

**HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN
SEHAT (PHBS) DENGAN POLA PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT**
PESERTA DIDIK KELAS IV SD DI MI AL-HADI 2
KAPANEWON KASIHAN

TUGAS AKHIR SKRIPSI



Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar

Oleh:
HAFIS ANDY ANDARANICO
NIM 20604224053

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2025

**HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DENGAN POLA PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PESERTA DIDIK KELAS IV SD DI MI AL-HADI 2
KAPANEWON KASIHAN**

Hafis Andy Andaranico
NIM 20604224053

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk: (1) Mengetahui tingkat pengetahuan tentang PHBS terhadap peserta didik Kelas IV SD di MI Al-Hadi 2; (2) Mengetahui tingkat perilaku PHBS di sekolah pada peserta didik Kelas IV SD di MI Al-Hadi 2; (3) Mengetahui hubungan antara pengetahuan PHBS dengan pola perilaku hidup bersih dan sehat pada Kelas IV SD di MI Al-Hadi 2.

Penelitian ini adalah penelitian korelasional dengan pendekatan kuantitatif. Subjek utama pada penelitian ini adalah peserta didik kelas IV di MI Al-Hadi 2. Pengambilan data menggunakan instrumen tes pengetahuan PHBS dan angket pola hidup sehat dengan nilai validitas melebihi r tabel serta nilai reabilitas sebesar 0,934 dan 0,909. Dalam menganalisis hasil data penelitian menggunakan analisis deskriptif, uji normalitas, uji linieritas dan uji hipotesis *korelasi product moment* yang diolah menggunakan Microsoft excel 2019 dan SPSS versi 25.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Tingkat pengetahuan PHBS peserta didik kelas IV SD di MI Al-Hadi 2 berada pada kategori sedang; (2) Tingkat pola perilaku hidup sehat peserta didik kelas IV SD di MI Al-Hadi 2 berada pada kategori sedang; (3) Terdapat hubungan antara pengetahuan PHBS dengan pola perilaku hidup bersih dan sehat peserta didik kelas IV SD di MI Al-Hadi 2.

Kata Kunci: Pengetahuan PHBS, Pola perilaku hidup bersih dan sehat

**CORRELATION BETWEEN THE KNOWLEDGE IN THE CLEAN AND
HEALTHY LIFESTYLE (PHBS) AND THE PATTERN OF CLEAN AND
HEALTHY BEHAVIOR OF THE FOURTH GRADE STUDENTS OF
MI AL HADI 2, KASIHAN DISTRICT**

Hafis Andy Andaranico
NIM 20604224053

ABSTRACT

This research seeks to: (1) assess the level of knowledge regarding clean and healthy lifestyle (PHBS) among fourth grade students at MI Al-Hadi 2 (Al Hadi 2 Islamic Elementary School); (2) evaluate the level of PHBS behavior at school among fourth grade students of MI Al-Hadi 2; (3) investigate the correlation between the knowledge in PHBS and clean and healthy living behavior patterns of the fourth grade students at MI Al-Hadi 2.

This research employed a correlational design utilizing a quantitative methodology. This research mostly focused on fourth grade students at MI Al-Hadi 2. The data collection employed PHBS knowledge test instruments and healthy living surveys, which demonstrated validity values beyond the r table and reliability coefficients of 0.934 and 0.909, respectively. The research data was analyzed by using descriptive analysis, normality tests, linearity tests, and product moment correlation hypothesis tests, processed with Microsoft Excel 2019 and SPSS version 25.

The research findings indicate that: (1) the level of knowledge in PHBS among fourth grade students at MI Al-Hadi 2 is categorized as moderate; (2) The healthy lifestyle behavior patterns of fourth grade students at MI Al-Hadi 2 are also categorized as moderate; (3) A correlation exists between the level of knowledge in PHBS and clean, healthy lifestyle behavior patterns among fourth grade students at MI Al-Hadi 2.

Keywords: Knowledge of PHBS, Clean and Healthy Living Behavior Patterns

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Hafis Andy Andaranico
NIM : 20604224053
Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Judul Skripsi : Hubungan Antara Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan Pola Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Peserta Didik Kelas IV SD di MI Al-Hadi 2

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

Yogyakarta, 27 Desember 2024

Yang menyatakan,



Hafis Andy Andaranico
NIM. 20604224053

LEMBAR PERSETUJUAN

HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DENGAN POLA PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT SISWA KELAS IV SD DI MI AL-HADI 2 KAPANEWON KASIHAN

TUGAS AKHIR SKRIPSI



Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Tim Pengudi Tugas Akhir
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta

Tanggal: 21.2025

Koordinator Program Studi

Dosen Pembimbing

Prof. Dr. Hari Yuliarto, M.Kes.
NIP 196707011994121001

Dr. Ranintya Meikahani, M.Pd.
NIP 199205162019032027

LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DENGAN POLA PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PESERTA DIDIK KELAS IV SD DI MI AL-HADI 2 KAPANEWON KASIHAN

TUGAS AKHIR SKRIPSI



Yogyakarta, 30 Januari 2025
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,



Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, M.Or.
NIP. 197702182008010021Y

MOTTO

“Jangan pernah menyesali dengan apa yang pernah terlewat. Dan jangan bangga dengan apa yang kamu dapat, karena itu adalah takdir.”

