen dilakukan akan diketahui pernyataan-pernyataan yang valid dan reliabel dan dapat digunakan sebagai instrumen penelitian. Langkah selanjutnya melakukan penelitian di SMP Negeri 1 Bumijawa dengan populasi yang digunakan kelas VIII. Setelah penelitian dilaksanakan, langkah selanjutnya pengumpulan data dan analisis data.

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

Definisi operasional dalam penelitian ini adalah perilaku hidup bersih sehat siswa kelas VIII di SMP N 1 Bumijawa Kabupaten Tegal yaitu sesuatu

yang hal yang berkaitan dengan tindakan atau kegiatan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan seseorang peserta didik di SMP N 1 Bumijawa Kabupaten Tegal. Terdiri dari faktor perilaku terhadap makanan dan minuman, faktor perilaku terhadap kebersihan tubuh dan pakaian, faktor perilaku terhadap kebersihan lingkungan, faktor perilaku terhadap sakit dan penyakit, faktor perilaku hidup yang teratur dan terukur dan faktor perilaku yang merusak kesehatan yang dituangkan dalam bentuk angket yang hasilnya berupa skor.

### C. Subjek penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto (2010:172) Subjek penelitian adalah subjek yang dituju oleh peneliti untuk diteliti. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP N 1 Bumijawa Kabupaten Tegal tahun ajaran 2016/2017 yang berjumlah 246 siswa, peserta didik mengisi angket penelitian yang berjudul “Perilaku Hidup Bersih dan Sehat siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun ajaran 2016/2017” dan langsung diserahkan kepada peneliti setelah siswa menjawab semua pertanyaan dalam angket. Jumlah data subjek penelitian dapat dilihat pada tabel sebagai berikut

**Tabel 1. Subjek Penelitian Kelas VIII SMP N 1 Bumijawa kabupaten Tegal tahun ajaran 2016/2017.**

No	Kelas	Putra	Putri	Populasi
1	VIII A	14	18	32
2	VIII B	14	18	32
3	VIII C	13	17	30
4	VIII D	14	18	32
5	VIII E	14	18	32
6	VIII F	12	18	30
7	VIII G	11	18	29
8	VIII H	12	17	29
Jumlah		104	142	246

## **D. Instrumen Dan Teknik Pengumpulan Data**

### **1. Instrumen Penelitian**

Instrumen yang dipakai dalam penelitian ini adalah berupa angket. Adapun teknik pengumpulan data menggunakan angket tertutup yang berupa jumlah pernyataan. Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 38 102-103), angket tertutup adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden tinggal memberikan tanda check list (√) pada kolom atau tempat yang sesuai, dengan angket langsung menggunakan skala bertingkat. Teknik angket ini digunakan untuk mengetahui perilaku hidup bersih sehat siswa kelas VIII SMP N 1 Bumijawa Kabupaten Tegal tahun ajaran 2016/2017.

Menurut Suharsimi Arikunto (2010: 209), prosedur yang ditempuh dalam pengadaan instrumen yang baik adalah :

- a. Perencanaan, meliputi perumusan tujuan, menentukan variabel, kategorisasi variabel
- b. Penulisan butir soal, atau item kuesioner, penyusunan skala, penyusunan pedoman wawancara
- c. Penyuntingan, yaitu melengkapi instrument 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

Menurut Suharsimi Arikunto (2002:128) angket adalah sejumlah pernyataan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya atau hal-hal yang diketahui. Sedangkan menurut Sutrisno Hadi (1991:7) ada tiga langkah yang harus ditempuh dalam menyusun instrumen, ketiga langkah itu adalah sebagai berikut:

a. Mendefinisikan konstruk

Mendefinisikan konstruk adalah membuat batasan mengenai variabel yang akan kita ukur. Mendefinisikan konstruk bertujuan untuk memberikan batasan arti dari konstruk yang akan diteliti, dengan demikian nantinya tidak akan terjadi penyimpangan terhadap tujuan yang akan ingin dicapai dalam penelitian. Untuk mempermudah pengertian, maka dipergunakan adanya suatu definisi terhadap konstruk tersebut, adalah sebagai berikut: perilaku hidupbersih sehat siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa

b. Menyidik faktor

Menyidik faktor adalah suatu tahap yang bertujuan untuk menandai faktor-faktor yang disangka dan kemudian diyakini menjadi komponen dari konstruk yang akan diteliti.

Faktor-faktor tersebut adalah:

- a. Faktor perilaku terhadap makanan dan minuman
- b. Faktor perilaku terhadap kebersihan tubuh dan pakaian
- c. Faktor perilaku terhadap kebersihan lingkungan
- d. Faktor perilaku terhadap sakit dan penyakit
- e. Perilaku hidup yang teratur dan terukur
- f. Faktor perilaku terhadap perilaku yang merusak kesehatan

c. Menyusun butir-butir pernyataan

Dalam menyusun butir-butir pernyataan yang penting adalah bahwa butir-butir pernyataan yang disusun haruslah sedapat-dapatnya berbicara hanya mengenai faktornya saja untuk memberikan gambaran secara menyeluruh mengenai angket yang digunakan dalam penelitian ini, maka disajikan kisi-kisi seperti pada tabel 2.

**Tabel 2. Kisi-kisi angket uji coba Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Siswa kelas VIII SMP N 1 Bumijawa Kabupaten Tegal**

Variabel	Faktor	Indikator	Pernyataan		Jumlah
			+	-	
Perilaku Hidup Bersih dan Sehat siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun ajaran 2016/2017	1. Perilaku terhadap makanan dan minuman	1. Pemilihan jenis dan kebersihan makanan dan minuman	1,3	2,4	4
		2. Waktu dan jumlah makanan dan minuman	5,6,7	8	4
	2. Perilaku terhadap kebersihan tubuh dan pakaian	1. Kebersihan pribadi	9,10,11,12,	13	5
		2. Kebersihan Pakaian	14,15	16	3
	3. Perilaku terhadap kebersihan lingkungan	1. Kebersihan rumah	17,18,19	20	4
		2. Kebersihan sekolah	21,23	22	3
	4. Perilaku terhadap sakit dan penyakit	1. Pencegahan Sakit dan Penyakit	24,25,26,27		4
		2. Pemulihan Kesehatan	28,30	29	3
	5. Perilaku hidup yang teratur dan terukur	1. Pengaturan istirahat	31,32	33	3
		2. Pengaturan olahraga	34,35	36	3
	6. Perilaku yang merusak kesehatan	1. NAPZA	37,38	39	3
		2. Sex bebas	40,42	41	3
Jumlah			30	12	42

Dalam uji coba penelitian ini yang dilakukan di SMP Negeri 3 Bumijawa Kabupaten Tegal dengan menggunakan angket yang terdiri dari 42 butir pernyataan dengan 4 alternatif jawaban untuk setiap pertanyaan dengan mengadopsi skala dari Likert, yaitu : Selalu (S), Sering (Sr), Kadang-Kadang (Kd) dan Tidak Pernah (TP). Menurut Nana Syaodih Sukmadinata (2013:238), dasar dari skala ini adalah respons seseorang terhadap sesuatu dapat dinyatakan dengan pernyataan persetujuan (Setuju-Tidak Setuju) terhadap suatu objek

**Tabel 3. Alternatif Jawaban Angket**

Pernyataan	Alternatif pilihan			
	Selalu (S)	Sering (Sr)	Kadang-kadang (Kd)	Tidak pernah (TP)
<b>Positif</b>	4	3	2	1
<b>Negatif</b>	1	2	3	4

## 2. Uji coba Instrumen

Angket sebelum diujicobakan, terlebih dahulu dilakukan *expert judgment*/dosen ahli untuk validasi angket. Setelah butir-butir pernyataan disusun langkah selanjutnya adalah mengujicobakan kepada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Bumijawa Kabupaten Tegal dengan jumlah 35 siswa, yang tidak termasuk dalam subjek yang akan digunakan dalam penelitian sesungguhnya. Tujuan utama yang ingin dicapai melalui uji coba ini adalah untuk mengetahui kesahihan dan keandalan butir-butir pernyataan yang terdapat dalam instrumen. Instrumen yang disusun uji validitasnya

menggunakan rumus statistik bagian total dan uji reliabilitasnya menggunakan Alpha Cronbach.

a. Uji Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan/kesahihan suatu instrumen. Suharsimi Arikunto (2002:144) menyatakan validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen . instrumen yang valid/sahih pasti memiliki validitas yang tinggi begitu pula sebaliknya. Dalam menguji validitas ini digunakan statistik bagian total Sutrisno Hadi (1991:23-27) rumus yang digunakan dalam uji validitas adalah sebagai berikut:

$$rpq = \frac{(rxy)(SBy) - SBx}{\sqrt{\{(SBx^2) + (SBy^2) - 2(rxy)(SBx)(SBy)\}}}$$

Keterangan:

Rpq :koefisien korelasi bagian total

Rxy :koefisien korelasi momen tangkar

Sby :simpang baku skor faktor

SBx :simpang baku skor butir

SB diperoleh dengan rumus:

$$SB = \sqrt{\left\{ \frac{JK}{N-1} \right\}}$$

JK= jumlah kuadrat, diperoleh dengan rumus:

$$JK = \sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{N}$$

Mencari rxy dengan rumus sebagai berikut:

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

Keterangan:

Rxy: korelasi momen tangkar

N : cacah subyek uji coba

Ex : sigma atau jumlah x (skor butir)

Ex<sup>2</sup> : sigma x kuadrat

Ey : sigma y (skor faktor)

Ey<sup>2</sup> : sigma y kuadrat

Exy : sigma tangkar (perkalian) X dengan Y

Uji coba subyek di luar populasi yang mempunyai karakteristik sama yaitu siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Bumijawa Kabupaten Tegal dalam uji coba tersebut sebanyak 35 siswa. Uji validitas butir menggunakan bantuan komputer program *SPSS 20.0 for Windows Evaluation Version*. Kriteria penilaian butir angket yang sah atau valid apabila mempunyai harga r hitung  $\geq$  r tabel (0,334) (DF=n-2) dengan taraf signifikan 5% atau 0,05. Berdasarkan hasil uji coba diperoleh 10 butir pernyataan yang gugur yaitu nomer 2,4,10,16,20,27,29,36,39,42, dan diperoleh nilai validitas antara 0,45-0,85, hasil selengkapnya terlampir.

**Tabel 4: Kisi kisi Angket Penelitian**

Variabel	Faktor	Indikator	Pernyataan		Jumlah
			+	-	
Perilaku Hidup Bersih dan Sehat siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun Ajaran 2015/2016	1. Perilaku terhadap makanan dan minuman	1. Pemilihan jenis dan kebersihan makanan dan minuman	1,2		2
		2. Waktu dan jumlah makanan dan minuman	3,4,5	6	4
	2. Perilaku terhadap kebersihan tubuh dan pakaian	1. Kebersihan pribadi	7,8,9	10	4
		2. Kebersihan Pakaian	11,12		2
	3. Perilaku terhadap kebersihan lingkungan	1. Kebersihan rumah	13,14,15		3
		2. Kebersihan sekolah	16,18	17	3
	4. Perilaku terhadap sakit dan penyakit	1. Pencegahan Sakit dan Penyakit	19,20,21		3
		2. Pemulihan Kesehatan	22,23		2
	5. Perilaku hidup yang teratur dan terukur	1. Pengaturan istirahat	24,25	26	3
		2. Pengaturan olahraga	27,28		2
	6. Perilaku yang merusak kesehatan	1. NAPZA	29,30		2
		2. Sex bebas	31	32	2
jumlah			27	5	32

a. Uji Realibilitas

Setelah uji validitas selesai, maka langkah selanjutnya adalah Uji realibilitas digunakan untuk mengetahui keterandalan instrumen. Reliabel artinya dapat dipercaya, jadi dapat diandalkan. Reliabel menunjuk pada suatu pengertian bahwa suatu instrument cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrument itu sudah baik (Suharsimi Arikunto, 2010: 221). Reliabilitas dapat dikatakan suatu konsistensi alat pengukur didalam mengukur

gejala yang sama Untuk mengetahui reliabilitas ini digunakan statistik teknik rumus Alfa Cronbach (Suharsimi Arikunto,2002: 171) rumus dalam uji reliabilitas yang digunakan adalah sebagai berikut:

$$r_{11} = \left[ \frac{k}{(k - 1)} \right] \left[ 1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right]$$

Keterangan :

$r_{11}$  = reliabilitas instrumen

K = banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal.

$\sum \sigma_b^2$  = jumlah varian butir

$\sum \sigma_t^2$  = varians total

Untuk mengetahui keandalan instrumen ini menggunakan rumus *Alpha Cronbach* dengan bantuan komputer program *SPSS 20.0 for Windows Evaluation Version*, dan diperoleh nilai reliabilitas sebesar 0,953. Hasil nilai reliabilitas tersebut maka dapat diketahui nilai interpelasi r hitung berkategori sangat tinggi.

### 3. Teknik Pengumpulan Data

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini berupa data tentang perilaku hidup bersih sehat siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal. Untuk mengumpulkan data tersebut digunakan angket yang bersifat tertutup, yaitu responden hanya diminta untuk memilih jawaban yang tersedia. Menurut Sutrisno Hadi (1991:1) angket digunakan untuk menyelidiki pendapat subyek sesuatu hal atau mengungkapkan keadaan pribadi responden.

Digunakan angket sebagai pokok dalam penelitian ini, karena didasarkan atas pertimbangan; (a) terbatasnya waktu, tenaga dan biaya, (b) lebih praktis dalam waktu yang bersamaan dapat menjangkau responden yang cukup banyak. Dalam penelitian ini menggunakan angket yang terdiri dari 32 butir pernyataan dengan 4 alternatif pilihan untuk setiap pernyataan, yaitu: : Selalu (S), Sering (Sr), Kadang-Kadang (Kd) dan Tidak Pernah (TP). Proses pengumpulan data dilakukan dengan peneliti datang ke SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal, untuk membuat kesepakatan dengan sekolah. Setelah ada kesepakatan, peneliti datang ke sekolah dan peneliti membagikan kuesioner atau angket kepada peserta didik dengan di bantu para guru untuk membagikan angket dan menunggu waktu pengisiannya. Hal ini untuk menjaga keutuhan pengambilan angket dan mengefektifkan waktu.

#### **4. Teknik Analisis Data**

Untuk analisis data alternatif jawaban yang diberi nilai akan berbeda dengan alternatif yang hanya menunjukkan kategori saja bukan gradasi atau peringkat. Menurut Suharsimi Arikunto, (2006:241-242) dalam menganalisis data yang berasal dari angket bernilai 1 sampai dengan 4, peneliti menyimpulkan makna setiap alternatif sebagai berikut: :

- a. Selalu (S) menunjukkan gradasi atau nilai paling tinggi. Untuk kondisi tersebut diberi nilai 4 untuk pernyataan positif dan 1 untuk pernyataan negatif.
- b. Sering (Sr) menunjukkan peringkat yang lebih rendah dibandingkan dengan kategori selalu (S) Oleh karena itu kondisi tersebut diberi nilai 3 untuk pernyataan positif dan 2 untuk pernyataan negatif

- c. Kadang-Kadang (Kd) karena berada dibawah selalu dan sebagainya diberi nilai 2 untuk pernyataan positif dan 3 untuk pernyataan negatif.
- d. Tidak Pernah (TP) yang berada di peringkat paling bawah diberi nilai 1 untuk pernyataan positif dan 4 untuk pernyataan negatif.

Setiap kolom dalam angket menunjukkan letak nilai, maka sebagai konsekuensinya setiap centangan pada kolom jawaban menunjukkan nilai tertentu. Dengan demikian maka analisis data dilakukan dengan mencermati banyaknya centangan dalam setiap kolom yang berbeda nilainya tersebut.

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 kuantitatif. Selanjutnya untuk menghitung persentase yang termasuk dalam kategori disetiap aspek digunakan rumus dari Anas Sudijono (2006:43).

Rumus mencari persentase perilaku hidup sehat siswa:

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

Keterangan:

$p$  = angka persentase

$f$  = frekuensi yang sedang dicaripersentasenya

$N$  = Number Of Case (jumlah frekuensi banyaknya individu

Selanjutnya untuk memberikan makna pada skor yang ada, dibuatlah bentuk kategori atau kelompok menurut tingkatan yang ada dengan rumus untuk tiap kategori. Hal ini dapat dilakukan dengan bantuan statistik deskriptif dari distribusi skor kelompok yang umumnya mencakup banyaknya subyek ( $n$ ) dalam kelompok, mean skor skala ( $M$ ), Deviasi standar skor skala ( $s$ ) dan varians ( $s^2$ ) skor minimum ( $X_{min}$ ) dan

maksimum ( $X_{maks}$ ), dan statistik-statistik yang di anggap perlu. Deskripsi data ini memberikan gambaran penting mengenai keadaan distribusi skor skala pada kelompok subyek yang dikenai pengukuran dan berfungsi sebagai informasi mengenai keadaan subyek pada aspek atau variabel yang diteliti dan menempatkan individu kedalam kelompok-kelompok yang terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasar atribut yang diukur. Kemudian hasil penelitian dituangkan dalam 5 kategori yaitu sangat kurang, kurang, cukup, baik, dan sangat baik. Untuk menentukan kriteria skor perilaku hidup sehat dengan menggunakan pengkategorian berdasarkan model distribusi normal (Saifuddin Azwar, 2012:148-149).

**Tabel 5. Kategori menentukan kriteria skor perilaku hidup nasehat**

<b>skor</b>	<b>kategori</b>
$\mu \leq -1,5\sigma$	sangat kurang
$-1,5\sigma < \mu \leq -0,5\sigma$	kurang
$-0,5\sigma < \mu \leq +0,5\sigma$	cukup
$+0,5\sigma < \mu \leq +1,5\sigma$	baik
$+1,5\sigma < \mu$	sangat baik

Keterangan:

$\mu$ =Nilai tengah

$\sigma$  = Sandar Deviasi

## BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

Data penelitian tentang perilaku hidup bersih dan sehat siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun Ajaran 2016/2017 dalam penelitian ini secara keseluruhan diukur dengan angket yang berjumlah 32 butir pernyataan dengan skor 1 – 4.

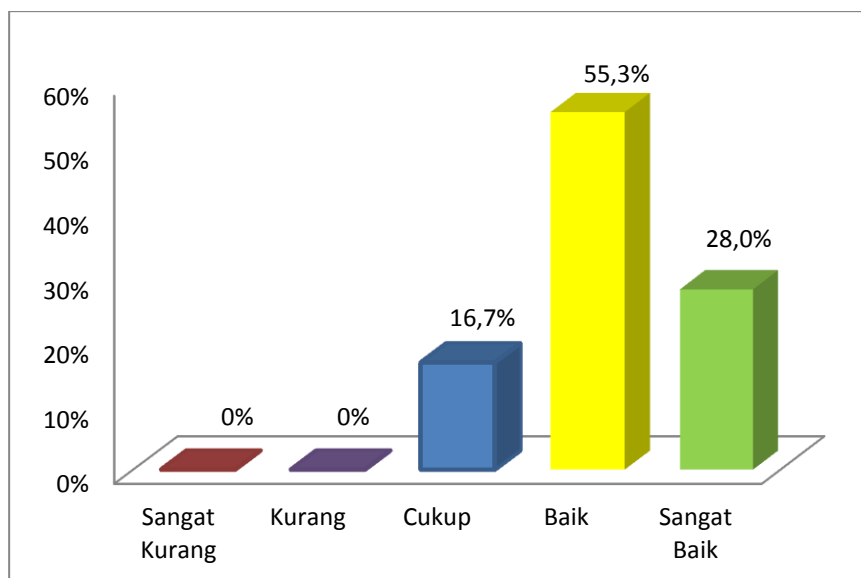
Hasil penelitian diperoleh hasil skor minimum sebesar = 75, skor maksimum = 118, rerata = 98,63, median = 99,50; modus = 103,00 dan *standard deviasi* = 8,89. Deskripsi hasil penelitian perilaku hidup bersih dan sehat siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun Ajaran 2016/2017 dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 6. Deskripsi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun Ajaran 2016/2017**

<b>Rentang Skor</b>	<b>Kategori</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
$104 < X$	Sangat Baik	69	28,0%
$88 < X \leq 104$	Baik	136	55,3%
$72 < X \leq 88$	Cukup	41	16,7%
$56 < X \leq 72$	Kurang	0	0%
$X \leq 56$	Sangat Kurang	0	0%
<b>Jumlah</b>		<b>246</b>	<b>100%</b>

Sumber: Data Primer, Diolah 2017

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram terlihat pada gambar di bawah ini :



**Gambar 1. Diagram Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal**

Berdasarkan tabel dan gambar di atas diketahui perilaku hidup bersih dan sehat siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun Ajaran 2016/2017 sebagian besar berada pada kategori baik dengan persentase sebesar 55,3% diikuti kategori sangat baik dengan persentase sebesar 28,0 %, kategori cukup dengan persentase sebesar 16,7 %, kategori sangat kurang sebesar 0 %, dan kategori kurang 0%. Hasil tersebut dapat diartikan perilaku hidup bersih dan sehat siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun Ajaran 2016/2017 adalah baik

Perilaku hidup bersih dan sehat siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun Ajaran 2016/2017 dalam penelitian ini didasarkan pada 6 faktor yaitu perilaku terhadap makanan dan minuman, perilaku terhadap kebersihan tubuh dan pakaian, perilaku terhadap kebersihan lingkungan, perilaku terhadap sakit dan penyakit, perilaku terhadap hidup yang teratur dan terukur, perilaku terhadap perilaku yang merusak kesehatan,. Hasil penelitian masing-masing faktor tersebut dapat diuraikan sebagai berikut:

## 1. Perilaku terhadap Makanan Dan Minuman

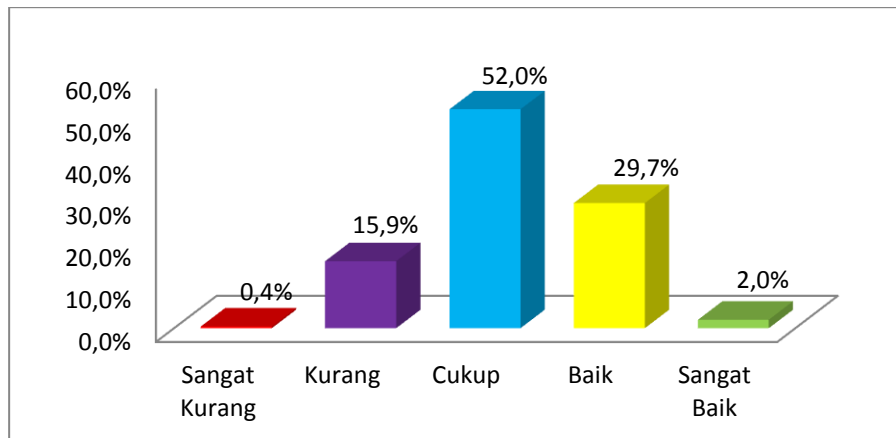
Faktor perilaku terhadap makanan dan minum dalam penelitian ini diukur dengan angket yang berjumlah 6 butir pernyataan dengan skor 1 – 4. Hasil penelitian faktor perilaku terhadap makanan dan minum diperoleh hasil skor minimum sebesar = 9, skor maksimum = 21, rerata = 15,53, median = 15,00, modus = 15,00 dan *standard deviasi* = 2,07. Deskripsi hasil penelitian tersebut dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 7. Deskripsi Perilaku terhadap Makanan dan Minuman**

Rentang Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
$19,5 < X$	Sangat Baik	5	2,0%
$16,5 < X \leq 19,5$	Baik	73	29,7%
$13,5 < X \leq 16,5$	Cukup	128	52,0%
$10,5 < X \leq 13,5$	Kurang	39	15,9%
$X \leq 10,5$	Sangat Kurang	1	0,4%
Jumlah		<b>246</b>	<b>100%</b>

Sumber: Data Primer, Diolah 2017

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram terlihat pada gambar di bawahini :



**Gambar 2. Diagram Perilaku terhadap Makanan dan Minuman**

Berdasarkan tabel dan gambar di atas diketahui perilaku terhadap makanan dan minuman sebagian besar berada pada kategori cukup dengan persentase sebesar 52,0%, diikuti kategori baik dengan persentase sebesar

29,7%, kategori kurang dengan persentase sebesar 15,9%, kategori sangat baik 2,0% dan kategori sangat kurang dengan persentase sebesar 0,4%.

