

**TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG PERILAKU HIDUP BERSIH
DAN SEHAT (PHBS) PESERTA DIDIK KELAS V DI SD
AISYIYAH PRAMBANAN KLATEN**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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



Oleh:
Marita Sri Handayani
NIM 18604221070

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR
JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2022**

**TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG PERILAKU HIDUP BERSIH
DAN SEHAT (PHBS) PESERTA DIDIK KELAS V DI SD
AISYIYAH PRAMBANAN KLATEN**

Oleh:

Marita Sri Handayani
NIM 18604221070

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat pengetahuan peserta didik kelas V di SD Aisyiyah Prambanan Klaten tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS).

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten yang berjumlah 18 peserta didik. Instrumen penelitian berupa tes tertulis dengan pilihan ganda. Teknik analisis data penelitian menggunakan analisis deskriptif dan disajikan dalam bentuk persentase.

Tingkat pengetahuan peserta didik tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dapat dikategorikan menjadi 5 kategori, yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang, dan sangat kurang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 61% atau 11 peserta didik masuk kategori sangat baik; dan 39% atau 7 peserta didik masuk kategori baik.

Kata kunci: pengetahuan, perilaku hidup bersih dan sehat, peserta didik SD.

**LEVEL OF KNOWLEDGE ON THE CLEAN AND HEALTHY LIFESTYLE
OF THE FIFTH GRADE STUDENTS OF SD
AISYIYAH PRAMBANAN KLATEN**

Marita Sri Handayani
NIM 18604221070

ABSTRACT

This research aims to determine how high the level of knowledge of the fifth grade students of SD Aisyiyah Prambanan Klaten (Aisyiyah Prambanan Klaten Elementary School) regarding clean and healthy lifestyle.

This research was a descriptive quantitative study with a survey method. The research subjects were all fifth grade students of SD Aisyiyah Prambanan Klaten, totaling 18 students. The research instrument was a written test with multiple choices. The research data analysis technique used the descriptive analysis presented in the form of percentages.

The level of knowledge of the students on the clean and healthy lifestyle can be categorized into 5 categories: very good, good, moderate, poor, and very poor. The results show that as many as 61% or 11 students are in the very good category; and 39% or 7 students are in good category.

Keywords: *knowledge, clean and healthy lifestyle, elementary school students.*

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

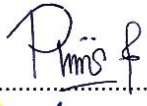


**TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG PERILAKU HIDUP BERSIH
DAN SEHAT (PHBS) PESERTA DIDIK KELAS V DI SD
AISYIYAH PRAMBANAN KLATEN**

Disusun oleh:

Marita Sri Handayani
NIM 18604221070

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi
Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
Pada tanggal 2 Juni 2022

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Riky Dwihandaka, M.Or Ketua Penguji/Pembimbing		14/6 2022
Aris Fajar Pambudi, S.Pd., M.Or Sekretaris		14.6-2022
Heri Yogo Prayadi, S.Pd.Jas., M.Or Penguji		13/06/2022

Yogyakarta, Juni 2022
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,



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

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Marita Sri Handayani

NIM : 18604221070

Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar

Judul TAS : Tingkat Pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Peserta Didik Kelas V di SD Aisyiyah Prambanan Klaten

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

Yogyakarta, 26 April 2022

Yang menyatakan,



Marita Sri Handayani

NIM 18604221070

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PESERTA DIDIK KELAS V DI SD ASYIYAH PRAMBANAN KLATEN

Disusun oleh:

Marita Sri Handayani
NIM 18604221070

Telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakannya Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, 26 April 2022

Mengetahui,
Koordinator Program Studi



Dr. Hari Yulianto, M.Kes
NIP. 19670701 199412 1 001

Disetujui,
Dosen Pembimbing



Riky Dwihandaka, M.Or
NIP. 19821129 201504 1 001

MOTTO

1. Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan (Q.S Al-Insyirah).
2. Ketika ada keyakinan semua akan jadi mungkin, maka segera laksanakan karena keraguan akan datang ketika keyakinan tidak sesegera mungkin dilaksanakan (Marita).

PERSEMBAHAN

Karya ini saya persembahkan untuk:

1. Kedua orang tuaku tercinta, Ibu Sumiati dan Bapak Sugiman yang selalu mendoakanku, memberi dukungan, motivasi, nasehat, kasih sayang, dan segalanya yang tak pernah berhenti sampai saat ini.
2. Adikku tersayang, Rohmat Nugroho yang selalu memberikan semangat luar biasa kepadaku dimanapun dan kapanpun.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya. Penulis dapat menyusun tugas akhir skripsi untuk memenuhi sebagian dari persyaratan untuk mendapat gelar Sarjana Pendidikan dengan judul **“Tingkat Pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Peserta Didik Kelas V di SD Aisyiyah Prambanan Klaten”** dapat disusun sesuai harapan. Tugas Akhir Skripsi dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Riky Dwihandaka, M.Or, selaku Dosen Pembimbing TAS yang telah banyak membimbing, memberi arahan, memotivasi, dan memberikan semangat dalam menyusun Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Bapak Riky Dwihandaka, M.Or, Bapak Aris Fajar Pambudi, S.Pd., M.Or, dan Bapak Heri Yogo Prayadi, S.Pd.Jas., M.Or, selaku Ketua Penguji, Sekretaris, dan Penguji yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap TAS ini.
3. Dr. Hari Yulianto, M.Kes, selaku Ketua Jurusan PJSD beserta Koordinator Prodi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar FIK UNY beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan tugas akhir skripsi.
4. Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
5. Ibu Nur Arifah Ahsanti, S.Pd.I, selaku Kepala SD Aiyiyah Prambanan Klaten yang telah memberi izin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Para guru dan staf SD Aiyiyah Prambanan Klaten yang telah memberi bantuan dalam memperlancar pengambilan data selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.

7. Keluarga, sahabat, dan teman-teman yang selalu memberi motivasi dan dukungan selama menyusun tugas akhir skripsi ini.
8. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat saya sebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan tugas akhir skripsi.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah diberikan oleh semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapat balasan dari Allah SWT dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkan.

Yogyakarta, 26 April 2022

Penulis,

Marita Sri Handayani
NIM 18604221070

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMBUNG.....	i
ABSTRAK.....	ii
<i>ABSTRACT</i>	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN.....	v
LEMBAR PERSETUJUAN.....	vi
MOTTO.....	vii
PERSEMBAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Batasan Masalah.....	8
D. Rumusan Masalah.....	8
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian.....	9
 BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori.....	10
1. Pengertian Pengetahuan.....	10
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan.....	11
3. Tingkat Pengetahuan.....	13
4. Pengukuran Pengetahuan.....	15
5. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).....	16
6. Karakteristik Anak Usia Sekolah Dasar.....	29

7. Pembelajaran PJOK SD Berdasarkan Kurikulum 2013	32
8. Profil SD Aisyiyah Prambanan	35
B. Kajian Penelitian yang Relevan	36
C. Kerangka Berpikir.....	37
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	39
B. Populasi dan Sampel Penelitian	39
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	40
D. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	41
E. Teknik Analisis Data.....	46
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	49
B. Pembahasan Hasil Penelitian	65
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	75
B. Implikasi.....	75
C. Keterbatasan Penelitian.....	76
D. Saran.....	76
DAFTAR PUSTAKA	77
LAMPIRAN.....	80

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kisi-kisi Instrumen PHBS SD Aisyiyah Prambanan Klaten	42
Tabel 2. Norma Penilaian.....	48
Tabel 3. Pengetahuan tentang PHBS Peserta Didik.....	50
Tabel 4. Pengetahuan tentang Mencuci Tangan Peserta Didik.....	52
Tabel 5. Pengetahuan tentang Kebersihan Kuku Peserta Didik.....	54
Tabel 6. Pengetahuan tentang Kebersihan Pakaian Peserta Didik.....	56
Tabel 7. Pengetahuan tentang Kebersihan Gigi dan Mulut Peserta Didik	58
Tabel 8. Pengetahuan tentang Kebersihan Rambut Peserta Didik	60
Tabel 9. Pengetahuan tentang Membuang Sampah pada Tempatnya.....	62
Tabel 10. Pengetahuan tentang Olahraga Peserta Didik	64

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Diagram Batang Pengetahuan tentang PHBS Peserta didik.....	51
Gambar 2. Diagram Batang Pengetahuan tentang Mencuci Tangan	53
Gambar 3. Diagram Batang Pengetahuan tentang Kebersihan Kuku	55
Gambar 4. Diagram Batang Pengetahuan tentang Kebersihan Pakaian	57
Gambar 5. Diagram Batang Pengetahuan tentang Kebersihan Gigi dan Mulut	59
Gambar 6. Diagram Batang Pengetahuan tentang Kebersihan Rambut	61
Gambar 7. Diagram Batang Pengetahuan tentang Membuang Sampah	63
Gambar 8. Diagram Batang Pengetahuan tentang Olahraga.....	65

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Kartu Bimbingan TAS.....	81
Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian	82
Lampiran 3. Hasil Uji Validitas	84
Lampiran 4. Hasil Uji Reliabilitas	85
Lampiran 5. Instrumen Penelitian	86
Lampiran 6. Kunci Jawaban.....	96
Lampiran 7. Tabulasi Pengkategorian	97
Lampiran 8. Grafik Pengetahuan PHBS	99
Lampiran 9. Deskriptif Statistik.....	100
Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian.....	101

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kesehatan merupakan kondisi dimana seseorang dijauhkan atau terbebas dari penyakit. Kesehatan menjadi sesuatu yang mahal jika dibandingkan dengan hal-hal lainnya. Mencegah sakit adalah lebih mudah daripada mengobatinya, salah satu cara untuk mencegah sakit yaitu dengan bergaya hidup sehat. Gaya hidup sehat adalah segala upaya untuk menerapkan kebiasaan yang baik dalam menciptakan hidup yang sehat dan menghindarkan kebiasaan buruk yang dapat mengganggu kesehatan.

Tidak jarang istilah PHBS terdengar di masyarakat. Jika dilihat dari kepanjangannya yakni Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) di bidang kesehatan masyarakat (Kemenkes RI, 2011). PHBS merupakan program khusus dari pemerintah Indonesia yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat Indonesia secara keseluruhan. Dengan adanya program PHBS ini, diharapkan setiap individu menjadi sadar akan pentingnya menjaga kesehatan dan mampu menjalankan perilaku bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari. Terlebih terkait pandemi Corona yang sudah menyebar di dunia, termasuk di Indonesia.

Saat ini masyarakat harus mempunyai kepedulian terhadap kesehatan yang ada di dalam maupun yang ada di luar dirinya (lingkungannya sekitar). Masyarakat diharapkan mampu berperan sebagai pelaku pembangunan kesehatan dalam menjaga, memelihara, dan meningkatkan derajat kesehatannya sendiri serta berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat. Usaha Kesehatan Sekolah diselenggarakan untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat peserta didik dalam lingkungan hidup sehat sehingga dapat belajar, tumbuh, dan berkembang secara harmonis sehingga diharapkan menjadi sumber daya manusia yang berkualitas. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat adalah keadaan individu dalam rumah tangga (keluarga) masyarakat Indonesia telah melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam rangka, mencegah timbulnya penyakit, menanggulangi penyakit dan masalah-masalah kesehatan lain, meningkatkan derajat kesehatan, memanfaatkan pelayanan kesehatan, mengembangkan, dan menyelenggarakan upaya kesehatan bersumber masyarakat (Mujiono & Sukartini, 2017: 2).

PHBS di sekolah merupakan kegiatan memberdayakan peserta didik, guru dan masyarakat lingkungan sekolah untuk bersedia menerapkan pola hidup sehat untuk menciptakan sekolah yang sehat. Manfaat PHBS di sekolah mampu menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat, meningkatkan proses belajar mengajar dan para peserta didik, guru hingga masyarakat lingkungan sekolah menjadi sehat (Kemenkes RI, 2016). Kesadaran akan perilaku hidup bersih dan sehat harus ditanamkan sedini

mungkin, sehingga peserta didik akan terbiasa akan hal itu dan lama-lama akan melekat pada dirinya.

Tujuan utama dari gerakan PHBS adalah meningkatkan kualitas kesehatan melalui proses penyadaran yang menjadi awal dari kontribusi individu dalam menjalani perilaku kehidupan sehari-hari yang bersih dan sehat. Manfaat PHBS yang paling utama adalah terciptanya masyarakat yang sadar kesehatan dan memiliki bekal pengetahuan dan kesadaran untuk menjalani perilaku hidup yang menjaga kebersihan dan memenuhi standar kesehatan (Sya'diyah dkk, 2021: 185-197). Sekolah merupakan wadah di mana peserta didik diberikan suatu pelajaran yang dapat membentuk karakter, pola pikir dan juga sifat menuju ke arah yang lebih baik. Banyak ilmu dan juga pengalaman yang bisa didapatkan di sana. Sekolah juga merupakan kegiatan formal yang dilaksanakan di luar lingkungan rumah.

Melihat itu semua, sekolah dijadikan tempat yang cocok untuk memberikan suatu edukasi terhadap segala hal terutama tentang PHBS itu sendiri, karena sekolah merupakan sebuah lembaga pendidikan yang di mana diajarkan tentang segala hal baik itu sebuah materi ataupun bimbingan yang membentuk karakter yang baik. Di tingkat sekolah dasar, PHBS ini sangat penting. Melihat usia peserta didik di tingkat sekolah dasar yang masih muda dan masih dalam perkembangan, edukasi PHBS ini harus mulai diterapkan sejak dini. Karena ketika sudah diterapkan sejak dini mungkin, ini akan menjadi kebiasaan dan menjadi gaya hidup peserta didik dan pada akhirnya melahirkan anak Indonesia yang sehat. Ketika anak Indonesia sehat dan kuat, maka

negara Indonesia akan semakin maju. Anak sekolah adalah modal utama dalam pembangunan untuk masa depan.

Banyak faktor yang mempengaruhi PHBS di sekolah, salah satunya yaitu edukasi kepada peserta didik yang menjelaskan tentang bagaimana PHBS itu sendiri sehingga dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Edukasi sangat penting diberikan kepada peserta didik, karena dapat memberikan pemahaman dan juga pengetahuan tentang PHBS. Sehingga pengetahuan tentang PHBS sudah dikuasai dan kata PHBS ini tidak asing lagi bagi peserta didik.

Edukasi pentingnya penerapan PHBS di Sekolah Dasar, harus dimulai dari guru terlebih dahulu di mana dapat mencerminkan individu yang bersih dan juga sehat. Karena guru memiliki peran yang penting sebagai contoh utama dalam dunia pendidikan. Selain dari guru, lingkungan sekolah juga harus menunjukkan tempat yang bersih dan nyaman yang dapat membuat peserta didik terbiasa berada di lingkungan yang bersih dan sehat. Sehingga peserta didik senang dan betah berada di lingkungan tersebut. Artinya selain memberikan edukasi kepada peserta didik, guru harus memberikan contoh yang baik yang bisa peserta didik tiru.

Penyampaian dalam edukasi PHBS sebaiknya dengan sikap yang lemah lembut karena sasarannya adalah peserta didik yang perlu akan kasih sayang. Jika dengan menggunakan kata-kata yang nadanya tinggi dikhawatirkan anak akan takut dan tidak mau untuk belajar lagi. Sampaikan dengan penuh kasih sayang dan sabar kepada peserta didik. Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat dilakukan secara perlahan

saja, tahap demi tahap. Karena PHBS bisa diterapkan itu melalui sebuah proses, di mana melalui tahap demi tahap untuk bisa diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Peserta didik usia sekolah dasar tidak bisa untuk dikekang harus selalu menuruti perintah guru, maka dari itu sepandai-pandai mungkin pihak guru dan sekolah dapat mengambil perhatian peserta didik sehingga bersedia untuk diedukasi.

Sebuah pengetahuan peserta didik di tingkat sekolah dasar terhadap PHBS itu tidak cukup jika tidak ada sebuah aplikasi dalam kehidupan sehari-hari. Namun, sebuah pengetahuan terhadap PHBS merupakan modal dasar yang dapat menunjang ke arah penerapan PHBS itu sendiri. Artinya pengetahuan dan penerapan itu saling berkaitan satu sama lain. Sebuah ilmu tidak ada artinya jika tidak ada pengalaman. Tujuan dari edukasi pentingnya penerapan PHBS adalah bagaimana peserta didik, guru dan staf sekolah dapat menerapkannya dalam segala aktivitasnya dan diharapkan menjadi sebuah kebiasaan yang melekat pada individu masing-masing. Selain pengetahuan dan pemahaman yang dimiliki peserta didik terhadap PHBS, penerapan dalam kehidupan peserta didik itu sangat penting sekali sehingga dapat meningkatkan peserta didik yang bersih dan sehat di Indonesia.

Dalam intensifikasi penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, peranan pendidikan jasmani yang sangat penting yakni memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar untuk membina sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat. Kurikulum adalah instrumen pendidikan untuk

dapat membawa insan Indonesia memiliki kompetensi sikap, pengetahuan, dan keterampilan sehingga dapat menjadi pribadi dan warga negara yang produktif, kreatif, inovatif, dan kreatif (Pambudi, 49-54).

Pelaksanaan pembelajaran di SD Aisyiyah Prambanan Klaten yaitu menggunakan kurikulum 2013. Pada kurikulum 2013 terdapat pembelajaran tentang lingkungan sekolah yang bersih dan sehat yang harus diajarkan serta diimplementasikan pada kehidupan sehari-hari. Saat mata pelajaran PJOK, guru memberikan materi tentang kesehatan dan kebersihan seperti mengetahui bagian-bagian tubuh sendiri, fungsi dan bagaimana menjaga kebersihannya terutama tangan, kuku, rambut, gigi dan mulut, serta kebersihan pakaian.