(KH. Ahmad Bahauddin Nursalim)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya ini saya persembahkan untuk :

1. Orang tua saya tercinta, terima kasih yang begitu banyak untuk Bapak saya Yogo Hartanto dan Ibu saya Marsiti yang senantiasa memberikan cinta, doa, restu, dukungan, motivasi serta materi selama saya menimba ilmu di Universitas Negeri Yogyakarta sehingga saya sampai pada tahap ini. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan kesehatan kepada Bapak dan Ibu tercinta.
2. Adik saya Syifa Putri Salsabila, yang selalu mendoakan dan memberikan motivasi kepada saya setiap mengerjakan karya ini.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur senantiasa penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas kasih dan Karunia-Nya sehingga penyusunan Tugas Akhir Skripsi dapat terselesaikan dengan baik. Skripsi yang berjudul Hubungan Antara Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan Pola Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Peserta Didik Kelas IV SD di MI Al-Hadi 2 Kapanewon Kasihan ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh gelar sarjana Pendidikan.

Terselesaikannya Tugas Akhir Skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan peran berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, M.Or. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
2. Prof. Dr. Hari Yuliarto, M.Kes., selaku Koorprodi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar yang telah memberikan izin penelitian.
3. Dr. Ranintya Meikahani, M.Pd., dosen pembimbing tugas akhir skripsi yang selalu sabar membimbing dan memberikan semangat, dukungan serta arahan dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
4. Alfan Aliyafi, S.H.I., selaku kepala MI Al-Hadi 2 yang telah memberikan izin dan bantuan dalam pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
5. Semua pihak yang telah membantu kelancaran penyusunan skripsi yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semoga bantuan yang telah diberikan semua pihak dapat menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan kebaikan dari Allah SWT. Penulis berharap semoga Tugas Akhir Skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkan.

Yogyakarta, 27 Desember 2024

Penulis



Hafis Andy Andaranico

NIM. 20604224053

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
ABSTRAK	ii
<i>ABSTRACT</i>	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA	iv
LEMBAR PERSETUJUAN.....	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
MOTTO.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Batasan Masalah.....	7
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II KAJIAN TEORI.....	9
A. Kajian Teori	9
1. Pengetahuan.....	9
2. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)	12
3. Pola Perilaku Hidup Sehat (PHBS)	25
B. Hasil Penelitian yang Relevan	26
C. Kerangka Pikir	28
D. Hipotesis.....	29
BAB III METODE PENELITIAN.....	31
A. Jenis Penelitian.....	31
B. Tempat dan Waktu Penelitian	31

C. Populasi Penelitian.....	31
D. Sampel Penelitian.....	32
E. Definisi Operasional Variabel.....	32
F. Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian.....	33
G. Validitas Instrumen	38
H. Teknik Analisis Data.....	42
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	46
A. Deskripsi Hasil Penelitian.....	46
B. Pembahasan.....	60
C. Keterbatasan Penelitian.....	65
BAB V PENUTUP.....	66
A. Kesimpulan	66
B. Saran.....	66
DAFTAR PUSTAKA	68
LAMPIRAN	72

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Sampel Penelitian.....	32
Tabel 2. Pedoman skor instrumen tes pengetahuan PHBS	33
Tabel 3. Pedoman skor instrumen pola PHBS	34
Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen Variabel Pengetahuan PHBS	36
Tabel 5. Kisi-kisi Instrumen Variabel Pola PHBS	37
Tabel 6. Hasil uji validitas instrumen pola PHBS.....	39
Tabel 7. Hasil uji validitas instrumen pengetahuan PHBS	39
Tabel 8. Hasil Perhitungan <i>Cronbach's Alpha</i> Instrumen Pengetahuan PHBS....	41
Tabel 9. Hasil Perhitungan <i>Cronbach's Alpha</i> Instrumen Pola Hidup Sehat	42
Tabel 10. Kategori Persentase Data Tiap Indikator	43
Tabel 11. Nilai koefisien korelasi	45
Tabel 12. Hasil variabel pengetahuan aspek kebersihan diri	48
Tabel 13. Ringkasan Hasil aspek Kebersihan Pribadi	49
Tabel 14. Ringkasan Hasil Aspek Perilaku Sadar Gizi.....	50
Tabel 15. Ringkasan Hasil Aspek Perilaku Menyehatkan Lingkungan.....	51
Tabel 16. Ringkasan Hasil Variabel Pola Hidup Sehat.....	53
Tabel 17. Ringkasan Hasil Aspek Kebersihan Pribadi	54
Tabel 18. Ringkasan Hasil Aspek Perilaku Sadar Gizi.....	55
Tabel 19. Ringkasan Hasil Aspek Perilaku Menyehatkan Lingkungan.....	56
Tabel 20. Hasil Perhitungan Uji Normalitas	57
Tabel 21. Hasil Uji Linieritas.....	58
Tabel 22. Hasil Uji Korelasi.....	59

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Bagan Kerangka Pikir	29
Gambar 2. Hasil Perhitungan Variabel Pengetahuan PHBS	48
Gambar 3. Ringkasan Hasil Aspek Kebersihan Pribadi.....	49
Gambar 4. Ringkasan Hasil Aspek Kesadaran Gizi.....	50
Gambar 5. Ringkasan Hasil Aspek Perilaku Menyehatkan Lingkungan	51
Gambar 6. Hasil Pola Perilaku Hidup Sehat	53
Gambar 7. Hasil Aspek Kebersihan Pribadi	54
Gambar 8. Hasil Aspek Perilaku Sadar Gizi	55
Gambar 9. Hasil Aspek Perilaku Menyehatkan Lingkungan.....	56
Gambar 10. Dokumentasi Pengambilan Data Penelitian	96
Gambar 11. Dokumentasi Pengambilan Data Penelitian	96