## 2. Perilaku terhadap Kebersihan Tubuh dan pakaian

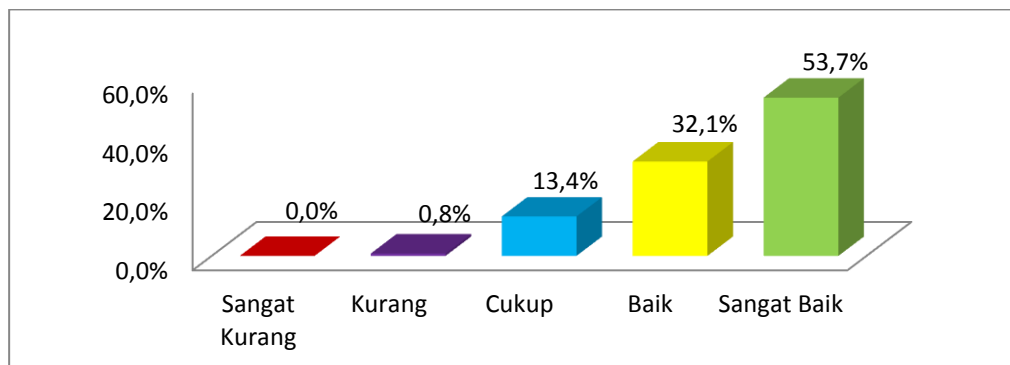
Faktor perilaku terhadap kebersihan tubuh dalam penelitian ini diukur dengan angket yang berjumlah 6 butir pernyataan dengan skor 1 – 4. Hasil penelitian faktor perilaku terhadap kebersihan tubuh dan pakaian diperoleh hasil skor minimum sebesar = 12, skor maksimum = 24, rerata = 19,51, median = 20,00; modus = 20,00 dan *standard deviasi* = 2,42. Deskripsi hasil penelitian tersebut dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 8. Deskripsi Faktor Perilaku terhadap Kebersihan Tubuh dan pakaian**

Rentang Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
$19,5 < X$	Sangat Baik	132	53,7%
$16,5 < X \leq 19,5$	Baik	79	32,1%
$13,5 < X \leq 16,5$	Cukup	33	13,4%
$10,5 < X \leq 13,5$	Kurang	2	0,8%
$X \leq 10,5$	Sangat Kurang	0	0%
Jumlah		<b>246</b>	<b>100%</b>

Sumber: Data Primer, Diolah 2017

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram terlihat pada gambar di bawahini :



**Gambar 3. Diagram Faktor Perilaku terhadap Kebersihan Tubuh dan pakaian**

Berdasarkan tabel dan gambar di atas diketahui perilaku terhadap kebersihan tubuh sebagian besar berada pada kategori sangat baik dengan persentase sebesar 53,7%, diikuti kategori baik dengan persentase sebesar 32,1%, kategori cukup dengan persentase sebesar 13,4%, kategori kurang sebesar 0,8%. Dan kategori sangat kurang sebesar 0%.

### 3. Perilaku terhadap Kebersihan Lingkungan

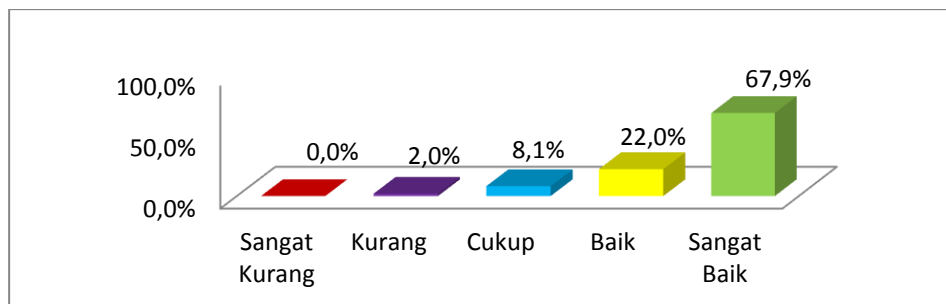
Faktor perilaku terhadap kebersihan lingkungan dalam penelitian ini diukur dengan angket yang berjumlah 6 butir pernyataan dengan skor 1 – 4. Hasil penelitian faktor perilaku terhadap kebersihan lingkungan diperoleh hasil skor minimum sebesar = 12, skor maksimum = 24, rerata = 20,35, median = 21,00, modus = 20,00 dan *standard deviasi* = 2,71. Deskripsi hasil penelitian tersebut dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 9. Deskripsi Faktor Perilaku terhadap Kebersihan Lingkungan**

Rentang Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
$19,5 < X$	Sangat Baik	167	67,9%
$16,5 < X \leq 19,5$	Baik	54	22,0%
$13,5 < X \leq 16,5$	Cukup	20	8,1%
$10,5 < X \leq 13,5$	Kurang	5	2,0%
$X \leq 10,5$	Sangat Kurang	0	0%
Jumlah		<b>246</b>	<b>100%</b>

Sumber: Data Primer, Diolah 2017

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram terlihat pada gambar di bawah ini :



**Gambar 4. Diagram Faktor Perilaku terhadap Kebersihan Lingkungan**

Berdasarkan tabel dan gambar di atas diketahui perilaku terhadap kebersihan lingkungan sebagian besar berada pada kategori sangat baik dengan persentase sebesar 67,9%, diikuti kategori baik dengan persentase sebesar 22,0%, kategori cukup dengan persentase sebesar 8,1%, kategori kurang sebesar 2,0% dan kategori sangat kurang sebesar 0%.

#### 4. Perilaku terhadap Sakit dan Penyakit

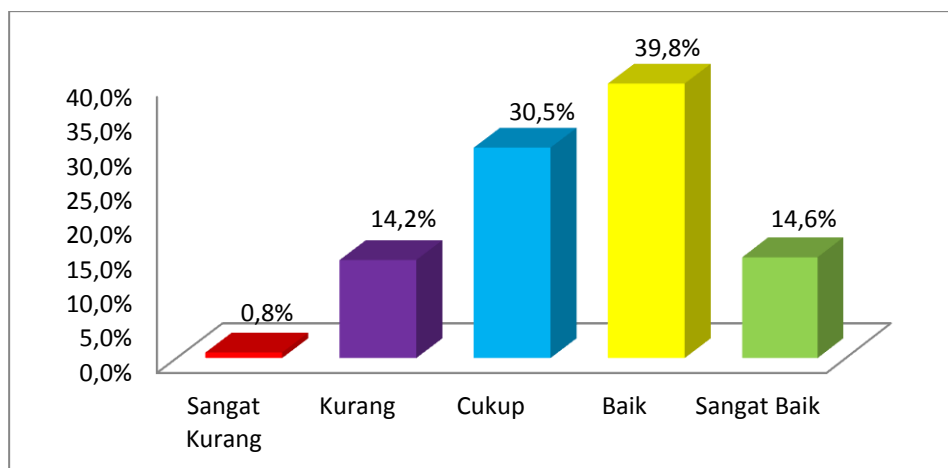
Faktor perilaku terhadap sakit dan penyakit dalam penelitian ini diukur dengan angket yang berjumlah 5 butir pernyataan dengan skor 1 – 4. Hasil penelitian faktor perilaku terhadap sakit dan penyakit diperoleh hasil skor minimum sebesar = 6, skor maksimum = 20, rerata = 13,88, median =14,00, modus = 12,00 dan *standard deviasi* = 2,37. Deskripsi hasil penelitian tersebut dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 10. Deskripsi Faktor Perilaku terhadap Sakit dan Penyakit**

<b>Rentang Skor</b>	<b>Kategori</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
16,3 < X	Sangat Baik	36	14,6%
13,8 < X ≤ 16,3	Baik	98	39,8%
11,3 < X ≤ 13,8	Cukup	75	30,5%
8,8 < X ≤ 11,3	Kurang	35	14,2%
X ≤ 8,8	Sangat Kurang	2	0,8%
<b>Jumlah</b>		<b>246</b>	<b>100%</b>

Sumber: Data Primer, Diolah 2017

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram terlihat pada gambar di bawahini :



**Gambar 5. Diagram Faktor Perilaku terhadap Sakit dan Penyakit**

Berdasarkan tabel dan gambar di atas diketahui perilaku terhadap sakit dan penyakit sebagian besar berada pada kategori baik dengan persentase sebesar 39,8%, diikuti kategori cukup dengan persentase sebesar 30,5%, kategori sangat baik dengan persentase sebesar 14,6%, kategori kurang sebesar 14,2%, dan kategori sangat kurang sebesar 0,8%

## 5. Perilaku Hidup yang Teratur dan terukur

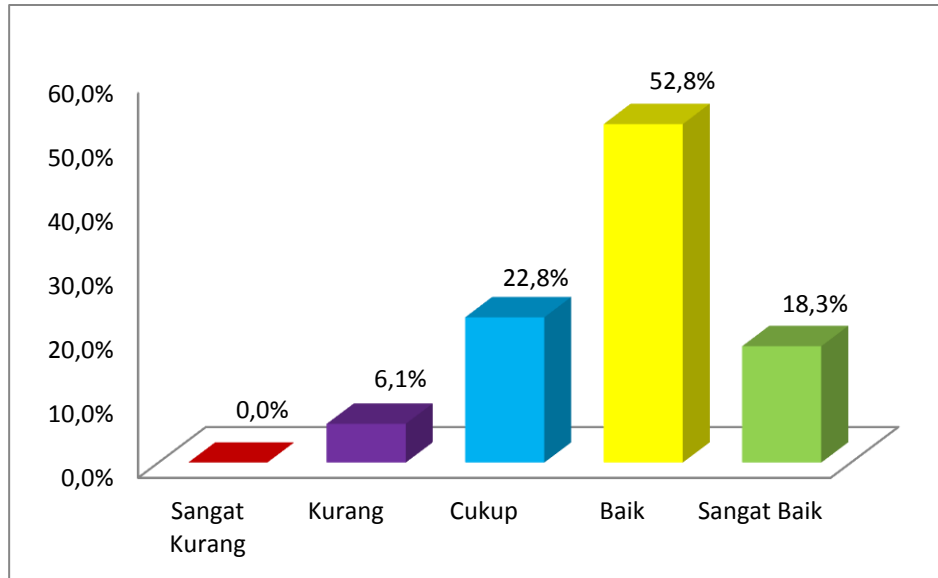
Faktor perilaku hidup yang teratur dan terukur diukur dengan angket yang berjumlah 5 butir pernyataan dengan skor 1 – 4. Hasil penelitian faktor perilaku hidup yang teratur dan terukur diperoleh hasil skor minimum sebesar = 10, skor maksimum = 19, rerata = 14,56, median = 15,00, modus = 15,00 dan *standard deviasi* = 1,97. Deskripsi hasil penelitian dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 11. Deskripsi Faktor Perilaku Hidup yang Teratur dan terukur**

Rentang Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
$16,3 < X$	Sangat Baik	45	18,3%
$13,8 < X \leq 16,3$	Baik	130	52,8%
$11,3 < X \leq 13,8$	Cukup	56	22,8%
$8,8 < X \leq 11,3$	Kurang	15	6,1%
$X \leq 8,8$	Sangat Kurang	0	0%
Jumlah		<b>246</b>	<b>100%</b>

Sumber: Data Primer, Diolah 2017

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram terlihat pada gambar di bawahini :



**Gambar 6. Diagram Faktor Perilaku Hidup yang Teratur dan terukur**

Berdasarkan tabel dan gambar di atas diketahui faktor perilaku hidup yang teratur dan terukur sebagian besar berada pada kategori baik dengan persentase sebesar 52,8%, diikuti kategori cukup dengan persentase sebesar 22,8%, kategori sangat baik dengan persentase sebesar 18,3%, kategori kurang dengan presentase sebesar 6,1% dan kategori sangat kurang sebesar 0 %.

## **6. Faktor perilaku yang Merusak Kesehatan**

Faktor perilaku yang merusak kesehatan diukur dengan angket yang berjumlah 4 butir pernyataan dengan skor 1 – 4. Hasil penelitian faktor terhadap perilaku yang merusak kesehatan diperoleh hasil skor minimum sebesar = 7, skor maksimum = 16, rerata = 14,80, median = 16,00, modus =

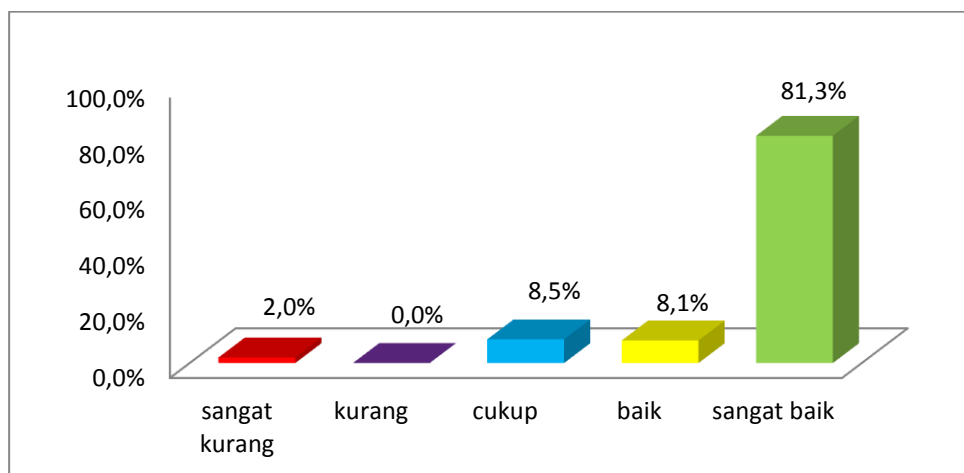
16,00 dan *standard deviasi* = 2,12. Deskripsi hasil penelitian dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

**Tabel 12. Deskripsi Faktor perilakuyang Merusak Kesehatan**

Rentang Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
$13,0 < X$	Sangat Baik	200	81,3%
$11,0 < X \leq 13,0$	Baik	20	8,1%
$9,0 < X \leq 11,0$	Cukup	21	8,5%
$7,0 < X \leq 9,0$	Kurang	0	0%
$X \leq 7,0$	Sangat Kurang	5	2,0%
Jumlah		<b>246</b>	<b>100%</b>

Sumber: Data Primer, Diolah 2017

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram terlihat pada gambar di bawah ini :



**Gambar 6. Diagram Faktor perilaku yang Merusak Kesehatan**

Berdasarkan tabel dan gambar di atas diketahui faktor perilaku yang merusak kesehatan sebagian besar berada pada kategori sangat baik dengan persentase sebesar 81,3%, diikuti kategori cukup dengan persentase sebesar 8,5%, kategori baik dengan persentase sebesar 8,1%, kategori sangat besar kurang 2,0%, dan kategori kurang sebesar 0%.

## **B. Pembahasan**

Perilaku hidup bersih dan sehat dalam penelitian ini diartikan sebagai segala tindakan atau perilaku seseorang yang disadari dan diterapkan untuk mencapai keadaan sehat, baik sehat secara jasmani dan rohani yang didapat dari hasil pembelajaran sehingga seseorang tersebut mampu menolong dirinya sendiri dibidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat. Perilaku hidup bersih dan sehat perlu diterapkan oleh semua orang agar kesehatan tetap terjaga dengan baik. Perilaku hidup bersih dan sehat perlu ditanamkan sejak kecil, hal tersebut tentu sangatlah penting melihat selama ini masih ada anak yang tidak mampu menjaga perilaku hidup bersih dan sehatnya dengan baik. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui perilaku hidup bersih dan sehat siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal sebagian besar berada pada kategori baik dengan persentase sebesar 55,3%. Hasil tersebut dapat diartikan perilaku hidup bersih dan sehat siswa kelas VIII Dari SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal adalah Baik.

Hasil tersebut diartikan peserta didik mempunyai sikap dan perilaku yang baik dalam menerapkan kehidupan yang sehat pada dirinya, akan tetapi masih banyak ditemui siswa yang mempunyai perilaku kurang sehat, baik perilaku terhadap makanan dan minuman, kebersihan lingkungan, kebiasaan hidup dan yang lainnya. Perilaku hidup bersih dan sehat siswa kelas VIII Dari SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal dalam penelitian ini didasarkan pada perilaku terhadap makanan dan minuman, perilaku terhadap kebersihan tubuh dan pakaian, perilaku terhadap kebersihan lingkungan, perilaku terhadap

sakit dan penyakit, perilaku terhadap hidup yang teratur dan terukur, perilaku terhadap perilaku yang merusak kesehatan.

### **1. Perilaku terhadap makanan dan minuman**

Berdasarkan hasil penelitian diketahui perilaku terhadap makanan dan minuman sebagian besar berada pada kategori cukup dengan persentase sebesar 52,0%. Hasil tersebut diartikan beberapa peserta didik mempunyai perilaku cukup terhadap makanan dan minuman, yaitu anak mencoba mengkonsumsi makanan dan minuman yang baik dan bergizi bagi tubuh seperti makanan yang di bungkus plastik, makanan yang mengandung vitamin seperti buah buahan.

SMP Negeri 1 Bumijawa terdapat kantin sekolah yang menjual makanan yang baik dikonsumsi oleh anak seperti makanan yang di bungkus, dan menyediakan buah seperti pisang. Akan tetapi masih banyak juga siswa yang belum menerapkan perilaku yang sehat, dapat dilihat kebiasaan makan makanan yang kurang sehat dan bergizi, seperti; masih banyak siswa yang membeli makanan pada pedagang kaki lima/pedagang asongan yang berada di luar lingkungan sekolah yang kurang terjamin kesehatannya.

Dalam hal ini fungsi makanan bagi tubuh dapat mengurangi dan mencegah rasa lapar, mengganti sel-sel tubuh yang rusak, untuk pertumbuhan badan, sebagai sumber tenaga, dan membantu penyembuhan penyakit. Dengan demikian, makan yang dibutuhkan untuk mendukung hidup sehat adalah makanan yang bergizi, selain itu dibutuhkan variasi

makanan, agar zat-zat yang dikonsumsi oleh tubuh juga bervariasi dan saling melengkapi.

## **2. Perilaku terhadap Kebersihan Tubuh dan pakaian**

Berdasarkan hasil penelitian di atas diketahui perilaku terhadap kebersihan tubuh dan pakaian sebagian besar berada pada kategori sangat baik sebesar 53,7%. Hal tersebut diartikan perilaku terhadap kebersihan tubuh dan pakaian adalah sangat baik, yang artinya sebagian besar peserta didik SMP Negeri 1 Bumijawa baik dalam menjaga kebersihan tubuhnya. Beberapa perilaku dalam menjaga kebersihan tubuh diantaranya sebelum berangkat sekolah anak mandi, gosok gigi, sebelum makan mencuci tangan, memakai wewangian dan berpakaian dengan rapi.

Tujuan kebersihan diri sendiri tersebut agar seseorang mengetahui manfaat kebersihan diri sendiri dan mampu membersihkan bagian-bagian tubuh, serta mampu menerapkan perawatan kebersihan diri sendiri dalam upaya peningkatan hidup sehat. Selain itu kebersihan diri tidak hanya kebersihan jasmani, tetapi juga kebersihan rohani.

## **3. Perilaku terhadap kebersihan lingkungan**

Berdasarkan hasil penelitian di atas diketahui perilaku terhadap kebersihan lingkungan sebagian besar berada pada kategori sangat baik dengan persentase sebesar 67,9%. Hasil tersebut diartikan bahwa peserta didik SMP Negeri 1 Bumijawa mampu menjaga kebersihan lingkungan dengan cara, tidak membuang sampah sembarangan, buang air di kamar mandi/ WC dan disiram dengan bersih, menjaga kebersihan sekolah dan

rumah. Perilaku tersebut tidak terlepas dari tata tertib SMP Negeri 1 Bumijawa yang menerapkan kedisiplinan dalam menjaga kebersihan sehingga anak terbiasa untuk mempunyai perilaku hidup bersih dan sehat terhadap lingkungan.

Jika anak tidak di kontrol dalam kebersihan lingkungan beberapa anak akan melakukan kebiasaan yang kurang baik seperti membuang sampah sembarangan, kurang sadar dalam membersihkan tempat tidur dan lingkungan rumah. Oleh karena itu, peran guru dan orang tua sangat penting dalam menjaga kebersihan lingkungan.

#### **4. Perilaku terhadap sakit dan penyakit**

Berdasarkan hasil penelittian di atas diketahui perilaku terhadap sakit dan penyakit sebagian besar berada pada kategori baik dengan persentase sebesar 39,8%, perilaku seseorang terhadap sakit dan penyakit merupakan bagaimana manusia berespon, baik secara pasif, maupun aktif yang dilakukan sehubungan dengan sakit dan penyakit tersebut seperti menguras bak mandi setiap seminggu sekali untuk mencegah adanya jentik nyamuk yang menyebabkan DBD. Hasil tersebut diartikan siswa cukup mampu merespon dan bertindak terhadap berbagai penyakit yang ada disekitar mereka. Respon tersebut ditunjukkan dengan menjaga tubuh dari berbagai penyakit, dan respon yang cepat jika terserang penyakit yaitu dengan mengobatinya.

## **5. Perilaku hidup yang teratur dan terukur**

Berdasarkan hasil penelitian di atas diketahui faktor perilaku hidup yang teratur sebagian besar berada pada kategori baik dengan persentase sebesar 52,8%. Hal tersebut diartikan peserta didik mempunyai perilaku yang baik dalam hidup yang teratur, yaitu dengan meluangkan waktu untuk olahraga. Aktifitas olahraga anak yang biasanya dilakukan dengan cara olahraga permainan, seperti; bola voli dan sepakbola, Akan tetapi berdasarkan kenyataan masih ada juga beberapa anak yang malas untuk berolahraga, kebanyakan adalah siswa putri.

Fungsi dari berolahraga akan menjadikan tubuh sehat, dan mencapai tingkat kesegaran jasmani yang baik peserta didik mampu menjaga keseimbangan antara waktu untuk istirahat dan waktu aktifitas. Aktivitas sehari-hari harus diatur, sehingga ada keseimbangan antara kegiatan, istirahat, dan olahraga. Istirahat tidak hanya mengurangi aktivitas otot, akan tetapi dapat meringankan ketegangan pikiran dan menentramkan rohani, waktu istirahat yang baik sekitar 8 jam setiap harinya.

Perilaku yang baik ditunjukkan dengan kebiasaan tidur yang tercukupi, kebanyakan jam 8-9 malam anak sebagian besar sudah tidur dan jarang yang begadang atau tidur sampai larut dan bangun sekitar jam 5 pagi, sehingga kebutuhan tidur 8 jam tercukupi.

## **6. Perilaku yang merusak kesehatan**

Berdasarkan hasil penelitian di atas diketahui faktor perilaku yang merusak kesehatan sebagian besar berada pada kategori sangat baik dengan

persentase sebesar 81,3%. Hal tersebut diartikan siswa mempunyai perilaku yang sangat baik terhadap bahaya rokok, berdasarkan hasil survey sebagian besar anak tidak merokok, dikarenakan mereka masih cenderung takut terkena sanksi untuk merokok, akan tetapi ketika melihat anggota keluarga ataupun teman sekitar yang merokok mereka hanya membiarkan saja, mereka belum mempunyai keberanian untuk menegur atau memperingatkan. Hal tersebut tentu saja akan membawa dampak kurang baik, jika anak berada di sampingnya maka anak akan menjadi perokok pasif yang mana akan membahayakan kesehatan dirinya, bahkan kebiasaan merokok keluarga membawa dampak anak untuk cenderung mengikutinya ketika dewasa.

Selain itu, siswa mempunyai perilaku yang sangat baik terhadap bahaya seks bebas. Hal tersebut dibuktikan dengan hampir semua siswa mempunyai kesadaran untuk selalu membersihkan alat reproduksi setelah membuang air ataupun mimpi basah dan menstruasi sehingga anak mempunyai perilaku yang sangat baik. Perilaku yang sangat baik tersebut ditunjang dari keluarga dan sekolah, yang mana dari sekolah telah mengajarkan bahaya tentang infeksi pada alat reproduksi yang mengenai tentang seks bebas dengan demikian perilaku anak akan terbentuk dengan sendirinya untuk selalu merawat dan menjaga alat reproduksinya.