Pendidikan kesehatan dilaksanakan salah satunya melalui kegiatan kurikuler, pelaksanaan pendidikan kesehatan kurikuler adalah pelaksanaan pendidikan kesehatan sesuai dengan kurikulum satuan pendidikan khususnya pada standarisasi yang telah diatur dalam Permendiknas nomor 22 tahun 2006 yang menyatakan bahwa kelompok mata pelajaran jasmani, olahraga, dan kesehatan pada SD dimaksudkan untuk meningkatkan potensi fisik serta menanamkan sportivitas dan kesadaran hidup sehat. Materi pembelajaran di SD disajikan ke dalam tema-tema belajar. Melalui tema akan memudahkan peserta didik membangun konsep tentang benda atau peristiwa yang ada di lingkungan sekitar. Tema-tema yang disajikan dimulai dari hal-hal yang ada di lingkungan yang telah dikenal oleh peserta didik, contohnya tema: adaptasi kebiasaan baru, makanan sehat, udara bersih, dan sebagainya.

Peneliti mengambil tempat penelitian di SD Aisyiyah Prambanan Klaten karena aksesnya dapat dicapai dengan cepat dan mudah, sehingga penelitian bisa dilakukan dengan lancar. Selain itu, peneliti juga beberapa kali pernah melakukan observasi di SD Aisyiyah Prambanan Klaten sehingga dapat mengetahui situasi sekaligus melakukan pengamatan yang berkaitan dengan perilaku hidup bersih dan sehat peserta didik di sana. Hal ini yang menjadi alasan mengapa peneliti mengambil lokasi penelitian di SD Aisyiyah Prambanan Klaten.

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan terlihat sebagian besar peserta didik di SD Aisyiyah Prambanan Klaten yang masih membuang sampah sembarangan sedangkan tong sampah telah disediakan. Selain itu peserta didik juga tidak mencuci tangan dengan benar dan hanya asal-asalan saja. Peserta didik melakukannya hanya sekadarnya dan tidak benar-benar serius untuk menghilangkan bakteri yang mungkin menempel. Serta cara berpakaian peserta didik ada yang masih kurang rapi karena lecek dan bahkan ada yang pakaian/seragam sekolahnya tidak dimasukkan ke dalam celana atau roknya. Sehubungan dengan latar belakang yang telah dipaparkan, peneliti merasa tertarik untuk mengetahui bagaimana “Tingkat Pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Peserta Didik Kelas V di SD Aisyiyah Prambanan Klaten”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat didefinisikan beberapa permasalahan sebagai berikut:

1. Masih ada peserta didik SD Aisyiyah Prambanan Klaten yang belum mengetahui apa yang dimaksud dengan perilaku hidup bersih dan sehat.
2. Masih ada peserta didik SD Aisyiyah Prambanan Klaten yang membuang sampah tidak pada tempatnya.
3. Masih ada peserta didik SD Aisyiyah Prambanan Klaten yang belum mengetahui cara mencuci tangan yang benar.
4. Masih ada peserta didik SD Aisyiyah Prambanan Klaten yang kurang rapi dalam cara berpakaian.

C. Batasan Masalah

Penelitian ini akan lebih difokuskan pada tingkat pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) peserta didik kelas V di SD Aisyiyah Prambanan Klaten.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dikemukakan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Seberapa Tinggi Tingkat Pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Peserta Didik Kelas V di SD Aisyiyah Prambanan Klaten?.

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa tinggi pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) peserta didik kelas V di SD Aisyiyah Prambanan Klaten.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan nilai tambah dalam meningkatkan pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) peserta didik kelas V di SD Aisyiyah Prambanan Klaten.

2. Secara Praktis

Manfaat penelitian ini secara praktis dijabarkan sebagai berikut:

a. Bagi Peserta Didik

- 1) Penelitian ini dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat serta menambah keterampilan peserta didik dalam menjaga kesehatan lingkungan sekolah.
- 2) Sebagai bahan belajar dan masukkan untuk menumbuhkan kesadaran akan pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

b. Bagi Guru

Hasil penelitian ini dapat memberikan pengalaman langsung bagi guru-guru untuk dapat meningkatkan kesehatan lingkungan sekolah, karena dengan lingkungan sekolah yang bersih dan sehat dapat menimbulkan rasa nyaman dalam proses belajar-mengajar sehingga meningkatkan semangat mengajar bagi guru.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan atau *knowledge* adalah hasil penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap suatu objek melalui panca indra yang dimilikinya. Panca indra manusia guna penginderaan terhadap objek yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan perabaan. Pada waktu penginderaan untuk menghasilkan pengetahuan tersebut dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Pengetahuan seseorang sebagian besar diperoleh melalui indra pendengaran dan indra penglihatan (Notoatmodjo, 2014: 140). Pengetahuan adalah suatu istilah yang dipergunakan untuk menuturkan apabila seseorang mengenal tentang sesuatu. Suatu hal yang menjadi pengetahuannya adalah selalu terdiri atas unsur yang mengetahui dan yang diketahui serta kesadaran mengenai hal yang ingin diketahui. Oleh karena itu pengetahuan selalu menuntut adanya subjek yang mempunyai kesadaran untuk mengetahui tentang sesuatu dan objek yang merupakan sesuatu yang dihadapi. Jadi bisa dikatakan pengetahuan adalah hasil tahu manusia terhadap sesuatu, atau segala perbuatan manusia untuk memahami suatu objek tertentu (Surajiyo dalam Rachmawati, 2019: 16).

Pengetahuan adalah merupakan hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan ini terjadi

melalui panca indra manusia. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting bagi terbentuknya tindakan seseorang. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Nursalam dalam Rachmawati, 2019: 16). Sedangkan menurut Budiman & Riyanto (2013: 4), pengetahuan adalah sebagai pembentukan yang terus menerus oleh seseorang yang setiap saat mengalami reorganisasi karena adanya pemahaman-pemahaman baru.

Dari beberapa pengertian pengetahuan di atas dapat disimpulkan bahwa pengetahuan merupakan segala sesuatu yang diketahui yang diperoleh dari persentuhan panca indera terhadap objek tertentu. Pengetahuan pada dasarnya merupakan hasil dari proses melihat, mendengar, merasakan, dan berpikir yang menjadi dasar manusia dan bersikap dan bertindak.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan (Budiman & Riyanto, 2013: 4-7) meliputi:

a. Pendidikan

Pendidikan adalah proses perubahan sikap dan perilaku seseorang atau kelompok dan merupakan usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan.

b. Informasi/Media

Informasi adalah suatu teknik untuk mengumpulkan, menyiapkan, menyimpan, memanipulasi, mengumumkan, menganalisis dan menyebarkan informasi dengan tujuan tertentu. Informasi mempengaruhi pengetahuan seseorang jika sering mendapatkan informasi tentang suatu pembelajaran maka akan menambah pengetahuan dan wawasannya, sedangkan seseorang yang tidak sering menerima informasi tidak akan menambah pengetahuan dan wawasannya.

c. Sosial, Budaya dan Ekonomi

Tradisi atau budaya seseorang yang dilakukan tanpa penalaran apakah yang dilakukan baik atau sangat kurang akan menambah pengetahuannya walaupun tidak melakukan. Status ekonomi juga akan menentukan tersedianya fasilitas yang dibutuhkan untuk kegiatan tertentu sehingga status ekonomi akan mempengaruhi pengetahuan seseorang. Seseorang yang mempunyai sosial budaya yang baik maka pengetahuannya akan baik tapi jika sosial budayanya kurang baik maka pengetahuannya akan kurang baik. Status ekonomi seseorang mempengaruhi tingkat pengetahuan karena seseorang yang memiliki status ekonomi di bawah rata-rata maka seseorang tersebut akan sulit untuk memenuhi fasilitas yang diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan.

d. Lingkungan

Lingkungan mempengaruhi proses masuknya pengetahuan ke dalam individu karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak yang akan direspon sebagai

pengetahuan oleh individu. Lingkungan yang baik akan pengetahuan yang didapatkan akan baik tapi jika lingkungan kurang baik maka pengetahuan yang didapat juga akan kurang baik.

e. Pengalaman

Pengalaman dapat diperoleh dari pengalaman orang lain maupun diri sendiri sehingga pengalaman yang sudah diperoleh dapat meningkatkan pengetahuan seseorang. Pengalaman seseorang tentang suatu permasalahan akan membuat orang tersebut mengetahui bagaimana cara menyelesaikan permasalahan dari pengalaman sebelumnya yang telah dialami sehingga pengalaman yang didapat bisa dijadikan sebagai pengetahuan apabila mendapatkan masalah yang sama.

f. Usia

Semakin bertambahnya usia maka akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan yang diperoleh juga akan semakin membaik dan bertambah.

g. Pekerjaan

Lingkungan pekerjaan dapat menjadikan seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun tidak langsung.

3. Tingkat Pengetahuan

Tingkat pengetahuan di dalam domain kognitif mempunyai enam tingkatan (Notoatmodjo, 2014) adalah sebagai berikut:

a. Tahu (*know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) sesuatu yang spesifik dan seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh sebab itu, tahu merupakan tingkatan pengetahuan yang paling rendah.

b. Memahami (*comprehension*)

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

c. Aplikasi (*aplication*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi sebenarnya (*real*). Aplikasi di sini dapat diartikan sebagai aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau yang lain.

d. Analisis (*analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih di dalam suatu struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain.

e. Sintesis (*synthesis*)

Sintesis menunjuk kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis adalah suatu bentuk kemampuan menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang baru.

f. Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian ini didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri, atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada.

4. Pengukuran Pengetahuan

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan cara wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden. Dalam mengukur pengetahuan harus diperhatikan rumusan kalimat pertanyaan menurut tahapan pengetahuan (Budiman & Riyanto, 2013: 8). Menurut Notoatmodjo (2007: 142), pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang akan diukur dari subjek atau responden. Kedalaman pengetahuan yang ingin diukur dapat disesuaikan dengan tingkatan-tingkatan pengetahuan yang ada, adapun jenis pertanyaan yang dapat digunakan untuk pengukuran pengetahuan secara umum dibagi menjadi 2 jenis, yaitu pertanyaan subjektif, misalnya jenis pertanyaan *essay* dan pertanyaan objektif,

misalnya pertanyaan pilihan ganda (*multiple choice*), benar-salah, dan pertanyaan menjodohkan.

Berdasarkan pendapat dari beberapa para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa dalam pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket tentang materi yang ingin diukur.

5. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran, sehingga anggota keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di masyarakat (Indriastuti, 2021: 20). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) di bidang kesehatan masyarakat (Kemenkes RI, 2011). Tujuan diterapkannya PHBS adalah mencegah resiko infeksi penyakit dan memelihara kesehatan secara keseluruhan. Pada dasarnya, PHBS bisa diterapkan di rumah tangga, sekolah, tempat kerja, sarana kesehatan, serta tempat umum lainnya. Masing-masing PHBS di tempat tersebut sedikit berbeda, tetapi prinsipnya kurang lebih sama, yakni:

- a. Makan makanan bergizi. Contoh perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah atau tempat kerja adalah membeli jajanan sehat seperti jus buah, susu, atau sayuran, bukan malah gorengan di pinggir jalan.

- b. Olahraga teratur. Termasuk semua aktivitas fisik yang melibatkan gerakan dan mengeluarkan tenaga di tingkat rumah tangga.
- c. Rajin cuci tangan dengan air mengalir dan sabun.
- d. Menggunakan air bersih.
- e. Tidak merokok, terutama di dalam ruangan.
- f. Memberantas jentik nyamuk, minimal seminggu sekali.
- g. Membuang sampah pada tempatnya.

PHBS di tatanan institusi pendidikan ada tiga (Kemenkes RI, 2011) di antaranya:

- 1) Pemilik/Komite/Dewan Penyantun/Pengelola Institusi Pendidikan
 - a. Memberikan dukungan kebijakan berupa peraturan yang mendukung pembinaan PHBS di institusi pendidikannya.
 - b. Menyediakan sarana/fasilitas (air bersih, jamban sehat, kantin sehat, tempat sampah dan lain-lain) untuk mendukung PHBS di institusi pendidikannya.
 - c. Menyediakan dana dan sumber daya lain yang diperlukan untuk pembinaan PHBS di institusi pendidikannya.
- 2) Tim Pelaksana UKS/Pendidik
 - a. Menyusun rencana, melaksanakan, memantau dan mengevaluasi pembinaan PHBS di institusi pendidikannya.
 - b. Membentuk dan menyelenggarakan Klinik Konsultasi Kesehatan.

3) Kader

- a. Melaksanakan promosi kesehatan dalam rangka pembinaan PHBS bagi teman teman (anak didik) lainnya.
- b. Membantu penyelenggaraan Klinik Konsultasi Kesehatan.

Sasaran PHBS di institusi pendidikan terbagi dalam sasaran primer, sasaran, sekunder, dan sasaran tersier (Kemenkes RI, 2011). 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 peserta didik, 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 peserta didik.

Indikator PHBS adalah suatu alat ukur untuk menilai keadaan permasalahan kesehatan di institusi pendidikan. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru serta masyarakat lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatan, serta

berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan yang sehat. Munculnya sebagian penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah, ternyata umumnya berkaitan dengan PHBS. Pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat menjadi kunci keberhasilan pelaksanaan pembelajaran tatap muka terbatas. Oleh karena itu, penanaman nilai-nilai PHBS di sekolah merupakan kebutuhan mutlak dan dapat dilakukan melalui pendekatan Usaha Kesehatan sekolah (UKS).

Indikator merupakan alat untuk mengukur dan sebagai petunjuk. Indikator PHBS adalah variabel yang ditetapkan untuk mengukur suatu kondisi atau keadaan PHBS setiap tatanan. Menurut Andriansyah (2013: 45-50) terdapat beberapa indikator PHBS di tatanan sekolah meliputi: 1) mencuci tangan dengan air mengalir dan memakai sabun, 2) mengonsumsi jajanan sehat di warung/kantin sekolah, 3) menggunakan jamban/WC 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 bulan, 8) membuang sampah pada tempatnya. Ada beberapa indikator PHBS di sekolah dasar (Promkes, 2016) yaitu: a) mencuci tangan dengan air mengalir dan menggunakan 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 6 bulan, h) membuang sampah pada tempatnya.

Sedangkan menurut Nurmahmudah (2018: 48) indikator PHBS di sekolah yaitu:

a) mencuci tangan dengan air yang mengalir dan menggunakan sabun, b) mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, c) menggunakan jamban yang bersih dan sehat, d) olahraga yang teratur dan terukur, e) menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap 6 bulan sekali, f) memelihara kebersihan badan yaitu kuku, rambut, dan gigi, g) membuang sampah pada tempatnya. Dari beberapa indikator yang telah disebutkan di atas, dapat disimpulkan bahwa indikator PHBS merupakan alat yang digunakan untuk mengukur dan menilai perilaku hidup bersih dan sehat peserta didik di sekolah. Berikut penjelasan mengenai indikator PHBS di sekolah:

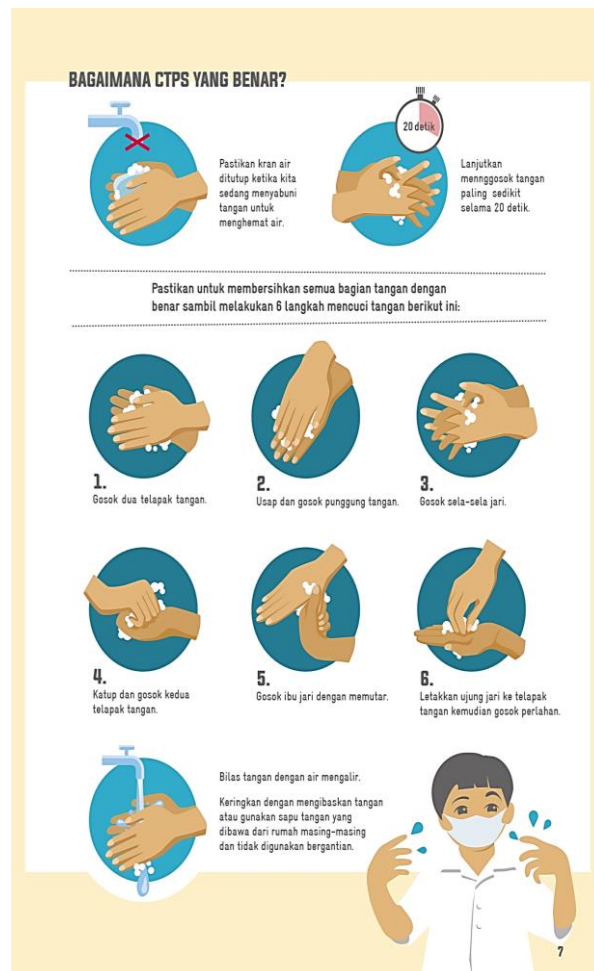
1) Mencuci Tangan Pakai Sabun

Fasilitas Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) dengan air mengalir hendaknya disiapkan di gerbang sekolah, toilet/jamban, kantin, kelas, dan di tempat strategis lainnya. Tempat-tempat cuci tangan dengan jumlah yang memadai harus tersedia dan berfungsi secara baik. Sehingga peserta didik, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah dapat mencuci tangan sebelum masuk sekolah dan selama berkegiatan di sekolah. Fasilitas harus dapat diakses oleh semua pengguna. Pastikan seluruh bagian tangan tercuci hingga bersih, termasuk punggung tangan, pergelangan tangan, sela-sela jari, dan kuku, setelah itu keringkan. Mencuci tangan secara teratur, terutama sebelum dan sesudah makan, setelah menggunakan toilet, setelah menyentuh hewan

dan sarana umum, membuang sampah, serta setelah batuk atau bersin. Membiasakan mencuci tangan pakai sabun dapat menjadi budaya di sekolah.