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Izin Penelitian.....	73
Lampiran 2. Formulir Bimbingan Skripsi	74
Lampiran 3. Instrumen Tes Pengetahuan PHBS.....	75
Lampiran 4. Instrumen Pola PHBS	77
Lampiran 5. Isian Instrumen Tes Pengetahuan PHBS dan Pola PHBS	79
Lampiran 6. Hasil Tes pengetahuan PHBS	83
Lampiran 7. Hasil Tes Pengetahuan PHBS Aspek Kebersihan Diri.....	85
Lampiran 8. Hasil Tes Pengetahuan PHBS Aspek Kesadaran Gizi.....	86
Lampiran 9. Hasil Tes Pengetahuan PHBS Aspek Menyehatkan Lingkungan	87
Lampiran 10. Hasil Perhitungan Angket Pola PHBS.....	88
Lampiran 11. Hasil Tes Pola PHBS Aspek Kebersihan Diri	90
Lampiran 12. Hasil Tes Pola PHBS Aspek Kesadaran Gizi	91
Lampiran 13. Hasil Tes Pola PHBS Aspek Menyehatkan Lingkungan.....	92
Lampiran 14. Bagan Hasil Skor Pengetahuan PHBS.....	93
Lampiran 15. Bagan Hasil Skor Pola Perilaku Hidup Bersih dan Sehat	94
Lampiran 16. Hasil Uji Korelasi	95
Lampiran 17. Foto Penelitian.....	96

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan adalah hak siapapun agar mampu menjalankan berbagai kegiatan sehari-hari. Lingkungan yang higienis dan sehat menjadi keinginan utama bagi setiap individu. Dengan adanya lingkungan yang sehat dan higenis, masyarakat dapat meningkatkan tingkat kesehatan masyarakat. Kesehatan masyarakat menjadi hal yang krusial, kesehatan sendiri diatur dalam undang-undang bahwasanya negara menjamin kesehatan penduduknya. Dalam UUD 1945 Pasal 28 H ayat (1), setiap individu memiliki hak atas kesejahteraan lahir dan batin, tempat tinggal, lingkungan hidup yang layak dan sehat, serta akses terhadap pelayanan kesehatan yang menjadi tanggung jawab negara untuk menyediakannya.

Indonesia sebagai yang mempunyai jumlah penduduk sangat besar mempunyai berbagai permasalahan kesehatan global. Tantangan tersebut meliputi pandemi penyakit menular, peningkatan kasus penyakit degeneratif, dampak perubahan iklim, permasalahan kesehatan lingkungan, isu kesehatan ibu dan anak, serta masalah kesehatan di lingkungan kerja. Upaya mengatasi permasalahan kesehatan masyarakat memerlukan kolaborasi lintas sektor dengan melibatkan berbagai pihak dan elemen masyarakat guna mewujudkan kehidupan yang lebih sehat. Anak berusia 6 sampai 12 tahun menjadi masa peralihan atau *middle childhood*. Pada masa inilah usia-usia yang rawan terhadap penyakit. Berdasarkan Profil

Kesehatan Indonesia tahun 2015 terkait kemampuan sekolah untuk melaksanakan PHBS, telah mencapai 49,41%.

Data memperlihatkan bahwasanya terdapat banyak penyakit yang dapat menjangkit anak usia sekolah akibat kurangnya implementasi PHBS. Berdasarkan laporan Riskesdas tahun 2018, permasalahan kesehatan yang biasanya dialami anak usia sekolah meliputi diare (12,3%), ISPA (4,4%), dan malaria (0,4%). Selain itu, data perilaku anak-anak di Indonesia memperlihatkan bahwasanya 93,2% sudah mempunyai kebiasaan menyikat gigi setiap hari, tetapi hanya 1,4% yang menjalankannya secara tepat. Anak usia sekolah sebanyak 78,1% mengkonsumsi makanan bumbu berpenyedap lebih dari 1 kali sehari.

Data anak usia sekolah yang mengkonsumsi minuman softdrink atau minuman berkarbonasi sebanyak 3,1%. Sebanyak 10,7% anak usia sekolah rutin mengkonsumsi mie instan setiap harinya. Penggunaan jamban untuk melaksanakan BAB sudah cukup tinggi yaitu sebesar 89,6%. Kebiasaan mencuci tangan anak-anak usia sekolah mempergunakan sabun dengan air mengalir sebanyak 46%. Masih banyak anak usia sekolah yang kurang melaksanakan aktivitas fisik baik sedang maupun berat yaitu sebanyak 59,1%.

Pemerintah telah mengupayakan untuk mempublikasikan sadar akan kesehatan pada masyarakat, contohnya yakni Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). PHBS ialah rangkaian tindakan yang dilaksanakan sebagai hasil dari proses pembelajaran. PHBS bertujuan untuk memberdayakan

individu, keluarga, organisasi, atau masyarakat supaya dapat menjaga kesehatannya secara mandiri serta berperan aktif mencapai kesehatan masyarakat secara keseluruhan (Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 2269 Tahun 2011 tentang Pedoman Pembinaan Perilaku Bersih dan Sehat).

PHBS dapat diterapkan di beragam elemen masyarakat termasuk di lingkungan sekolah. Usia SD menjadi masa yang tepat dalam mengajarkan nilai-nilai PHBS, karena pada usia ini anak-anak lebih mudah menerima pembelajaran dan kebiasaan baru. Dengan membiasakan PHBS sejak dini, anak-anak dapat berperan sebagai memperkenalkan perilaku sehat agar mewujudkan komunitas yang lebih sehat dan berkualitas. Berdasarkan portal data Kemendikbud Ristek tahun 2024 terdapat 24 juta peserta didik SD di Indonesia, hal ini menjadi yang terbanyak daripada jenjang sekolah lainnya.

Pembentukan perilaku hidup sehat pada anak sekolah dasar dipengaruhi oleh sikap, fasilitas, dukungan sekolah, dukungan keluarga, dan tingkat pengetahuan. Faktor-faktor ini berperan penting dalam meningkatkan PHBS di sekolah (Suryani, 2017, p. 20). Manfaat PHBS di sekolah yakni mewujudkan lingkungan sekolah yang bersih dan sehat, melindungi seluruh warga sekolah dari risiko penyakit, mendorong motivasi belajar yang berpengaruh positif pada prestasi peserta didik, memperkuat citra sekolah, memikat orang tua, meningkatkan reputasi pemerintah daerah terkait faktor pendidikan, serta menjadi model sekolah sehat bagi wilayah lain (Ardinansyah, Surachmin, & Umniyati, 2021, p. 636).