## **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh perilaku hidup bersih dan sehat siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal sebagian besar berada pada kategori baik dengan persentase sebesar 55,3%. Hasil tersebut dapat disimpulkan perilaku hidup bersih dan sehat siswa VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal adalah baik.

### **B. Implikasi**

Hasil penelitian di atas ini diharapkan dapat menjadi informasi dan acuan sehingga kedepannya dari pihak sekolah lebih memperhatikan dan memperbaiki perilaku hidup bersih dan sehat siswa siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal, kemudian diketahui faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat yang meliputi makanan dan minuman, kebersihan tubuh dan pakaian, kebersihan lingkungan, sikap terhadap sakit dan penyakit, olahraga yang teratur dan teratur, dan perilaku yang merusak kesehatan.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Penelitian ini telah dilakukan sebaik-baiknya, tetapi masih memiliki keterbatasan dan kekurangan, diantaranya:

1. Peneliti tidak dapat mengetahui kesungguhan responden dalam mengisi angket. Usaha yang dilakukan untuk memperkecil kesalahan yaitu dengan memberi gambaran tentang maksud dan tujuan penelitian ini.

2. Pengambilan data ini menggunakan angket tertutup, akan lebih baik lagi seandainya disertai dengan pengambilan data menggunakan angket terbuka atau wawancara.
3. Peneliti tidak mengontrol kebiasaan kesemua peserta didik tentang apa yang dilakukan setiap harinya serta latar belakang kondisi ekonomi.
4. Peneliti tidak melakukan kroscek kesemua peserta didik secara langsung kepada sehingga peneliti tidak mampu mengetahui kebenaran peserta didik dalam mengisi angket.

#### **D. Saran**

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Bagi peserta didik yang masih mempunyai perilaku hidup bersih dan sehat dibawah kategori kurang agar memperhatikan perilaku hidup bersih dan sehat seperti: memilih makanan dan minuman yang dibungkus atau masih tersegel dan selalu mencermati tanggal kadaluarsanya, menyapu halaman sekolah dan rumah, olahraga yang cukup, perhatikan kondisi tubuh dengan menjaga kebersihan pakaian dan hindari kebiasaan yang negatif.
2. Bagi peneliti selanjutnya hendaknya digunakan dengan populasi yang lebih luas, sehingga diharapkan faktor yang memengaruhi perilaku hidup sehat dapat teridentifikasi secara luas.
3. Bagi orang tua dan guru agar selalu memperhatikan anak didiknya, agar dapat mengarahkan perilaku hidup bersih dan sehat.



## DAFAR PUSTAKA

- Ahmad Kholid. (2012). *Promosi Kesehatan Dengan Pendekatan Teori Perilaku, Media dan Aplikasinya*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Atikah Proverawati dan Eni Rahmawati. (2012). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Awar Saifuddin. (2012). *Penyusun Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Dahar, R. W. (2011). *Teori-Teori Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Erlangga.
- Dedeh dkk. (2010). *Sehat Dan Bugar Berkat Gizi Seimbang*. PT Penerbit Sarana Bobo. Jakarta
- Djoko Pekik Irianto. (2007). *Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan*. Yogyakarta. Andi.
- Djoned Soetatmo. (1979). *Kesehatan Pribadi*. Jakarta: Rora Karya.
- Erwin Setyo Kriswanto (2012). *Konsep, Proses, dan Aplikasi dalam Pendidikan Kesehatan*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY
- Giri Wiarto. (2012). *Budaya Hidup Sehat*. Surakarta: Goysen Publshing
- Ida Bagus Tjitarsa. (1992). *Pendidikan Kesehatan*, Bandung: ITB
- Kartono, K. (2005). *Psikologi Remaja*. Jakarta: CV Rajawali
- Lily S Sulistyowati, (2011), *Prototype Kawasan Tanpa Rokok*, Penerbit Kemenkes RI, Jakarta
- M. Ichsan. (1979). *Kesehatan Lingkungan*. Jakarta: Depdikbud, Dirjen Dikti Pendidikan Tinggi, PPLPTK
- Mu'rifah. (2004). *Materi Pokok PPDO 2401/3SKS/Modul 1-9 Pendidikan Kesehatan*. Pusat Penerbitan Universitas Terbuka.
- Nana Syaodih Sukmadinata. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya

- Nana Syaodih Sukmadinata. (2005). *Landasan Psikologi Proses Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Narendra, M.S, dkk. (2002). *Buku Ajar I Tumbuh Kembang Anak dan Remaja Edisi Pertama IDAI*. Jakarta : Sagung Seto
- Purnomo Ananto dan Abdul Kadir. (1994). *Memelihara Kesehatan dan Kesegaran Jasmani*. Jakarta: Depdikbud.
- Regina Tutik Padmaningrum. (2007). *Rokok Mengandung Zat Adiktif yang Berbahaya Bagi Kesehatan*. Yogyakarta: FMIPA UNY
- Roji. (2007). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta:Depdikbud
- Rusli Lutan. (2000). *Gizi Olahraga*. Jakarta: Depdikbud.
- Rumini, Sri dan Siti Sundari. (2004). *Perkembangan Anak dan Remaja*. PT Rineka Cipta, Jakarta.
- Sarwono, S.W. (2002). *Psikologi Remaja edisi revisi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Soeharta. (1997). *Syarat Rumah Sehat*. Jakarta: PT. Arjuna Graha Sentosa.
- Soekidjo notoatmodjo. (2007). *Promosi Kesehatan & Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Soetjningsih. (2004). *Tumbuh Kembang Anak dan Remaja*. Jakarta : Sagung Seto
- Sunaryo. (2010). *Psikologi untuk Keperawatan*. Jakarta: EGC
- Syamsur Manda. (2006). *Pedoman Pengembangan Kabupaten/Kota Percontohan Program PHBS*. Diakses dari <http://www.slideshare.net/harrisclp/phbspedoman-pengembangan>. Pada tanggal 29 Desember 2015, pukul 22.00 WIB.
- Tim Kreatif SPEKTRA. (2008). *Suplemen Bidang Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Panduan UKS dan Dokter Kecil School Program*. Jawa Timur.

# LAMPIRAN

## Lampiran 1. Surat Pembimbing Proposal TAS



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
JURUSAN PENDIDIKAN KEOLAHRAGAAN  
Alamat : Jl. Colombo No. 1, Yogyakarta Telp. 517092, 586168 Psw. 282

Nomor : 93/POR/IV/2016  
Lamp. : 1 bendel  
Hal : Pembimbing Proposal TAS

1 April 2016

Kepada : Yth Hedi Ardiyanto Hermawan, M.Or.  
Universitas Negeri Yogyakarta

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

Nama : IRCHAM FAOZY  
NIM : 12601244028  
Judul Skripsi : PERILAKU HIDUP SEHAT SISWA KELAS VII DI SMP NEGERI 1 BUMBUAWA KABUPATEN TEGAL.

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

Ketua Jurusan POR,

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

## Lampiran 2. Surat Permohonan *Expert Judgement*

### PERMOHONAN DAN PERNYATAAN JUDGEMENT

Hal : Surat Permohonan menjadi Expert Judgement  
Lamp : Angket Penelitian


Kepada  
Yth. Erwin Setyo Kriswanto, S.Pd.,M.Kes  
Di tempat

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan penelitian yang akan saya lakukan dengan judul **“PERILAKU HIDUP BERSIH dan SEHAT (PHBS) SISWA KELAS VIII di SMP NEGERI 1 BUMIJAWA KABUPAEN TEGAL TAHUN AJARAN 2015/2016 ”**, maka dengan ini saya memohon Bapak/Ibu untuk berkenan memberikan masukan terhadap instrumen penelitian sebagai validator ahli. Masukan tersebut sangat membantu tingkat kepercayaan hasil penelitian yang saya lakukan.


Demikian permohonan ini saya sampaikan, besar harapan saya Bapak/Ibu berkenan dengan permohonan ini. Atas perhatiannya saya ucapkan terima kasih.

Mengetahui,  
Dosen Pembimbing

  
Hedi Ardiyanto Hermawan, M.Or  
NIP. 197702182008011002

Yogyakarta, 20 Oktober 2016

Hormat saya,  
Mahasiswa

  
Ircham faozy  
NIM. 12601244028

## PERMOHONAN DAN PERNYATAAN JUDGEMENT

Hal : Surat Permohonan menjadi Expert Judgement  
Lamp : Angket Penelitian

Kepada  
Yth. Dra.Farida Mulyaningsih, M.Kes


Di tempat

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan penelitian yang akan saya lakukan dengan judul "**PERILAKU HIDUP BERSIH dan SEHAT (PHBS) SISWA KELAS VIII di SMP NEGERI 1 BUMIJAWA KABUPATEN TEGAL TAHUN AJARAN 2015/2016** ", maka dengan ini saya memohon Bapak/Ibu untuk berkenan memberikan masukan terhadap instrumen penelitian sebagai validator ahli. Masukan tersebut sangat membantu tingkat kepercayaan hasil penelitian yang saya lakukan.

Demikian permohonan ini saya sampaikan, besar harapan saya Bapak/Ibu berkenan dengan permohonan ini. Atas perhatiannya saya ucapkan terima kasih.

Mengetahui,  
Dosen Pembimbing

  
Hedi Ardiyanto Hermawan, M.Or  
NIP. 197702182008011002

Yogyakarta, 20 Oktober 2016

Hormat saya,  
Mahasiswa

  
Irham faozy  
NIM. 12601244028

**Lampiran 3. Surat Pernyataan *Expert Judgement***

**SURAT KETERANGAN  
*EXPERT JUDGEMENT***

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes

NIP : 19751018 200501 1 002

Menerangkan bahwa instrumen penelitian Tugas Akhir Skripsi saudara:

Nama : Ircham Faozy

NIM : 12601244028

Jurusan/prodi : POR/PJKR

Judul TAS : Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Siswa Kelas VIII di SMP  
Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun Ajaran  
2015/2016

Telah memenuhi syarat sebagai instrumen penelitian guna pengambilan data.

Yogyakarta, 25 Januari 2017

Mengetahui,  
Dosen ahli



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

**SURAT KETERANGAN**  
**EXPERT JUDGEMENT**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dra.Farida Mulyaningsih, M.Kes

NIP : 19630714 198812 2 001

Menerangkan bahwa instrumen penelitian Tugas Akhir Skripsi saudara:

Nama : Ircham Faozy

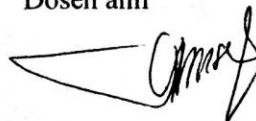
NIM : 12601244028

Jurusan/prodi : POR/PJKR

Judul TAS : Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Siswa Kelas VIII di SMP  
Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun Ajaran  
2015/2016

Telah memenuhi syarat sebagai instrumen penelitian guna pengambilan data.

Yogyakarta, 25 Januari 2017  
Mengetahui,  
Dosen ahli



Dra.Farida Mulyaningsih, M.Kes  
NIP: 19630714 198812 2 001

## Lampiran 4. Kartu Bimbingan *Expert Judgement*

### VALIDASI INSTRUMEN

Judul Skripsi : Perilaku Hidup Bersih dan Sehat siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Bumijawa  
Kabupaten Tegal tahun ajaran 2015/2016

No	Masukan
1.	<sup>27/</sup> <sub>12/16</sub> mengurangi jumlah Indikator & menyesuaikan antara factor dan indikator.
2.	<sup>29/</sup> <sub>4/16</sub> menambah jumlah pertanyaan pada masing-masing indikator yang masih berjumlah 2.
3.	<sup>18/</sup> <sub>1/17</sub> pertanyaan yang terikat dengan soal bebas sebaiknya di ganti isyaratnya dengan kalimat yang tidak menimbulkan rasa ingin mencoba.
4.	<sup>23/</sup> <sub>1/17</sub> menghilangkan / memilih salah satu dari anget untuk indikator seks bebas (memahami / mempelajari)

Yogyakarta, 25 Januari 2017  
Validator



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

VALIDASI INSTRUMEN

Judul Skripsi : Perilaku Hidup Bersih dan Sehat siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Bumijawa  
Kabupaen Tegal tahun ajaran 2015/2016

No	Masukan
1.	Perhatikan SK&KD dalam kurikulum SMP
2.	Kalimat disesuaikan dengan karakteristik siswa
3.	Pernyataan yang terkait dengan seks bebas sangat membahayakan untuk siswa sebaiknya hilangkan saja atau diganti dengan kalimat yang tidak menimbulkan rasa ingin mencoba.

Yogyakarta, 18 Januari 2017  
Validator



Dra. Farida Mulyaningsih, M.Kes  
NIP: 1963 0714 1988 12 2 001

## Lampiran 5. Surat Permohonan Ijin Uji Coba Penelitian



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psu: 282, 299, 291, 541  
Email : [humas\\_fikauny.ac.id](mailto:humas_fikauny.ac.id) Website : [fikauny.ac.id](http://fikauny.ac.id)

Nomor : 002.a/UN.34.16/PP/2017.

23 Januari 2017.

Lamp. : 1Eks.

Hal : Permohonan Izin Uji Coba Penelitian.

Yth. : Kepala Sekolah SMP Negeri 3 Bumijawa  
Bumijawa, Batumirah, Tegal, Jawa Tengah.

Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin untuk keperluan uji coba penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa:

Nama : Irham Faozy.  
NIM : 12601244028.  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR).  
Dosen Pembimbing : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or.  
NIP : 19770218 200801 1 002.

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : 30 Januari s.d 05 Februari 2017.  
Tempat/Objek : SMP Negeri 3 Bumijawa Tegal.  
Judul Skripsi : Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun Ajaran 2015/2016.

Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.

Dekan  
  
Prof. Dr. A. Syarif S. Suherman, M.Ed.  
NIP. 19640707 198812 1 001

Tembusan :

1. Kaprodi PJKR.
2. Pembimbing TAS.
3. Mahasiswa ybs.

## Lampiran 6. Surat Permohonan Ijin Penelitian



**KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541  
Email : [humas\\_fik@uny.ac.id](mailto:humas_fik@uny.ac.id) Website : [fik.uny.ac.id](http://fik.uny.ac.id)

Nomor : 052/UN.34.16/PP/2017.

08 Februari 2017.

Lamp. : 1Eks.

Hal : Permohonan Izin Penelitian.

**Yth. : Ka. Badan Kesbanglinmas  
Jl. Jenderal Sudirman No. 5  
Yogyakarta.**

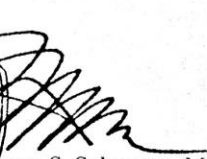
Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa:

Nama : Irham Faozy.  
NIM : 12601244028.  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR).  
Dosen Pembimbing : Hedi Ardiyanto H., SPd., M.Or.  
NIP : 19770218 200801 1 002.

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : 20 s.d 23 Februari 2017.  
Tempat/Objek : SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal, Jawa Tengah.  
Judul Skripsi : Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun Ajaran 2016/2017.

Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.

  
Dekan  
KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.  
NIP. 19640707 198812 1 001

**Tembusan :**

1. Kepala Sekolah SMP N 1 Bumijawa.
2. Kaprodi PJKR.
3. Pembimbing TAS.
4. Mahasiswa ybs.

## Lampiran 7. Surat Rekomendasi Ijin Penelitian



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA  
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK  
Jl. Jenderal Sudirman No 5 Yogyakarta - 55233  
Telepon : (0274) 551136, 551275, Fax (0274) 551137

Yogyakarta, 10 Februari 2017

Kepada Yth

Nomor : 074/1366/Kesbangpol/2017  
Perihal : Rekomendasi Penelitian

Gubernur Jawa Tengah  
Up. Kepala Dinas Penanaman Modal  
Pelayanan Terpadu Satu Pintu  
Provinsi Jawa Tengah  
Di

SEMARANG

Memperhatikan surat

Dari : Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta  
Nomor : 052/UN 34.16/PP/2017  
Tanggal : 31 Januari 2017  
Perihal : Permohonan Izin Penelitian

Setelah mempelajari surat permohonan dan proposal yang diajukan, maka dapat diberikan surat rekomendasi tidak keberatan untuk melaksanakan riset/penelitian dalam rangka penyusunan skripsi dengan judul proposal "PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT SISWA KELAS VIII DI SMP NEGERI 1 BUMIJAWA KABUPATEN TEGAL TAHUN AJARAN 2016/2017" kepada :

Nama : IRCHAM FAOZY  
Nim : 12601244028  
No HP/Identitas : 085742424917/12601244028  
Prodi/Jurusan : PJKR/Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta  
Lokasi Penelitian : SMP Negeri 1 Bumijawa, Kabupaten Tegal,  
Provinsi Jawa Tengah  
Waktu Penelitian : 20 Februari 2017 s.d. 9 Maret 2017

Sehubungan dengan maksud tersebut, diharapkan agar pihak yang terkait dapat memberikan bantuan / fasilitas yang dibutuhkan.

Kepada yang bersangkutan diwajibkan :

1. Menghormati dan mentaati peraturan dan tata tertib yang berlaku di wilayah riset/penelitian,
2. Tidak dibenarkan melakukan riset/penelitian yang tidak sesuai atau tidak ada kaitannya dengan judul riset/penelitian dimaksud;
3. Menyerahkan hasil riset/penelitian kepada Badan Kesbangpol DIY.
4. Surat rekomendasi ini dapat diperpanjang maksimal 2 (dua) kali dengan menunjukkan surat rekomendasi sebelumnya, paling lambat 7 (tujuh) hari kerja sebelum berakhirnya surat rekomendasi ini.

Rekomendasi Izin Riset/Penelitian ini dinyatakan tidak berlaku, apabila ternyata pemegang tidak mentaati ketentuan tersebut di atas  
Demikian untuk menjadikan maklum.



Tembusan disampaikan Kepada Yth :

1. Gubernur DIY (sebagai laporan)
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta
3. Yang bersangkutan.



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH  
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN  
TERPADU SATU PINTU

Jalan Mgr. Sugiyopranoto Nomor 1 Semarang Kode Pos 50131 Telepon : 024 – 3547091, 3547438,  
3541487 Faksimile 024-3549560 Laman <http://dpmpptp.jatengprov.go.id> Surat Elektronik  
[dpmpptp@jatengprov.go.id](mailto:dpmpptp@jatengprov.go.id)

**REKOMENDASI PENELITIAN**

NOMOR : 070/574/04.5/2017

- Dasar :
1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 07 Tahun 2014 tentang Perubahan atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian;
  2. Peraturan Gubernur Jawa Tengah Nomor 74 Tahun 2012 tentang Organisasi dan Tata Kerja Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Terpadu Satu Pintu Pada Badan Penanaman Modal Daerah Provinsi Jawa Tengah;
  3. Peraturan Gubernur Jawa Tengah Nomor 22 Tahun 2015 tentang Perubahan Kedua Atas Peraturan Gubernur Jawa Tengah Nomor 67 Tahun 2013 tentang Penyelenggaraan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Jawa Tengah.

Memperhatikan : Surat Kepala Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor : 074/1366/Kesbangpol/2017 Tanggal : 10 Februari 2017 Perihal : Rekomendasi Penelitian

Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Jawa Tengah, memberikan rekomendasi kepada :

1. Nama : IRCHAM FAOZY
2. Alamat : Desa Bumijawa RT 005 RW 002, Kecamatan Bumijawa, Kabupaten Tegal, Provinsi Jawa Tengah
3. Pekerjaan : Mahasiswa

Untuk : Melakukan Penelitian dengan rincian sebagai berikut :

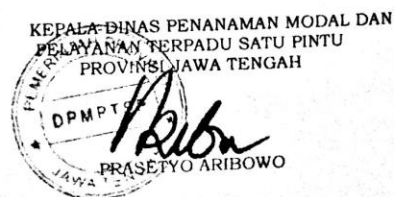
- a. Judul Proposal : PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT SISWA KELAS VIII DI SMP NEGERI BUMIJAWA KABUPATEN TEGAL TAHUN AJARAN 2016/2017
- b. Tempat / Lokasi : SMP Negeri 1 Bumijawa, Kabupaten Tegal, Provinsi Jawa Tengah
- c. Bidang Penelitian : Ilmu Keolahragaan
- d. Waktu Penelitian : 01 Maret 2017 sampai 09 Maret 2017
- e. Penanggung Jawab : Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Pd.
- f. Status Penelitian : Baru
- g. Anggota Peneliti : -
- h. Nama Lembaga : Universitas Negeri Yogyakarta

Ketentuan yang harus ditaati adalah :

- a. Sebelum melakukan kegiatan terlebih dahulu melaporkan kepada Pejabat setempat / Lembaga swasta yang akan di jadikan obyek lokasi;
- b. Pelaksanaan kegiatan dimaksud tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan pemerintahan;
- c. Setelah pelaksanaan kegiatan dimaksud selesai supaya menyerahkan hasilnya kepada Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Jawa Tengah;
- d. Apabila masa berlaku Surat Rekomendasi ini sudah berakhir, sedang pelaksanaan kegiatan belum selesai, perpanjangan waktu harus diajukan kepada instansi pemohon dengan menyertakan hasil penelitian sebelumnya;
- e. Surat rekomendasi ini dapat diubah apabila di kemudian hari terdapat kekeliruan dan akan diadakan perbaikan sebagaimana mestinya.

Demikian rekomendasi ini dibuat untuk dipergunakan seperlunya.

Semarang, 01 Maret 2017





PEMERINTAH KABUPATEN TEGAL  
**BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH DAN  
PENELITIAN PENGEMBANGAN  
(BAPPEDA DAN LITBANG)**

Alamat : Jl. Dr. Soetomo No. 1 Slawi Kode Pos 52417 Telp (0283) 491964 - 492023  
Fax (0283) 492023

**SURAT REKOMENDASI PENELITIAN/RISET/KERJA PRAKTIK**  
Nomor : 070/135/III/2017

- I. **D a s a r :** Surat Kepala Kantor Kesbangpol dan Linmas Kabupaten Tegal  
Nomor : 070/29/1950  
Tanggal : 2 Maret 2017
- II. Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah dan Penelitian Pengembangan (Bappeda & Litbang) Kabupaten Tegal, menyatakan tidak keberatan atas Ijin Penelitian dan Penggunaan Alat di wilayah Kabupaten Tegal yang dilaksanakan oleh :
1. Nama : IRCHAM FAOZY (NIM : 12601244028)
  2. Pekerjaan : Mahasiswa
  3. Alamat : Desa Bumijawa RT 005 RW 002 Kecamatan Bumijawa Kab. Tegal
  4. Penanggungjawab : Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan
  5. Maksud/tujuan : Ijin Penelitian dan Penggunaan Alat Dalam Rangka Penyusunan Skripsi Dengan Judul "PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT SISWA KELAS VIII SMP NEGERI BUMIJAWA KABUPATEN TEGAL TAHUN AJARAN 2016/2017"
  6. Lokasi : SMP Negeri 1 Bumijawa
  7. Pembimbing : -
- Dengan ketentuan sebagai berikut :
- a. Pelaksanaan penelitian/riset/kerja praktik tidak disalahgunakan untuk tujuan yang dapat mengganggu kestabilan pemerintah;
  - b. Sebelum melaksanakan penelitian/riset/kerja praktik, terlebih dahulu melaporkan kepada pejabat/perangkat pemerintah yang berwenang berkaitan,
  - c. Setelah penelitian/riset/kerja praktik selesai dilaksanakan agar menyerahkan/melaporkan hasilnya kepada (Bappeda & Litbang) Kabupaten Tegal.
- III. Rekomendasi penelitian/riset/kerja praktik ini mulai berlaku tanggal : 2 Maret 2017 s/d 2 Juni 2017 .

Dikeluarkan di : S L A W I  
Pada tanggal : 2 Maret 2017

A.N. KEPALA BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH  
DAN PENELITIAN PENGEMBANGAN KABUPATEN TEGAL,  
SEKRETARIS



Tembusan Kepada Yth.