Berikut langkah-langkah cuci tangan pakai sabun (CTPS) yang baik dan benar:

- a. Membasahi tangan dengan air mengalir dilanjutkan dengan menyabuni telapak tangan secukupnya bisa menggunakan sabun cair maupun sabun batang.
- b. Gosok kedua telapak tangan.
- c. Usap dan gosok punggung tangan.
- d. Gosok sela-sela jari.
- e. Katup dan gosok kedua telapak tangan.
- f. Gosok ibu jari dengan memutar.
- g. Letakkan ujung jari ke telapak tangan kemudian gosok perlahan.
- h. Bilas dengan air mengalir. Keringkan dengan mengibaskan tangan atau menggunakan sapu tangan yang dibawa dari rumah masing-masing dan tidak digunakan bergantian.



Gambar 1. Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS)

(Sumber: Supriyatno dkk, 2021: 7)

2) Membersihkan Rambut

Rambut merupakan bagian dari tubuh yang memiliki fungsi sebagai pelindung kulit kepala serta pengatur suhu, melalui rambut perubahan status kesehatan diri dapat diidentifikasi (Hidayat, 2014: 52). Rambut yang bersih tidak hanya menghindarkan aroma tak sedap, tetapi juga menghindari gangguan pada kulit kepala seperti ketombe,

mudah rontok atau bahkan kutu rambut. Rambut bermanfaat mencegah infeksi daerah kepala.

Kebersihan rambut bisa membantu melancarkan sirkulasi darah pada kulit kepala, rambut yang bersih juga membantu mengurangi stres dan membantu jaringan metabolisme agar tetap tumbuh dan berkembang secara normal. Kutu rambut pun tidak diberi kesempatan untuk hidup. Karena itu, ajarkan anak untuk keramas secara teratur minimal membersihkan rambut dua kali dalam seminggu, atau setelah berolah raga atau banyak mengeluarkan keringat, keramas dengan menggunakan sampo, agar kebersihan rambut dan kulit kepala terjaga. Sampo berfungsi membersihkan rambut juga untuk memberikan beberapa vitamin bagi rambut sehingga rambut tumbuh subur, lebat dan berkilau. Selain itu untuk menjaga kebersihan rambut jangan lupa juga menjaga kebersihan sisir yang dipakai. Membersihkan sisir bisa bersamaan saat keramas (Perry & Potter, 2010: 377-380).



Gambar 2. Membersihkan Rambut

(Sumber: <https://www.tulusvleura.com>)

3) Membersihkan Gigi dan Mulut

Kebersihan gigi dan mulut adalah keadaan yang menunjukkan bahwa di dalam rongga mulut seseorang bebas dari kotoran, seperti plak dan karang gigi. Apabila kebersihan gigi dan mulut terabaikan akan terbentuk plak pada gigi geligi dan meluas ke seluruh permukaan gigi. Karies gigi pada anak usia sekolah dasar kebiasaan makan makanan kariogenik. Anak memasuki usia sekolah pada umumnya mempunyai resiko karies gigi yang tinggi, karena pada usia ini peserta didik suka jajan sembarangan seperti makanan yang manis dan lengket. Anak usia sekolah adalah satu usia yang rentan terhadap penyakit gigi dan mulut karena umumnya pada usia tersebut masih mempunyai perilaku atau kebiasaan diri yang kurang menunjang terhadap kesehatan gigi (kariogenik). Kondisi mulut yang selalu basah, gelap, dan lembab sangat mendukung pertumbuhan dan perkembangbiakan bakteri yang membentuk plak. Karies gigi adalah sebuah penyakit infeksi yang merusak struktur jaringan keras gigi. Penyakit ini ditandai dengan gigi berlubang. Lubang gigi disebabkan oleh beberapa tipe dari bakteri penghasil asam yang dapat merusak karena reaksi fermentasi karbohidrat termasuk sukrosa, fruktosa, dan glukosa (Pariarti & Nur Aini, 2021: 49-54).

Menggosok gigi dengan pasta gigi berfluoride adalah cara paling praktis untuk mencegah gigi berlubang. Gigi berlubang adalah penyakit yang dialami oleh hampir semua anak usia masuk sekolah di seluruh dunia. Gigi berlubang tidak dapat sembuh dengan sendirinya. Di negara dengan pendapatan rendah, hampir seluruh kasus gigi

berlubang tidak diobati. Akibatnya, lubang tersebut akan menetap seumur hidup dan mempengaruhi kesehatan dan kualitas hidup seseorang. Gigi berlubang menimbulkan rasa sakit, membuat anak-anak tidak dapat tidur nyenyak, menyulitkan peserta didik berkonsentrasi di kelas, mengganggu saat bermain dengan teman-teman dan menjadikan peserta didik sulit untuk menikmati hidup. Pada akhirnya, gigi berlubang akan menghambat perkembangan sosial anak.



Gambar 3. Membersihkan Gigi dan Mulut

(Sumber: <https://www.tulusvleura.com>)

4) Membersihkan Kuku

Kebersihan tangan yang kurang tentunya berpengaruh dan dapat memberikan kontribusi dalam terjadinya penyakit. Cara terbaik untuk mencegahnya adalah rutin membersihkan kuku yang dilakukan dengan kegiatan memotong kuku. Hal ini penting dilakukan untuk mencegah kemungkinan masuknya tanah liat yang merupakan salah satu tempat hidup ataupun sumber penularan telur cacing. Ketika kuku dalam keadaan kotor akan mudah berkembang bibit penyakit di dalam kuku akibatnya dapat

menimbulkan gangguan kesehatan. Adapun gangguan kesehatan yang paling sering terjadi jika kuku kotor adalah infeksi cacingan (Jamilatun dkk, 2020: 88-94).



Gambar 4. Membersihkan Kuku

(Sumber: <https://www.tulusvleura.com>)

5) Membersihkan Pakaian

Untuk memelihara kebersihan kulit kebiasaan-kebiasaan yang sehat harus selalu diperhatikan salah satunya dengan menjaga kebersihan pakaian. Penyebaran penyakit bisa datang dari mana saja, termasuk pakaian. Untuk itu, pakaian perlu dicuci dengan benar dan menggunakan deterjen yang tepat agar kuman, bakteri, ataupun virus yang menempel di pakaian bisa benar-benar hilang serta tidak mendatangkan penyakit.



Gambar 5. Membersihkan Pakaian

(Sumber: <https://gencil.news>)

6) Membuang Sampah pada Tempatnya

Permasalahan sampah merupakan masalah nasional, oleh karena itu pengelolaan sampah harus dilakukan secara terpadu dari hulu hingga ke hilir, agar memberikan manfaat nilai ekonomi, sehat bagi masyarakat dan aman bagi lingkungan. Pola pengelolaan sampah dapat dilakukan dari sisi pengetahuan, sikap dan ketrampilan. Pengelolaan sampah ditinjau dari sisi pengetahuan adalah pola pengelolaan sampah dengan memberikan dasar pengetahuan pada anak sejak dini. Pengetahuan-pengetahuan tentang jenis sampah dan bahaya dari sampah merupakan pengetahuan awal yang harus dimiliki oleh anak sejak dini. Pengetahuan awal ini merupakan bagian pendidikan lingkungan hidup (Purnami, 2020: 119-125).

Secara garis besar penggolongan sampah terbagi menjadi tiga (Sejati dalam Raharjo & Apri, 2020: 1-11):

a. Sampah organik/basah.

Sampah basah adalah sampah yang berasal dari makhluk hidup, seperti daun-daunan, sampah dapur, sampah restoran, sisa sayuran, sisa buah. Sampah jenis ini dapat terdegradasi (membusuk/hancur) secara alami.

b. Sampah anorganik/kering

Sampah kering adalah sampah adalah sampah yang tidak dapat terdegradasi secara alami. Contohnya: logam, besi, kaleng, plastik, karet, botol, dan lain-lain.

c. Sampah berbahaya

Sampah jenis ini berbahaya bagi manusia. Contohnya: baterai, jarum suntik bekas, limbah racun kimia, limbah nuklir, dan lain-lain. Sampah jenis ini memerlukan penanganan khusus.

Memastikan tempat sampah tertutup berada di ruang kelas, selasar jamban, kantin, halaman dan di lokasi strategis lainnya, dikosongkan setiap hari menggunakan sistem pengelolaan sampah guna menciptakan budaya membuang sampah pada tempatnya sesuai kategorinya.



Gambar 6. Membuang Sampah pada Tempatnya

(Sumber: Supriyatno dkk, 2021: 10)

7) Melakukan Olahraga yang Teratur dan Terukur

Melakukan olahraga yang teratur dan terukur bermanfaat bagi setiap orang karena dapat meningkatkan kebugaran, mengendalikan berat badan, mengendalikan tekanan darah, meningkatkan daya tahan tubuh, meningkatkan fungsi jantung, paru dan otot. Manfaat berolahraga yang peserta didik tidak sadari

adalah meningkatnya fungsi otak serta terjaganya daya ingat dan keterampilan berpikir. Hal ini perlu diterapkan pada peserta didik sedini mungkin.



Gambar 7. Melakukan Olahraga yang Teratur dan Terukur

(Sumber: <https://fibeautyroom.wordpress.com>)

6. Karakteristik Anak Usia Sekolah Dasar

Karakteristik berasal dari kata karakter yaitu sifat-sifat kejiwaan, ahlak atau budi pekerti yang membedakan seseorang dengan orang lain, tabiat, watak, berubah menjadi karakteristik. Sedangkan menurut kamus Bahasa Indonesia bahwa karakteristik adalah mempunyai sifat khas sesuai dengan perwatakan tertentu. Karakteristik peserta didik mencerminkan pola kelakuan dan kemampuan hasil dari pembawaan dan lingkungan sosial sehingga menentukan pola dari kegiatan aktivitas (Meriyati, 2015: 5).

Karakter seseorang anak sering dipengaruhi oleh orang yang berada di lingkungan sekitarnya maupun orang-orang yang dekat dengannya, sehingga seringkali terlihat anak kecil menirukan tingkah laku dari orang-orang yang dekat dengannya seperti: orang tua, pengasuhnya atau teman bermain. Tidak jarang anak

sering juga meniru tingkah laku dari tokoh yang dilihat di televisi. Tetapi karakter berbeda dengan kepribadian, seorang psikolog berpendapat bahwa karakter berbeda dengan kepribadian, karena kepribadian merupakan sifat yang dibawa sejak lahir dengan kata lain kepribadian bersifat genetis.

Setiap peserta didik memiliki karakter dan gaya belajar yang berbeda-beda. Sebagian peserta didik memiliki otak yang mampu menyerap banyak informasi sekaligus, namun ada juga yang hanya mampu menyerap dan memproses info sedikit demi sedikit. Ada yang mampu menyimpan dan mengeluarkan kembali informasi dalam otak dengan cepat sementara ada yang melakukan hal tersebut dengan lambat. Disadari atau tidak, banyak peserta didik yang merasa terluka secara emosional, merasa gagal, dan tidak berarti ketika harus menghadapi kenyataan bahwa peserta didik tidak bisa memenuhi harapan orang-orang yang ada di sekelilingnya. Atau bahkan tidak mampu memenuhi harapan dan tuntutan orang tua terutama di bidang akademis.

Usia rata-rata anak Indonesia saat masuk sekolah dasar adalah 6 tahun dan selesai pada usia 12 tahun. Kalau mengacu pada pembagian tahapan perkembangan anak, berarti anak usia sekolah berada dalam dua masa perkembangan, yaitu masa kanak-kanak tengah (6-9 tahun) dan masa kanak-kanak akhir (10-12 tahun). Anak-anak usia sekolah ini memiliki karakteristik yang berbeda dengan anak-anak yang usianya lebih muda. Ia senang bermain, senang bergerak, senang bekerja dalam kelompok dan senang merasakan atau melakukan sesuatu secara langsung. Oleh sebab

itu, guru hendaknya mengembangkan pembelajaran yang mengandung unsur permainan, mengusahakan peserta didik berpindah atau bergerak, bekerja atau belajar dalam kelompok, serta memberikan kesempatan untuk terlibat langsung dalam pembelajaran.

Anak usia sekolah dasar adalah anak yang sedang mengalami pertumbuhan baik pertumbuhan intelektual, emosional maupun pertumbuhan badaniyah, di mana kecepatan pertumbuhan anak pada masing-masing aspek tersebut tidak sama, sehingga terjadi berbagai variasi tingkat pertumbuhan dari ketiga aspek tersebut. Ini suatu faktor yang menimbulkan adanya perbedaan individual pada anak-anak sekolah dasar walaupun dalam usia yang sama (Darmodjo dalam Meriyati, 2015). Peserta didik sekolah dasar berada pada tahap operasional kongkrit, pada tahap ini anak mengembangkan pemikiran logis, masih sangat terikat pada fakta-fakta perseptual, artinya anak mampu berpikir logis, tetapi masih terbatas pada objek-objek kongkrit, dan mampu melakukan konservasi.

Karakteristik pertama anak SD adalah senang bermain. Karakteristik ini menuntut guru SD untuk melaksanakan kegiatan pendidikan yang bermuatan permainan lebih-lebih untuk kelas rendah. Guru SD seyogyanya merancang model pembelajaran yang memungkinkan adanya unsur permainan di dalamnya. Karakteristik yang kedua adalah senang melakukan aktivitas yang penuh dengan gerakan, orang dewasa dapat duduk berjam-jam, sedangkan anak SD dapat duduk

dengan tenang paling lama sekitar 30 menit. Oleh karena itu, guru hendaknya merancang model pembelajaran yang memungkinkan anak berpindah atau bergerak. Menyuruh anak untuk duduk rapi untuk jangka waktu yang lama, dirasakan anak sebagai siksaan. Karakteristik yang ketiga dari anak usia SD adalah senang bersosialisasi dengan temannya sehingga anak senang bekerja dalam kelompok. Dari perkembangan sosial yang dialami oleh anak pada usia sekolah dasar ini, sekolah akan menjadi tempat untuk mengembangkan diri menjadi pribadi yang mempunyai sosial yang baik. Dengan tugas yang diberikan oleh guru maka anak akan terlatih menjadi manusia yang bertanggungjawab, saling menghargai, bekerjasama, serta kebiasaan disiplin (Sriawan, Heri.Y.P & Riky.D, 2015:6).

7. Pembelajaran PJOK SD Berdasarkan Kurikulum 2013

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. PJOK merupakan salah satu media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan

nilai-nilai, serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis peserta didik yang seimbang.

Berikut Penjasorkes dalam kurikulum 2013 menurut Permendikbud Nomor 67 tahun 2013 tentang standar Kerangka Dasar dan Struktur Kurikulum Sekolah Dasar/Madrasah Ibtidaiyah :

a. Kompetensi Inti

Kompetensi inti dirancang seiring dengan meningkatnya usia peserta didik pada kelas tertentu. Melalui kompetensi inti, integrasi vertikal berbagai kompetensi dasar pada kelas yang berbeda dapat dijaga. Rumusan kompetensi inti menggunakan notasi sebagai berikut:

- 1) Kompetensi Inti-1 (KI-1) untuk kompetensi inti sikap spiritual;
- 2) Kompetensi Inti-2 (KI-2) untuk kompetensi inti sikap sosial;
- 3) Kompetensi Inti-3 (KI-3) untuk kompetensi inti pengetahuan; dan
- 4) Kompetensi Inti-4 (KI-4) untuk kompetensi inti keterampilan.

b. Kompetensi Mata Pembelajaran/ Kompetensi Dasar

- 1) Untuk kelas I-II: Mengetahui konsep dan mempraktikkan pola gerak dasar dan variasi gerak dasar, mengetahui konsep dan mempraktikkan latihan kebugaran sederhana, mengetahui dan mempraktikkan pola gerak dasar dan variasi gerak dasar dan variasi gerak domain statis pada olahraga senam, mengetahui dan mempraktikkan pola gerak dasar dan variasi gerak dasar dan variasi gerak domain statis pada olahraga ritmik, mengetahui dan

mempraktikkan pola gerak dasar dan variasi gerak dasar pengenalan di air, dan gerak dasar keselamatan dalam aktivitas air, mengetahui dan mempraktikkan cara memelihara dan menjaga kebersihan, memiliki perilaku kerjasama, jujur, dan mau berbagi dengan teman.

- 2) Untuk kelas III-IV: Mengetahui konsep dan memperhatikan variasi dan kombinasi pola gerak dasar, mengetahui konsep dan mempraktikkan pemanasan, pendinginan dan berbagai aktivitas kebugaran jasmani untuk mencapai tinggi dan berat badan ideal, mengetahui konsep dan mempraktikkan gerak dasar dan kombinasi pola gerak dasar dominan statis dan dinamis, mengetahui dan mempraktikkan gerak ritmik dengan dan tanpa musik, mengetahui dan mempraktikkan gerak dasar renang, mengetahui dan mempraktikkan cara memilih makanan dan pemanfaatan waktu luang, serta pertolongan secara sederhana, menunjukkan perilaku menghargai perbedaan, bekerjasama, dan disiplin selama melakukan aktivitas fisik.
- 3) Untuk kelas V-VI: Memahami konsep dan mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar, memahami konsep dan mempraktikkan variasi dan kombinasi olahraga beladiri, memahami konsep dan mempraktikkan gerak pengembangan kebugaran jasmani dan pengukuran status kebugaran jasmani pribadi secara sederhana, memahami konsep mempraktikkan kombinasi pola gerak dominan statis dan dinamis, memahami konsep dan

mempraktikkan gerak kombinasi dan rangkaian gerak ritmik, memahami konsep dan mempraktikkan keterampilan satu gaya renang dan dasar-dasar keselamatan di air, memahami/mengetahui dan menyajikan konsep pemeliharaan kebersihan alat reproduksi, menjaga diri dari berbagai tindakan/perilaku tidak senonoh, bahaya merokok, penyakit menular, dan tidak menular, bahaya narkoba, psikotropika, dan zat aditif, serta menumbuhkan perilaku sportif, kerjasama, toleransi, disiplin, dan menerima kekalahan dengan sikap positif dan mengekspresikan kemenangan dengan wajar.