PHBS tercakup dalam Kurikulum Merdeka pada mata pelajaran PJOK Fase B, khususnya pada elemen pemanfaatan gerak. Di akhir Fase B, peserta didik diharapkan mampu menerapkan prosedur dan mempraktikkan latihan kebugaran jasmani dengan intensitas ringan hingga sedang. Peserta didik juga diharapkan dapat mengadopsi pola hidup sehat, seperti beraktivitas fisik, beristirahat, mengisi waktu luang secara produktif, serta memilih makanan bergizi seimbang. Selain itu, peserta didik diharapkan mampu menerapkan prosedur pemeliharaan kesehatan alat reproduksi serta menjaga kesehatan.

Pengetahuan termasuk tolok ukur untuk mendorong PHBS di sekolah, di mana pengetahuan tersebut merupakan hasil pemahaman seseorang yang hanya menjawab pertanyaan 'apa', seperti apa itu air, manusia, alam, dan lainnya. Pengetahuan muncul setelah seseorang melaksanakan persepsi terhadap suatu objek melalui pancaindra. Mayoritas pengetahuan manusia didapatkan dari indera mata dan telinga.

Pengetahuan juga termasuk aspek penting yang mempengaruhi perilaku individu. Semakin tinggi pengetahuannya, maka semakin baik perilaku yang ditampilkan, serta sikap yang diperlihatkan cenderung bersifat positif. Sama halnya dengan pendapat yang dikemukakan oleh Yuliza & Herlina (2023, p. 888) yang menyatakan bahwasanya anak dengan pengetahuan yang baik akan berperilaku baik, maka semakin baik juga perlakunya, terutama terkait dengan PHBS. Namun, realitas di lapangan memperlihatkan bahwasanya beberapa orang dengan pengetahuan yang

baik belum tentu melaksanakan tindakan sesuai pengetahuannya. Banyak orang yang mempunyai pemahaman lebih baik justru melaksanakan perilaku negatif karena tidak menerapkan pengetahuannya dalam aktivitas sehari-hari.

Peneliti melakukan pengambilan data awal di MI Al-Hadi 2 dikarenakan sekolah tersebut adalah satu-satunya MI di Kalurahan Bangunjiwo Kapanewon Kasihan, sehingga peneliti tertarik untuk mengetahui PHBS peserta didik di sekolah tersebut. Sebagai upaya untuk mendukungnya PHBS di MI Al-Hadi 2 yaitu tersedianya Unit Kesehatan peserta didik (UKS), wastafel untuk tempat cuci tangan, kantin sekolah, tersedianya tempat sampah dan kamar mandi yang memadai. Selain itu sekolah rutin mengadakan Jumat bersih setiap satu bulan sekali untuk mencegah penyakit berkembang di sekolah. Meskipun demikian, ketika dilaksanakan observasi masih ditemukan kendala terkait faktor makanan. Kantin sekolah masih menjual camilan yang mengandung bahan pengawet, perasa, dan pewarna mencolok, sehingga membuat peserta didik mengonsumsi makanan kurang sehat di lingkungan sekolah. Walaupun sudah disediakan kantin, pedagang makanan keliling sering memasuki area sekolah di jam istirahat kedua yang menjajakan makanan berwarna, berpenyedap dan berminyak.

Saat dilaksanakan wawancara dengan 10 peserta didik, didapatkan sebanyak 6 peserta didik yang kurang mengetahui cara mencuci tangan. Semua peserta didik mengetahui cara mencuci tangan dan waktu

penerapannya, walaupun beberapa diantaranya kurang lancar ketika memberi penjelasan atau menerapkannya. Namun, ketika ditanya tentang frekuensi mereka melakukannya sehari-hari, delapan peserta didik mengaku jarang mencuci tangan secara tepat. Mereka hanya membasahi tangan, mempergunakan sabun jika tersedia, lalu menggosok sebentar dan membilasnya. Selain dari hasil wawancara tersebut, juga dilaksanakan observasi yang terlihat ada 2 toilet peserta didik yang kotor dan cukup berbau. Ketika dilaksanakan wawancara terkait penggunaan toilet yang benar, 6 dari 8 peserta didik mampu menjawab bahwasanya melaksanakan buang air kecil harus di jamban dan usai mempergunakan toilet baiknya disiram sampai tidak berbau. Sampah-sampah masih ada yang terlihat berserakan di depan kelas dan di halaman sekolah. Padahal sekolah di setiap kelas dan sudut sekolah sudah disediakan tempat sampah.

Berdasarkan uraian tersebut peneliti tertarik melaksanakan penelitian berjudul “Hubungan Antara Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan Pola Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Peserta Didik Kelas IV SD di MI Al-Hadi 2 Kapanewon Kasihan”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan penjelasan tersebut, maka dapat diidentifikasi permasalahan berikut:

1. Adanya lingkungan yang tidak sesuai prinsip sekolah sehat, seperti sampah di halaman sekolah, makanan berpengawet dan toilet yang berbau.

2. Masih ditemukan peserta didik yang tidak mengimplementasikan pola hidup sehat di MI Al-Hadi 2 walaupun sudah memperoleh pengetahuan terkait PHBS.

C. Batasan Masalah

Peneliti menetapkan ruang lingkup permasalahan dalam penelitian ini agar lebih fokus, yakni hubungan antara pengetahuan (PHBS) dengan pola PHBS peserta didik kelas IV SD di MI Al-Hadi 2 Kapanewon Kasihan.