1. Bupati Tegal (sebagai laporan);
2. Ka Dinas Dikpora Kab. Tegal;
3. Ka SMP Negeri 1 Bumijawa

## Lampiran 8. Surat Pernyataan Uji Coba Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN TEGAL  
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
**SMP NEGERI 3 BUMIJAWA**  
Alamat : Desa Batumirah Kec. Bumijawa Kab. Tegal Kode Pos 52466

### SURAT KETERANGAN

Nomor : 420 / 103 / 2017

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMP Negeri 3 Bumijawa Kabupaten Tegal, menerangkan bahwa :

Nama : IRCHAM FAOZY  
NPM : 12601244028  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR)  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan  
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan uji coba instrumen penelitian tugas akhir skripsi di SMP Negeri 3 Bumijawa Kabupaten Tegal pada tanggal 13 s.d. 15 Februari 2017 dengan Judul :

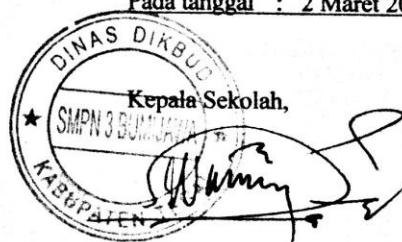
PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT SISWA KELAS VIII DI SMP NEGERI 1 BUMIJAWA KABUPATEN TEGAL TAHUN AJARAN 2016/2017.

di sekolah kami pada semester genap Tahun Pelajaran 2016/2017.

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

Ditetapkan di : Bumijawa

Pada tanggal : 2 Maret 2017



**H. WAKHYU EDY, S.Pd.**  
NIP. 19570406 198003 1 010

## Lampiran 9. Surat Pernyataan Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN TEGAL  
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
**SMP NEGERI 1 BUMIJAWA**  
*Jl. Wreda Meta No. 379 Bumijawa – TegalTelp. (0283) 3307626*

### **SURAT KETERANGAN**

Nomor : 422 / 2086 / 2017

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal menerangkan bahwa :

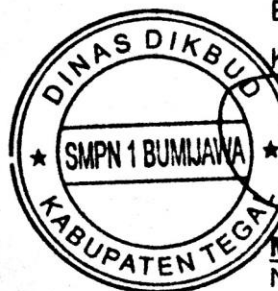
Nama : Ircham Faozy  
NIM : 12601244028  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan  
Jurusan/Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR)  
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melaksanakan penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS) di SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal pada tanggal 20 s.d. 23 Februari 2017 dengan judul " PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT SISWA KELAS VIII DI SMP NEGERI 1 BUMIJAWA KABUPATEN TEGAL TAHUN AJARAN 2016/2017".

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bumijawa, 2 Maret 2017

Kepala Sekolah



**MUHAEMIN, S.Pd.**

NIP 19631215 198601 1 003

## Lampiran 10. Angket Uji Coba Penelitian

### ANGKET UJI COBA PENELITIAN

#### Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

Siswa Kelas VIII SMP Negeri 3 Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun Ajaran 2016/2017

---

#### A. Identitas responden

Nama :

Jenis kelamin : Laki-laki / Perempuan (coret yang tidak perlu)

Kelas :

Tempat, tanggal lahir :

#### B. Penunjuk pengisian

1. Bacalah setiap butir pernyataan dengan seksama
2. Pilihlah salah satu alternatif jawaban sesuai dengan kenyataan dan tanggapan anda yang sebenarnya dengan memberikan tanda *check list* (✓) pada tempat yang telah disediakan. Alternatif jawaban tersebut adalah:
  - Selalu
  - Sering
  - Kadang-kadang
  - Tidak pernah

Contoh:

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		Selalu	Sering	Kadang-kadang	Tidak pernah
1.	Saya selalu mandi setiap hari supaya tubuh saya bersih	✓			

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		Selalu	Sering	Kadang-kadang	Tidak pernah
<b>A</b>	<b>Faktor perilaku terhadap makanan dan minuman</b>				
1.	Saya makan nasi, lauk dan sayur				
2.	Saya suka makan cukup dengan mie instan				
3.	Saya suka membeli makanan yang di bungkus				
4.	Saya minum air kran apabila haus				
5.	Saya makan 3 kali sehari				
6.	Saya makan pada pagi jam 07.00, siang jam 13.00, malam jam 19.00.				
7.	Setiap hari saya makan buah-buahan				
8.	Setiap hari saya minum air putih 2 gelas				
<b>B</b>	<b>Faktor perilaku terhadap kebersihan tubuh dan pakaian</b>				
9.	Saya keramas dengan menggunakan shampo 3 kali dalam satu minggu				
10.	Saya memotong kuku apabila sudah panjang				
11.	Saya membersihkan telinga dengan cotton bud				
12.	Saya suka menggunakan masker pada saat beraktivitas ditempat yang berdebu				
13.	Saya tidak pernah menggosok gigi sehabis sarapan dan sebelum tidur				
14.	Saya mencuci pakaian dengan deterjen hingga berbusa				
15.	Saya memakai pakaian yang sudah dicuci dan disetrika				
16.	Saya sering menggunakan pakaian milik saudara saya				
<b>C</b>	<b>Faktor perilaku terhadap kebersihan lingkungan</b>				
17.	Saya merapikan tempat tidur setelah bangun tidur				
18.	Saya membersihkan dapur setelah menggunakannya (memasak dll.)				
19.	Saya membantu membersihkan halaman rumah				
20.	Saya tidak pernah menguras bak air mandi				
21.	Saya menyiram WC setelah buang air besar di sekolah				
22.	Saya tidak pernah melaksanakan tugas piket kelas				
23.	Jika ada kerja bakti sekolah saya ikut membantu membersihkan lingkungan sekolah				

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		Selalu	Sering	Kadang-kadang	Tidak pernah
<b>D</b>	<b>Faktor perilaku terhadap sakit dan penyakit</b>				
24.	Saya membantu mengubur kaleng bekas untuk mencegah penyakit demam berdarah				
25.	Saya menggunakan lotion anti nyamuk sebelum tidur untuk mencegah penyakit malaria				
26.	Sebelum makan saya mencuci tangan dengan sabun dan air yang bersih				
27.	Untuk menjaga kesehatan mata, saya banyak makan-makanan yang mengandung vitamin A (wortel, apel, pisang, pepaya)				
28.	Saya memeriksakan ke dokter THT (Telinga, Hidung, Tenggorokan) jika ada gangguan.				
29.	Saya tetap beraktivitas walaupun saya sedang sakit				
30.	Apabila Saya sakit, saya minum obat sesuai anjuran dokter				
<b>E</b>	<b>Faktor perilaku hidup yang teratur dan terukur</b>				
31.	Saya bangun tidur tidak lebih dari jam 05.00 pagi				
32.	Saya tidur 8 jam sehari semalam				
33.	Saya menonton TV sampai jam 10 malam				
34.	Saya mengikuti senam kesegaran jasmani (SKJ) di sekolah				
35.	Saya mengikuti olahraga setiap jam pelajaran olahraga				
36.	Saya tidak pernah mengukur tinggi dan berat badan saya dalam 1 bulan sekali				
<b>F</b>	<b>Faktor kebiasaan yang merusak kesehatan</b>				
37.	Saya tidak suka merokok				
38.	Saya takut bahaya akibat merokok				
39.	Saya suka minuman beralkohol				
40.	Saya memahami dampak budaya seks bebas				
41.	Saya tidak membersihkan alat reproduksi saat terjadi mimpi basah/menstruasi				
42.	Saya memanfaatkan waktu dengan kegiatan yang bermanfaat untuk mencegah terjadinya seks bebas				

\*\*\*\*\* TERIMA KASIH \*\*\*\*\*

**Lampiran 11. Data Hasil Uji Coba Penelitian**

No	Butir																						Butir																						Jml
	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	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42			
1	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	2	4	1	3	3	3	4	3	2	3	4	1	2	4	2	4	3	4	4	3	1	4	2	133		
2	2	3	2	4	4	3	3	3	4	2	4	2	3	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	2	3	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	140	
3	4	3	4	3	4	4	3	2	3	2	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	156
4	4	3	2	2	2	2	2	3	4	3	4	2	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	2	3	3	4	2	1	3	4	3	3	3	2	4	4	4	4	4	1	4	2	129		
5	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	2	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	2	142	
6	2	3	2	4	2	2	2	2	2	4	3	1	2	2	2	3	2	2	1	2	4	4	3	1	1	4	2	2	3	1	1	2	3	2	1	3	2	2	4	1	4	2	97		
7	4	3	3	4	3	3	2	3	2	4	2	1	3	2	4	4	2	2	3	3	2	3	3	2	1	3	2	2	2	4	2	3	3	4	4	3	4	4	4	2	4	3	121		
8	3	3	3	2	2	2	3	1	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	4	2	3	2	2	2	3	2	1	3	1	1	3	1	1	3	1	3	89
9	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	1	1	1	3	2	1	3	1	1	2	3	1	2	1	2	2	3	2	2	3	1	1	3	2	2	3	83		
10	3	3	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	1	2	2	3	1	4	1	2	3	2	1	2	4	2	2	3	3	3	3	97		
11	3	3	2	3	3	2	2	3	4	4	4	1	4	2	2	2	2	2	2	2	3	4	1	2	2	4	2	1	4	4	2	3	2	4	3	2	4	4	4	1	4	114			
12	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	4	1	3	94		
13	1	3	2	4	2	2	2	2	2	3	1	3	2	2	3	3	2	1	2	3	2	2	2	1	1	2	3	1	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	91		
14	2	3	3	4	3	3	2	2	4	2	4	4	4	4	4	2	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	2	4	4	2	4	4	3	141	
15	4	2	2	4	4	2	2	3	2	4	4	3	3	4	3	4	2	2	3	3	2	4	2	2	3	3	2	2	4	2	2	4	2	2	4	3	2	3	4	4	4	4	4	126	
16	2	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	3	4	4	2	2	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	2	4	4	2	4	4	4	3	2	4	2	4	4	2	141		
17	3	3	4	4	4	4	2	3	2	4	2	1	3	2	4	4	4	2	2	3	2	3	3	1	1	2	3	1	2	2	2	4	2	4	4	3	1	4	4	1	1	4	114		
18	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	1	2	3	3	3	1	3	3	2	4	3	4	3	112		
19	4	3	2	2	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2	4	4	1	1	3	3	2	1	2	4	3	3	4	4	1	4	4	4	4	4	4	126		
20	3	3	3	2	2	3	2	3	2	4	4	3	3	4	2	3	4	1	1	2	2	3	2	3	3	4	2	2	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	125		
21	4	3	3	2	3	3	2	2	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	145	
22	3	3	3	4	4	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	4	4	3	4	4	3	4	4	3	125		
23	2	3	2	2	4	2	3	3	2	1	1	2	2	3	4	3	3	2	3	2	2	4	2	1	3	3	1	2	2	2	2	3	3	2	2	1	4	3	1	2	3	100			
24	4	3	2	4	3	2	2	2	2	4	3	2	3	1	3	2	2	3	3	1	2	3	3	1	2	3	2	1	3	1	3	2	3	2	2	4	2	2	4	3	4	3	106		
25	4	3	4	3	4	4	2	1	4	4	4	1	4	4	4	3	4	2	2	2	2	3	4	1	2	3	2	2	2	4	3	2	2	3	4	4	1	1	4	1	4	4	121		
26	4	2	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	143			
27	4	2	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	2	4	4	2	4	4	4	4	2	3	2	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	142		
28	3	3	2	2	2	2	2	1	3	3	2	2	2	3	2	4	2	3	3	3	2	4	3	2	3	2	2	1	2	3	3	3	2	3	1	1	3	1	4	3	103				
29	3	3	3	4	4	3	2	4	2	3	2	1	3	2	2	2	3	3	2	4	2	3	3	2	2	2	2	2	2	4	2	3	2	2	4	3	4	4	4	3	4	3	117		
30	2	3	2	4	2	2	2	1	1	4	2	1	1	1	2	4	3	1	2	2	2	3	2	2	1	4	4	2	4	1	2	2	3	3	1	3	1	2	4	4	4	4	100		
31	4	3	4	1	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	155		
32	2	1	1	1	1	3	2	1	2	2	2	1	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	1	2	2	3	2	2	3	1	1	2	2	1	2	86		
33	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	2	136	
34	2	3	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	3	2	3	2	3	3	2	1	3	98		
35	3	3	2	4	2	2	2	4	1	4	4	1	4	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	1	1	3	4	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	4	4	109	

Lampiran 12. Hasil uji validitas dan reliabilitas

**UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS**

**Scale: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Putaran-1**

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	35	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	35	100,0

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

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,941	42

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Butir 1	115,77	410,064	,523	,939
<b>Butir 2</b>	<b>115,89</b>	<b>424,869</b>	<b>,193</b>	<b>,941</b>
Butir 3	116,11	406,516	,655	,938
<b>Butir 4</b>	<b>115,66</b>	<b>420,938</b>	<b>,176</b>	<b>,942</b>
Butir 5	115,86	405,361	,583	,939
Butir 6	116,06	407,291	,674	,938
Butir 7	116,37	416,534	,505	,940
Butir 8	116,29	413,916	,424	,940
Butir 9	116,03	402,087	,648	,938
<b>Butir 10</b>	<b>115,69</b>	<b>422,634</b>	<b>,171</b>	<b>,942</b>
Butir 11	115,71	400,975	,685	,938
Butir 12	116,54	401,138	,657	,938
Butir 13	115,69	410,398	,580	,939
Butir 14	115,86	402,008	,671	,938
Butir 15	115,63	407,358	,653	,938
<b>Butir 16</b>	<b>115,80</b>	<b>425,812</b>	<b>,090</b>	<b>,942</b>
Butir 17	116,00	408,882	,580	,939
Butir 18	116,17	401,558	,665	,938
Butir 19	116,17	405,499	,650	,938
<b>Butir 20</b>	<b>115,94</b>	<b>426,350</b>	<b>,086</b>	<b>,942</b>

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Butir 21	116,06	405,408	,619	,938
Butir 22	115,74	403,844	,641	,938
Butir 23	115,69	408,869	,599	,939
Butir 24	116,60	402,424	,657	,938
Butir 25	116,40	399,659	,675	,938
Butir 26	115,66	408,114	,641	,938
<b>Butir 27</b>	<b>115,91</b>	<b>422,434</b>	<b>,199</b>	<b>,941</b>
Butir 28	116,63	409,182	,596	,939
<b>Butir 29</b>	<b>116,00</b>	<b>419,529</b>	<b>,252</b>	<b>,941</b>
Butir 30	116,03	396,029	,655	,938
Butir 31	116,09	403,904	,656	,938
Butir 32	116,06	409,350	,640	,939
Butir 33	115,71	417,563	,405	,940
Butir 34	115,89	407,869	,569	,939
Butir 35	115,89	398,987	,643	,938
<b>Butir 36</b>	<b>115,63</b>	<b>423,770</b>	<b>,179</b>	<b>,941</b>
Butir 37	116,14	395,479	,671	,938
Butir 38	115,77	397,064	,652	,938
<b>Butir 39</b>	<b>115,31</b>	<b>424,634</b>	<b>,158</b>	<b>,941</b>
Butir 40	115,94	406,644	,430	,940
Butir 41	115,51	400,434	,574	,939
<b>Butir 42</b>	<b>115,74</b>	<b>428,020</b>	<b>,025</b>	<b>,942</b>

Keterangan :

$r$  tabel ( $N=35$ ;  $\alpha = 5\%$ ) = 0,334

= gugur, karena  $r_{xy} < 0,334$

## Scale: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Putaran-2

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	35	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	35	100,0

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

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,953	32

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Butir 1	85,63	360,123	,496	,952
Butir 3	85,97	356,911	,623	,951
Butir 5	85,71	356,034	,550	,952
Butir 6	85,91	356,904	,666	,951
Butir 7	86,23	364,946	,522	,952
Butir 8	86,14	363,655	,399	,953
Butir 9	85,89	350,163	,692	,951
Butir 11	85,57	350,782	,684	,951
Butir 12	86,40	349,894	,684	,951
Butir 13	85,54	359,079	,597	,951
Butir 14	85,71	350,210	,713	,950
Butir 15	85,49	356,375	,665	,951
Butir 17	85,86	358,597	,565	,952
Butir 18	86,03	350,382	,690	,951
Butir 19	86,03	355,029	,649	,951
Butir 21	85,91	353,845	,650	,951
Butir 22	85,60	354,247	,618	,951
Butir 23	85,54	358,197	,597	,951
Butir 24	86,46	350,667	,697	,951
Butir 25	86,26	347,961	,715	,950

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Butir 26	85,51	358,081	,619	,951
Butir 28	86,49	357,669	,622	,951
Butir 30	85,89	345,634	,666	,951
Butir 31	85,94	352,644	,681	,951
Butir 32	85,91	359,198	,619	,951
Butir 33	85,57	365,664	,429	,953
Butir 34	85,74	357,373	,563	,952
Butir 35	85,74	348,608	,650	,951
Butir 37	86,00	345,353	,676	,951
Butir 38	85,63	347,123	,651	,951
Butir 40	85,80	356,694	,414	,953
Butir 41	85,37	351,770	,538	,952

Tabel  
Ringkasan Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

No	Item	r hitung	r tabel	Keterangan
1	Butir 1	0,523	0,334	Valid
2	Butir 2	<b>0,193</b>	0,334	Gugur
3	Butir 3	0,655	0,334	Valid
4	Butir 4	<b>0,176</b>	0,334	Gugur
5	Butir 5	0,583	0,334	Valid
6	Butir 6	0,674	0,334	Valid
7	Butir 7	0,505	0,334	Valid
8	Butir 8	0,424	0,334	Valid
9	Butir 9	0,648	0,334	Valid
10	Butir 10	<b>0,171</b>	0,334	Gugur
11	Butir 11	0,685	0,334	Valid
12	Butir 12	0,657	0,334	Valid
13	Butir 13	0,58	0,334	Valid
14	Butir 14	0,671	0,334	Valid
15	Butir 15	0,653	0,334	Valid
16	Butir 16	<b>0,09</b>	0,334	Gugur
17	Butir 17	0,58	0,334	Valid
18	Butir 18	0,665	0,334	Valid
19	Butir 19	0,65	0,334	Valid
20	Butir 20	<b>0,086</b>	0,334	Gugur
21	Butir 21	0,619	0,334	Valid
22	Butir 22	0,641	0,334	Valid
23	Butir 23	0,599	0,334	Valid
24	Butir 24	0,657	0,334	Valid
25	Butir 25	0,675	0,334	Valid
26	Butir 26	0,641	0,334	Valid
27	Butir 27	<b>0,199</b>	0,334	Gugur
28	Butir 28	0,596	0,334	Valid
29	Butir 29	<b>0,252</b>	0,334	Gugur
30	Butir 30	0,655	0,334	Valid
31	Butir 31	0,656	0,334	Valid
32	Butir 32	0,64	0,334	Valid
33	Butir 33	0,405	0,334	Valid
34	Butir 34	0,569	0,334	Valid
35	Butir 35	0,643	0,334	Valid
36	Butir 36	<b>0,179</b>	0,334	Gugur
37	Butir 37	0,671	0,334	Valid
38	Butir 38	0,652	0,334	Valid
39	Butir 39	<b>0,158</b>	0,334	Gugur
40	Butir 40	0,43	0,334	Valid
41	Butir 41	0,574	0,334	Valid
42	Butir 42	<b>0,025</b>	0,334	Gugur
<b>Koefisien Reliabilitas Alpha = 0,953</b>				

## Lampiran 13. Angket Penelitian

**ANGKET PENELITIAN**  
**Perilaku Hidup Bersih dan Sehat**  
**Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun Ajaran 2016/2017**

---

---

### C. Identitas responden

Nama :

Jenis kelamin : Laki-laki / Perempuan (coret yang tidak perlu)

Kelas :

Tempat, tanggal lahir :

### D. Penunjuk pengisian

3. Bacalah setiap butir pernyataan dengan seksama
4. Pilihlah salah satu alternatif jawaban sesuai dengan kenyataan dan tanggapan anda yang sebenarnya dengan memberikan tanda *check list* (✓) pada tempat yang telah disediakan. Alternatif jawaban tersebut adalah:
  - Selalu
  - Sering
  - Kadang-kadang
  - Tidak pernah

Contoh:

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		Selalu	Sering	Kadang-kadang	Tidak pernah
1.	Saya selalu mandi setiap hari supaya tubuh saya bersih	✓			

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		Selalu	Sering	Kadang-kadang	Tidak pernah
<b>A</b>	<b>Faktor perilaku terhadap makanan dan minuman</b>				
1.	Saya makan nasi, lauk dan sayur				
2.	Saya suka membeli makanan yang di bungkus				
3.	Saya makan 3 kali sehari				
4.	Saya makan pada pagi jam 07.00, siang jam 13.00, malam jam 19.00.				
5.	Setiap hari saya makan buah-buahan				
6.	Setiap hari saya minum air putih 2 gelas				
<b>B</b>	<b>Faktor perilaku terhadap kebersihan tubuh dan pakaian</b>				
7.	Saya keramas dengan menggunakan shampo 3 kali dalam satu minggu				
8.	Saya membersihkan telinga dengan cotton bud				
9.	Saya suka menggunakan masker pada saat beraktivitas ditempat yang berdebu				
10.	Saya tidak pernah menggosok gigi sehabis sarapan dan sebelum tidur				
11.	Saya mencuci pakaian dengan deterjen hingga berbusa				
12.	Saya memakai pakaian yang sudah dicuci dan disetrika				
<b>C</b>	<b>Faktor perilaku terhadap kebersihan lingkungan</b>				
13.	Saya merapikan tempat tidur setelah bangun tidur				
14.	Saya membersihkan dapur setelah menggunakannya (memasak dll.)				
15.	Saya membantu membersihkan halaman rumah				
16.	Saya menyiram WC setelah buang air besar di sekolah				
17.	Saya tidak pernah melaksanakan tugas piket kelas				
18.	Jika ada kerjabakti sekolah saya ikut membantu membersihkan lingkungan sekolah				
<b>D</b>	<b>Faktor perilaku terhadap sakit dan penyakit</b>				
19.	Saya membantu mengubur kaleng bekas untuk mencegah penyakit demam berdarah				
20.	Saya menggunakan lotion anti nyamuk sebelum tidur untuk mencegah penyakit malaria				
21.	Sebelum makan saya mencuci tangan dengan sabun dan air yang bersih				
22.	Saya memeriksakan ke dokter THT (Telinga,Hidung,Tenggorokan) jika ada gangguan.				
23.	Apabila Saya sakit, saya minum obat sesuai anjuran dokter				

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		Selalu	Sering	Kadang-kadang	Tidak pernah
<b>E</b>	<b>Faktor perilaku hidup yang teratur dan terukur</b>				
24.	Saya bangun tidur tidak lebih dari jam 05.00 pagi				
25.	Saya tidur 8 jam sehari semalam				
26.	Saya menonton TV sampai jam 10 malam				
27.	Saya mengikuti senam kesegaran jasmani (SKJ) di sekolah				
28.	Saya mengikuti olahraga setiap jam pelajaran olahraga				
<b>F</b>	<b>Faktor kebiasaan yang merusak kesehatan</b>				
29.	Saya tidak suka merokok				
30.	Saya takut bahaya akibat merokok				
31.	Saya memahami dampak budaya seks bebas				
32.	Saya tidak membersihkan alat reproduksi saat terjadi mimpi basah/menstruasi				