8. Profil SD Aisyiyah Prambanan Klaten

a. Keadaan Geografis SD Aisyiyah Prambanan Klaten

SD Aisyiyah Prambanan Klaten yang beralamat di Sidomukti RT.02/RW.06, Randusari, Kec. Prambanan, Kab. Klaten, Jawa Tengah merupakan salah satu sekolah swasta di bawah naungan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Luas wilayah sekolah ini adalah 2591 m². Batas wilayah SD Aisyiyah Prambanan Klaten adalah sebagai berikut:

- 1) Sebelah Timur : Berbatasan dengan Desa Sidokerso.
- 2) Sebelah Utara : Berbatasan dengan Desa Sidowaras.
- 3) Sebelah Barat : Berbatasan dengan Desa Sidomukti.
- 4) Sebelah Selatan : Berbatasan dengan Desa Sidomulyo.

Berdasarkan data dari sekolah SD Aisyiyah Prambanan Klaten tahun 2021, jumlah peserta didik 128 peserta didik, dengan jumlah peserta didik laki-laki 65 orang dan siswi perempuan 63 orang.

b. Keadaan Sekolah SD Aisyiyah Prambanan Klaten

Sekolah ini berdiri sejak tahun 2017 dengan Kepala Sekolah yang saat ini menjabat adalah Ibu Nur Arifah Ahsanti. Sekolah ini memiliki memiliki 6 tenaga pengajar (guru) dan 3 orang di antaranya merangkap sebagai tenaga kependidikan. Sekolah SD Aisyiyah Prambanan Klaten memiliki 6 ruang kelas, 1 sanitasi peserta didik, 1 ruang guru, 1 ruang kepala sekolah. Selain itu juga terdapat 1 kamar mandi peserta didik dan 1 kamar mandi guru. Kegiatan belajar mengajar di SD Aisyiyah Prambanan Klaten dilakukan pada pagi hari. Dalam seminggu, pembelajaran dilakukan selama 6 hari.

B. Kajian Penelitian yang Relevan

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

1. Penelitian oleh Riesti Cahyaningrum (2016) yang berjudul “Tingkat Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Terhadap Kebersihan Pribadi Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Kraton Yogyakarta Tahun 2015/2016”. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Subjek penelitian adalah peserta didik kelas IV dan V SD Negeri Kraton Yogyakarta. Instrumen berupa kuesioner.

Teknik analisis data menggunakan uji analisis deskriptif. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) terhadap kebersihan pribadi peserta didik kelas IV dan V SD Negeri Kraton Yogyakarta. Penelitian ini relevan pada penelitian saya karena instrumen yang saya gunakan mengadopsi dari peneliti tersebut.

2. Penelitian oleh Muhammad Khanifan Muslim (2018) yang berjudul “Tingkat Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Terhadap Kebersihan Pribadi Siswa Kelas IV dan V Madrasah Salafiyah Ibtidiyah (MSI) 01 Kauman Pekalongan Tahun 2018”. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Subjek penelitian adalah peserta didik kelas IV dan V Madrasah Salafiyah Ibtidiyah (MSI) 01 Kauman Pekalongan. Instrumen berupa kuesioner. Teknik analisis data menggunakan uji analisis deskriptif. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) terhadap kebersihan pribadi peserta didik kelas IV dan V Madrasah Salafiyah Ibtidiyah (MSI) 01 Kauman Pekalongan. Penelitian ini relevan dengan penelitian saya karena metode penelitian sama dengan peneliti tersebut.

C. Kerangka Berpikir

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) dan berperan aktif untuk memperoleh derajat kesehatan setinggi-tingginya

di bidang kesehatan masyarakat. Berdasarkan kajian teoritik di atas dapat diketahui bahwa pengetahuan peserta didik terhadap perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sekolah. Berawal dari pengetahuan yang diterapkan dengan baik, diharapkan peserta didik dapat hidup sehat terhindar dari penyakit sehingga dalam mengikuti pembelajaran peserta didik tidak akan menemui masalah dengan PHBS di sekolah. Kesehatan memberikan kontribusi yang besar dalam tercapainya tujuan pembelajaran termasuk dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Dalam penelitian ini untuk mengetahui sejauh mana tingkat pengetahuan PHBS peserta didik kelas V di SD Aisyiyah Prambanan Klaten. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan instrumen penelitian berupa tes. Dari tes tersebut nantinya diketahui hasil yang akan diklasifikasikan menurut kategori tertentu sesuai tingkat pengetahuan peserta didik. Kemudian pada akhirnya akan disimpulkan pengetahuan responden tentang PHBS berada dalam kategori sangat baik, baik, cukup, kurang, dan sangat kurang.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif kuantitatif merupakan penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2016: 8). Penelitian ini mendeskripsikan tentang pengetahuan PHBS peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survey dengan teknik pengambilan data menggunakan tes. Tes berupa pilihan ganda lembar pertanyaan yang diisi oleh peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten yang berperan sebagai responden penelitian. Dari hasil tersebut maka dapat diketahui tingkat pengetahuan tentang PHBS peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten.

B. Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah segala sesuatu yang dapat berupa orang, barang, atau lembaga yang utama memiliki sifat keadaannya terkait topik penelitian. Menurut Idrus (2009: 91) subjek penelitian adalah bagian individu, benda, atau organisme yang menjadi sumber informasi yang dibutuhkan oleh seorang peneliti dalam pengumpulan

data penelitian. Subjek penelitian sejatinya sangat melekat pada setiap individu yang turut serta dalam proses penelitian. Oleh karena itu subjek penelitian ini dijadikan sebagai informasi dari teknik pengumpulan data atau seringkali melekat pada individu untuk membantu menjawab pertanyaan yang diteliti. Subjek dalam penelitian ini adalah pihak-pihak yang dapat memberikan informasi terkait perilaku hidup bersih dan sehat di SD Aisyiyah Prambanan Klaten. Subjek penelitian ini adalah semua peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten yang berjumlah 18.

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2013: 60). Variabel penelitian ini adalah pengetahuan PHBS peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten. Pengetahuan yang diukur dalam penelitian ini adalah pengetahuan peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten yang diukur menggunakan tes pilihan ganda mengenai PHBS yang meliputi pengetahuan mencuci tangan, kebersihan rambut, kebersihan gigi dan mulut, kebersihan kuku, kebersihan pakaian, pembuangan sampah, dan olahraga yang teratur dan terukur.

D. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1) Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan tes pengetahuan kepada responden yang menjadi subjek dalam penelitian. Adapun mekanismenya adalah sebagai berikut:

- a. Peneliti mencari data peserta didik kelas peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten.
- b. Peneliti datang langsung ke sekolah untuk memberikan kuesioner tes pengetahuan PHBS peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten.
- c. Peneliti menyebarkan kuesioner tes pengetahuan kepada responden dengan di tunggu di dalam kelas.
- d. Selanjutnya peneliti mengumpulkan kuisisioner tes pengetahuan dan melakukan transkrip atas hasil pengisian tes.
- e. Setelah memperoleh data penelitian data diolah menggunakan analisis statistik kemudian peneliti mengambil kesimpulan dan saran.

2) Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati (Sugiyono, 2015: 148). Instrumen penelitian digunakan sebagai alat pengumpulan data, dan instrumen yang lazim digunakan dalam penelitian adalah beberapa daftar pertanyaan serta kuesioner yang disampaikan dan diberikan kepada masing-masing responden yang menjadi sampel data penelitian pada

saat observasi dan wawancara. Instrumen atau alat yang digunakan dalam penelitian ini berupa tes pilihan ganda. Tes pengetahuan pilihan ganda dalam penelitian diadopsi dari penelitian Cahyaningrum (2016) yang berjudul “Tingkat Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Terhadap Kebersihan Pribadi Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Keraton Yogyakarta Tahun 2015/2016”. Berikut adalah kisi-kisi instrumen:

Tabel 1. Kisi-kisi Instrumen Pengetahuan PHBS Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten.

Variabel	Faktor	Indikator	Nomor Item	Jumlah Item
Tingkat Pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)	1. Pengetahuan terhadap mencuci tangan.	a. Pengertian PHBS di sekolah	1,2	2
		b. Manfaat mencuci tangan	3,4	2
		c. Cara mencuci tangan	5,6	2
	2. Pengetahuan terhadap kebersihan kuku.	a. Cara merawat kebersihan kuku	7,8	2
		b. Akibat tidak menjaga kebersihan kuku	9,10	2
	3. Pengetahuan terhadap kebersihan berpakaian.	a. Manfaat mengganti pakaiann	11,12	2
		b. Cara berpakaian rapi	13,14	2
	4. Pengetahuan terhadap kebersihan gigi dan mulut.	a. Cara merawat gigi agar tetap sehat	15,16	2
		b. Akibat tidak memelihara kebersihan gigi	17,18	2
	5. Pengetahuan terhadap kebersihan rambut.	a. Cara memelihara rambut	19,20,21	3
		b. Akibat tidak menjaga kebersihan rambut	22,23	2
	6. Pengetahuan terhadap	a. Manfaat menjaga kebersihan sekolahan	24,25	2

	membuang sampah pada tempatnya.	b. Cara mengatasi sampah	26,27,28	3
		c. Akibat membuang sampah sembarangan	29,30	2
	7. Pengetahuan terhadap olahraga.	a. Manfaat berolahraga	31,32	2
		b. Cara berolahraga	33,34	2
		c. Akibat tidak pernah berolahraga	35,36	2

(Sumber: Cahyaningrum, 2016)

3) Validitas dan Reliabilitas Instrumen

a. Uji Validitas

Instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid. Valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur (Sugiyono, 2016: 121). Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada instrumen yang digunakan dalam penelitian Cahyaningrum (2016) yang kemudian diadaptasi dengan tetap mempertimbangkan nilai signifikansi dari setiap aspek-aspek yang diukur.

Penyusunan instrumen melakukan pengujian konstruksi mengenai aspek-aspek yang akan diukur kepada ahli (*expert judgement*), dalam hal ini Cahyaningrum (2016) meminta bantuan ahli dalam bidang kesehatan dan olahraga pada dosen Pendidikan Olahraga dan Pendidikan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta yakni Bapak Sriawan, M.Kes dan Ibu Indah Prasetyawati Tri Purnama Sari, M.Or untuk

memvalidasi keabsahan dan kesesuaian instrumen dengan subjek yang akan diteliti.

Hal ini sejalan dengan pendapat Sugiyono bahwa:

Untuk menguji validitas konstruksi, dapat digunakan pendapat dari ahli (*expert judgement*). Dalam hal ini setelah instrumen dikonstruksi tentang aspek-aspek yang akan diukur dengan berlandaskan teori tertentu, maka selanjutnya dikonsultasikan dengan ahli. Para ahli diminta pendapatnya tentang instrumen yang telah disusun itu. Mungkin para ahli akan memberi keputusan: instrumen dapat digunakan tanpa perbaikan, dan mungkin dirombak total (Sugiyono, 2013: 125).

Pengujian validitas dalam penelitian Cahyaningrum (2016) dengan menggunakan *expert judgement* dilaksanakan dengan penelaahan terhadap kisi-kisi instrumen apakah telah sesuai dengan tujuan penelitian. Cahyaningrum (2016) melakukan uji instrumen di SD Negeri Brosot Galur Kulon Progo 2015/2016 dengan 30 siswa kelas IV agar memperoleh keabsahan setinggi mungkin dengan bantuan komputer program SPSS 16.0 dengan rumus korelasi *Product Moment* dari Pearson (Suharsimi Arikunto 2010: 213). Mengukur validitas instrumen digunakan teknik korelasi *Product Moment* dari Karl Pearson dengan taraf signifikan 5% atau 0,05. Jika suatu alat ukur mempunyai korelasi yang sesuai dengan taraf signifikan 5% atau 0,05 maka dikatakan valid (Ghazali, 2013: 45). Berikut merupakan rumus korelasi *product moment* (Arikunto, 2006: 170):

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

Keterangan:

r_{xy} : koefisien korelasi antara x dan y

X : skor butir

Y : skor soal

N : ukuran data

Instrumen penelitian dikatakan valid apabila:

1. Jika r hitung > daripada r tabel, maka pernyataan tersebut valid.
2. Jika r hitung < daripada r tabel, maka pernyataan tersebut tidak valid.

Berdasarkan uji validitas instrumen yang diadopsi dari penelitian Cahyaningrum (2016), instrumen ini pernah diujikan di SD Negeri Kraton Yogyakarta dengan tingkat validitas di atas 0,329. Dengan demikian semua instrumen dinyatakan valid.

b. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas adalah tingkat kestabilan suatu alat pengukur dalam mengukur suatu gejala/kejadian. Tingginya reliabilitas suatu alat pengukur, maka stabil pula alat pengukur tersebut. Dalam melakukan perhitungan Alpha, digunakan alat bantu program IBM SPSS Statistik 20 dengan menggunakan model Alpha. Sedangkan dalam pengambilan keputusan reliabilitas, suatu instrumen dikatakan reliabel jika nilai *Cronbach Alpha* lebih besar dari 0,6 (Nunnally dalam Ghazali, 2013: 38). Reliabilitas menunjuk pada adanya konsistensi dan stabilitas nilai hasil skala pengukuran tertentu.

Reliabilitas berkonsentrasi pada masalah akurasi pengukuran dan hasilnya (Sarwoto, 2013: 100).

Instrumen dikatakan reliabel apabila:

1. Jika r alpha positif atau $> r$ tabel, maka pernyataan reliabel.
2. Jika r alpha negatif atau $< r$ tabel, maka pernyataan tidak reliabel.

Berdasarkan uji reliabilitas instrumen yang diadopsi dari penelitian Cahyaningrum (2016), dinyatakan bahwa r alpha sebesar 0,873 dan lebih besar dari 0,6. Dengan demikian instrumen ini reliabel.

E. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif dilakukan untuk mengetahui gambaran data yang akan dianalisis. Data berupa hasil pengisian lembar soal terhadap responden dalam bentuk skor penilaian. Analisis data yang digunakan dalam pengolahan hasil data ini menggunakan analisis deskriptif, yaitu untuk menjelaskan atau mendiskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Analisis ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase dari tiap variabel.

Teknik Analisis data dengan menggunakan statistik deskriptif dengan persentase. Menghitung frekuensi relatif atau tabel persentase dikatakan “Frekuensi relatif” karena frekuensi yang disajikan disini bukanlah frekuensi yang benar, melainkan frekuensi yang dituangkan dalam bentuk angka persen, sehingga untuk

menghitung persentase responden digunakan rumus sebagai berikut (Sudijono, 2009: 40):

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

Keterangan:

P = Persentase yang dicari (Frekuensi Relatif)

F = Frekuensi

N = Jumlah Responden

(Sudijono, 2009: 40)

Sugiyono (2007: 112), menyatakan bahwa cara mengubah skor/nilai, yaitu menggunakan rumus sebagai berikut:

$$N = \frac{\sum X}{\sum \text{Max}} \times 100$$

Keterangan:

N = Nilai

$\sum X$ = Jumlah butir benar

$\sum \text{Max}$ = Jumlah keseluruhan butir

(Sugiyono, 2007: 112)

Menentukan interval menggunakan rumus dari Arikunto (2010: 207) pada tabel sebagai berikut:

Tabel 2. Norma Penilaian.

No	Interval	Kategori
1	81 – 100	Sangat Baik (A)
2	61 – 80	Baik (B)
3	41 – 60	Cukup (C)
4	21 – 40	Kurang (D)
5	0 – 20	Sangat Kurang (E)

(Sumber: Arikunto, 2010: 207)

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil dari penelitian dideskripsikan berdasarkan faktor-faktor yang menjadi penyusunnya. Pengetahuan PHBS di sekolah terdiri dari 7 faktor yaitu pengetahuan tentang mencuci tangan, kebersihan kuku, kebersihan berpakaian, kebersihan gigi dan mulut, kebersihan rambut, membuang sampah pada tempatnya, dan olahraga. Di bawah ini akan dideskripsikan secara keseluruhan. Di bawah ini akan dideskripsikan hasil penelitian tingkat pengetahuan PHBS peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten.