\*\*\*\*\*TERIMAKASIH\*\*\*\*\*

Lampiran 14. Data penelitian

DATA PENELITIAN

No	Faktor-1							Faktor-2						
	1	2	3	4	5	6	JML	7	8	9	10	11	12	JML
1	4	2	4	4	3	1	18	4	4	3	3	3	4	21
2	4	2	4	4	2	1	17	4	4	1	3	4	4	20
3	4	2	4	4	3	1	18	4	2	2	4	4	4	20
4	3	4	2	3	2	2	16	2	3	2	3	3	3	16
5	4	4	2	3	3	1	17	3	4	4	3	4	4	22
6	4	2	4	2	2	3	17	4	2	2	3	3	4	18
7	4	2	4	3	2	4	19	3	2	3	3	4	4	19
8	4	2	3	2	3	1	15	4	4	2	4	4	4	22
9	3	3	3	2	3	1	15	4	4	3	4	4	4	23
10	4	2	2	2	2	1	13	3	3	2	4	2	4	18
11	4	3	3	2	2	3	17	4	3	1	4	2	4	18
12	4	2	2	2	2	1	13	3	3	2	4	4	4	20
13	4	4	2	2	1	3	16	3	2	1	3	3	4	16
14	4	4	2	2	1	3	16	3	2	1	3	3	4	16
15	2	2	2	2	2	3	13	3	2	2	3	2	4	16
16	2	2	4	2	2	3	15	1	4	2	3	2	4	16
17	4	4	4	4	2	1	19	4	4	4	4	4	4	24
18	2	2	2	2	2	2	12	3	2	2	3	2	3	15
19	4	2	4	4	2	1	17	4	4	2	4	4	4	22
20	4	4	4	4	3	1	20	4	4	4	4	4	4	24
21	3	2	2	3	2	2	14	2	2	4	2	4	4	18
22	3	2	4	3	2	1	15	3	4	4	4	4	4	23
23	3	1	4	2	2	1	13	3	4	1	4	4	4	20
24	4	2	3	2	2	1	14	3	4	2	3	2	4	18
25	4	2	2	3	2	1	14	2	2	1	3	4	4	16
26	2	2	2	2	2	2	12	4	3	2	4	3	4	20
27	3	3	2	2	2	1	13	3	3	1	4	2	2	15
28	2	2	2	2	2	1	11	4	4	2	3	4	4	21
29	4	3	1	1	2	2	13	4	2	1	3	2	3	15
30	2	2	2	2	2	1	11	2	3	2	3	2	4	16
31	4	2	4	4	3	2	16	2	2	2	3	2	3	14
32	3	2	4	4	2	3	18	4	4	2	4	3	4	21
33	4	2	4	4	3	1	18	4	4	2	4	3	4	21
34	4	3	2	2	4	2	17	4	4	2	4	4	4	22
35	4	3	2	2	3	2	16	4	4	2	4	4	4	22
36	4	2	4	2	2	1	15	3	4	2	4	3	3	19
37	3	2	4	2	2	2	15	3	4	3	4	2	3	19
38	3	3	4	2	3	1	16	3	4	2	3	3	3	18
39	2	3	4	2	3	1	15	3	4	2	3	3	3	18
40	3	2	3	2	2	1	13	3	2	1	3	3	3	15
41	4	2	2	2	2	1	13	4	4	4	4	4	4	24
42	4	2	3	2	2	1	14	3	4	2	3	3	4	19
43	4	2	4	2	2	1	15	4	4	2	3	4	4	21
44	4	2	4	4	2	4	20	3	4	1	4	3	4	19
45	4	2	3	2	2	3	16	3	2	2	4	3	4	18
46	4	2	4	3	2	1	16	4	4	2	4	4	4	22
47	4	3	3	2	2	2	16	3	3	2	4	3	4	19
48	3	2	4	1	2	3	15	4	2	2	4	2	4	18
49	4	2	3	2	2	2	15	4	3	2	3	3	4	19

No	Faktor-1							Faktor-2						
	1	2	3	4	5	6	JML	7	8	9	10	11	12	JML
50	2	2	3	2	2	2	13	4	3	1	3	2	2	15
51	3	2	2	2	2	1	12	4	2	2	3	4	4	19
52	2	2	2	2	2	1	11	4	4	1	3	2	2	16
53	2	2	3	2	2	1	12	2	3	1	3	2	4	15
54	2	2	4	4	2	4	18	4	4	2	3	4	4	21
55	4	3	2	2	3	1	15	4	3	2	4	4	4	21
56	4	3	3	2	2	1	15	4	3	1	4	3	4	19
57	4	3	2	2	3	1	15	2	4	2	4	3	4	19
58	3	2	3	2	2	1	13	3	2	2	3	3	3	16
59	4	3	4	2	3	2	18	2	4	2	4	4	4	20
60	3	2	4	2	2	1	14	3	4	2	4	3	4	20
61	3	2	3	2	3	1	14	4	4	2	4	3	4	21
62	4	3	2	2	2	2	15	3	4	1	3	3	4	18
63	2	4	2	2	2	1	13	1	2	1	3	1	4	12
64	4	2	4	3	2	1	16	4	4	2	3	3	4	20
65	4	2	4	3	2	1	16	4	4	2	3	3	4	20
66	4	2	4	3	4	1	18	4	4	2	3	3	4	20
67	4	2	2	3	2	1	14	2	4	2	3	2	4	17
68	4	3	4	3	4	1	19	3	3	1	3	2	4	16
69	4	3	4	3	2	3	19	2	3	1	3	4	4	17
70	4	2	4	3	2	1	16	2	3	2	3	4	4	18
71	2	3	2	2	2	3	14	3	3	2	3	3	3	17
72	3	2	4	2	3	1	15	3	3	2	3	4	4	19
73	4	2	2	3	3	1	15	4	4	2	4	4	4	22
74	4	2	2	3	2	1	14	4	4	2	4	4	4	22
75	3	2	1	1	2	3	12	1	4	3	4	3	4	19
76	4	2	4	2	2	4	18	1	4	2	4	4	3	18
77	4	2	2	2	4	1	15	3	4	2	3	3	4	19
78	4	2	3	4	3	3	19	3	2	2	4	3	4	18
79	4	4	3	4	3	3	21	3	2	2	4	3	4	18
80	4	3	2	2	2	2	15	3	4	2	3	4	3	19
81	4	4	4	2	2	1	17	2	2	1	4	4	3	16
82	4	2	4	2	4	3	19	4	3	2	4	4	3	20
83	4	2	3	2	2	1	14	3	2	2	4	4	4	19
84	4	2	2	2	3	2	15	4	4	3	4	4	4	23
85	3	2	2	2	2	4	15	4	4	2	4	4	4	22
86	4	2	2	2	4	1	15	4	4	2	4	3	4	21
87	2	3	2	2	2	1	12	3	2	1	3	2	4	15
88	4	2	2	2	2	2	14	3	4	1	3	4	4	19
89	4	2	4	2	2	1	15	4	2	1	4	4	4	19
90	4	2	4	2	2	3	17	3	4	2	4	3	4	20
91	4	3	4	4	2	1	18	4	4	2	3	4	4	21
92	4	3	3	3	3	1	17	4	4	2	4	3	4	21
93	2	3	2	1	2	3	13	3	2	2	3	3	4	17
94	4	3	4	2	3	1	17	3	4	2	4	4	4	21
95	4	2	3	4	4	1	18	4	4	2	3	3	4	20
96	4	3	4	2	2	1	16	2	3	2	2	4	4	17
97	4	2	4	2	4	1	17	2	2	1	4	4	4	17
98	4	2	4	4	2	1	17	4	4	4	4	3	4	23
99	4	3	4	2	2	1	16	4	4	1	4	4	4	21
100	3	2	3	2	2	1	13	3	3	1	2	3	4	16

No	Faktor-1							Faktor-2						
	1	2	3	4	5	6	JML	7	8	9	10	11	12	JML
101	2	2	2	4	2	2	14	4	3	1	2	4	4	18
102	4	2	2	2	2	1	13	3	4	1	4	2	3	17
103	3	2	2	1	2	1	11	2	4	4	3	4	3	20
104	4	3	2	2	3	1	15	4	4	2	4	4	4	22
105	3	2	2	3	3	1	14	4	4	2	4	4	4	22
106	4	2	2	2	3	1	14	2	4	1	4	4	4	19
107	4	2	4	2	4	2	18	3	4	2	4	3	3	19
108	4	4	3	3	2	1	17	4	3	2	4	4	4	21
109	4	2	4	2	2	1	15	2	4	1	4	4	3	18
110	4	3	3	3	4	1	18	4	4	2	2	4	4	20
111	4	1	2	2	2	2	13	3	4	2	4	4	4	21
112	4	3	4	2	2	1	16	4	3	2	3	4	4	20
113	2	2	4	2	4	1	15	4	4	4	4	4	4	24
114	3	4	3	2	3	3	18	3	4	2	3	4	3	19
115	3	1	2	3	2	1	12	4	4	2	4	3	4	21
116	4	2	3	3	2	1	15	4	2	1	4	3	3	17
117	3	2	4	2	2	2	15	4	2	1	3	4	4	18
118	4	2	4	2	2	1	15	4	3	1	4	4	4	20
119	2	3	2	2	2	2	13	3	2	2	3	2	4	16
120	4	3	3	4	4	1	19	4	4	2	2	4	4	20
121	2	3	1	1	2	4	13	2	4	2	3	2	2	15
122	4	3	2	2	2	1	14	4	4	2	4	4	4	22
123	4	2	4	3	4	1	18	3	4	2	3	4	3	19
124	2	2	1	2	1	1	9	2	3	2	4	2	4	17
125	3	2	4	3	2	1	15	2	3	3	1	1	4	14
126	4	3	3	2	3	1	16	2	3	2	2	4	4	17
127	2	3	2	3	2	3	15	3	4	2	4	4	4	21
128	3	3	3	2	2	1	14	3	2	2	3	3	3	16
129	4	3	3	2	2	4	18	4	4	2	4	4	4	22
130	3	2	4	2	2	1	14	4	3	1	4	3	4	19
131	4	4	2	1	2	1	14	4	4	2	4	4	4	22
132	4	2	4	4	4	1	19	4	4	4	4	3	4	23
133	4	2	4	2	2	1	15	4	4	2	4	4	4	22
134	3	3	4	2	2	2	16	3	4	2	4	4	4	21
135	3	1	2	2	2	1	11	2	3	2	4	2	4	17
136	3	2	4	2	2	3	16	3	3	2	4	2	4	18
137	2	4	4	4	3	1	18	4	4	3	4	4	4	23
138	4	3	2	2	2	1	14	4	4	2	4	4	4	22
139	4	2	2	2	2	3	15	4	4	2	3	4	3	20
140	4	2	2	2	2	1	13	4	4	2	4	4	4	22
141	3	4	4	2	2	1	16	4	4	2	4	4	4	22
142	4	2	4	4	4	1	19	4	4	2	4	4	4	22
143	4	2	4	2	2	4	18	3	4	1	4	4	4	20
144	4	2	3	2	2	1	14	3	2	1	2	4	4	16
145	4	2	4	2	2	1	15	4	4	2	4	4	4	22
146	4	4	2	1	2	1	14	3	4	2	4	4	4	21
147	4	2	4	2	2	1	15	2	3	2	3	4	4	18
148	3	2	4	2	2	1	14	4	4	2	4	4	4	22
149	4	3	3	2	2	1	15	4	4	4	4	4	4	24
150	4	2	3	2	2	1	14	4	3	2	4	3	4	20
151	4	2	4	2	2	2	16	4	3	2	4	4	3	20

No	Faktor-1							Faktor-2						
	1	2	3	4	5	6	JML	7	8	9	10	11	12	JML
152	2	3	3	2	2	2	14	3	2	1	3	3	4	16
153	4	3	2	2	2	2	15	2	4	2	3	4	4	19
154	4	4	4	4	3	1	20	4	4	3	4	4	4	23
155	4	3	4	2	2	1	16	2	4	2	3	4	4	19
156	4	2	4	4	3	3	20	4	3	2	4	3	4	20
157	4	2	4	2	2	2	16	4	3	1	4	4	4	20
158	4	2	4	3	2	1	16	4	4	2	4	4	4	22
159	3	2	4	3	2	2	16	3	3	3	4	2	4	19
160	3	3	3	2	2	2	15	3	3	2	4	4	4	20
161	3	2	4	2	2	1	14	3	4	1	4	2	3	17
162	3	4	2	3	2	2	16	3	4	1	1	4	4	17
163	4	1	4	2	4	1	16	4	4	2	4	4	4	22
164	4	2	4	4	2	2	18	4	4	3	4	4	4	23
165	3	2	4	2	2	2	15	3	4	2	4	4	4	21
166	3	2	4	4	1	3	17	4	4	1	4	3	4	20
167	4	3	4	4	3	1	19	4	4	3	4	4	4	23
168	3	3	2	2	2	3	15	2	3	2	3	4	4	18
169	3	2	4	2	2	1	14	4	4	2	4	4	4	22
170	4	3	4	2	2	1	16	2	4	2	4	3	4	19
171	4	2	4	3	2	1	16	2	4	2	3	4	4	19
172	4	4	4	2	2	3	19	4	4	2	4	4	4	22
173	4	2	4	4	3	2	19	2	3	2	4	4	4	19
174	3	4	4	2	2	1	16	3	4	2	3	4	4	20
175	4	3	4	4	3	1	19	4	4	3	1	4	4	20
176	4	2	4	4	3	1	18	4	2	1	4	4	4	19
177	4	3	2	2	3	3	17	3	4	3	3	4	4	21
178	4	2	4	2	3	1	16	4	4	2	4	4	4	22
179	4	2	4	4	2	1	17	4	4	2	4	4	4	22
180	4	2	4	3	3	1	17	4	3	4	4	3	4	22
181	4	3	4	4	2	1	18	4	4	1	4	4	4	21
182	4	2	4	3	2	1	16	4	4	2	4	4	4	22
183	4	4	3	2	2	2	17	3	3	2	3	4	4	19
184	4	2	2	2	2	1	13	4	4	2	4	4	4	22
185	2	3	2	2	2	3	14	4	4	2	4	4	4	22
186	4	2	4	3	2	1	16	4	4	4	4	2	4	22
187	3	3	4	2	2	2	16	3	3	1	2	4	2	15
188	4	3	3	3	2	1	16	4	4	2	3	4	4	21
189	4	2	4	4	2	1	17	4	4	2	4	4	4	22
190	4	2	4	4	3	1	18	4	3	2	4	4	4	21
191	4	1	4	2	3	1	15	4	4	2	4	4	4	22
192	4	3	3	3	3	1	17	4	4	2	4	4	4	22
193	2	3	2	2	2	1	12	3	4	2	4	4	4	22
194	3	3	2	1	2	2	13	3	4	1	4	2	4	18
195	2	2	4	2	1	3	14	2	1	1	4	2	3	13
196	4	3	2	2	2	1	14	4	4	2	3	4	4	21
197	3	2	2	2	2	3	14	4	3	1	3	2	3	16
198	4	3	2	2	2	2	15	3	4	1	3	3	4	18
199	3	3	4	4	2	1	17	4	2	2	4	4	4	20
200	3	2	4	3	2	2	16	4	2	2	4	4	4	20
201	4	3	4	3	4	1	19	3	4	2	3	4	4	20
202	3	2	2	2	2	2	13	4	4	1	3	3	3	18

No	Faktor-1							Faktor-2						
	1	2	3	4	5	6	JML	7	8	9	10	11	12	JML
203	3	3	3	2	2	2	15	3	3	1	4	3	3	17
204	4	2	4	4	2	1	17	4	2	4	4	2	4	20
205	4	2	4	3	2	1	16	2	4	2	4	4	4	20
206	4	3	3	2	3	1	16	4	4	2	4	3	4	21
207	4	3	3	1	2	2	15	3	4	2	4	4	4	21
208	4	3	2	2	2	2	15	4	4	1	4	4	4	21
209	4	3	2	2	2	1	14	4	4	2	4	4	4	22
210	4	3	2	2	2	1	14	4	4	3	4	4	4	23
211	4	3	2	2	2	3	16	3	3	2	3	4	4	19
212	3	4	2	2	2	1	14	4	3	1	3	4	4	19
213	4	2	4	2	2	1	15	1	3	2	4	3	4	17
214	3	4	4	2	4	1	18	2	4	4	4	4	4	22
215	4	1	4	2	4	1	16	2	1	1	2	4	4	14
216	3	2	3	1	2	3	14	4	4	2	3	4	2	19
217	4	2	4	3	2	1	16	4	3	2	3	4	4	20
218	4	2	4	2	2	1	15	4	2	2	3	3	4	18
219	4	4	2	2	3	2	17	4	4	2	3	4	4	21
220	4	2	2	2	1	4	15	3	4	2	4	3	3	19
221	4	2	4	4	3	1	18	4	4	2	4	4	4	22
222	4	2	4	2	2	3	17	4	2	2	3	4	4	19
223	4	4	2	4	2	1	17	4	4	2	3	4	4	21
224	4	2	4	4	2	1	17	4	4	2	4	4	3	21
225	3	2	2	1	2	3	13	4	4	1	3	4	2	18
226	4	4	2	2	2	1	15	4	3	4	3	4	4	22
227	4	2	3	1	2	1	13	4	2	2	4	4	2	18
228	3	1	4	2	3	2	15	4	4	2	4	4	4	22
229	3	3	2	2	2	2	14	4	4	1	3	4	4	20
230	4	2	4	3	2	1	16	4	4	4	4	4	4	24
231	4	4	4	2	2	1	17	4	4	2	4	4	4	22
232	4	3	4	3	3	1	18	4	4	3	1	4	4	20
233	4	2	4	4	3	1	18	4	4	3	3	3	4	21
234	4	2	4	4	3	1	18	4	2	2	4	4	4	20
235	4	4	2	3	3	1	17	3	4	4	3	4	4	22
236	4	2	4	3	2	4	19	3	2	3	3	4	4	19
237	3	3	3	2	3	1	15	4	4	3	4	4	4	23
238	4	3	3	2	2	3	17	4	3	1	4	2	4	18
239	4	4	2	2	1	3	16	3	2	1	3	3	4	16
240	2	2	2	2	2	3	13	3	2	2	3	2	4	16
241	4	4	4	4	2	1	19	4	4	4	4	4	4	24
242	4	2	4	4	2	1	17	4	4	2	4	4	4	22
243	3	2	2	3	2	2	14	2	2	4	2	4	4	18
244	3	1	4	2	2	1	13	3	4	1	4	4	4	20
245	4	2	2	3	2	1	14	2	2	1	3	4	4	16
246	3	3	2	2	2	1	13	3	3	1	4	2	2	15

### DATA PENELITIAN

No	Faktor-3							Faktor-4					
	13	14	15	16	17	18	JML	19	20	21	22	23	JML
1	4	2	3	4	4	4	21	4	2	4	4	4	18
2	4	2	4	4	4	4	22	4	2	4	4	4	18
3	4	3	3	4	4	4	22	3	3	4	4	4	18
4	2	2	2	3	3	2	14	2	2	3	4	4	15
5	3	4	3	4	4	4	22	2	1	4	3	4	14
6	2	2	2	4	4	4	18	2	2	2	4	4	14
7	4	4	3	4	4	4	23	4	2	4	3	4	17
8	3	4	4	4	4	4	23	2	4	4	1	4	15
9	4	4	3	4	4	3	22	3	2	4	1	4	14
10	4	3	4	4	4	4	23	2	3	4	2	2	13
11	3	2	2	4	4	4	19	2	2	4	2	4	14
12	4	4	3	4	4	4	23	2	3	4	2	4	15
13	4	2	2	4	3	4	19	2	4	4	1	4	15
14	4	2	2	4	3	4	19	2	4	4	1	4	15
15	3	2	4	4	3	4	20	2	3	4	2	4	15
16	3	2	3	4	3	2	17	2	1	4	2	4	13
17	4	4	4	4	3	4	23	4	2	4	3	2	15
18	.	2	2	4	4	3	17	2	2	3	2	4	13
19	4	4	4	4	4	4	24	2	4	4	1	4	15
20	4	4	4	4	3	4	23	4	2	4	3	2	15
21	2	2	3	4	4	4	19	1	1	2	1	1	6
22	4	2	2	4	4	4	20	2	4	3	3	4	16
23	4	3	2	4	4	4	21	2	2	3	3	4	14
24	4	4	2	4	3	3	20	1	2	4	2	2	11
25	2	2	2	4	4	2	16	1	2	4	2	2	11
26	3	4	4	4	3	2	20	2	2	3	2	4	13
27	4	4	3	4	3	3	21	1	2	4	1	4	12
28	2	2	2	4	3	2	15	2	2	4	2	2	12
29	1	2	1	4	2	2	12	2	1	3	2	4	12
30	3	2	2	3	3	3	16	2	3	3	2	2	12
31	3	2	3	4	2	4	18	2	2	3	2	4	13
32	4	4	3	4	4	4	23	2	2	4	4	4	16
33	3	2	3	4	4	4	20	2	2	4	4	4	16
34	4	2	3	4	4	4	21	2	2	4	4	4	16
35	4	2	3	4	4	4	21	2	2	4	2	4	14
36	4	3	3	4	4	4	22	2	2	4	1	4	13
37	2	1	2	4	3	3	15	1	2	3	2	4	12
38	3	3	3	4	4	3	20	2	2	4	2	3	13
39	3	3	3	4	4	3	20	2	2	4	2	3	13
40	2	1	2	4	4	2	15	1	1	4	2	4	12
41	4	4	2	4	3	4	21	2	2	2	2	4	12
42	3	2	4	4	4	4	21	2	1	3	1	2	9
43	4	2	3	4	3	4	20	3	4	4	3	4	18
44	2	1	2	1	3	4	13	2	2	3	1	4	12
45	2	1	2	2	4	4	15	2	2	3	1	3	11
46	4	3	3	4	2	4	20	2	2	4	4	2	14
47	4	4	2	4	4	4	22	2	3	4	2	4	15
48	4	4	4	4	4	4	24	3	2	4	1	4	14
49	2	2	2	4	3	2	15	2	2	3	1	2	10

No	Faktor-3							Faktor-4					
	13	14	15	16	17	18	JML	19	20	21	22	23	JML
50	4	3	3	4	3	4	21	2	2	3	2	4	13
51	4	4	3	2	3	4	20	2	4	4	1	4	15
52	4	3	3	3	4	4	21	1	1	4	1	2	9
53	2	3	3	4	3	2	17	1	3	4	1	4	13
54	2	4	2	4	3	4	19	1	2	4	1	4	12
55	4	2	2	4	4	4	20	1	2	4	1	4	12
56	4	2	3	4	4	4	21	1	2	3	1	4	11
57	4	4	4	4	4	4	24	4	2	4	2	4	16
58	2	2	2	4	4	2	16	1	2	4	2	4	13
59	2	4	2	4	2	4	18	4	1	2	1	4	12
60	4	3	4	4	4	4	23	2	2	4	2	4	14
61	4	2	3	4	2	4	19	2	3	4	2	1	12
62	4	2	2	4	3	4	19	1	2	4	2	2	11
63	2	2	2	3	3	3	15	1	2	4	1	4	12
64	4	3	2	4	3	4	20	2	2	4	4	4	16
65	4	3	2	4	3	4	20	2	2	4	4	4	16
66	4	3	2	4	4	4	21	2	2	4	2	4	14
67	3	3	2	4	4	3	19	2	1	3	2	4	12
68	3	2	2	4	4	3	18	3	3	4	2	4	16
69	3	4	3	3	3	3	19	1	1	3	2	4	11
70	4	4	4	4	4	4	24	4	1	4	4	4	17
71	4	4	3	3	4	3	21	2	2	4	2	4	14
72	3	3	2	4	4	4	20	2	3	4	2	4	15
73	4	4	3	4	4	4	23	2	2	4	2	2	12
74	4	4	4	4	4	4	24	2	3	4	3	4	16
75	4	3	4	4	4	4	23	3	3	4	4	4	18
76	4	4	4	4	4	4	24	3	2	4	2	4	15
77	4	4	3	4	4	4	23	2	3	4	2	4	15
78	3	2	2	4	1	4	16	2	1	3	1	4	11
79	3	2	2	4	1	4	16	2	1	3	1	4	11
80	4	4	3	4	4	4	23	1	2	4	1	4	12
81	4	3	3	4	4	3	21	1	1	3	1	4	10
82	3	4	3	3	4	3	20	2	2	4	2	4	14
83	4	3	3	4	4	4	22	2	1	4	2	4	13
84	4	4	3	4	4	4	23	2	3	4	4	4	17
85	4	4	3	4	4	4	23	4	2	4	2	4	16
86	4	4	4	4	4	4	24	2	2	4	2	4	14
87	2	1	2	4	3	3	15	1	2	3	1	3	10
88	4	2	4	4	3	3	20	4	2	4	2	4	16
89	2	2	2	4	4	4	18	2	2	4	2	3	13
90	4	4	3	4	4	4	23	2	3	4	1	4	14
91	4	4	3	4	4	4	23	1	2	3	1	3	10
92	4	4	3	4	1	3	19	2	3	3	2	3	13
93	2	2	3	4	3	4	18	1	2	4	4	4	15
94	4	3	3	4	4	4	22	2	2	4	3	4	15
95	3	3	3	4	3	4	20	4	2	4	4	4	18
96	4	2	2	4	1	4	17	2	1	4	4	4	15
97	4	2	4	4	4	4	22	2	2	4	1	4	13
98	4	3	3	4	4	4	22	3	4	4	2	4	17
99	4	4	4	4	4	4	24	2	2	4	2	4	14
100	3	3	2	4	2	3	17	1	2	3	2	4	12