1. Pengetahuan Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

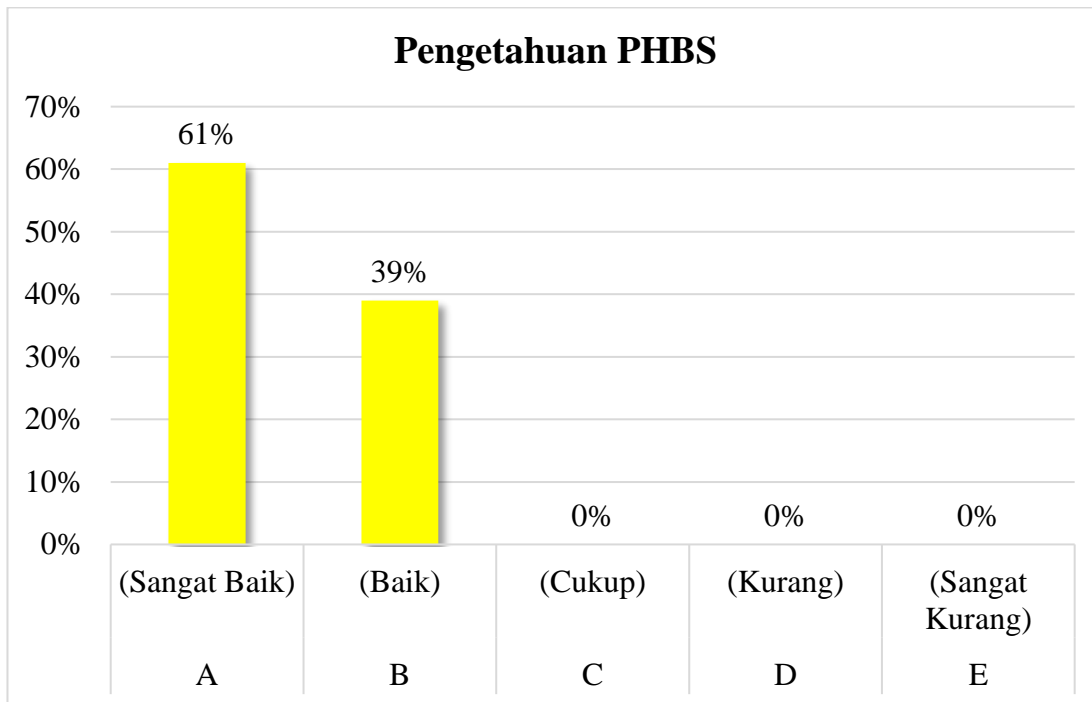
Pengetahuan PHBS peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten diperoleh melalui kemampuan responden dalam menjawab benar 36 item pertanyaan yang terdapat di dalam tes pengetahuan tentang PHBS. Setiap jawaban item pertanyaan memiliki peluang skor 0 (jawaban salah) dan skor 1 (jawaban benar). Jumlah jawaban benar yang diperoleh masing-masing responden diklasifikasikan ke dalam pengkategorian pengetahuan PHBS. Berdasarkan hasil perhitungan yang dilakukan menggunakan bantuan program *Microsoft Excel* dan SPSS, diperoleh nilai maksimum sebesar 88,89 dan nilai minimum sebesar 69,44. Untuk rata-rata diperoleh nilai sebesar 79,94 sedangkan standar deviasi sebesar 1,833. Data selanjutnya

dikategorikan sesuai dengan rumus yang pengkategorianya dibagi menjadi lima yaitu: A (sangat baik), B (baik), C (cukup), D (kurang) dan E (sangat kurang). Berdasarkan analisis diperoleh sebanyak 61% atau 11 peserta didik masuk kategori sangat baik, 39% atau 7 peserta didik masuk kategori baik. Apabila dilihat dari frekuensi tiap kategori dapat disimpulkan bahwa pengetahuan PHBS di sekolah pada peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten adalah baik. Distribusi frekuensi berdasarkan pengkategorian dapat dilihat berikut ini.

Tabel 3. Pengetahuan tentang PHBS Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten.

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	81 – 100	A	11	61%
2	61 – 80	B	7	39%
3	41 – 60	C	0	0%
4	21 – 40	D	0	0%
5	0 – 20	E	0	0%
Jumlah			18	100%

Secara visual, pengetahuan tentang PHBS peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Diagram Batang Pengetahuan tentang PHBS Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten.

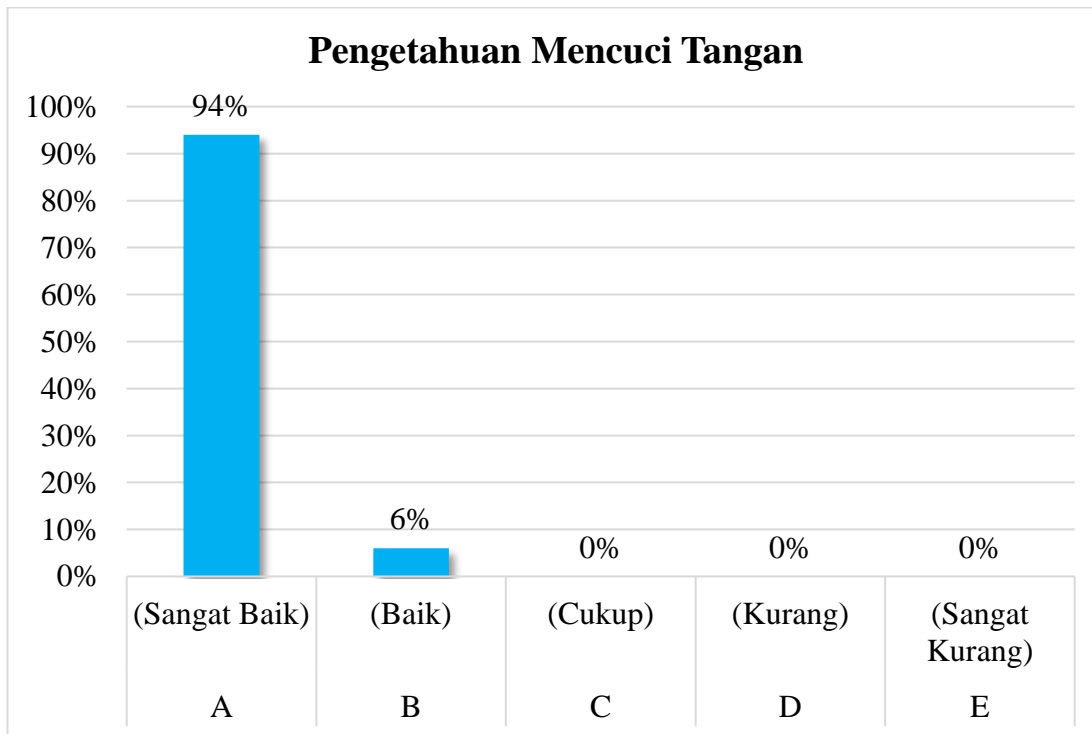
2. Pengetahuan Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten tentang Mencuci Tangan

Pengetahuan tentang mencuci tangan peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan diperoleh melalui kemampuan responden dalam menjawab 6 item pertanyaan yang terdapat pada nomor 1-6. Setiap jawaban item pertanyaan memiliki peluang skor 1 (jawaban benar) dan skor 0 (jawaban salah). Jumlah jawaban benar yang diperoleh masing-masing responden diklasifikasikan ke dalam pengkategorian pengetahuan tentang mencuci tangan peserta didik. Data selanjutnya dikategorikan sesuai dengan rumus yang pengkategoriannya dibagi menjadi lima yaitu: A (sangat baik), B (baik), C (cukup), D (kurang) dan E (sangat kurang).

Tabel 4. Pengetahuan tentang Mencuci Tangan Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten.

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	81 – 100	A	17	94%
2	61 – 80	B	1	6%
3	41 – 60	C	0	0%
4	21 – 40	D	0	0%
5	0 – 20	E	0	0%
Jumlah			18	100%

Tabel tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden mempunyai pengetahuan kebersihan mencuci tangan dengan kategori sangat baik yaitu sebanyak 17 peserta didik dan sebanyak 1 peserta didik memiliki kategori baik. Dapat disimpulkan bahwa pengetahuan tentang mencuci tangan pada peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten adalah sangat baik. Secara visual, pengetahuan tentang mencuci tangan pada peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten dapat digambarkan dalam diagram batang berikut ini.



Gambar 2. Diagram Batang Pengetahuan tentang Mencuci Tangan Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten.

3. Pengetahuan Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten tentang Kebersihan Kuku

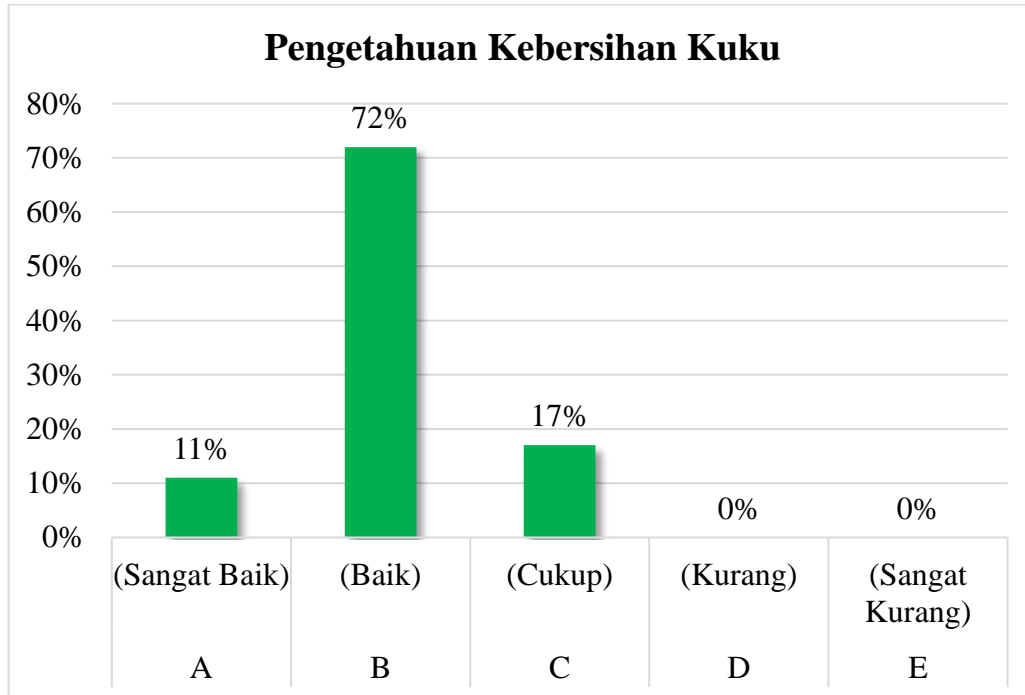
Pengetahuan tentang kebersihan kuku peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten diperoleh melalui kemampuan responden dalam menjawab 4 item pertanyaan yang terdapat pada nomor 7-10. Setiap jawaban item pertanyaan memiliki peluang skor 1 (jawaban benar) dan skor 0 (jawaban salah). Jumlah jawaban benar yang diperoleh masing-masing responden diklasifikasikan ke dalam pengkategorian pengetahuan tentang kebersihan kuku peserta didik. Data selanjutnya dikategorikan

sesuai dengan rumus yang pengkategorianya dibagi menjadi lima yaitu: A (sangat baik), B (baik), C (cukup), D (kurang) dan E (sangat kurang).

Tabel 5. Pengetahuan tentang Kebersihan Kuku Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten.

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	81 – 100	A	2	11%
2	61 – 80	B	13	72%
3	41 – 60	C	3	17%
4	21 – 40	D	0	0%
5	0 – 20	E	0	0%
Jumlah			18	100%

Tabel tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden mempunyai pengetahuan kebersihan kuku dengan kategori sangat baik yaitu sebanyak 2 peserta didik, sebanyak 13 peserta didik memiliki kategori baik, dan sebanyak 3 peserta didik memiliki kategori cukup. Dapat disimpulkan bahwa pengetahuan tentang kebersihan kuku pada peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten adalah baik. Secara visual, pengetahuan tentang kebersihan kuku pada peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten dapat digambarkan dalam diagram batang berikut ini.



Gambar 3. Diagram Batang Pengetahuan tentang Kebersihan Kuku Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten.

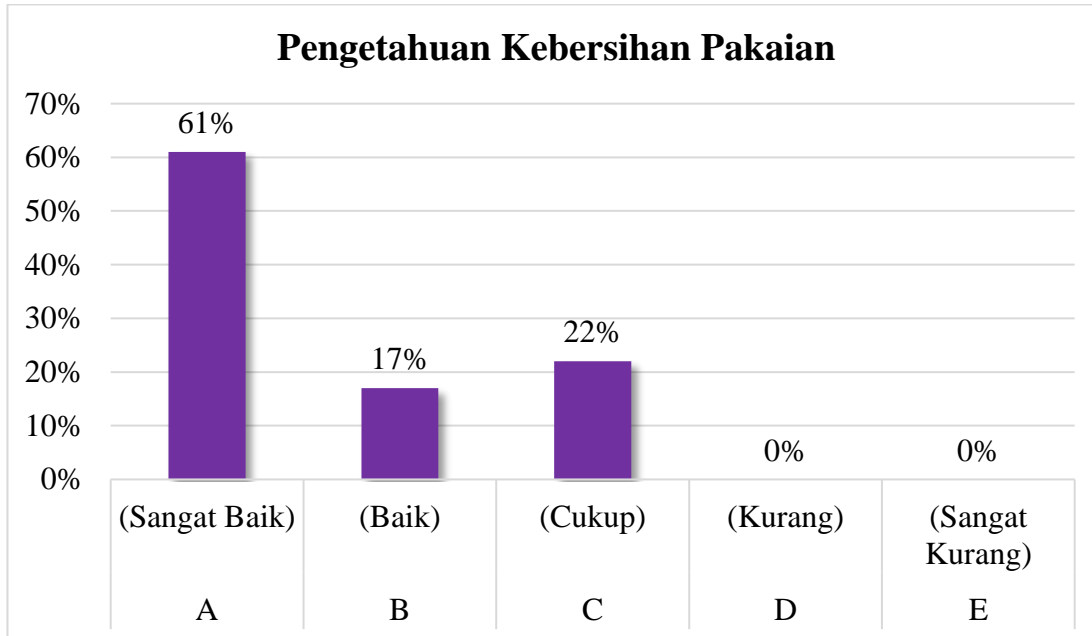
4. Pengetahuan Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten tentang Kebersihan Pakaian

Pengetahuan tentang kebersihan pakaian peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten diperoleh melalui kemampuan responden dalam menjawab 4 item pertanyaan yang terdapat pada nomor 11-14. Setiap jawaban item pertanyaan memiliki peluang skor 1 (jawaban benar) dan skor 0 (jawaban salah). Jumlah jawaban benar yang diperoleh masing-masing responden diklasifikasikan ke dalam pengkategorian pengetahuan tentang kebersihan pakaian peserta didik. Data selanjutnya dikategorikan sesuai dengan rumus yang pengkategorian dibagi menjadi lima yaitu: A (sangat baik), B (baik), C (cukup), D (kurang) dan E (sangat kurang).

Tabel 6. Pengetahuan tentang Kebersihan Pakaian Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten.

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	81 – 100	A	11	61%
2	61 – 80	B	3	17%
3	41 – 60	C	4	22%
4	21 – 40	D	0	0%
5	0 – 20	E	0	0%
Jumlah			18	100%

Tabel tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden mempunyai pengetahuan kebersihan pakaian dengan kategori sangat baik yaitu sebanyak 11 peserta didik, sebanyak 3 peserta didik memiliki kategori baik, dan sebanyak 4 peserta didik memiliki kategori cukup. Dapat disimpulkan bahwa pengetahuan tentang kebersihan pakaian pada peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten adalah sangat baik. Secara visual, pengetahuan tentang kebersihan pakaian pada peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten dapat digambarkan dalam diagram batang berikut ini.



Gambar 4. Diagram Batang Pengetahuan tentang Kebersihan Pakaian Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten.

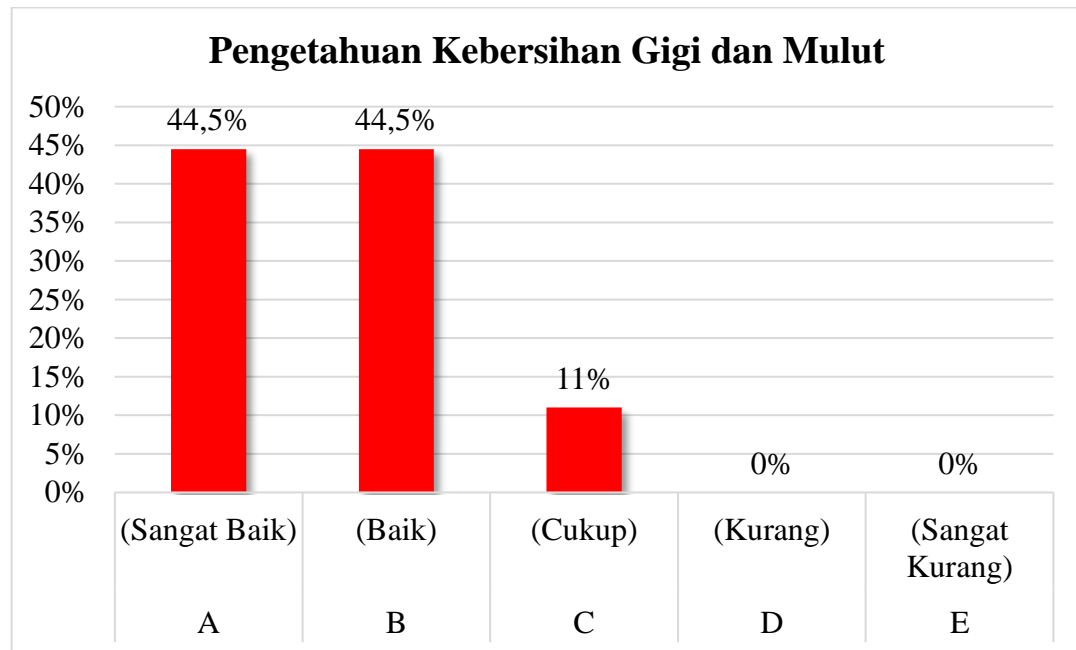
5. Pengetahuan Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten tentang Kebersihan Gigi dan Mulut

Pengetahuan tentang kebersihan gigi dan mulut peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten diperoleh melalui kemampuan responden dalam menjawab 4 item pertanyaan yang terdapat pada nomor 15-18. Setiap jawaban item pertanyaan memiliki peluang skor 1 (jawaban benar) dan skor 0 (jawaban salah). Jumlah jawaban benar yang diperoleh masing-masing responden diklasifikasikan ke dalam pengkategorian pengetahuan tentang kebersihan gigi dan mulut peserta didik. Data selanjutnya dikategorikan sesuai dengan rumus yang pengkategorianya dibagi menjadi lima yaitu: A (sangat baik), B (baik), C (cukup), D (kurang) dan E (sangat kurang).

Tabel 7. Pengetahuan tentang Kebersihan Gigi dan Mulut Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten.

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	81 – 100	A	8	44,5%
2	61 – 80	B	8	44,5%
3	41 – 60	C	2	11%
4	21 – 40	D	0	0%
5	0 – 20	E	0	0%
Jumlah			18	100%

Tabel tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden mempunyai pengetahuan kebersihan gigi dan mulut dengan kategori sangat baik yaitu sebanyak 8 peserta didik, sebanyak 8 peserta didik memiliki kategori baik, dan sebanyak 2 peserta didik memiliki kategori cukup. Dapat disimpulkan bahwa pengetahuan tentang kebersihan gigi dan mulut pada peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten adalah sangat baik. Secara visual, pengetahuan tentang kebersihan gigi dan mulut pada peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten dapat digambarkan dalam diagram batang berikut ini.



Gambar 5. Diagram Batang Pengetahuan tentang Kebersihan Gigi dan Mulut Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten.

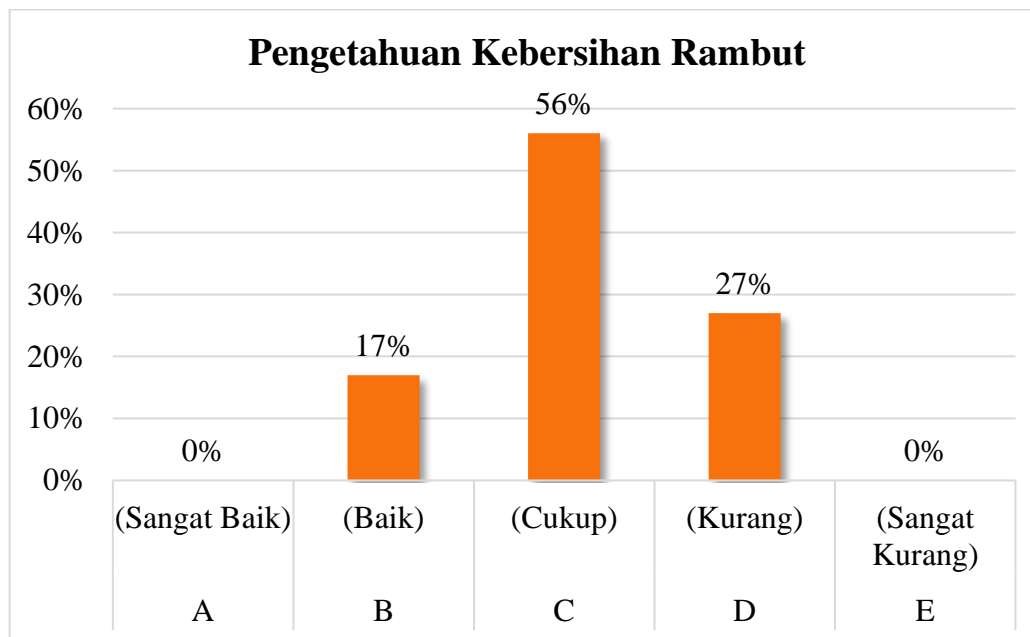
6. Pengetahuan Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten tentang Kebersihan Rambut

Pengetahuan tentang kebersihan rambut peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten diperoleh melalui kemampuan responden dalam menjawab 5 item pertanyaan yang terdapat pada nomor 19-23. Setiap jawaban item pertanyaan memiliki peluang skor 1 (jawaban benar) dan skor 0 (jawaban salah). Jumlah jawaban benar yang diperoleh masing-masing responden diklasifikasikan ke dalam pengkategorian pengetahuan tentang kebersihan rambut peserta didik. Data selanjutnya dikategorikan sesuai dengan rumus yang pengkategoriannya dibagi menjadi lima yaitu: A (sangat baik), B (baik), C (cukup), D (kurang) dan E (sangat kurang).

Tabel 8. Pengetahuan tentang Kebersihan Rambut Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten.

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	81 – 100	A	0	0%
2	61 – 80	B	3	17%
3	41 – 60	C	10	56%
4	21 – 40	D	5	27%
5	0 – 20	E	0	0%
Jumlah			18	100%

Tabel tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden mempunyai pengetahuan kebersihan rambut dengan kategori baik yaitu sebanyak 3 peserta didik, sebanyak 10 peserta didik memiliki kategori cukup, dan sebanyak 5 peserta didik memiliki kategori kurang. Dapat disimpulkan bahwa pengetahuan tentang kebersihan rambut pada peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten adalah kurang. Secara visual, pengetahuan tentang kebersihan rambut pada peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten dapat digambarkan dalam diagram batang berikut ini.



Gambar 6. Diagram Batang Pengetahuan tentang Kebersihan Rambut Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten.

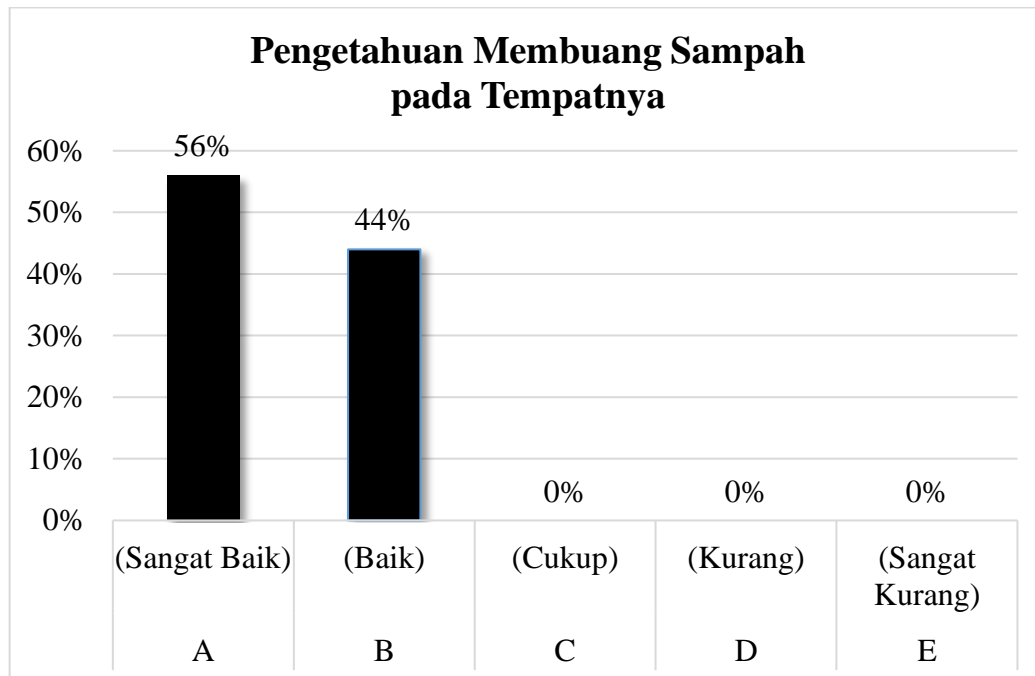
7. Pengetahuan Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten tentang Membuang Sampah pada Tempatnya

Pengetahuan tentang membuang sampah pada tempatnya pada peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten diperoleh melalui kemampuan responden dalam menjawab 7 item pertanyaan yang terdapat pada nomor 24-30. Setiap jawaban item pertanyaan memiliki peluang skor 1 (jawaban benar) dan skor 0 (jawaban salah). Jumlah jawaban benar yang diperoleh masing-masing responden diklasifikasikan ke dalam pengkategorian pengetahuan peserta didik tentang membuang sampah pada tempatnya. Data selanjutnya dikategorikan sesuai dengan rumus yang pengkategorian dibagi menjadi lima yaitu: A (sangat baik), B (baik), C (cukup), D (kurang) dan E (sangat kurang).

Tabel 9. Pengetahuan tentang Membuang Sampah pada Tempatnya pada Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten.

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	81 – 100	A	10	56%
2	61 – 80	B	8	44%
3	41 – 60	C	0	0%
4	21 – 40	D	0	0%
5	0 – 20	E	0	0%
Jumlah			18	100%

Tabel tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden mempunyai pengetahuan membuang sampah pada tempatnya dengan kategori sangat baik yaitu sebanyak 10 peserta didik, sebanyak 8 peserta didik memiliki kategori baik. Dapat disimpulkan bahwa pengetahuan tentang membuang sampah pada tempatnya pada peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten adalah sangat baik. Secara visual, pengetahuan tentang membuang sampah pada tempatnya pada peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten dapat digambarkan dalam diagram batang berikut ini.



Gambar 7. Diagram Batang Pengetahuan tentang Membuang Sampah pada Tempatnya pada Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten.

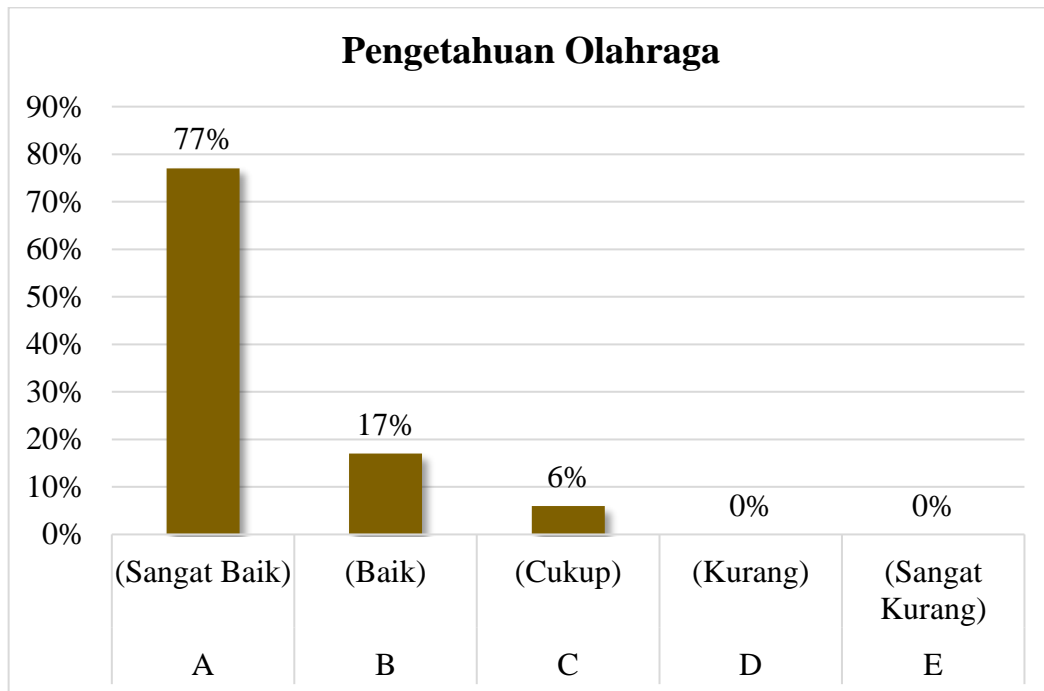
8. Pengetahuan Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten tentang Olahraga

Pengetahuan tentang olahraga peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten diperoleh melalui kemampuan responden dalam menjawab 6 item pertanyaan yang terdapat pada nomor 31-36. Setiap jawaban item pertanyaan memiliki peluang skor 1 (jawaban benar) dan skor 0 (jawaban salah). Jumlah jawaban benar yang diperoleh masing-masing responden diklasifikasikan ke dalam pengkategorian pengetahuan peserta didik tentang olahraga. Data selanjutnya dikategorikan sesuai dengan rumus yang pengkategorianya dibagi menjadi lima yaitu: A (sangat baik), B (baik), C (cukup), D (kurang) dan E (sangat kurang).

Tabel 10. Pengetahuan tentang Olahraga Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten.

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	81 – 100	A	14	77%
2	61 – 80	B	3	17%
3	41 – 60	C	1	6%
4	21 – 40	D	0	0%
5	0 – 20	E	0	0%
Jumlah			18	100%

Tabel tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden mempunyai pengetahuan olahraga dengan kategori sangat baik yaitu sebanyak 14 peserta didik, sebanyak 3 peserta didik memiliki kategori baik, dan sebanyak 1 peserta didik memiliki kategori cukup. Dapat disimpulkan bahwa pengetahuan tentang olahraga peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten adalah sangat baik. Secara visual, pengetahuan tentang olahraga peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten dapat digambarkan dalam diagram batang berikut ini.



Gambar 8. Diagram Batang Pengetahuan tentang Olahraga Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten.

B. Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil pada hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten tentang PHBS adalah sebagai berikut:

1. Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten

Berdasarkan hasil penelitian di atas dapat diketahui bahwa pengetahuan peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten sudah baik. Namun, mesti ada tambahan pengetahuan secara menyeluruh bagi peserta didik yang memang belum tahu sama sekali guna menambah pengetahuan serta meningkatkan sikap dan perilaku hidup

bersih dan sehat di sekolah. Hal ini perlu ditekankan bahwa pengetahuan dan hasil observasi di lapangan tidak seimbang, karena peserta didik yang memiliki pengetahuan PHBS yang baik belum tentu dipraktikkan.

Hal ini sesuai dengan keputusan Kemenkes RI (2011) yang menyatakan bahwa sasaran PHBS di institusi pendidikan terbagi dalam sasaran primer, sasaran, sekunder, dan sasaran tersier. Yang mana guru merupakan sasaran primer dan menjadi orang yang berperan penting dalam pemberian pengetahuan PHBS kepada peserta didik di sekolah. Anak yang mendapatkan pendidikan dan pembinaan sejak dini tentang PHBS, diharapkan bisa memiliki kebiasaan sehat, pengetahuan tentang PHBS, serta dapat bertanggungjawab untuk berperilaku sehat ketika anak tersebut beranjak dewasa. Perilaku kesehatan saat dewasa berhubungan dengan pendidikan kesehatan yang diterima seseorang ketika masih kecil. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) bersifat preventive terhadap penyakit. Memberikan pengetahuan kepada peserta didik sekolah dasar akan memiliki dampak dan akibat bagi kehidupan peserta didik, secara runtut alasan-alasan pentingnya PHBS perlu diberikan dimateri PHBS sehingga akan menjadikan peserta didik mengetahui dan mengaplikasikannya dengan sendirinya. Dengan demikian peserta didik akan terbiasa untuk selalu hidup bersih dan senantiasa menjaga kebersihan dirinya sendiri dan lingkungan.

2. Pengetahuan tentang Mencuci Tangan Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh tentang pengetahuan tentang mencuci tangan peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten dapat dikategorikan peserta didik yang memperoleh kategori sangat baik sebanyak 17 peserta didik dan kategori baik sebanyak 1 peserta didik. Dapat demikian dapat diartikan bahwa pengetahuan tentang mencuci tangan peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten adalah sangat baik. Hal tersebut dikarenakan setiap peserta didik memiliki kebiasaan mencuci tangan dalam kesehariannya terutama di lingkungan sekolah yang sudah tersedia tempat untuk mencuci tangan yang memadai. Pendekatan perubahan perilaku kesehatan peserta didik khususnya perilaku mencuci tangan pakai sabun dapat terjadi dengan adanya peran guru yang memberikan contoh atau suri tauladan dengan membiasakan menerapkan perilaku mencuci tangan di sekolah sehingga pada akhirnya akan menjadi perilaku yang membudaya di sekolah (Murwaningsih, 2016: 153).

Peran guru serta fasilitas pendukung sangat penting dalam menumbuhkan kebiasaan perilaku mencuci tangan peserta didik, karena peserta didik akan meniru apa yang dilakukan oleh guru dan juga dengan adanya fasilitas pendukung seperti tempat cuci tangan dan sabun, maka mendorong peserta didik untuk mencuci tangan dengan bersih.

3. Pengetahuan tentang Kebersihan Kuku Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh tentang pengetahuan tentang kebersihan kuku peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten dapat dikategorikan peserta didik yang memperoleh kategori sangat baik sebanyak 2 peserta didik, kategori baik sebanyak 13 peserta didik dan kategori cukup sebanyak 3 peserta didik. Dapat demikian dapat diartikan bahwa pengetahuan tentang kebersihan kuku peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten adalah baik. Hal tersebut membuktikan bahwa peserta didik menyadari apabila kuku yang panjang dapat menimbulkan kuku mudah dihindari virus dan bakteri yang menjadi penyebab penyakit diare. Hal tersebut dapat dicegah yaitu dengan memotong kuku yang sudah terlihat panjang. Selain itu peserta didik diajarkan untuk menjaga kebersihan anggota tubuh khususnya kuku untuk membersihkannya atau memotong kuku setiap hari Jumat di mana hari Jumat menjadi hari disunahkannya memotong kuku, namun bukan berarti kecuali hari Jumat tidak boleh memotong kuku akan tetapi hal tersebut bertujuan agar peserta didik senantiasa merawat dan membersihkan kuku agar menghindari kotoran menempel di kuku.