No	Faktor-3							Faktor-4					
	13	14	15	16	17	18	JML	19	20	21	22	23	JML
101	3	1	2	4	2	2	14	1	1	3	1	3	9
102	2	3	3	4	4	4	20	2	1	2	1	4	10
103	3	3	4	4	4	4	22	2	1	4	4	4	15
104	4	4	3	4	4	2	21	2	2	4	4	4	16
105	4	4	4	4	4	4	24	3	2	4	4	4	17
106	2	3	4	4	3	4	20	1	2	4	4	4	15
107	4	3	3	4	4	3	21	2	2	3	2	3	12
108	2	2	3	4	3	4	18	1	4	4	2	4	15
109	3	2	3	4	4	2	18	1	1	3	2	4	11
110	3	3	4	4	3	4	21	1	2	4	3	4	14
111	4	4	2	4	4	4	22	1	4	3	1	4	13
112	4	4	4	4	4	4	24	2	3	4	4	4	17
113	4	4	4	4	4	2	22	2	2	4	4	4	16
114	3	3	3	4	4	3	20	1	3	4	2	4	14
115	4	3	3	4	4	4	22	2	4	4	4	4	18
116	3	2	2	4	3	3	17	1	1	4	3	3	12
117	2	2	2	4	3	4	17	1	2	4	1	4	12
118	4	3	4	4	3	4	22	3	2	4	2	4	15
119	1	1	2	4	3	2	13	1	1	2	2	4	10
120	3	3	3	4	3	3	19	1	2	4	3	4	14
121	2	4	2	4	4	3	19	1	2	4	2	2	10
122	4	4	3	4	4	4	23	1	4	4	4	4	17
123	4	3	4	4	4	4	23	3	3	4	4	4	18
124	4	2	3	4	3	2	18	2	1	4	1	4	12
125	2	2	2	4	2	4	16	1	1	3	2	4	11
126	2	2	2	2	3	4	15	2	1	3	2	4	12
127	3	3	4	4	4	4	22	2	2	4	1	4	13
128	3	4	2	2	1	1	13	2	4	1	3	2	12
129	3	4	2	4	4	4	21	3	3	4	1	3	14
130	4	4	2	3	3	4	20	3	4	4	2	4	17
131	4	4	4	4	4	4	24	1	2	4	2	2	11
132	4	4	4	4	4	4	24	4	2	4	4	4	18
133	4	4	4	4	4	4	24	2	2	4	1	4	13
134	3	2	4	4	3	4	20	3	3	4	2	4	16
135	4	3	2	4	4	4	21	1	1	4	1	4	11
136	2	4	2	4	4	4	20	2	2	4	4	4	16
137	3	1	2	4	4	4	18	2	3	4	4	4	17
138	4	2	4	4	4	4	22	2	2	4	2	4	14
139	4	2	2	4	4	4	20	2	2	4	1	2	11
140	4	2	2	4	4	4	20	2	2	4	1	2	11
141	4	4	4	4	4	4	24	2	2	4	4	4	16
142	4	4	4	4	4	4	24	2	3	4	4	4	17
143	4	3	2	4	3	4	20	2	2	4	4	4	16
144	2	2	3	4	3	3	17	3	2	2	2	4	12
145	4	2	2	4	4	4	20	2	2	4	1	4	13
146	4	4	4	4	4	4	24	2	2	4	1	4	13
147	4	3	4	4	4	4	23	4	3	4	2	4	17
148	4	4	3	4	4	4	23	1	1	4	1	4	11
149	4	4	4	4	4	4	24	2	2	3	4	2	13
150	3	3	2	4	4	3	19	2	2	4	2	4	14
151	3	3	2	4	4	4	20	2	2	4	3	4	15

No	Faktor-3							Faktor-4					
	13	14	15	16	17	18	JML	19	20	21	22	23	JML
152	2	1	3	4	4	3	17	1	2	3	3	4	13
153	4	2	2	4	3	3	18	1	2	4	1	4	12
154	4	4	4	4	4	4	24	3	3	4	3	4	17
155	4	2	2	3	4	4	19	4	2	4	2	4	16
156	4	2	2	4	4	4	20	3	2	4	4	4	17
157	3	3	2	4	4	3	19	2	2	3	2	4	13
158	4	4	4	4	4	4	24	3	1	4	3	4	15
159	4	4	3	4	4	4	23	2	2	3	4	4	15
160	3	2	3	4	3	4	19	2	2	4	2	3	13
161	2	2	3	4	4	3	18	1	2	4	1	4	12
162	2	2	2	4	3	3	16	1	2	4	2	3	12
163	4	4	4	4	3	4	23	4	2	4	4	4	18
164	3	4	2	4	4	4	21	2	4	4	3	4	17
165	2	2	2	4	4	3	17	1	2	4	2	4	13
166	3	4	4	4	4	4	23	2	2	4	2	4	14
167	4	4	3	4	4	4	23	3	2	4	3	4	16
168	2	2	3	4	4	3	18	1	1	3	2	2	9
169	4	4	2	4	4	4	22	4	2	4	2	4	16
170	4	3	4	4	4	2	21	2	2	2	1	4	11
171	4	2	2	4	4	4	20	2	2	4	2	3	13
172	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	20
173	4	4	4	4	4	4	24	2	2	4	4	4	16
174	3	3	3	4	4	4	21	2	2	4	2	4	14
175	4	3	3	4	4	4	22	3	2	4	4	4	17
176	4	2	4	4	4	4	22	2	2	4	4	4	16
177	4	4	4	4	3	3	22	3	4	4	3	4	18
178	4	4	4	4	3	4	23	4	2	4	4	4	18
179	4	2	4	4	4	4	22	4	2	4	4	4	18
180	4	3	3	4	4	4	22	2	2	4	2	3	13
181	4	2	3	4	4	4	21	2	4	4	4	4	18
182	4	4	4	4	4	4	24	3	1	4	3	4	15
183	4	4	4	4	4	4	24	2	2	3	1	4	12
184	4	4	4	4	4	4	24	2	2	4	1	4	13
185	2	4	2	4	4	4	20	2	2	4	2	4	14
186	4	3	4	4	4	4	23	2	2	4	2	4	14
187	3	4	2	4	3	3	19	2	2	3	3	4	14
188	4	3	3	4	4	3	21	3	2	4	3	3	15
189	4	2	3	4	4	4	21	2	1	4	2	4	13
190	2	4	3	4	4	4	21	2	1	4	2	4	13
191	4	2	3	4	4	4	21	2	1	4	2	4	13
192	4	4	4	4	4	4	24	2	2	4	2	4	14
193	2	4	4	4	4	4	22	2	2	4	3	4	15
194	3	3	2	4	4	4	20	1	1	4	4	2	12
195	2	2	3	4	3	4	18	1	1	3	2	3	10
196	4	2	2	4	3	4	19	1	2	4	2	4	13
197	4	3	2	4	3	3	19	1	3	2	3	2	11
198	4	2	4	4	4	4	22	2	4	4	2	4	16
199	4	3	2	4	3	3	19	1	2	4	2	4	13
200	4	4	3	4	3	3	21	1	2	4	3	4	14
201	4	2	2	4	4	4	20	1	2	4	2	4	13
202	4	2	3	4	4	3	20	1	2	3	1	4	11

No	Faktor-3							Faktor-4					
	13	14	15	16	17	18	JML	19	20	21	22	23	JML
203	4	2	2	3	3	3	17	2	1	3	2	3	11
204	2	2	2	4	4	4	18	1	1	4	2	4	12
205	2	2	2	4	4	3	17	1	3	4	2	4	14
206	4	3	2	4	3	4	20	2	2	4	3	4	15
207	4	4	3	4	4	3	22	2	1	4	2	4	13
208	4	2	4	4	3	4	21	3	3	4	3	4	17
209	4	2	2	4	3	4	19	2	2	3	1	4	12
210	4	4	4	4	4	4	24	4	2	4	2	4	16
211	3	3	3	4	4	4	21	3	2	2	3	3	13
212	2	4	2	4	3	4	19	1	1	4	3	4	13
213	3	2	3	4	3	4	19	4	4	3	2	4	17
214	4	4	4	4	3	4	23	1	3	4	3	4	15
215	1	1	2	2	3	4	13	1	1	3	2	4	11
216	4	4	3	4	3	4	22	1	2	4	1	4	12
217	4	2	4	4	3	3	20	2	3	4	3	4	16
218	4	3	3	4	4	4	22	1	1	4	2	4	12
219	2	2	3	4	2	2	15	2	4	4	2	4	16
220	3	2	2	3	2	3	15	2	1	4	1	4	12
221	4	4	4	4	4	4	24	2	1	4	3	4	14
222	3	2	4	4	4	4	21	1	1	4	1	4	11
223	4	2	4	4	4	4	22	2	2	2	2	4	12
224	4	4	4	4	4	4	24	2	2	4	3	4	15
225	4	4	2	4	3	4	21	1	2	4	1	4	12
226	4	2	3	4	4	4	21	2	3	4	2	4	15
227	3	2	2	4	4	3	18	1	1	3	3	4	12
228	4	4	4	4	4	4	24	1	2	4	3	4	14
229	4	4	3	4	4	4	23	1	1	4	1	4	11
230	4	2	2	4	4	4	20	4	2	4	2	4	16
231	4	4	2	4	4	4	22	2	2	4	4	4	16
232	4	3	3	4	2	4	20	4	4	4	3	4	19
233	4	2	3	4	4	4	21	4	2	4	4	4	18
234	4	3	3	4	4	4	22	3	3	4	4	4	18
235	3	4	3	4	4	4	22	2	1	4	3	4	14
236	4	4	3	4	4	4	23	4	2	4	3	4	17
237	4	4	3	4	4	3	22	3	2	4	1	4	14
238	3	2	2	4	4	4	19	2	2	4	2	4	14
239	4	2	2	4	3	4	19	2	4	4	1	4	15
240	3	2	4	4	3	4	20	2	3	4	2	4	15
241	4	4	4	4	3	4	23	4	2	4	3	2	15
242	4	4	4	4	4	4	24	2	4	4	1	4	15
243	2	2	3	4	4	4	19	1	1	2	1	1	6
244	4	3	2	4	4	4	21	2	2	3	3	4	14
245	2	2	2	4	4	2	16	1	2	4	2	2	11
246	4	4	3	4	3	3	21	1	2	4	1	4	12

### DATA PENELITIAN

No	Faktor-5						Faktor-6					JUMLAH TOTAL
	24	25	26	27	28	JML	29	30	31	32	JML	
1	4	4	2	3	4	17	4	4	4	4	16	111
2	4	4	3	3	4	18	4	4	4	4	16	111
3	4	3	2	2	4	15	4	4	4	4	16	109
4	3	2	3	2	4	14	2	4	4	4	14	89
5	4	2	2	2	4	14	2	4	4	4	14	103
6	4	4	2	2	4	16	2	4	4	4	14	97
7	3	3	2	2	4	14	4	4	4	4	16	108
8	2	3	3	4	4	16	4	4	4	4	16	107
9	4	2	3	2	4	15	4	4	4	4	16	105
10	4	2	3	2	4	15	4	4	4	4	16	98
11	4	2	3	2	4	15	2	4	4	4	14	97
12	4	3	3	3	4	17	4	4	4	4	16	104
13	2	1	3	2	4	12	4	4	4	4	16	94
14	2	1	3	2	4	12	4	4	4	4	16	94
15	3	3	3	4	4	17	4	4	4	4	16	97
16	2	2	3	2	3	12	4	4	4	4	16	89
17	4	2	3	4	4	17	4	4	2	4	14	112
18	2	3	4	2	4	15	4	4	4	4	16	88
19	4	4	3	4	4	19	4	4	4	4	16	113
20	4	3	4	4	4	19	4	4	4	4	16	117
21	3	2	3	1	4	13	4	4	4	4	16	86
22	3	2	2	2	4	13	4	4	4	4	16	103
23	3	2	2	2	4	13	4	4	4	4	16	97
24	3	2	3	2	4	14	4	4	4	4	16	93
25	2	4	3	2	4	15	4	4	4	4	16	88
26	3	2	3	2	4	14	4	4	2	4	14	93
27	3	2	3	1	4	13	2	4	4	4	14	88
28	2	2	3	2	4	13	4	4	2	4	14	86
29	2	2	2	2	4	12	4	4	4	4	16	80
30	4	2	3	2	4	15	4	4	3	1	12	82
31	4	2	3	2	4	15	4	4	3	1	12	88
32	2	2	3	3	4	14	4	4	4	4	16	108
33	2	3	3	4	4	16	4	4	4	4	16	107
34	3	2	4	4	4	17	4	4	4	4	16	109
35	3	2	4	1	4	14	4	4	4	4	16	103
36	3	3	3	2	4	15	4	4	3	4	15	99
37	2	2	2	1	3	10	3	2	3	4	12	83
38	3	3	3	1	4	14	4	3	4	4	15	96
39	3	3	3	1	4	14	4	3	4	4	15	95
40	2	2	3	2	3	12	2	4	2	4	12	79
41	2	2	4	1	4	13	4	4	4	4	16	99
42	2	2	3	1	4	12	1	3	4	4	12	87
43	2	2	3	2	4	13	4	4	4	4	16	103
44	2	3	3	2	4	14	3	4	4	1	12	90
45	2	2	2	2	4	12	3	4	3	4	14	86
46	2	2	3	2	4	13	4	4	4	4	16	101
47	3	4	3	1	4	15	4	4	4	4	16	103
48	4	3	4	1	4	16	4	4	4	4	16	103
49	3	3	3	2	4	15	2	3	2	3	10	84

No	Faktor-5						Faktor-6					JUMLAH TOTAL
	24	25	26	27	28	JML	29	30	31	32	JML	
50	3	2	3	2	4	14	2	4	2	4	12	88
51	2	2	3	2	4	13	4	4	2	3	13	92
52	2	3	3	2	4	14	2	2	2	4	10	81
53	2	2	2	1	4	11	2	3	2	4	11	79
54	2	2	2	1	4	11	3	1	2	4	10	91
55	4	2	3	1	4	14	4	4	4	4	16	98
56	3	3	3	1	4	14	4	4	4	4	16	96
57	3	3	2	1	4	13	4	4	4	4	16	103
58	2	2	3	2	3	12	4	4	3	4	15	85
59	2	2	2	1	4	11	4	4	4	4	16	95
60	3	3	4	2	4	16	4	4	3	4	15	102
61	1	2	2	2	3	10	4	4	3	4	15	91
62	3	2	3	2	4	14	4	4	3	4	15	92
63	2	2	3	4	4	15	4	4	4	4	16	83
64	3	3	3	2	4	15	2	2	4	4	12	99
65	3	3	3	2	4	15	2	2	4	4	12	99
66	3	4	3	2	4	16	4	4	4	4	16	105
67	4	3	3	2	4	16	4	4	4	4	16	94
68	4	3	3	1	3	14	4	4	3	4	15	98
69	2	3	3	4	4	16	4	4	3	4	15	97
70	1	2	3	2	4	12	4	4	4	4	16	103
71	2	3	2	1	3	11	4	4	4	4	16	93
72	2	3	2	1	3	11	4	4	4	4	16	96
73	4	3	3	2	4	16	4	4	4	4	16	104
74	4	3	3	3	4	17	4	4	4	4	16	109
75	4	1	3	4	4	16	4	4	4	4	16	104
76	4	2	3	1	4	14	4	4	4	4	16	105
77	3	3	3	3	4	16	4	4	3	4	15	103
78	2	3	2	1	4	12	1	3	3	3	10	86
79	2	3	2	1	4	12	1	3	3	3	10	88
80	2	3	3	3	4	15	4	4	3	4	15	99
81	2	4	3	4	4	17	4	4	3	4	15	96
82	3	4	3	2	4	16	4	4	4	4	16	105
83	3	4	3	3	4	17	4	4	4	4	16	101
84	2	3	4	4	4	17	4	4	4	1	13	106
85	3	2	3	3	4	15	4	4	4	4	16	107
86	4	4	4	3	3	18	4	4	4	4	16	108
87	2	2	2	2	4	12	1	4	3	4	12	76
88	2	2	3	2	1	10	2	4	3	4	13	92
89	2	2	2	1	4	11	4	4	4	4	16	92
90	3	2	3	2	4	14	4	4	4	4	16	104
91	4	4	3	2	4	17	4	4	4	4	16	105
92	4	2	2	2	4	14	1	1	1	4	7	91
93	2	2	3	2	4	13	2	4	1	4	11	87
94	3	3	3	4	4	17	4	4	4	4	16	108
95	4	4	3	3	4	18	4	4	4	4	16	110
96	2	2	1	3	4	12	4	4	4	4	16	93
97	4	2	4	2	4	16	1	4	4	4	13	98
98	4	4	3	2	4	17	4	4	4	4	16	112
99	3	2	3	2	4	14	4	4	4	4	16	105
100	3	2	2	3	4	14	2	4	4	4	14	86

No	Faktor-5						Faktor-6					JUMLAH TOTAL
	24	25	26	27	28	JML	29	30	31	32	JML	
101	3	3	2	1	4	13	2	3	1	1	7	75
102	4	3	2	2	4	15	4	4	2	4	14	89
103	4	4	2	2	4	16	4	4	4	4	16	100
104	4	2	1	2	4	13	4	4	4	4	16	103
105	2	3	3	2	4	14	4	4	4	4	16	107
106	2	3	3	2	4	14	4	4	4	4	16	98
107	3	3	4	4	4	18	4	4	4	4	16	104
108	2	2	3	4	4	15	4	4	4	4	16	102
109	2	3	3	2	4	14	4	4	4	4	16	92
110	3	4	3	2	4	16	4	4	4	4	16	105
111	2	2	3	2	4	13	4	4	4	4	16	98
112	4	4	2	4	4	18	1	4	4	4	13	108
113	4	2	3	2	4	15	1	4	4	4	13	105
114	3	2	3	2	4	14	4	4	4	4	16	101
115	4	2	3	2	4	15	4	4	4	4	16	104
116	4	4	1	2	4	15	4	4	4	4	16	92
117	4	2	3	1	4	14	4	4	4	4	16	92
118	4	4	3	3	4	18	1	4	4	4	13	103
119	1	2	3	1	4	11	2	4	4	4	14	77
120	3	2	2	2	4	13	4	4	4	4	16	10
121	4	2	4	1	4	15	4	4	4	4	16	88
122	2	4	3	1	4	14	4	4	4	4	16	106
123	4	3	2	3	4	16	4	4	4	4	16	110
124	1	2	3	1	4	11	2	4	2	4	12	79
125	2	2	1	1	4	10	4	4	4	4	16	82
126	2	3	3	1	4	13	4	4	4	4	16	89
127	4	4	3	4	4	19	4	4	4	4	16	106
128	2	3	3	1	4	13	4	4	4	4	16	84
129	4	2	3	1	4	14	4	4	4	4	16	105
130	4	3	3	3	4	17	4	4	4	4	16	103
131	4	2	1	2	4	13	4	4	4	4	16	100
132	4	3	4	2	4	17	4	4	4	4	16	117
133	2	2	3	2	4	13	4	4	4	4	16	103
134	3	2	3	1	4	13	4	4	4	4	16	102
135	2	1	3	4	4	14	4	4	4	4	16	90
136	2	3	2	2	4	13	4	4	4	4	16	99
137	3	4	1	2	4	14	4	4	4	4	16	106
138	4	3	2	4	4	17	1	4	4	4	13	102
139	4	2	3	2	4	15	4	4	4	4	16	97
140	4	2	3	2	4	15	4	4	4	4	16	97
141	4	4	4	2	4	18	4	4	4	4	16	112
142	4	4	4	2	4	18	4	4	4	4	16	116
143	3	2	3	2	4	14	2	4	1	4	11	99
144	1	2	3	1	4	11	2	4	1	4	11	81
145	2	2	1	2	4	11	4	4	4	4	16	97
146	2	3	3	4	4	16	4	4	4	4	16	104
147	3	2	2	2	4	13	4	4	2	4	14	100
148	4	4	3	2	4	17	4	4	4	4	16	103
149	3	3	4	2	4	16	4	4	4	4	16	108
150	3	2	3	2	4	14	3	4	4	1	12	93
151	2	3	3	1	4	13	1	1	3	2	7	91

No	Faktor-5						Faktor-6					JUMLAH TOTAL
	24	25	26	27	28	JML	29	30	31	32	JML	
152	2	2	2	2	4	12	4	4	3	4	15	87
153	2	2	2	2	4	12	3	4	4	4	15	91
154	3	4	3	4	4	18	4	4	4	4	16	118
155	2	2	2	2	4	12	4	4	2	4	14	96
156	3	2	3	3	4	15	4	4	4	4	16	108
157	4	3	3	2	4	16	4	4	4	4	16	100
158	4	4	3	2	4	17	4	4	2	4	14	108
159	3	3	3	2	4	15	4	4	4	4	16	104
160	2	2	3	2	3	12	4	4	4	4	16	95
161	2	3	3	2	4	14	4	4	2	4	14	89
162	2	2	2	2	4	12	4	4	4	4	16	89
163	4	2	1	1	4	12	4	4	4	4	16	107
164	4	2	3	2	4	15	4	4	4	4	16	110
165	3	3	4	2	3	15	4	4	4	4	16	97
166	3	4	3	1	4	15	4	4	4	4	16	105
167	4	4	3	2	4	17	4	4	4	4	16	114
168	2	2	3	2	3	12	4	4	4	4	16	88
169	3	2	3	1	4	13	4	4	4	4	16	103
170	4	2	3	3	4	16	4	4	4	4	16	99
171	2	3	3	2	4	14	4	4	4	4	16	98
172	4	4	3	2	4	17	4	4	4	4	16	98
173	3	4	3	2	4	16	4	4	4	4	16	118
174	2	4	3	2	4	15	4	4	4	4	16	110
175	4	2	3	2	4	15	4	4	4	4	16	102
176	3	3	3	2	4	15	4	4	4	4	16	109
177	3	2	3	2	4	14	4	4	4	4	16	106
178	4	1	1	1	4	11	4	4	4	4	16	108
179	4	2	3	2	4	15	4	4	4	4	16	106
180	4	3	3	2	4	16	4	4	4	4	16	110
181	4	4	3	1	4	16	4	4	4	4	16	106
182	4	4	3	2	4	17	4	4	4	4	16	110
183	4	2	2	3	4	15	4	4	2	4	14	108
184	4	4	3	2	4	17	4	4	4	4	16	103
185	4	2	3	2	4	15	4	4	4	4	16	105
186	4	4	3	2	4	17	4	4	4	4	16	101
187	3	3	3	2	4	15	4	4	4	4	16	108
188	4	2	3	2	4	15	4	4	4	4	16	95
189	2	2	2	2	4	12	4	4	4	4	16	104
190	2	2	2	2	4	12	4	4	4	4	16	101
191	2	2	2	2	4	12	4	4	4	4	16	99
192	4	4	3	2	4	17	4	4	4	4	16	110
193	4	2	3	2	4	15	4	4	4	4	16	101
194	4	2	3	4	4	17	4	4	4	4	16	96
195	3	2	4	4	4	17	4	4	4	4	16	88
196	2	4	3	2	4	15	4	4	4	4	16	98
197	3	3	3	2	4	15	4	4	4	4	16	91
198	4	3	3	2	4	16	4	4	4	4	16	103
199	2	2	2	2	4	12	4	4	4	4	16	97
200	2	2	2	2	4	12	4	4	4	4	16	99
201	4	3	3	2	4	16	4	4	4	4	16	104
202	3	3	3	2	4	15	4	4	4	4	16	93

No	Faktor-5						Faktor-6					JUMLAH
	24	25	26	27	28	JML	29	30	31	32	JML	TOTAL
203	3	3	3	1	4	14	4	4	4	4	16	90
204	4	4	4	2	4	18	4	4	4	4	16	101
205	4	3	3	2	4	16	4	4	4	4	16	99
206	2	3	3	2	4	14	4	4	4	4	16	102
207	3	2	3	2	4	14	4	4	4	4	16	101
208	3	3	3	2	4	15	4	4	4	4	16	105
209	2	2	3	4	4	15	4	4	4	4	16	98
210	2	3	3	2	4	14	4	4	4	4	16	107
211	2	3	1	2	4	12	4	4	4	4	16	97
212	3	3	3	2	4	15	1	4	2	4	11	91
213	3	2	3	2	3	13	1	4	2	4	11	92
214	4	3	4	2	4	17	1	4	2	4	11	106
215	3	2	2	2	4	13	4	4	3	4	15	82
216	2	3	3	2	4	14	1	1	1	4	7	88
217	4	3	3	2	4	16	1	4	1	4	10	98
218	3	2	3	2	4	14	4	4	4	4	16	97
219	2	3	2	4	3	14	1	4	1	4	10	93
220	3	2	4	2	3	14	1	4	1	4	10	85
221	3	4	3	2	4	16	1	4	1	4	10	104
222	3	2	3	4	4	16	4	4	4	4	16	100
223	1	4	3	3	4	18	4	4	4	4	16	106
224	3	4	3	2	4	16	1	4	1	4	10	103
225	2	3	3	2	4	14	1	1	1	4	7	85
226	4	3	3	2	4	16	4	4	4	4	16	105
227	3	3	4	2	4	16	1	4	1	4	10	87
228	3	4	4	1	4	16	1	4	1	4	10	101
229	3	3	3	1	4	14	1	4	1	4	10	92
230	2	2	4	2	4	14	4	4	2	4	14	104
231	3	4	3	1	4	15	4	4	4	4	16	108
232	4	3	2	4	4	17	1	1	4	4	10	104
233	4	4	2	3	4	17	4	4	4	4	16	111
234	4	3	2	2	4	15	4	4	4	4	16	109
235	4	2	2	2	4	14	2	4	4	4	14	103
236	3	3	2	2	4	14	4	4	4	4	16	108
237	4	2	3	2	4	15	4	4	4	4	16	105
238	4	2	3	2	4	15	2	4	4	4	14	97
239	2	1	3	2	4	12	4	4	4	4	16	94
240	3	3	3	4	4	17	4	4	4	4	16	97
241	4	2	3	4	4	17	4	4	2	4	14	112
242	4	4	3	4	4	19	4	4	4	4	16	113
243	3	2	3	1	4	13	4	4	4	4	16	86
244	3	2	2	2	4	13	4	4	4	4	16	97
245	2	4	3	2	4	15	4	4	4	4	16	88
246	3	2	3	1	4	13	2	4	4	4	14	88

### REKAPITULASI DATA DAN KATEGORI

No	Faktor-1		Faktor-2		Faktor-3		Faktor-4	
	Jml skor	Kategori	Jml skor	Kategori	Jml skor	Kategori	Jml skor	Kategori
1	18	Baik	21	Sangat Baik	21	Sangat Baik	18	Sangat Baik
2	17	Baik	20	Sangat Baik	22	Sangat Baik	18	Sangat Baik
3	18	Baik	20	Sangat Baik	22	Sangat Baik	18	Sangat Baik
4	16	Cukup	16	Cukup	14	Cukup	15	Baik
5	17	Baik	22	Sangat Baik	22	Sangat Baik	14	Baik
6	17	Baik	18	Baik	18	Baik	14	Baik
7	19	Baik	19	Baik	23	Sangat Baik	17	Sangat Baik
8	15	Cukup	22	Sangat Baik	23	Sangat Baik	15	Baik
9	15	Cukup	23	Sangat Baik	22	Sangat Baik	14	Baik
10	13	Kurang	18	Baik	23	Sangat Baik	13	Cukup
11	17	Baik	18	Baik	19	Baik	14	Baik
12	13	Kurang	20	Sangat Baik	23	Sangat Baik	15	Baik
13	16	Cukup	16	Cukup	19	Baik	15	Baik
14	16	Cukup	16	Cukup	19	Baik	15	Baik
15	13	Kurang	16	Cukup	20	Sangat Baik	15	Baik
16	15	Cukup	16	Cukup	17	Baik	13	Cukup
17	19	Baik	24	Sangat Baik	23	Sangat Baik	15	Baik
18	12	Kurang	15	Cukup	17	Baik	13	Cukup
19	17	Baik	22	Sangat Baik	24	Sangat Baik	15	Baik
20	20	Sangat Baik	24	Sangat Baik	23	Sangat Baik	15	Baik
21	14	Cukup	18	Baik	19	Baik	6	Sangat Kurang
22	15	Cukup	23	Sangat Baik	20	Sangat Baik	16	Baik
23	13	Kurang	20	Sangat Baik	21	Sangat Baik	14	Baik
24	14	Cukup	18	Baik	20	Sangat Baik	11	Kurang
25	14	Cukup	16	Cukup	16	Cukup	11	Kurang
26	12	Kurang	20	Sangat Baik	20	Sangat Baik	13	Cukup
27	13	Kurang	15	Cukup	21	Sangat Baik	12	Cukup
28	11	Kurang	21	Sangat Baik	15	Cukup	12	Cukup
29	13	Kurang	15	Cukup	12	Kurang	12	Cukup
30	11	Kurang	16	Cukup	16	Cukup	12	Cukup
31	16	Cukup	14	Cukup	18	Baik	13	Cukup
32	18	Baik	21	Sangat Baik	23	Sangat Baik	16	Baik
33	18	Baik	21	Sangat Baik	20	Sangat Baik	16	Baik
34	17	Baik	22	Sangat Baik	21	Sangat Baik	16	Baik
35	16	Cukup	22	Sangat Baik	21	Sangat Baik	14	Baik
36	15	Cukup	19	Baik	22	Sangat Baik	13	Cukup
37	15	Cukup	19	Baik	15	Cukup	12	Cukup
38	16	Cukup	18	Baik	20	Sangat Baik	13	Cukup
39	15	Cukup	18	Baik	20	Sangat Baik	13	Cukup
40	13	Kurang	15	Cukup	15	Cukup	12	Cukup
41	13	Kurang	24	Sangat Baik	21	Sangat Baik	12	Cukup
42	14	Cukup	19	Baik	21	Sangat Baik	9	Kurang
43	15	Cukup	21	Sangat Baik	20	Sangat Baik	18	Sangat Baik
44	20	Sangat Baik	19	Baik	13	Kurang	12	Cukup
45	16	Cukup	18	Baik	15	Cukup	11	Kurang
46	16	Cukup	22	Sangat Baik	20	Sangat Baik	14	Baik
47	16	Cukup	19	Baik	22	Sangat Baik	15	Baik
48	15	Cukup	18	Baik	24	Sangat Baik	14	Baik

No	Faktor-1		Faktor-2		Faktor-3		Faktor-4	
	Jml skor	Kategori	Jml skor	Kategori	Jml skor	Kategori	Jml skor	Kategori
49	15	Cukup	19	Baik	15	Cukup	10	Kurang
50	13	Kurang	15	Cukup	21	Sangat Baik	13	Cukup
51	12	Kurang	19	Baik	20	Sangat Baik	15	Baik
52	11	Kurang	16	Cukup	21	Sangat Baik	9	Kurang
53	12	Kurang	15	Cukup	17	Baik	13	Cukup
54	18	Baik	21	Sangat Baik	19	Baik	12	Cukup
55	15	Cukup	21	Sangat Baik	20	Sangat Baik	12	Cukup
56	15	Cukup	19	Baik	21	Sangat Baik	11	Kurang
57	15	Cukup	19	Baik	24	Sangat Baik	16	Baik
58	13	Kurang	16	Cukup	16	Cukup	13	Cukup
59	18	Baik	20	Sangat Baik	18	Baik	12	Cukup
60	14	Cukup	20	Sangat Baik	23	Sangat Baik	14	Baik
61	14	Cukup	21	Sangat Baik	19	Baik	12	Cukup
62	15	Cukup	18	Baik	19	Baik	11	Kurang
63	13	Kurang	12	Kurang	15	Cukup	12	Cukup
64	16	Cukup	20	Sangat Baik	20	Sangat Baik	16	Baik
65	16	Cukup	20	Sangat Baik	20	Sangat Baik	16	Baik
66	18	Baik	20	Sangat Baik	21	Sangat Baik	14	Baik
67	14	Cukup	17	Baik	19	Baik	12	Cukup
68	19	Baik	16	Cukup	18	Baik	16	Baik
69	19	Baik	17	Baik	17	Baik	11	Kurang
70	16	Cukup	18	Baik	24	Sangat Baik	17	Sangat Baik
71	14	Cukup	17	Baik	21	Sangat Baik	14	Baik
72	15	Cukup	19	Baik	20	Sangat Baik	15	Baik
73	15	Cukup	22	Sangat Baik	23	Sangat Baik	12	Cukup
74	14	Cukup	22	Sangat Baik	24	Sangat Baik	16	Baik
75	12	Kurang	19	Baik	23	Sangat Baik	18	Sangat Baik
76	18	Baik	18	Baik	24	Sangat Baik	15	Baik
77	15	Cukup	19	Baik	23	Sangat Baik	15	Baik
78	19	Baik	18	Baik	16	Cukup	11	Kurang
79	21	Sangat Baik	18	Baik	16	Cukup	11	Kurang
80	15	Cukup	19	Baik	23	Sangat Baik	12	Cukup
81	17	Baik	16	Cukup	21	Sangat Baik	10	Kurang
82	19	Baik	20	Sangat Baik	20	Sangat Baik	14	Baik
83	14	Cukup	19	Baik	22	Sangat Baik	13	Cukup
84	15	Cukup	23	Sangat Baik	23	Sangat Baik	17	Sangat Baik
85	15	Cukup	22	Sangat Baik	23	Sangat Baik	16	Baik
86	15	Cukup	21	Sangat Baik	24	Sangat Baik	14	Baik
87	12	Kurang	15	Cukup	15	Cukup	10	Kurang
88	14	Cukup	19	Baik	20	Sangat Baik	16	Baik
89	15	Cukup	19	Baik	18	Baik	13	Cukup
90	17	Baik	20	Sangat Baik	23	Sangat Baik	14	Baik
91	18	Baik	21	Sangat Baik	23	Sangat Baik	10	Kurang
92	17	Baik	21	Sangat Baik	19	Baik	13	Cukup
93	13	Kurang	17	Baik	18	Baik	15	Baik
94	17	Baik	21	Sangat Baik	22	Sangat Baik	15	Baik
95	18	Baik	20	Sangat Baik	20	Sangat Baik	18	Sangat Baik
96	16	Cukup	17	Baik	17	Baik	15	Baik
97	17	Baik	17	Baik	22	Sangat Baik	13	Cukup
98	17	Baik	23	Sangat Baik	22	Sangat Baik	17	Sangat Baik

No	Faktor-1		Faktor-2		Faktor-3		Faktor-4	
	Jml skor	Kategori	Jml skor	Kategori	Jml skor	Kategori	Jml skor	Kategori
99	16	Cukup	21	Sangat Baik	24	Sangat Baik	14	Baik
100	13	Kurang	16	Cukup	17	Baik	12	Cukup
101	14	Cukup	18	Baik	14	Cukup	9	Kurang
102	13	Kurang	17	Baik	20	Sangat Baik	10	Kurang
103	11	Kurang	20	Sangat Baik	22	Sangat Baik	15	Baik
104	15	Cukup	22	Sangat Baik	21	Sangat Baik	16	Baik
105	14	Cukup	22	Sangat Baik	24	Sangat Baik	17	Sangat Baik
106	14	Cukup	19	Baik	20	Sangat Baik	15	Baik
107	18	Baik	19	Baik	21	Sangat Baik	12	Cukup
108	17	Baik	21	Sangat Baik	18	Baik	15	Baik
109	15	Cukup	18	Baik	18	Baik	11	Kurang
110	18	Baik	20	Sangat Baik	21	Sangat Baik	14	Baik
111	13	Kurang	21	Sangat Baik	22	Sangat Baik	13	Cukup
112	16	Cukup	20	Sangat Baik	24	Sangat Baik	17	Sangat Baik
113	15	Cukup	24	Sangat Baik	22	Sangat Baik	16	Baik
114	18	Baik	19	Baik	20	Sangat Baik	14	Baik
115	12	Kurang	21	Sangat Baik	22	Sangat Baik	18	Sangat Baik
116	15	Cukup	17	Baik	17	Baik	12	Cukup
117	15	Cukup	18	Baik	17	Baik	12	Cukup
118	15	Cukup	20	Sangat Baik	22	Sangat Baik	15	Baik
119	13	Kurang	16	Cukup	13	Kurang	10	Kurang
120	19	Baik	20	Sangat Baik	19	Baik	14	Baik
121	13	Kurang	15	Cukup	19	Baik	10	Kurang
122	14	Cukup	22	Sangat Baik	23	Sangat Baik	17	Sangat Baik
123	18	Baik	19	Baik	23	Sangat Baik	18	Sangat Baik
124	9	Sangat Kurang	17	Baik	18	Baik	12	Cukup
125	15	Cukup	14	Cukup	16	Cukup	11	Kurang
126	16	Cukup	17	Baik	15	Cukup	12	Cukup
127	15	Cukup	21	Sangat Baik	22	Sangat Baik	13	Cukup
128	14	Cukup	16	Cukup	13	Kurang	12	Cukup
129	18	Baik	22	Sangat Baik	21	Sangat Baik	14	Baik
130	14	Cukup	19	Baik	20	Sangat Baik	17	Sangat Baik
131	14	Cukup	22	Sangat Baik	24	Sangat Baik	11	Kurang
132	19	Baik	23	Sangat Baik	24	Sangat Baik	18	Sangat Baik
133	15	Cukup	22	Sangat Baik	24	Sangat Baik	13	Cukup
134	16	Cukup	21	Sangat Baik	20	Sangat Baik	16	Baik
135	11	Kurang	17	Baik	21	Sangat Baik	11	Kurang
136	16	Cukup	18	Baik	20	Sangat Baik	16	Baik
137	18	Baik	23	Sangat Baik	18	Baik	17	Sangat Baik
138	14	Cukup	22	Sangat Baik	22	Sangat Baik	14	Baik
139	15	Cukup	20	Sangat Baik	20	Sangat Baik	11	Kurang
140	13	Kurang	22	Sangat Baik	20	Sangat Baik	11	Kurang
141	16	Baik	22	Sangat Baik	24	Sangat Baik	16	Baik
142	19	Baik	22	Sangat Baik	24	Sangat Baik	17	Sangat Baik
143	18	Baik	20	Sangat Baik	20	Sangat Baik	16	Baik
144	14	Cukup	16	Cukup	17	Baik	12	Cukup
145	15	Cukup	22	Sangat Baik	20	Sangat Baik	13	Cukup
146	14	Cukup	21	Sangat Baik	24	Sangat Baik	13	Cukup
147	15	Cukup	18	Baik	23	Sangat Baik	17	Sangat Baik
148	14	Cukup	22	Sangat Baik	23	Sangat Baik	11	Kurang

No	Faktor-1		Faktor-2		Faktor-3		Faktor-4	
	Jml skor	Kategori	Jml skor	Kategori	Jml skor	Kategori	Jml skor	Kategori
149	15	Cukup	24	Sangat Baik	24	Sangat Baik	13	Cukup
150	14	Cukup	20	Sangat Baik	19	Baik	14	Baik
151	16	Cukup	20	Sangat Baik	20	Sangat Baik	15	Baik
152	14	Cukup	16	Cukup	17	Baik	13	Cukup
153	15	Cukup	19	Baik	18	Baik	12	Cukup
154	20	Sangat Baik	23	Sangat Baik	24	Sangat Baik	17	Sangat Baik
155	16	Cukup	19	Baik	19	Baik	16	Baik
156	20	Sangat Baik	20	Sangat Baik	20	Sangat Baik	17	Sangat Baik
157	16	Cukup	20	Sangat Baik	19	Baik	13	Cukup
158	16	Cukup	22	Sangat Baik	24	Sangat Baik	15	Baik
159	16	Cukup	19	Baik	23	Sangat Baik	15	Baik
160	15	Cukup	20	Sangat Baik	19	Baik	13	Cukup
161	14	Cukup	17	Baik	18	Baik	12	Cukup
162	16	Cukup	17	Baik	16	Cukup	12	Cukup
163	16	Cukup	22	Sangat Baik	23	Sangat Baik	18	Sangat Baik
164	18	Baik	23	Sangat Baik	21	Sangat Baik	17	Sangat Baik
165	15	Cukup	21	Sangat Baik	17	Baik	13	Cukup
166	17	Baik	20	Sangat Baik	23	Sangat Baik	14	Baik
167	19	Baik	23	Sangat Baik	23	Sangat Baik	16	Baik
168	15	Cukup	18	Baik	18	Baik	9	Kurang
169	14	Cukup	22	Sangat Baik	22	Sangat Baik	16	Baik
170	16	Cukup	19	Baik	21	Sangat Baik	11	Kurang
171	16	Cukup	19	Baik	20	Sangat Baik	13	Cukup
172	19	Baik	22	Sangat Baik	24	Sangat Baik	20	Sangat Baik
173	19	Baik	19	Baik	24	Sangat Baik	16	Baik
174	16	Cukup	20	Sangat Baik	21	Sangat Baik	14	Baik
175	19	Baik	20	Sangat Baik	22	Sangat Baik	17	Sangat Baik
176	18	Baik	19	Baik	22	Sangat Baik	16	Baik
177	17	Baik	21	Sangat Baik	22	Sangat Baik	18	Sangat Baik
178	16	Cukup	22	Sangat Baik	23	Sangat Baik	18	Sangat Baik
179	17	Baik	22	Sangat Baik	22	Sangat Baik	18	Sangat Baik
180	17	Baik	22	Sangat Baik	22	Sangat Baik	13	Cukup
181	18	Baik	21	Sangat Baik	21	Sangat Baik	18	Sangat Baik
182	16	Cukup	22	Sangat Baik	24	Sangat Baik	15	Baik
183	17	Baik	19	Baik	24	Sangat Baik	12	Cukup
184	13	Kurang	22	Sangat Baik	24	Sangat Baik	13	Cukup
185	14	Cukup	22	Sangat Baik	20	Sangat Baik	14	Baik
186	16	Cukup	22	Sangat Baik	23	Sangat Baik	14	Baik
187	16	Cukup	15	Cukup	19	Baik	14	Baik
188	16	Cukup	21	Sangat Baik	21	Sangat Baik	15	Baik
189	17	Baik	22	Sangat Baik	21	Sangat Baik	13	Cukup
190	18	Baik	21	Sangat Baik	21	Sangat Baik	13	Cukup
191	15	Cukup	22	Sangat Baik	21	Sangat Baik	13	Cukup
192	17	Baik	22	Sangat Baik	24	Sangat Baik	14	Baik
193	12	Kurang	21	Sangat Baik	22	Sangat Baik	15	Baik
194	13	Kurang	18	Baik	20	Sangat Baik	12	Cukup
195	14	Cukup	13	Kurang	18	Baik	10	Kurang
196	14	Cukup	21	Sangat Baik	19	Baik	13	Cukup
197	14	Cukup	16	Cukup	19	Baik	11	Kurang
198	15	Cukup	18	Baik	22	Sangat Baik	16	Baik

No	Faktor-1		Faktor-2		Faktor-3		Faktor-4	
	Jml skor	Kategori	Jml skor	Kategori	Jml skor	Kategori	Jml skor	Kategori
199	17	Baik	20	Sangat Baik	19	Baik	13	Cukup
200	16	Cukup	20	Sangat Baik	21	Sangat Baik	14	Baik
201	19	Baik	20	Sangat Baik	20	Sangat Baik	13	Cukup
202	13	Kurang	18	Baik	20	Sangat Baik	11	Kurang
203	15	Cukup	17	Baik	17	Baik	11	Kurang
204	17	Baik	20	Sangat Baik	18	Baik	12	Cukup
205	16	Cukup	20	Sangat Baik	17	Baik	14	Baik
206	16	Cukup	21	Sangat Baik	20	Sangat Baik	15	Baik
207	15	Cukup	21	Sangat Baik	22	Sangat Baik	13	Cukup
208	15	Cukup	21	Sangat Baik	21	Sangat Baik	17	Sangat Baik
209	14	Cukup	22	Sangat Baik	19	Baik	12	Cukup
210	14	Cukup	23	Sangat Baik	24	Sangat Baik	16	Baik
211	16	Cukup	19	Baik	21	Sangat Baik	13	Cukup
212	14	Cukup	19	Baik	19	Baik	13	Cukup
213	15	Cukup	17	Baik	19	Baik	17	Sangat Baik
214	18	Baik	22	Sangat Baik	23	Sangat Baik	15	Baik
215	16	Cukup	14	Cukup	13	Kurang	11	Kurang
216	14	Cukup	19	Baik	22	Sangat Baik	12	Cukup
217	16	Cukup	20	Sangat Baik	20	Sangat Baik	16	Baik
218	15	Cukup	18	Baik	22	Sangat Baik	12	Cukup
219	17	Baik	21	Sangat Baik	15	Cukup	16	Baik
220	15	Cukup	19	Baik	15	Cukup	12	Cukup
221	18	Baik	22	Sangat Baik	24	Sangat Baik	14	Baik
222	17	Baik	19	Baik	21	Sangat Baik	11	Kurang
223	17	Baik	21	Sangat Baik	22	Sangat Baik	12	Cukup
224	17	Baik	21	Sangat Baik	24	Sangat Baik	15	Baik
225	13	Kurang	18	Baik	21	Sangat Baik	12	Cukup
226	15	Cukup	22	Sangat Baik	21	Sangat Baik	15	Baik
227	13	Kurang	18	Baik	18	Baik	12	Cukup
228	15	Cukup	22	Sangat Baik	24	Sangat Baik	14	Baik
229	14	Cukup	20	Sangat Baik	23	Sangat Baik	11	Kurang
230	16	Cukup	24	Sangat Baik	20	Sangat Baik	16	Baik
231	17	Baik	22	Sangat Baik	22	Sangat Baik	16	Baik
232	18	Baik	20	Sangat Baik	20	Sangat Baik	19	Sangat Baik
233	18	Baik	21	Sangat Baik	21	Sangat Baik	18	Sangat Baik
234	18	Baik	20	Sangat Baik	22	Sangat Baik	18	Sangat Baik
235	17	Baik	22	Sangat Baik	22	Sangat Baik	14	Baik
236	19	Baik	19	Baik	23	Sangat Baik	17	Sangat Baik
237	15	Cukup	23	Sangat Baik	22	Sangat Baik	14	Baik
238	17	Baik	18	Baik	19	Baik	14	Baik
239	16	Cukup	16	Cukup	19	Baik	15	Baik
240	13	Kurang	16	Cukup	20	Sangat Baik	15	Baik
241	19	Baik	24	Sangat Baik	23	Sangat Baik	15	Baik
242	17	Baik	22	Sangat Baik	24	Sangat Baik	15	Baik
243	14	Cukup	18	Baik	19	Baik	6	Sangat Kurang
244	13	Kurang	20	Sangat Baik	21	Sangat Baik	14	Baik
245	14	Cukup	16	Cukup	16	Cukup	11	Kurang
246	13	Kurang	15	Cukup	21	Sangat Baik	12	Cukup

### REKAPITULASI DATA DAN KATEGORI

No	Faktor-5		Faktor-6		TOTAL	
	Jml skor	Kategori	Jml skor	Kategori	Jml skor	Kategori
1	17	Sangat Baik	16	Sangat Baik	111	Sangat Baik
2	18	Sangat Baik	16	Sangat Baik	111	Sangat Baik
3	15	Baik	16	Sangat Baik	109	Sangat Baik
4	14	Baik	14	Sangat Baik	89	Baik
5	14	Baik	14	Sangat Baik	103	Baik
6	16	Baik	14	Sangat Baik	97	Baik
7	14	Baik	16	Sangat Baik	108	Sangat Baik
8	16	Baik	16	Sangat Baik	107	Sangat Baik
9	15	Baik	16	Sangat Baik	105	Sangat Baik
10	15	Baik	16	Sangat Baik	98	Baik
11	15	Baik	14	Sangat Baik	97	Baik
12	17	Sangat Baik	16	Sangat Baik	104	Baik
13	12	Cukup	16	Sangat Baik	94	Baik
14	12	Cukup	16	Sangat Baik	94	Baik
15	17	Sangat Baik	16	Sangat Baik	97	Baik
16	12	Cukup	16	Sangat Baik	89	Baik
17	17	Sangat Baik	14	Sangat Baik	112	Sangat Baik
18	15	Baik	16	Sangat Baik	88	Cukup
19	19	Sangat Baik	16	Sangat Baik	113	Sangat Baik
20	19	Sangat Baik	16	Sangat Baik	117	Sangat Baik
21	13	Cukup	16	Sangat Baik	86	Cukup
22	13	Cukup	16	Sangat Baik	103	Baik
23	13	Cukup	16	Sangat Baik	97	Baik
24	14	Baik	16	Sangat Baik	93	Baik
25	15	Baik	16	Sangat Baik	88	Cukup
26	14	Baik	14	Sangat Baik	93	Baik
27	13	Cukup	14	Sangat Baik	88	Cukup
28	13	Cukup	14	Sangat Baik	86	Cukup
29	12	Cukup	16	Sangat Baik	80	Cukup
30	15	Baik	12	Baik	82	Cukup
31	15	Baik	12	Baik	88	Cukup
32	14	Baik	16	Sangat Baik	108	Sangat Baik
33	16	Baik	16	Sangat Baik	107	Sangat Baik
34	17	Sangat Baik	16	Sangat Baik	109	Sangat Baik
35	14	Baik	16	Sangat Baik	103	Baik
36	15	Baik	15	Sangat Baik	99	Baik
37	10	Kurang	12	Baik	83	Cukup
38	14	Baik	15	Sangat Baik	96	Baik
39	14	Baik	15	Sangat Baik	95	Baik
40	12	Cukup	12	Baik	79	Cukup
41	13	Cukup	16	Sangat Baik	99	Baik
42	12	Cukup	12	Baik	87	Cukup
43	13	Cukup	16	Sangat Baik	103	Baik
44	14	Baik	12	Baik	90	Baik
45	12	Cukup	14	Sangat Baik	86	Cukup
46	13	Cukup	16	Sangat Baik	101	Baik
47	15	Baik	16	Sangat Baik	103	Baik
48	16	Baik	16	Sangat Baik	103	Baik

No	Faktor-5		Faktor-6		TOTAL	
	Jml skor	Kategori	Jml skor	Kategori	Jml skor	Kategori
49	15	Baik	10	Cukup	84	Cukup
50	14	Baik	12	Baik	88	Cukup
51	13	Cukup	13	Baik	92	Baik
52	14	Baik	10	Cukup	81	Cukup
53	11	Kurang	11	Cukup	79	Cukup
54	11	Kurang	10	Cukup	91	Baik
55	14	Baik	16	Sangat Baik	98	Baik
56	14	Baik	16	Sangat Baik	96	Baik
57	13	Cukup	16	Sangat Baik	103	Baik
58	12	Cukup	15	Sangat Baik	85	Cukup
59	11	Kurang	16	Sangat Baik	95	Baik
60	16	Baik	15	Sangat Baik	102	Baik
61	10	Kurang	15	Sangat Baik	91	Baik
62	14	Baik	15	Sangat Baik	92	Baik
63	15	Baik	16	Sangat Baik	83	Cukup
64	15	Baik	12	Baik	99	Baik
65	15	Baik	12	Baik	99	Baik
66	16	Baik	16	Sangat Baik	105	Sangat Baik
67	16	Baik	16	Sangat Baik	94	Baik
68	14	Baik	15	Sangat Baik	98	Baik
69	16	Baik	15	Sangat Baik	97	Baik
70	12	Cukup	16	Sangat Baik	103	Baik
71	11	Kurang	16	Sangat Baik	93	Baik
72	11	Kurang	16	Sangat Baik	96	Baik
73	16	Baik	16	Sangat Baik	104	Baik
74	17	Sangat Baik	16	Sangat Baik	109	Sangat Baik
75	16	Baik	16	Sangat Baik	104	Baik
76	14	Baik	16	Sangat Baik	105	Sangat Baik
77	16	Baik	15	Sangat Baik	103	Baik
78	12	Cukup	10	Cukup	86	Cukup
79	12	Cukup	10	Cukup	88	Cukup
80	15	Baik	15	Sangat Baik	99	Baik
81	17	Sangat Baik	15	Sangat Baik	96	Baik
82	16	Baik	16	Sangat Baik	105	Sangat Baik
83	17	Sangat Baik	16	Sangat Baik	101	Baik
84	17	Sangat Baik	13	Baik	108	Sangat Baik
85	15	Baik	16	Sangat Baik	107	Sangat Baik
86	18	Sangat Baik	16	Sangat Baik	108	Sangat Baik
87	12	Cukup	12	Baik	76	Cukup
88	10	Kurang	13	Baik	92	Baik
89	11	Kurang	16	Sangat Baik	92	Baik
90	14	Baik	16	Sangat Baik	104	Baik
91	17	Sangat Baik	16	Sangat Baik	105	Sangat Baik
92	14	Baik	7	Sangat Kurang	91	Baik
93	13	Cukup	11	Cukup	87	Cukup
94	17	Sangat Baik	16	Sangat Baik	108	Sangat Baik
95	18	Sangat Baik	16	Sangat Baik	110	Sangat Baik
96	12	Cukup	16	Sangat Baik	93	Baik
97	16	Baik	13	Baik	98	Baik
98	17	Sangat Baik	16	Sangat Baik	112	Sangat Baik

No	Faktor-5		Faktor-6		TOTAL	
	Jml skor	Kategori	Jml skor	Kategori	Jml skor	Kategori
99	14	Baik	16	Sangat Baik	105	Sangat Baik
100	14	Baik	14	Sangat Baik	86	Cukup
101	13	Cukup	7	Sangat Kurang	75	Cukup
102	15	Baik	14	Sangat Baik	89	Baik
103	16	Baik	16	Sangat Baik	100	Baik
104	13	Cukup	16	Sangat Baik	103	Baik
105	14	Baik	16	Sangat Baik	107	Sangat Baik
106	14	Baik	16	Sangat Baik	98	Baik
107	18	Sangat Baik	16	Sangat Baik	104	Baik
108	15	Baik	16	Sangat Baik	102	Baik
109	14	Baik	16	Sangat Baik	92	Baik
110	16	Baik	16	Sangat Baik	105	Sangat Baik
111	13	Cukup	16	Sangat Baik	98	Baik
112	18	Sangat Baik	13	Baik	108	Sangat Baik
113	15	Baik	13	Baik	105	Sangat Baik
114	14	Baik	16	Sangat Baik	101	Baik
115	15	Baik	16	Sangat Baik	104	Baik
116	15	Baik	16	Sangat Baik	92	Baik
117	14	Baik	16	Sangat Baik	92	Baik
118	18	Sangat Baik	13	Baik	103	Baik
119	11	Kurang	14	Sangat Baik	77	Cukup
120	13	Cukup	16	Sangat Baik	101	Baik
121	15	Baik	16	Sangat Baik	88	Cukup
122	14	Baik	16	Sangat Baik	106	Sangat Baik
123	16	Baik	16	Sangat Baik	110	Sangat Baik
124	11	Kurang	12	Baik	79	Cukup
125	10	Kurang	16	Sangat Baik	82	Cukup
126	13	Cukup	16	Sangat Baik	89	Baik
127	19	Sangat Baik	16	Sangat Baik	106	Sangat Baik
128	13	Cukup	16	Sangat Baik	84	Cukup
129	14	Baik	16	Sangat Baik	105	Sangat Baik
130	17	Sangat Baik	16	Sangat Baik	103	Baik
131	13	Cukup	16	Sangat Baik	100	Baik
132	17	Sangat Baik	16	Sangat Baik	117	Sangat Baik
133	13	Cukup	16	Sangat Baik	103	Baik
134	13	Cukup	16	Sangat Baik	102	Baik
135	14	Baik	16	Sangat Baik	90	Baik
136	13	Cukup	16	Sangat Baik	99	Baik
137	14	Baik	16	Sangat Baik	106	Sangat Baik
138	17	Sangat Baik	13	Baik	102	Baik
139	15	Baik	16	Sangat Baik	97	Baik
140	15	Baik	16	Sangat Baik	97	Baik
141	18	Sangat Baik	16	Sangat Baik	112	Sangat Baik
142	18	Sangat Baik	16	Sangat Baik	116	Sangat Baik
143	14	Baik	11	Cukup	99	Baik
144	11	Kurang	11	Cukup	81	Cukup
145	11	Kurang	16	Sangat Baik	97	Baik
146	16	Baik	16	Sangat Baik	104	Baik
147	13	Cukup	14	Sangat Baik	100	Baik
148	17	Sangat Baik	16	Sangat Baik	103	Baik

No	Faktor-5		Faktor-6		TOTAL	
	Jml skor	Kategori	Jml skor	Kategori	Jml skor	Kategori
149	16	Baik	16	Sangat Baik	108	Sangat Baik
150	14	Baik	12	Baik	93	Baik
151	13	Cukup	7	Sangat Kurang	91	Baik
152	12	Cukup	15	Sangat Baik	87	Cukup
153	12	Cukup	15	Sangat Baik	91	Baik
154	18	Sangat Baik	16	Sangat Baik	118	Sangat Baik
155	12	Cukup	14	Sangat Baik	96	Baik
156	15	Baik	16	Sangat Baik	108	Sangat Baik
157	16	Baik	16	Sangat Baik	100	Baik
158	17	Sangat Baik	14	Sangat Baik	108	Sangat Baik
159	15	Baik	16	Sangat Baik	104	Baik
160	12	Cukup	16	Sangat Baik	95	Baik
161	14	Baik	14	Sangat Baik	89	Baik
162	12	Cukup	16	Sangat Baik	89	Baik
163	12	Cukup	16	Sangat Baik	107	Sangat Baik
164	15	Baik	16	Sangat Baik	110	Sangat Baik
165	15	Baik	16	Sangat Baik	97	Baik
166	15	Baik	16	Sangat Baik	105	Sangat Baik
167	17	Sangat Baik	16	Sangat Baik	114	Sangat Baik
168	12	Cukup	16	Sangat Baik	88	Cukup
169	13	Cukup	16	Sangat Baik	103	Baik
170	16	Baik	16	Sangat Baik	99	Baik
171	14	Baik	16	Sangat Baik	98	Baik
172	17	Sangat Baik	16	Sangat Baik	118	Sangat Baik
173	16	Baik	16	Sangat Baik	110	Sangat Baik
174	15	Baik	16	Sangat Baik	102	Baik
175	15	Baik	16	Sangat Baik	109	Sangat Baik
176	15	Baik	16	Sangat Baik	106	Sangat Baik
177	14	Baik	16	Sangat Baik	108	Sangat Baik
178	11	Kurang	16	Sangat Baik	106	Sangat Baik
179	15	Baik	16	Sangat Baik	110	Sangat Baik
180	16	Baik	16	Sangat Baik	106	Sangat Baik
181	16	Baik	16	Sangat Baik	110	Sangat Baik
182	17	Sangat Baik	14	Sangat Baik	108	Sangat Baik
183	15	Baik	16	Sangat Baik	103	Baik
184	17	Sangat Baik	16	Sangat Baik	105	Sangat Baik
185	15	Baik	16	Sangat Baik	101	Baik
186	17	Sangat Baik	16	Sangat Baik	108	Sangat Baik
187	15	Baik	16	Sangat Baik	95	Baik
188	15	Baik	16	Sangat Baik	104	Baik
189	12	Cukup	16	Sangat Baik	101	Baik
190	12	Cukup	16	Sangat Baik	101	Baik
191	12	Cukup	16	Sangat Baik	99	Baik
192	17	Sangat Baik	16	Sangat Baik	110	Sangat Baik
193	15	Baik	16	Sangat Baik	101	Baik
194	17	Sangat Baik	16	Sangat Baik	96	Baik
195	17	Sangat Baik	16	Sangat Baik	88	Cukup
196	15	Baik	16	Sangat Baik	98	Baik
197	15	Baik	16	Sangat Baik	91	Baik
198	16	Baik	16	Sangat Baik	103	Baik

No	Faktor-5		Faktor-6		TOTAL	
	Jml skor	Kategori	Jml skor	Kategori	Jml skor	Kategori
199	12	Cukup	16	Sangat Baik	97	Baik
200	12	Cukup	16	Sangat Baik	99	Baik
201	16	Baik	16	Sangat Baik	104	Baik
202	15	Baik	16	Sangat Baik	93	Baik
203	14	Baik	16	Sangat Baik	90	Baik
204	18	Sangat Baik	16	Sangat Baik	101	Baik
205	16	Baik	16	Sangat Baik	99	Baik
206	14	Baik	16	Sangat Baik	102	Baik
207	14	Baik	16	Sangat Baik	101	Baik
208	15	Baik	16	Sangat Baik	105	Sangat Baik
209	15	Baik	16	Sangat Baik	98	Baik
210	14	Baik	16	Sangat Baik	107	Sangat Baik
211	12	Cukup	16	Sangat Baik	97	Baik
212	15	Baik	11	Cukup	91	Baik
213	13	Cukup	11	Cukup	92	Baik
214	17	Sangat Baik	11	Cukup	106	Sangat Baik
215	13	Cukup	15	Sangat Baik	82	Cukup
216	14	Baik	7	Sangat Kurang	88	Cukup
217	16	Baik	10	Cukup	98	Baik
218	14	Baik	16	Sangat Baik	97	Baik
219	14	Baik	10	Cukup	93	Baik
220	14	Baik	10	Cukup	85	Cukup
221	16	Baik	10	Cukup	104	Baik
222	16	Baik	16	Sangat Baik	100	Baik
223	18	Sangat Baik	16	Sangat Baik	106	Sangat Baik
224	16	Baik	10	Cukup	103	Baik
225	14	Baik	7	Sangat Kurang	85	Cukup
226	16	Baik	16	Sangat Baik	105	Sangat Baik
227	16	Baik	10	Cukup	87	Cukup
228	16	Baik	10	Cukup	101	Baik
229	14	Baik	10	Cukup	92	Baik
230	14	Baik	14	Sangat Baik	104	Baik
231	15	Baik	16	Sangat Baik	108	Sangat Baik
232	17	Sangat Baik	10	Cukup	104	Baik
233	17	Sangat Baik	16	Sangat Baik	111	Sangat Baik
234	15	Baik	16	Sangat Baik	109	Sangat Baik
235	14	Baik	14	Sangat Baik	103	Baik
236	14	Baik	16	Sangat Baik	108	Sangat Baik
237	15	Baik	16	Sangat Baik	105	Sangat Baik
238	15	Baik	14	Sangat Baik	97	Baik
239	12	Cukup	16	Sangat Baik	94	Baik
240	17	Sangat Baik	16	Sangat Baik	97	Baik
241	17	Sangat Baik	14	Sangat Baik	112	Sangat Baik
242	19	Sangat Baik	16	Sangat Baik	113	Sangat Baik
243	13	Cukup	16	Sangat Baik	86	Cukup
244	13	Cukup	16	Sangat Baik	97	Baik
245	15	Baik	16	Sangat Baik	88	Cukup
246	13	Cukup	14	Sangat Baik	88	Cukup

## ANALISIS HASIL PENELITIAN DENGAN SPSS

### Frequencies

	N		Statistics					
	Valid	Missing	Mean	Median	Mode	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Perilaku hidup bersih dan sehat	246	0	98,63	99,50	103,00	8,89234	75	118
Perilaku terhadap makanan dan minuman	246	0	15,53	15,00	15,00	2,06747	9	21
Perilaku terhadap kebersihan tubuh dan pakaian	246	0	19,51	20,00	22,00	2,41717	12	24
Perilaku terhadap kebersihan lingkungan	246	0	20,35	21,00	20,00	2,70618	12	24
Perilaku terhadap sakit dan penyakit	246	0	13,88	14,00	12,00	2,36845	6	20
Perilaku hidup yang teratur dan terukur	246	0	14,56	15,00	15,00	1,96988	10	19
Kebiasaan yang merusak kesehatan	246	0	14,80	16,00	16,00	2,11625	7	16

## Frequency Table

Perilaku hidup bersih dan sehat

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	75,00	1	,4	,4	,4
	76,00	1	,4	,4	,8
	77,00	1	,4	,4	1,2
	79,00	3	1,2	1,2	2,4
	80,00	1	,4	,4	2,8
	81,00	2	,8	,8	3,7
	82,00	3	1,2	1,2	4,9
	83,00	2	,8	,8	5,7
	84,00	2	,8	,8	6,5
	85,00	3	1,2	1,2	7,7
	86,00	6	2,4	2,4	10,2
	87,00	4	1,6	1,6	11,8
	88,00	12	4,9	4,9	16,7
	89,00	6	2,4	2,4	19,1
	90,00	3	1,2	1,2	20,3
	91,00	7	2,8	2,8	23,2
	92,00	9	3,7	3,7	26,8
	93,00	7	2,8	2,8	29,7
	94,00	4	1,6	1,6	31,3
	95,00	4	1,6	1,6	32,9
	96,00	6	2,4	2,4	35,4
	97,00	15	6,1	6,1	41,5
	98,00	10	4,1	4,1	45,5
	99,00	11	4,5	4,5	50,0
	100,00	5	2,0	2,0	52,0
	101,00	11	4,5	4,5	56,5
	102,00	6	2,4	2,4	58,9
	103,00	19	7,7	7,7	66,7
	104,00	13	5,3	5,3	72,0
	105,00	14	5,7	5,7	77,6
	106,00	8	3,3	3,3	80,9
	107,00	6	2,4	2,4	83,3
	108,00	14	5,7	5,7	89,0
	109,00	5	2,0	2,0	91,1
	110,00	7	2,8	2,8	93,9
	111,00	3	1,2	1,2	95,1
	112,00	4	1,6	1,6	96,7
	113,00	2	,8	,8	97,6
	114,00	1	,4	,4	98,0
	116,00	1	,4	,4	98,4
	117,00	2	,8	,8	99,2
	118,00	2	,8	,8	100,0
	Total	246	100,0	100,0	

**Perilaku terhadap makanan dan minuman**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	9,00	1	,4	,4	,4
	11,00	5	2,0	2,0	2,4
	12,00	8	3,3	3,3	5,7
	13,00	26	10,6	10,6	16,3
	14,00	37	15,0	15,0	31,3
	15,00	50	20,3	20,3	51,6
	16,00	42	17,1	17,1	68,7
	17,00	30	12,2	12,2	80,9
	18,00	26	10,6	10,6	91,5
	19,00	16	6,5	6,5	98,0
	20,00	4	1,6	1,6	99,6
	21,00	1	,4	,4	100,0
	Total	246	100,0	100,0	

**Perilaku terhadap kebersihan tubuh dan pakaian**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	12,00	1	,4	,4	,4
	13,00	1	,4	,4	,8
	14,00	3	1,2	1,2	2,0
	15,00	10	4,1	4,1	6,1
	16,00	20	8,1	8,1	14,2
	17,00	15	6,1	6,1	20,3
	18,00	28	11,4	11,4	31,7
	19,00	36	14,6	14,6	46,3
	20,00	38	15,4	15,4	61,8
	21,00	33	13,4	13,4	75,2
	22,00	43	17,5	17,5	92,7
	23,00	11	4,5	4,5	97,2
	24,00	7	2,8	2,8	100,0
	Total	246	100,0	100,0	

**Perilaku terhadap kebersihan lingkungan**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	12,00	1	,4	,4	,4
	13,00	4	1,6	1,6	2,0
	14,00	2	,8	,8	2,8
	15,00	10	4,1	4,1	6,9
	16,00	8	3,3	3,3	10,2
	17,00	12	4,9	4,9	15,0
	18,00	16	6,5	6,5	21,5
	19,00	26	10,6	10,6	32,1
	20,00	39	15,9	15,9	48,0
	21,00	35	14,2	14,2	62,2
	22,00	33	13,4	13,4	75,6
	23,00	30	12,2	12,2	87,8
	24,00	30	12,2	12,2	100,0
	Total	246	100,0	100,0	

**Perilaku terhadap sakit dan penyakit**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	6,00	2	,8	,8	,8
	9,00	4	1,6	1,6	2,4
	10,00	8	3,3	3,3	5,7
	11,00	23	9,3	9,3	15,0
	12,00	38	15,4	15,4	30,5
	13,00	37	15,0	15,0	45,5
	14,00	35	14,2	14,2	59,8
	15,00	35	14,2	14,2	74,0
	16,00	28	11,4	11,4	85,4
	17,00	18	7,3	7,3	92,7
	18,00	16	6,5	6,5	99,2
	19,00	1	,4	,4	99,6
	20,00	1	,4	,4	100,0
	Total	246	100,0	100,0	

**Perilaku hidup yang teratur dan terukur**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	10,00	4	1,6	1,6	1,6
	11,00	11	4,5	4,5	6,1
	12,00	27	11,0	11,0	17,1
	13,00	29	11,8	11,8	28,9
	14,00	48	19,5	19,5	48,4
	15,00	49	19,9	19,9	68,3
	16,00	33	13,4	13,4	81,7
	17,00	30	12,2	12,2	93,9
	18,00	11	4,5	4,5	98,4
	19,00	4	1,6	1,6	100,0
	Total	246	100,0	100,0	

**Kebiasaan yang merusak kesehatan**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	7,00	5	2,0	2,0	2,0
	10,00	14	5,7	5,7	7,7
	11,00	7	2,8	2,8	10,6
	12,00	12	4,9	4,9	15,4
	13,00	8	3,3	3,3	18,7
	14,00	22	8,9	8,9	27,6
	15,00	15	6,1	6,1	33,7
	16,00	163	66,3	66,3	100,0
	Total	246	100,0	100,0	

## Frequency Table

**Perilaku hidup bersih dan sehat**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Cukup	41	16,7	16,7	16,7
	Baik	136	55,3	55,3	72,0
	Sangat Baik	69	28,0	28,0	100,0
	Total	246	100,0	100,0	

**Perilaku terhadap makanan dan minuman**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Kurang	1	,4	,4	,4
	Kurang	39	15,9	15,9	16,3
	Cukup	128	52,0	52,0	68,3
	Baik	73	29,7	29,7	98,0
	Sangat Baik	5	2,0	2,0	100,0
	Total	246	100,0	100,0	

**Perilaku terhadap kebersihan tubuh dan pakaian**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang	2	,8	,8	,8
	Cukup	33	13,4	13,4	14,2
	Baik	79	32,1	32,1	46,3
	Sangat Baik	132	53,7	53,7	100,0
	Total	246	100,0	100,0	

**Perilaku terhadap kebersihan lingkungan**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang	5	2,0	2,0	2,0
	Cukup	20	8,1	8,1	10,2
	Baik	54	22,0	22,0	32,1
	Sangat Baik	167	67,9	67,9	100,0
	Total	246	100,0	100,0	

**Perilaku terhadap sakit dan penyakit**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Kurang	2	,8	,8	,8
	Kurang	35	14,2	14,2	15,0
	Cukup	75	30,5	30,5	45,5
	Baik	98	39,8	39,8	85,4
	Sangat Baik	36	14,6	14,6	100,0
	Total	246	100,0	100,0	

**Perilaku hidup yang teratur dan terukur**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang	15	6,1	6,1	6,1
	Cukup	56	22,8	22,8	28,9
	Baik	130	52,8	52,8	81,7
	Sangat Baik	45	18,3	18,3	100,0
	Total	246	100,0	100,0	

**Kebiasaan yang merusak kesehatan**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Kecil	200	81,3	81,3	81,3
	Kecil	20	8,1	8,1	89,4
	Sedang	21	8,5	8,5	98,0
	Sangat Besar	5	2,0	2,0	100,0
	Total	246	100,0	100,0	

**Lampiran 15. Dokumentasi Pengisian Angket**