Menjaga kebersihan kuku ini penting dilakukan untuk mencegah kemungkinan masuknya tanah liat yang merupakan salah satu tempat hidup ataupun sumber penularan telur cacing. Ketika kuku dalam keadaan kotor akan mudah berkembang bibit penyakit di dalam kuku akibatnya dapat menimbulkan gangguan kesehatan.

Adapun gangguan kesehatan yang paling sering terjadi jika kuku kotor adalah infeksi cacingan (Jamilatun dkk, 2020: 88-94). Maka dari itu pentingnya peran guru dalam mengawasi kebersihan kuku peserta didiknya agar terhindar dari sumber penyakit.

4. Pengetahuan tentang Kebersihan Pakaian Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh tentang pengetahuan tentang kebersihan pakaian peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten dapat dikategorikan peserta didik yang memperoleh kategori sangat baik sebanyak 11 peserta didik, kategori baik sebanyak 3 peserta didik dan kategori cukup sebanyak 4 peserta didik. Dapat demikian dapat diartikan bahwa pengetahuan tentang kebersihan pakaian peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten adalah sangat baik. Namun pada kenyataannya masih terdapat beberapa peserta didik yang kurang mematuhi peraturan sekolah tentang cara berpakaian yang rapi dan bersih. Untuk itu peran guru diperlukan untuk mendisiplinkan peserta didiknya agar mematuhi cara berpakaian yang rapi dan bersih di sekolah.

Hal ini sesuai dengan peraturan yang dikeluarkan oleh Depkes RI (2007) yaitu setiap anak harus mengganti pakaian setiap hari atau bila sudah kotor dan badan sudah berkeringat. Selain itu hendaknya memakai pakaian yang bersih dan rapi serta sesuai ukurannya dengan badan dan jangan membiasakan menggunakan pakaian orang lain karena penyakit dapat ditularkan melalui pakaian. Aturan dan pengetahuan tentang cara berpakaian yang baik yang diberikan sejak dini sangat berguna dan berpengaruh

dalam kehidupan sehari-hari. Kebersihan dan kerapian pakaian di sekolah menjadi modal utama untuk menjadikan peserta didik berpenampilan baik. Keluarga pun juga berperan sangat penting dalam kebersihan berpakaian peserta didik.

5. Pengetahuan tentang Kebersihan Gigi dan Mulut Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh tentang pengetahuan tentang kebersihan gigi dan mulut peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten dapat dikategorikan peserta didik yang memperoleh kategori sangat baik sebanyak 8 peserta didik, kategori baik sebanyak 8 peserta didik dan kategori cukup sebanyak 2 peserta didik. Dapat demikian dapat diartikan bahwa pengetahuan tentang kebersihan gigi dan mulut peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten adalah sangat baik. Hal tersebut menunjukkan bahwa peserta didik paham akan pentingnya menjaga kebersihan gigi dan mulut yaitu dengan menggosok gigi setelah makan dan sebelum tidur karena gigi perlu dibersihkan dari sisa-sisa makanan yang tertinggal. Gigi dan mulut yang bersih maka mencegah sakit gigi, bau mulut, dan masalah gusi pada mulut. Berdasarkan pengkategorian pengetahuan kebersihan gigi dan mulut ada beberapa peserta didik memiliki kategori cukup, untuk itu guru perlu melakukan cara agar peserta didik sadar akan pentingnya menjaga kebersihan gigi dan mulut sehingga peserta didik dapat menerapkan di sekolah maupun di rumah.

Kesehatan gigi dan mulut erat kaitannya dengan kebersihan gigi dan mulut, karena kebersihan gigi dan mulut merupakan faktor dasar untuk mewujudkan kesehatan gigi dan mulut. Kebersihan gigi dan mulut dapat menentukan tingkat kesehatan gigi dan mulut seseorang. Mulut dapat dikatakan bersih apabila bersih dari plak dan kalkulus. Plak adalah suatu deposit lunak yang merupakan hasil akumulasi dan metabolisme dari bakteri yang melekat erat pada permukaan gigi. Kalkulus merupakan endapan keras yang terbentuk dari proses mineralisasi dari plak gigi. Menurut Rahayu (dalam Sherlyta dkk, 2017: 69-76), penyuluhan kesehatan gigi dan mulut pada anak sekolah dasar umur 6-12 tahun sangat penting karena pada anak usia tersebut adalah masa kritis, baik bagi pertumbuhan gigi geliginya juga bagi perkembangan jiwanya sehingga memerlukan berbagai metode dan pendekatan untuk menghasilkan pengetahuan, sikap, dan perilaku yang sehat khususnya kesehatan gigi dan mulut.

6. Pengetahuan tentang Kebersihan Rambut Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh tentang pengetahuan tentang kebersihan rambut peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten dapat dikategorikan peserta didik yang memperoleh kategori baik sebanyak 3 peserta didik, kategori cukup sebanyak 10 peserta didik dan kategori kurang sebanyak 5 peserta didik. Dapat demikian dapat diartikan bahwa pengetahuan tentang kebersihan rambut peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten adalah kurang. Keadaan

tersebut disebabkan karena setiap peserta didik kurang mengetahui bagaimana cara berkeramas dan merawat rambut dengan baik. Hal ini merupakan keadaan yang perlu diperhatikan oleh orang tua di rumah. Pengetahuan di sekolah yang diberikan juga sangat penting agar peserta didik mengetahui akibat dari tidak merawat kebersihan rambut. Karena menjaga kebersihan rambut sangat diperlukan dalam berperilaku hidup bersih dan sehat (Depkes RI, 2007). Adapun perhatian orang tua serta guru yang merupakan sasaran primer dan menjadi orang yang berperan penting dalam pemberian pengetahuan hidup bersih sehat termasuk pengetahuan tentang kebersihan rambut kepada peserta didik guna menghindari masalah seperti gatal-gatal dan rambut rontok (Kemenkes RI, 2011).

7. Pengetahuan tentang Membuang Sampah pada Tempatnya Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh tentang pengetahuan tentang membuang sampah pada tempatnya peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten dapat dikategorikan peserta didik yang memperoleh kategori sangat baik sebanyak 10 peserta didik dan kategori baik sebanyak 8 peserta didik. Dapat demikian dapat diartikan bahwa pengetahuan tentang membuang sampah pada tempatnya peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten adalah sangat baik. Hal tersebut menunjukkan bahwa peserta didik sudah mengetahui tentang cara mengelola sampah, dampak dari membuang sampah sembarangan, dan manfaat dari membuang sampah pada tempatnya.

Peran guru dalam membiasakan peserta didik berperilaku dan bertanggungjawab terhadap kebersihan lingkungan sekolah harus ditanamkan sedini mungkin kepada peserta didik, agar peserta didik mampu menjaga kebersihan lingkungan sekolah dengan kesadaran sendiri tanpa adanya perintah dari guru. Namun demikian, peran keluarga dan lingkungan juga sangat penting dalam mendidik anak agar anak terbiasa membuang sampah, dan mengurangi penggunaan plastik. Sehingga kerap pembelajaran di sekolah tidak manjur, karena tidak didukung oleh pembelajaran keluarga. Kesadaran dan pengetahuan yang lain tentang sampah juga perlu ditingkatkan lagi agar peserta didik dapat berkreasi dengan sampah yang bisa didaur ulang, untuk mengurangi penumpukan sampah.

Menumbuhkan kesadaran tentang kepedulian lingkungan dibutuhkan pengetahuan dan kebiasaan dalam menjaga kebersihan lingkungan. Melalui budaya membuang sampah pada tempatnya, secara tidak langsung akan memberikan dampak positif, baik bagi lingkungan maupun bagi manusia. Membudayakan membuang sampah pada tempatnya harus dibiasakan sejak dini. Pembiasaan tersebut dapat dimulai dari lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, dan lingkungan masyarakat (Ningsih dkk, 2018: 73-82).

8. Pengetahuan tentang Olahraga Peserta Didik Kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh tentang olahraga peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten dapat dikategorikan peserta didik yang memperoleh

kategori sangat baik sebanyak 10 peserta didik dan kategori baik sebanyak 8 peserta didik. Dapat demikian dapat diartikan bahwa pengetahuan tentang olahraga peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten adalah sangat baik. Hal tersebut menunjukkan bahwa peserta didik sudah mengetahui bahwa olahraga itu sangat penting dalam pendidikan di sekolah. Hampir semua peserta didik menyukai dan mengetahui manfaat olahraga yaitu membuat badan sehat, tidak lemas, dan menghilangkan rasa bosan di kelas.

Budaya hidup sehat dengan olahraga tentunya harus menjadi sebuah gaya hidup bagi setiap individu dalam segala usia tidak terkecuali usia dini. Untuk menerapkan budaya hidup sehat dengan berolahraga tentunya harus dimulai dari keluarga khususnya orang tua dengan mengajak anak sedini mungkin untuk berolahraga sehingga anak nantinya akan terbiasa melakukan aktivitas jasmani yang dilakukan oleh orang tuanya. Karena apabila anak mempunyai gerak yang cukup tentunya perkembangan motoriknya akan menjadi baik dan terhindar dari obesitas dan segala macam penyakit (Rubiyatno, 2014: 54-64).

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan peneliti pada peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten yang telah dipaparkan, maka dapat disimpulkan bahwa peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten sebanyak 61% atau 11 peserta didik masuk kategori sangat baik dan sebanyak 39% atau 7 peserta didik masuk kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan PHBS di sekolah pada peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten adalah baik. Namun, pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) masih perlu diberikan tambahan, agar peserta didik kelas V SD Aisyiyah Prambanan Klaten tidak hanya sekedar memiliki pengetahuan PHBS yang baik, namun juga dapat mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat, baik di lingkungan sekolah maupun lingkungan rumah.

B. Implikasi

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka implikasi dari penelitian ini adalah peserta didik sekolah dasar mampu menerapkan pengetahuan tentang PHBS di sekolah. Sepatutnya pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat yang dimiliki dapat diterapkan dengan baik sehingga dapat menciptakan lingkungan sekolah yang bersih dan sehat serta meningkatkan proses belajar mengajar.

C. Keterbatasan Penelitian

Meskipun telah diupayakan dengan sebaik-baiknya, akan tetapi penelitian ini masih tidak lepas dari keterbatasan dan kelemahan yang ada, antara lain:

1. Keterbatasan waktu peneliti dalam pengambilan data, karena waktu yang diberikan oleh pihak sekolah hanya sedikit.
2. Peserta didik dalam mengerjakan tes pengetahuan ini, masih ada yang ragu dengan pemikirannya sendiri atau pengetahuannya. Hal itu terbukti dengan masih adanya peserta didik yang mengganti jawaban.

D. Saran

Berkaitan dengan penelitian yang telah dilaksanakan yaitu tingkat pengetahuan peserta didik kelas V tentang PHBS di SD Aisyiyah Prambanan Klaten, maka peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Peserta didik SD Aisyiyah Prambanan Klaten disarankan untuk meningkatkan kesadaran tentang pentingnya budaya hidup sehat demi terciptanya kesehatan di lingkungan sekolah.
2. Manajemen kependidikan di SD Aisyiyah Prambanan Klaten disarankan mengadakan program rutin kebersihan sekolah untuk peserta didik. Hal tersebut dapat dilakukan melalui kegiatan bersih-bersih sekolah setiap hari Jumat. Kegiatan tersebut diharapkan bisa mendorong dan membiasakan peserta didik untuk selalu hidup bersih dan sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriasyah, Y & Desi, N.R. (2013). Penyuluhan dan praktik PHBS (perilaku hidup bersih sehat) dalam mewujudkan masyarakat desa peduli sehat. *Jurnal Inovasi dan Kewirausahaan*. Vol 2 (1). Hal: 45-50.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Budiman & Riyanto. (2013). *Kuesioner pengetahuan dan sikap dalam penelitian kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Depdiknas. (2006). *Permendiknas nomor 22 tahun 2006 tentang standarisasi sekolah dasar dan menengah*. Jakarta: Depdiknas.
- Depkes RI. (2007). *Pedoman pembinaan dan pengembangan usaha kesehatan sekolah*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pembinaan Masyarakat Keluarga.
- Ghazali, L. (2013). *Aplikasi, analisis multivariate dengan program imb spss 21 update pls regresi*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Hidayat, A.A. (2014). *Pengantar ilmu keperawatan anak edisi 2*. Jakarta: Salemba Medika.
- Idrus, M. (2009). *Metode penelitian ilmu sosial*. Yogyakarta: PT. Gelora Aksara Pratama.
- Indriastuti, D.R. (2021). *Buku saku membangun kepedulian masyarakat untuk berperilaku pola hidup bersih sehat*. Surakarta: Unisri Press.
- Jamilatun, M, dkk. (2020). Pemeriksaan kuku dan penyuluhan memotong kuku yang benar pada anak-anak di panti asuhan assomadiyyah. *Jurnal Abdidas*. Vol 1 (3). Hal: 88-94.
- Kemenkes RI. (2011). *Pedoman pembinaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes RI. (2016). *Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)*. Diambil pada tanggal 7 Januari 2022, dari <http://promkes.kemkes.go.id/PHBS>
- Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2013). *Peraturan menteri pendidikan dan kebudayaan nomor 67 tahun 2013 tentang kerangka dasar dan struktur kurikulum sekolah dasar/madrasah ibtidiyah*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.

- Meriyati. (2015). *Memahami karakteristik anak didik*. Bandar Lampung: Fakta Press.
- Mujiono & Sukartini. (2017). *Perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah*. Jakarta: Inspirator Academi.
- Murwaningsih, S. (2016). Penerapan cuci tangan pakai sabun di sdn kota karang bandar lampung. *Jurnal Nasional Kesehatan*. Vol 7 (2). Hal: 148-155.
- Ninsih, T.R, dkk. (2018). Pendidikan karakter peduli lingkungan melalui “program bebas sampah” di sd alam mahira kota bengkulu. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*. Vol 1 (1). Hal: 73-82.
- Notoatmodjo. (2007). *Prosedur penelitian pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurmahmudah, E, dkk. (2018). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak sekolah. *Jurnal Abdimas Umtas*. Vol 1 (3). Hal: 46-52.
- Pambudi, A.F. (2014). Analisis spektrum gaya mengajar divergen dalam implementasi kurikulum 2013. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Vol 10 (2). Hal: 49-54.
- Pariarti & Nur Aini, L. (2021). Kebersihan gigi dan mulut terhadap terjadinya karies pada anak sekolah dasar di makassar. *Jurnal Media Kesehatan Gigi*. Vol 20 (1). Hal:49-54.
- Perry & Potter. (2010). *Fundamental keperawatan*. Edisi 7. Vol 3. Jakarta: EGC.
- Promkes. (2016). *Perilaku hidup bersih sehat*. Diambil pada tanggal 30 Januari 2022, dari <http://promkes-depkas.go.id/perilaku-hidup-bersih-dan-sehat-di-sekolah>
- Purnami, W. (2020). Pengelolaan sampah di lingkungan sekolah untuk meningkatkan kesadaran ekologi siswa. *Jurnal Pendidikan IPA*. Vol 9 (2). Hal: 119-125.
- Rachmawati, W.C. (2019). *Promosi kesehatan dan ilmu perilaku*. Malang: Wineka Media.
- Raharjo, D.C & Apri, U.P.S. (2020). Pengaruh pengelolaan sampah di sekolah terhadap sikap peduli lingkungan siswa di sdn batan indah. *Jurnal Gentala Pendidikan Dasar*. Vol 5 (1). Hal: 1-11.
- Rubiyatno. (2014). Peranan aktivitas olahraga bagi tumbuh kembang anak. *Jurnal Pendidikan Olah Raga*. Vol 3 (1). Hal: 54-64.











- Sarwoto, Jonathan. (2006). *Metode penelitian kuantitatif dan kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sherlyta, M, dkk. (2017). Tingkat kebersihan gigi dan mulut siswa sekolah dasar negeri di desa tertinggal kabupaten bandung. *Jurnal Kedokteran Gigi Unpad*. Vol 29 (1). Hal: 69-76.
- Sriawan, Heri, Y.P & Riky, D. (2015). *Strategi pembelajaran calon guru pendidikan jasmani dalam pembentukan kepribadian siswadi sekolah dasar*. Laporan Penelitian. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sudijono, A. (2012). *Pengantar evaluasi pendidikan*. Jakarta: PT Raja.
- Sugiyono. (2001). *Metode penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2007). *Metodologi penelitian bisnis*. Jakarta: PT. Gramedia.
- Sugiyono. (2013). *Statistika untuk penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian kombinasi (mix methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Supriyatno, dkk. (2021). *Perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah untuk menyelenggarakan pembelajaran pada masa pandemi covid-19*. Jakarta: Kemendikbudristek.
- Sya'diyah, H, dkk. (2021). Penyuluhan kesehatan perilaku hidup bersih sehat dalam era pandemi covid-19 di sma hang tuah i daerah pesisir surabaya jawa timur. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*. Vol 4 (2). Hal: 185-197.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Kartu Bimbingan TAS

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

Nama Mahasiswa : Marita Sri Handayani
NIM : 18604221070
Program Studi : PGSD Penjas
Jurusan : PJSO
Pembimbing : Riky Dwihandaka, M.Or.

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda tangan Dosen Pembimbing
1.	9-02-2022	Penyerahan proposal kepada dosen pembimbing	
2.	14-02-2022	Pengajuan BAB I	
3.	16-02-2022	Pengajuan BAB II	
4.	18-02-2022	Pengajuan BAB III	
5.	23-02-2022	ACC penelitian	
6.	26-03-2022	Pengajuan BAB IV	
7.	30-03-2022	Pengajuan BAB V	
8.	11-04-2022	Bimbingan BAB I,II,III,IV,V	
9.	22-04-2022	Revisi BAB I,II,III,IV,V	
10.	26-04-2022	ACC sidang skripsi	

Mengetahui
Koord. Prodi PGSD-Penjas



Dr. Hari Wulianto, M.Kes.
NIP. 19670701 199412 1 001

Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian

SURAT IZIN PENELITIAN

<https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin/cetak-penelitian>



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN
TEKNOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : 856/UN34.16/PT.01.04/2022

2 Maret 2022

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

Yth. Kepala Sekolah SD Aisyiyah Prambanan
Jl. Sidomukti, Randusari, Kec. Prambanan, Kabupaten Klaten, Jawa Tengah 57454

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Marita Sri Handayani
NIM : 18604221070
Program Studi : Pgsd Pendidikan Jasmani - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : TINGKAT PENGETAHUAN SISWA TENTANG PERILAKU HIDUP BERSIH SEHAT (PHBS) SISWA KELAS V SD AISYIYAH PRAMBANAN KLATEN
Waktu Penelitian : Senin - Sabtu, 7 - 12 Maret 2022

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Dekan Bidang Akademik,

Tembusan :

1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.
NIP 19820815 200501 1 002



**MAJELIS PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH AISYIYAH
SD AISYIYAH PRAMBANAN**

Alamat : Sidomukti Rt 02/06, Randusari, Prambanan, Klaten Telp. 081 211 594 551
Email: sda.prambanan@gmail.com Kode Pos : 57454

SURAT KETERANGAN
NO: 16/SDA/III/2022

Yang bertanda tangan dibawah ini:

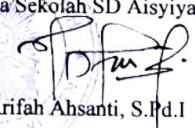
Nama : Nur Arifah Ahsanti, S.Pd.I
Jabatan : Kepala Sekolah
Satuan Pendidikan : Sekolah Dasar Aisyiyah Prambanan

Dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Marita Sri Handayani
NIM : 18604221070
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan
Program Studi : Pgsd Pendidikan Jasmani

Pada Hari Selasa – Sabtu Tanggal 7 -12 Maret 2022 telah melaksanakan penelitian di SD Aisyiyah Prambanan

Demikian surat keterangan ini dibuat, agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Prambanan, 21 Maret 2022
Kepala Sekolah SD Aisyiyah Prambanan

Nur Arifah Ahsanti, S.Pd.I
NIP. -

Lampiran 3. Hasil Uji Validitas

Hasil Uji Validasi Item-Total Statistics

Title
Number Of Item
Number Of Case

Instrumen
36
30

Item	Mean Correct	Point Biserial	Decision *
1	30.65	0.47	valid
2	28.69	0.53	valid
3	28.82	0.45	valid
4	28.69	0.53	valid
5	28.82	0.45	valid
6	31.00	0.53	valid
7	28.69	0.53	valid
8	28.69	0.53	valid
9	29.27	0.49	valid
10	32.30	0.48	valid
11	28.86	0.47	valid
12	28.96	0.53	valid
13	29.65	0.46	valid
14	29.42	0.43	valid
15	28.96	0.53	valid
16	30.00	0.47	valid
17	28.82	0.45	valid
18	29.42	0.43	valid
19	30.25	0.49	valid
20	30.21	0.45	valid
21	32.00	0.48	valid
22	29.15	0.44	valid
23	31.91	0.47	valid
24	29.44	0.49	valid
25	30.52	0.60	valid
26	29.91	0.53	valid
27	30.04	0.70	valid
28	30.24	0.53	valid
29	29.61	0.44	valid
30	29.36	0.46	valid
31	29.23	0.47	valid
32	29.19	0.46	valid
33	30.00	0.43	valid
34	30.33	0.44	valid
35	28.75	0.41	valid
36	28.82	0.45	valid
Reliability KR - 20			
* Valid : More than 0.3			

Lampiran 4. Hasil Uji Reliabilitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,871	,873	36

Lampiran 5. Instrumen Penelitian

INSTRUMEN PENGETAHUAN PHBS PESERTA DIDIK SD AISYIYAH

PRAMBANAN KLATEN

Nama :

No. Absen :

Kelas :

Pengetahuan Tentang PHBS

Petunjuk Pengisian:

- 1) Bacalah setiap pertanyaan dengan seksama, pilih salah satu jawaban yang benar.
 - 2) Berilah tanda silang (X) pada salah satu jawaban yang adik pilih benar, setiap pertanyaan hanya diisi satu jawaban.
-
1. Menurut adik-adik, apa singkatan PHBS ?
 - a. Pelaksanaan Hidup Bersih dan Sehat
 - b. Pelaksanaan Hidup Budaya Sehat
 - c. Perilaku Hidup Budaya Sehat
 - d. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat
 2. Di bawah ini, mana yang termasuk PHBS di Sekolah ?
 - a. Mencuci tangan sebelum makan
 - b. Membuang sampah sembarangan di lingkungan sekolah

- c. Meminjam pakaian milik teman
 - d. Memakai kamar mandi peserta didik tanpa membersihkannya
3. Apa manfaat mencuci tangan berdasarkan kesehatan?
- a. Agar terhindar dari kuman penyakit
 - b. Agar tidak dimarahi guru
 - c. Agar tidak dijauhi teman
 - d. Agar mendapat pujian
4. Kenapa anak mudah terserang penyakit cacangan?
- a. Karena kurang menjaga kebersihan diri sendiri
 - b. Karena makan-makanan bergizi
 - c. Karena berolahraga secara teratur
 - d. Karena mencuci tangan sebelum makan
5. Bagaimana cara mencuci tangan yang benar?
- a. Cukup dibilas dengan air saja
 - b. Cuci dengan air dan sabun
 - c. Hanya bagian kotor yang dicuci
 - d. Cukup cuci tangan sebelah kanan saja
6. Ada berapa cara mencuci tangan?
- a. 2
 - b. 3
 - c. 4

- d. 6
7. Bagaimana cara memelihara kebersihan kuku?
- a. Dikitek/ warnai
 - b. Dibuat panjang dan diwarnai
 - c. Dipotong sekali seminggu
 - d. Dibiarkan saja sampai panjang
8. Apa tujuan dari memelihara kebersihan kuku?
- a. Supaya kuku terlihat lebih menarik
 - b. Supaya kuku bersih dari kotoran dan kuman
 - c. Supaya kuku tampak indah
 - d. Supaya kuku tidak rapuh
9. Apa akibatnya jika tidak membersihkan kuku?
- a. Dapat menderita diare dan cacingan
 - b. Dapat menderita sariawan
 - c. Tubuh akan terasa lemas
 - d. Menjadi malas belajar
10. Apa akibat jika kuku terlalu panjang?
- a. Mudah untuk menggaruk kaki
 - b. Kuku terasa keras
 - c. Kuku akan patah dan berdarah
 - d. Kuku akan kotor dan susah dipotong

11. Mengapa harus mengganti pakaian setiap hari?
- Karena malu sama teman
 - Karena persediaan pakaian di rumah sangat banyak
 - Karena sudah kotor dan berkeringat
 - Karena bosan memakai pakaian yang sama
12. Apa manfaat jika memelihara kebersihan pakaian?
- Menjadi terkenal di sekolah
 - Dipuji oleh orang lain
 - Mempunyai banyak teman
 - Terlihat bersih dan terhindar dari penyakit kulit
13. Apa itu kebersihan berpakaian?
- Pakaian yang tidak berbau
 - Sering ganti-ganti pakaian
 - Pakaian yang tidak mudah luntur
 - Pakaian yang tidak sobek
14. Bagaimana cara berpakaian yang rapi di sekolah?
- Pakaian wangi dan warna-warni
 - Baju dimasukkan
 - Baju dikeluarkan
 - Celana/ rok di atas lutut
15. Apakah yang harus dilakukan agar gigi menjadi sehat?

- a. Menggosok gigi di pagi hari saja
 - b. Banyak makan makanan manis seperti permen
 - c. Menggosok gigi ketika gigi sudah berwarna kuning
 - d. Menggosok gigi sesudah makan dan sebelum tidur
16. Bagaimana menjaga agar gigi tidak linu?
- a. Menggigit makanan yang keras
 - b. Menggigit makanan yang tidak panas
 - c. Minum panas lalu dingin
 - d. Makan makanan yang panas
17. Apakah yang terjadi jika tidak memelihara kebersihan gigi dan mulut?
- a. Gigi tetap kokoh dan kuat
 - b. Mulut akan terasa segar
 - c. Gigi akan menjadi keropos dan berlubang
 - d. Mulut dan gigi terasa nyaman
18. Penyakit apa yang sering terjadi pada gigi dan mulut?
- a. Gusi membengkak
 - b. Perdarahan gusi
 - c. Sariawan dan gigi berlubang
 - d. Gusi bernanah
19. Kapan sebaiknya mengeramas rambut?
- a. Setiap hari

- b. Dua minggu sekali
 - c. Seminggu sekali
 - d. Minimal dua kali seminggu
20. Bagaimana agar rambut tetap sehat?
- a. Keramas dua kali seminggu secara teratur
 - b. Sering dipotong kalau sudah panjang
 - c. Disisir terus menerus
 - d. Diberi vitamin
21. Bagaimana cara merawat rambut?
- a. Disisir
 - b. Dibasahi jika gatal
 - c. Dipotong sudah panjang
 - d. Diwarnai
22. Apa akibat tidak menjaga kebersihan rambut?
- a. Rambut menjadi lembut
 - b. Rambut tidak berbau
 - c. Rambut gatal
 - d. Rambut kering
23. Rambut yang terkena hujan setelah itu dibiarkan saja akan mengakibatkan?
- a. Terdapat kutu
 - b. Banyak rambut yang kuat

- c. Rambut akan kering dan gimbal
 - d. Rambut cepat panjang
24. Apa manfaat membuang sampah pada tempatnya?
- a. Tidak dimarahi guru kelas
 - b. Akan banyak lalat yang berdatangan
 - c. Sekolah kurang penghijauan
 - d. Sekolah terlihat bersih dan rapi
25. Apa yang terjadi ketika penampungan sampah di sekolah dilakukan dengan baik?
- a. Hewan tikus akan mencari makan
 - b. Bebas dari lalat dan serangga
 - c. Penampungan akan meluap
 - d. Sampah akan banyak yang mencari
26. Sebelum masuk ke kelas apa yang sebaiknya dilakukan?
- a. Tidak memakai sepatu
 - b. Membasahi sepatu
 - c. Mengetap sepatu diluar dan mengusapkan sepatu di keset
 - d. Langsung masuk ke kelas tanpa keset dulu
27. Apakah yang dilakukan jika melihat sampah di laci meja?
- a. Membuang di tempat sampah
 - b. Membuang di lantai
 - c. Membiarkannya saja dan berbau

- d. Menyuruh teman untuk membuangnya
28. Bagaimana cara memusnahkan sampah organik?
- a. Dibuang di got
 - b. Disimpan di tas
 - c. Ditinggal di laci sekolah
 - d. Ditimbun di tanah
29. Apa akibat sampah yang tidak dimusnahkan?
- a. Gempa bumi
 - b. Longsor
 - c. Banjir
 - d. Kebakaran
30. Penyakit apa yang akan terjadi akibat sampah kaleng dan botol terdapat genangan air?
- a. Gatal-gatal
 - b. Demam berdarah
 - c. Sesak nafas
 - d. Batuk-batuk
31. Kenapa perlu melakukan olahraga?
- a. Bisa berkelahi dengan teman
 - b. Menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan
 - c. Diperhatikan oleh guru

- d. Menjadi anak yang kuat
32. Apa manfaat dari berolahraga?
- a. Merasa lemas
 - b. Badan terasa sakit
 - c. Badan bugar dan sehat
 - d. Membuat keluar keringat
33. Berapa kali sebaiknya melakukan olahraga?
- a. Satu bulan sekali
 - b. Tiga kali sehari
 - c. Tiga kali seminggu
 - d. tujuh kali seminggu
34. Apa yang disiapkan saat akan berolahraga di sekolah?
- a. Minum, makanan, dan payung
 - b. Sepatu, topi, dan baju olahraga
 - c. Seragam, sepatu, dan jaket
 - d. Sandal, baju olahraga, dan jam tangan
35. Apa akibat dari tidak pernah berolahraga?
- a. Badan selalu sehat
 - b. Makan banyak
 - c. Saling berkelahi
 - d. Kekebalan tubuh berkurang

36. Apa yang terjadi jika di sekolah tidak ada olahraga?

- a. Tidak merasa capek
- b. Tidak akan panas-panasan lagi
- c. Badan merasa lemas
- d. Akan lebih fokus belajar di kelas

Lampiran 6. Kunci Jawaban

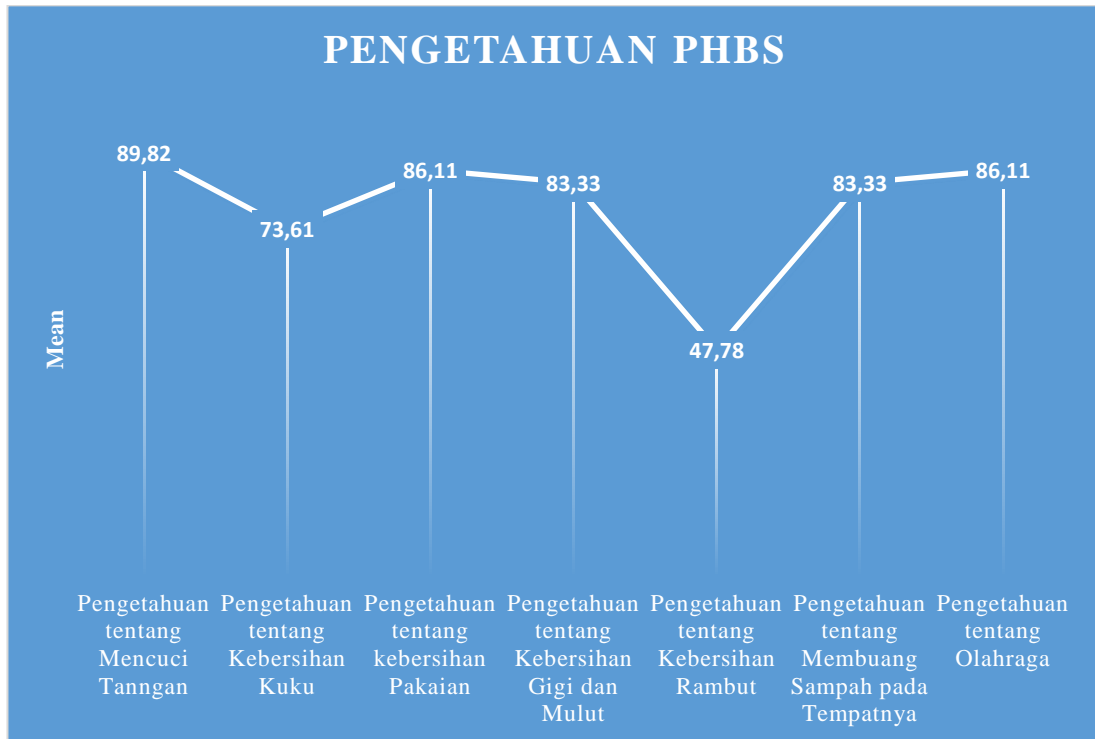
KUNCI JAWABAN

NO	JAWABAN	NO	JAWABAN	NO	JAWABAN
1.	D	13.	A	25.	B
2.	A	14.	B	26.	C
3.	A	15.	D	27.	A
4.	A	16.	B	28.	D
5.	B	17.	C	29.	C
6.	D	18.	C	30.	B
7.	C	19.	D	31.	B
8.	B	20.	A	32.	C
9.	A	21.	A	33.	C
10.	C	22.	C	34.	B
11.	C	23.	A	35.	D
12.	D	24.	D	36.	C

Lampiran 7. Tabulasi Pengkategorian

No	Kelas	Item 1	Item 2	Item 3	Item 4	Item 5	Item 6	Item 7	Item 8	Item 9	Item 10	Item 11	Item 12	Item 13
1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1
2	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1
3	5	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1
4	5	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1
5	5	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1
6	5	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1
7	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1
8	5	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0
9	5	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1
10	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0
11	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1
12	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1
13	5	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
14	5	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1
15	5	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0
16	5	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1
17	5	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1
18	5	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0

Lampiran 8. Grafik Pengetahuan PHBS



Lampiran 9. Deskriptif Statistik

Statistics

		Pengetahuan _PHBS	Pengetahuan _MencuciTan gan	Pengetahuan _Kebersihan Kuku	Pengetahuan _Kebersihan Pakaian	Pengetahuan _Kebersihan GigidanMulut	Pengetahuan _Kebersihan Rambut	Penget _Memb ampah empa
N	Valid	18	18	18	18	18	18	
	Missing	0	0	0	0	0	0	
	Mean	28,78	5,39	2,94	3,39	3,33	2,67	
	Median	29,00	5,00	3,00	4,00	3,00	3,00	
	Std. Deviation	1,833	,608	,539	,850	,686	1,029	
	Range	7	2	2	2	2	3	
	Minimum	25	4	2	2	2	1	
	Maximum	32	6	4	4	4	4	
	Sum	518	97	53	61	60	48	

Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian