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian ini yakni “Adakah hubungan antara pengetahuan PHBS dengan pola PHBS Peserta Didik kelas IV SD di MI Al-Hadi 2 Kapanewon Kasihan?”

E. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Hubungan Antara Pengetahuan PHBS dengan Pola PHBS Peserta Didik Kelas IV SD di MI Al-Hadi 2 Kapanewon Kasihan.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat pengetahuan PHBS terhadap peserta didik kelas IV SD di MI Al-Hadi 2 Kapanewon Kasihan.
- b. Mengetahui tingkat perilaku PHBS di sekolah pada peserta didik kelas IV SD di MI Al-Hadi 2 Kapanewon Kasihan.
- c. Mengetahui hubungan antara pengetahuan PHBS dengan Pola PHBS pada Kelas IV SD di MI Al-Hadi 2 Kapanewon Kasihan.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Peneliti berharap perolehan penelitian ini dapat meningkatkan wawasan terkait hubungan pengetahuan PHBS dengan pola PHBS pada peserta didik kelas IV SD di MI Al-Hadi 2 Kapanewon Kasihan.

2. Manfaat Praktis

a. Untuk Peserta Didik

Diharapkan mampu menjadi dorongan untuk menerapkan gaya hidup sehat dalam aktivitas sehari-hari.

b. Untuk Guru PJOK

Diharapkan dapat menjadi bahan acuan untuk mengembangkan dan meningkatkan kualitas pendidikan dan kesehatan peserta didik.

c. Untuk Peneliti Berikutnya

Sebagai rujukan tambahan dan kontribusi pemikiran dalam pengembangan ilmu pengetahuan, sehingga dapat mendukung penelitian terkait hubungan antara pemahaman PHBS dan pola PHBS di sekolah.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Pengetahuan

a. Pengertian

Suriasumantri dalam Gustina (2020, p. 49) menyatakan bahwa, pengetahuan ialah hasil pemahaman manusia yang terbentuk dari interaksi antara subjek dan objek. Sementara itu, Octaviana & Reza (2021, p. 144) menyatakan bahwasanya pengetahuan merupakan fondasi utama kemajuan suatu bangsa, yang berawal dari perhatian masyarakat terhadap ilmu. Pengetahuan muncul dari rasa ingin tahu manusia terhadap berbagai hal melalui metode dan alat tertentu (Darsini, 2019, p. 96).

Pengetahuan mencakup segala upaya, metode, dan hasil yang diperoleh dari proses memahami sesuatu. Secara mendasar, pengetahuan adalah hasil dari aktivitas mengenali dan mempelajari objek tertentu, baik berupa hal maupun peristiwa. Berdasarkan pandangan para ahli, dapat disimpulkan bahwasanya pengetahuan ialah elemen utama dalam eksistensi manusia, sebab pengetahuan merupakan output dari proses berpikir manusia.

b. Jenis-jenis Pengetahuan

Octaviana & Reza (2021, pp. 148-149) menyatakan bahwasanya terdapat beberapa jenis pengetahuan, misalnya:

1) Pengetahuan biasa

Pengetahuan, atau yang sering disebut *common sense*, adalah pemahaman yang diperoleh melalui kesadaran dan akal sehat. Pengetahuan ini meliputi kemampuan menyerap, memahami, serta mengambil kesimpulan atau keputusan secara langsung terkait suatu objek yang dipelajari.

2) Pengetahuan agama

Pengetahuan agama ialah pemahaman yang berisi ajaran serta kepercayaan kepada tuhan yang didapatkan dari wahyu Tuhan. Pengetahuan agama sifatnya tetap serta harus ditaati seluruh pemeluknya.

3) Pengetahuan filsafat

Pengetahuan filsafat ialah pemahaman yang bersifat spekulatif dan diperoleh melalui perenungan mendalam. Pengetahuan ini menekankan aspek universalitas dan kedalaman kajian terhadap objek yang dipelajari.

4) Pengetahuan ilmiah

Pengetahuan ilmiah adalah pemahaman yang berbasis bukti, disusun secara sistematis dengan suatu metode khusus. Pengetahuan ini didapatkan dari observasi, eksperimen, dan

klasifikasi, sehingga sering disebut sebagai ilmu atau ilmu pengetahuan.

c. Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

1) Faktor Internal

a) Pendidikan

Pendidikan ialah proses terencana yang bertujuan membantu individu atau kelompok dalam mengembangkan cara pandang, sikap, dan keterampilan hidup, baik secara fisik, psikis, atau sosial. (Ridwan, 2021; p. 130).

b) Umur

Dari perspektif kepercayaan masyarakat, individu yang lebih matang biasanya dipandang lebih dapat diandalkan dibanding yang belum mencapai tingkat kematangan tinggi.

Usia memengaruhi kemampuan berpikir dan daya tangkap seseorang. Fitriyani dalam Nengah (2021, p. 2) menyatakan, seiring pertambahan usia, serta perkembangan pola pikir dan kemampuan seseorang dalam menangkap informasi, pengetahuan yang didapatkan pun bertambah. Selain itu, bertambahnya usia juga meningkatkan tingkat kematangan dan ketangguhan seseorang.

2) Faktor Eksternal

a) Lingkungan

Lingkungan mencakup berbagai hal di sekeliling individu yang akan memengaruhi perilaku individu maupun kelompok. Lingkungan juga berperan dalam proses masuknya pengetahuan ke dalam diri seseorang yang ada di dalamnya.

b) Informasi

Salah satu faktor yang membantu seseorang mendapatkan pengetahuan adalah informasi dari berbagai sumber. Individu dengan akses informasi lebih luas cenderung mempunyai pengetahuan lebih mendalam. Secara umum, akses informasi yang semakin mudah akan mempercepat seseorang mendapatkan pengetahuan baru.

2. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

a. Definisi PHBS

Sapalas (2022, p.2) menyatakan bahwa PHBS ialah kebiasaan sehat yang dilaksanakan secara sadar, sehingga setiap bagian dari keluarga dapat menerapkannya secara mandiri dan ikut berpartisipasi dalam kegiatan kesehatan di lingkungan masyarakat. Sementara itu, Hayati (2020, p. 12) mengemukakan bahwasanya PHBS merupakan perilaku individu yang dilaksanakan secara sadar untuk meningkatkan kesehatan diri sekaligus menciptakan

lingkungan yang sehat. Perilaku ini perlu dijalankan secara rutin setiap hari.

Indikator PHBS di sekolah mencakup beberapa aspek, diantaranya mencuci tangan mempergunakan air bersih mengalir dan sabun, kondumsi makanan dari kantin atau warung sekolah yang aman, mempergunakan toilet yang bersih, rutin berolahraga secara teratur, membasmi sarang nyamuk, serta membuang sampah di tempat sampah (Dinkes DIY, 2010, p. 3).

Berdasarkan pendapat di atas dapat diambil kesimpulan PHBS adalah tindakan mempertahankan kesehatan diri sendiri dengan menjalankan kebiasaan hidup sehat, menghindari perilaku yang berisiko terjadinya penyakit, serta menjaga kebersihan lingkungan sekitar. PHBS sendiri bertujuan agar kualitas hidup dapat ditingkatkan dan mewujudkankan lingkungan yang sehat dan terhindar dari penyakit menular.

Pada pelaksanaan PHBS, terdapat beberapa pihak yang memiliki keterlibatan sebagai bagian dari tempat beraktivitas. Pentingnya bagi masyarakat untuk dapat memahami perilaku-perilaku yang harus dilaksanakan dalam menunjang kesehatan masyarakat itu sendiri sesuai dengan tempat beraktivitas, terutama di sekolah bagi peserta didik.

PHBS di sekolah ialah usaha melibatkan peserta didik, guru, dan komunitas sekolah untuk menerapkan gaya hidup sehat

(Kartika, 2021, p. 80). Perilaku tersebut bertujuan mendorong kebiasaan hidup sehat demi terwujudnya sekolah yang sejahtera serta mewujudkan lingkungan bersih, sehat, dan mendukung proses belajar yang nyaman.

b. Tatapan dan Indikator PHBS

Secara nasional, PHBS di sekolah mencakup 8 indikator, yaitu:

- (1) mencuci tangan dengan air bersih mengalir mempergunakan sabun;
- (2) mengonsumsi jajanan sehat di kantin;
- (3) mempergunakan toilet yang bersih dan layak;
- (4) rutin berolahraga;
- (5) membasmi jentik nyamuk;
- (6) tidak merokok di lingkungan sekolah;
- (7) menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap 6 bulan; serta
- (8) membuang sampah di tempatnya

(Kemenkes RI, 2011 p. 18).

Pada anak usia SD, pengukuran tinggi badan dan penimbangan berat badan sebaiknya dilaksanakan setidaknya setiap 6 bulan. Perihal tersebut karena rentang usia 6 hingga 11 tahun merupakan fase pertumbuhan yang berlangsung lambat namun stabil (Rizal, 2021, p. 371). Pemeriksaan berat badan dan tinggi badan rutin pada anak mempunyai peran yang signifikan dalam mendeteksi gangguan pertumbuhan seperti stunting, gizi buruk, atau kelebihan berat badan. Lailaturohmah (2023, p. 73) mengungkapkan bahwasanya anak-anak yang mengalami masalah pertumbuhan seringkali menghambat perkembangan kognitif serta akan sulit

belajar di sekolah, sehingga pengukuran tinggi badan dan berat badan anak usia sekolah perlu dilaksanakan.

Kini ketersediaan air bersih sangat diperlukan manusia. Berdasarkan UU No 7 Tahun 2014, sumber daya air dianggap sebagai anugerah dari Tuhan yang mempunyai manfaat besar dalam meningkatkan kesejahteraan masyarakat Indonesia di berbagai sektor. Sama halnya dengan Pasal 33 Ayat 3 UUD 1945 yang mana bumi, air, dan sumber daya alam yang harus dimanfaatkan sebesar-besarnya untuk menjamin kemakmuran dan kesejahteraan rakyat. Air bersih merupakan kebutuhan utama yang esensial bagi kehidupan manusia, sehingga keberadaannya sangat diperlukan.

Kebiasaan sehari-hari berdampak signifikan terhadap kesehatan peserta didik. Contoh aspek yang memengaruhi adalah perilaku mencuci tangan. Anak-anak berisiko tinggi tertular dan menyebarkan infeksi. Maka dari itu, mencuci tangan penting dilaksanakan untuk mencegah infeksi. Cuci tangan sendiri merupakan upaya kebersihan dengan membersihkan tangan serta jari mempergunakan air dan sabun (Natsir, 2018, p. 2). Berikut tata cara mencuci tangan yang benar:

- 1) Cuci tangan, gosok sabun di telapak tangan dengan gerakan melingkar;
- 2) Menggosok punggung tangan;
- 3) Bersihkan sela-sela jari hingga bersih;

- 4) Menggosok ujung jari dengan posisi saling mengunci;
- 5) Putar dan gosok ibu jari secara bergantian;
- 6) Bersihkan telapak tangan dengan ujung jari, lalu bilas sampai bersih.

Gambar 1. Enam Langkah Mencuci Tangan



Sumber: www.canva.com

Jamban merupakan ruangan untuk membuang kotoran manusia, yang mencakup tempat duduk atau jongkok, baik dengan leher angsa maupun tanpa leher angsa, serta mempunyai unit untuk menampung kotoran dan air untuk pembersihan. Nurhajati (2015, p. 7) mengemukakan bahwasanya ketentuan jamban sehat antara lain: tidak mengotori sumber air minum, bebas bau, tidak dapat diakses oleh serangga dan tikus, tidak mengotori tanah sekitar, mudah dibersihkan, serta aman dipergunakan. Selain

itu, jamban harus mempunyai dinding dan atap, mempunyai ventilasi dan pencahayaan yang memadai, lantai kedap air, serta menyediakan air, sabun, dan alat untuk kebersihan.

Pola makan adalah kebiasaan mengatur asupan makan dan minum agar mengandung gizi yang baik untuk tubuh. Konsumsi sayuran serta buah-buahan disarankan karena banyaknya kandungan vitamin, serat, dan mineral yang bermanfaat. Sebaliknya, pola makan yang tidak sehat, misalnya memakan makanan berkalori tinggi, bersoda, atau *junk food*, dapat meningkatkan peluang terkena gangguan kesehatan jangka panjang, seperti kegemukan, kadar kolesterol berlebih, gangguan kardiovaskular, dan diabetes. Sebaliknya, menjaga pola makan yang sehat mendukung kualitas hidup yang lebih baik serta tubuh yang bugar.

Selain memperhatikan asupan, individu perlu memperhatikan pemakaian energi tubuh dengan melaksanakan aktivitas fisik. Kebiasaan beraktivitas fisik bertujuan menjaga tubuh tetap aktif dalam kegiatan sehari-hari. Aktivitas fisik yang rutin dapat meningkatkan kebugaran dan berdampak positif pada tingkat kesehatan. Sebaliknya, kurangnya aktivitas fisik meningkatkan risiko terkena penyakit kronis.

Rutinitas istirahat perlu dikelola dengan baik agar tubuh dijauhkan dari penyakit. Istilah pola istirahat merujuk pada

kebiasaan atau aktivitas yang mendukung waktu istirahat yang memadai, seperti tidur selama 7 sampai 8 jam per hari (Gumilang, 2021, p. 104). Mengatur pola istirahat secara konsisten diketahui memberikan berbagai manfaat, di antaranya meningkatkan daya tahan tubuh, mempertahankan berat badan supaya selalu stabil, mendukung kesehatan mental, dan mengurangi risiko penyakit kronis.

Merokok termasuk kebiasaan hidup tidak sehat. Tindakan ini bukan sekedar memicu beragam penyakit, namun juga dapat memperparah kondisi kesehatan tertentu. Risiko tersebut bukan sekedar terjadi pada perokok aktif, namun orang-orang di sekeliling yang menghirup asap rokok, yang dikenal sebagai perokok pasif. perihal tersebut terjadi karena satu batang rokok yang dibakar melepaskan minimal 4.000 senyawa kimia yang membahayakan (Nurhajati, 2015, p. 8).

PHBS juga mencakup berbagai perilaku yang dapat menyehatkan tubuh, misalnya tetap mempertahankan kebersihan diri, kesadaran akan gizi, dan perilaku ramah lingkungan (Kemenkes RI, 2011, p. 9). Kebersihan diri mengacu pada upaya menjaga tubuh agar terbebas dari kuman atau penyakit yang dapat berasal dari dalam tubuh maupun lingkungan sekitar. Aspek kebersihan diri meliputi perawatan anggota tubuh, pakaian, serta

kebiasaan mencuci tangan dan kaki sesudahnya (Paramata, 2019, pp. 5-8).

Kesehatan kulit dapat dipelihara dengan rutin mandi mempergunakan air bersih dan mengenakan pakaian yang bersih. Menjaga kebersihan kulit memerlukan mandi dengan sabun dan air bersih setidaknya dua kali sehari. Saat mandi, tubuh perlu digosok agar kotoran yang menempel dapat terangkat. Sebaiknya hindari mandi mempergunakan air kotor, seperti air sungai atau kolam, karena dapat menyebabkan tubuh menjadi kotor serta memicu gangguan kesehatan seperti gatal-gatal, infeksi kulit, diare, dan penyakit lainnya (Fajarwati, 2024, p. 149).

Mengenakan pakaian bersih membuat tubuh menjadi nyaman dan terlindungi dari risiko infeksi penyakit (Hasbi, 2023, p. 1146). Pakaian berperan penting dalam melindungi kulit dari gesekan, tekanan, panas, dan, hingga batas khusus, radiasi. Selain itu, pakaian juga membantu menjaga kehangatan tubuh. Oleh karena itu, kebersihan pakaian perlu dijaga dengan baik. Disarankan untuk mengganti pakaian setidaknya sekali sehari dan tidak saling bertukar pakaian dengan orang lain. Pakaian yang kotor sebaiknya segera dicuci mempergunakan air bersih dan sabun, lalu dibilas hingga benar-benar bersih.

Rambut termasuk komponen tubuh yang perlu dirawat agar tetap bersih. Rambut berfungsi melindungi kepala dari panas serta

memberikan perlindungan tambahan. Untuk menjaga kebersihan rambut, dianjurkan mencuci rambut dengan rutin, minimal dua kali perminggu atau saat rambut terasa kotor, mempergunakan air bersih dan sampo (Pringgayuda & Yulianto, 2021, p. 55). Selain itu, rambut juga perlu disisir agar tetap rapi. Rambut yang terjaga kebersihannya menjadikan kepala terasa nyaman dan aliran darah di bawah kulit kepala menjadi lebih lancar. Sebaliknya, rambut yang tidak dirawat berisiko mengalami masalah seperti ketombe dan kutu.

Menjaga kebersihan tangan, dan kaki ialah bagian penting dari upaya menjaga kesehatan. Kotoran pada tangan, kuku, dan kaki dapat menjadi sarang kuman serta sumber penyebaran bibit penyakit (Yamistada & Sari, 2020, p. 30). Telur cacing dan kuman pada kuku atau tangan yang kotor dapat masuk ke dalam tubuh saat seseorang makan atau menyentuh wajah. Oleh karena itu, mencuci tangan dengan sabun secara rutin, terutama bagi peserta didik, sangat penting untuk mencegah risiko infeksi dan penyakit.

Merawat kebersihan mulut dan gigi dapat dilaksanakan melalui banyak langkah. Hindari kebiasaan buruk seperti menggigit kuku, pensil, atau benda lainnya tanpa sadar, serta kebiasaan bernapas melalui mulut. Sariningsih dalam Sari & Khamimah (2019, p. 49) menyatakan bahwa membersihkan mulut dan gigi dilaksanakan dengan menyikat gigi dengan rutin, khususnya sesudah makan

pagi, sesudah makan siang, dan sebelum tidur. Mulut yang tidak bersih dapat mengakibatkan pertumbuhan bakteri, yang berisiko menimbulkan berbagai permasalahan.

Hidung, telinga, dan mata menghasilkan kotoran yang perlu dijaga agar tetap bersih. Saat mandi, bersihkan hidung dan telinga. Tutup hidung dan mulut ketika bersin atau ketika melalui jalanan dengan debu yang bertebaran, serta hindari menyentuh atau mengusap mata, atau mengorek telinga dan hidung (Pandowo & Kurniasari, 2019, p. 22). Hidung, sebagai indera penciuman, harus tetap bersih agar fungsinya, seperti kemampuan mencium bau, tetap optimal. Telinga, sebagai indera pendengaran, juga perlu dijaga kebersihannya agar pendengaran tetap baik.

Lingkungan adalah tempat tinggal manusia. Perilaku menyehatkan lingkungan yang dimaksud disini mencakup cara mengelola dan membuang sampah, menanganu limbah manusia, mencegah polusi udara, mempertahankan kebersihan air serta penggunaannya, dan pemberantasan sumber penyakit. Masalah sampah dapat menjadi bencana bagi masyarakat dan memicu wabah penyakit seperti DBD (Hidayah, 2021, p. 230). Lingkungan yang kotor akibat pembuangan sampah sembarangan dapat menyebabkan banjir saat musim hujan atau mencemari air bersih karena pembuangan limbah yang tidak tepat.

Untuk meminimalisir penyakit yang ditimbulkan oleh sampah dapat dilaksanakan pengelolaan sampah di lingkungan sekitar. Pengelolaan sampah dilaksanakan dengan memisahkan limbah organik dan anorganik. Penerapan prinsip 3R (*Reuse, Reduce, Recycle*) menjadi solusi sederhana dan ekonomis untuk menjaga kelestarian lingkungan (Hidayah, 2021, p. 230).

Pembuangan limbah manusia dilaksanakan dengan menyalurkannya ke dalam *septic tank*. Jarak antara septic tank dan sumber air perlu diperhitungkan, yaitu minimal 10 meter, agar menghindari pencemaran air. Jika jarak septic tank dengan sumber tidak mencapai 10m, air sumur berisiko terkontaminasi *Escherichia coli*, sehingga dapat menularkan diare di masyarakat (Munawarah, 2022, p. 83). Keberadaan *Escherichia coli* dalam air sumur berkontribusi terhadap meningkatnya kasus diare. Selain itu, limbah juga berpotensi mengotori udara dan air, yang disebut sebagai polusi. Upaya mencegah polusi udara dapat dilaksanakan dengan mengurangi pemanfaatan bahan bakar fosil, menghindari membakar sampah, membatasi aktivitas merokok, dan memperluas area penghijauan.

Melaksanakan Pemeriksaan Jentik Berkala (PJB) di lingkungan rumah atau sekolah juga tidak kalah penting untuk dilaksanakan guna menekan penyebaran penyakit. Pemeriksaan Jentik Berkala (PJB) adalah pengecekan rutin setiap minggu pada tempat nyamuk

berkembangbiak. Selain itu, dilaksanakan juga Pemberantasan Sarang Nyamuk (PSN) dengan metode 3M, yakni Menguras, Mengubur, dan Menutup (Lontaan, Pinontoan, & Maddusa, 2020, p. 132).

PHBS bagi peserta didik sekolah dasar dilaksanakan di sekolah ataupun di rumah. Dari penjelasan diatas, maka indikator PHBS pada peserta didik sekolah dasar meliputi:

- 1) Menjaga kebersihan kulit;
- 2) Menjaga kebersihan dan kerapian rambut;
- 3) Menjaga kebersihan dan kerapian kuku;
- 4) Menjaga kebersihan tangan dan kaki;
- 5) Menjaga kebersihan mata;
- 6) Menjaga kebersihan mulut dan gigi;
- 7) Menjaga kebersihan hidung dan telinga;
- 8) Menjaga kebersihan dan kerapian pakaian;
- 9) Mengukur tinggi badan dan menimbang berat badan secara rutin;
- 10) Melaksanakan aktivitas fisik setiap hari;
- 11) Beristirahat yang cukup,
- 12) Mempergunakan air bersih;
- 13) Makan makanan sehat dan bergizi seimbang;
- 14) Tidak merokok dan menghindari asap rokok;
- 15) Mempergunakan jamban sehat;

- 16) Ikut dalam usaha memberantas jentik nyamuk; serta
- 17) Menjaga kebersihan dan kesehatan lingkungan.

c. Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan PHBS

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan PHBS pada individu (Susilawati, 2022, p. 44), yaitu:

1) Pendidikan

Tingkat pendidikan seseorang berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan dan pemahaman individu terhadap informasi yang didapatnya. Hal ini juga berlaku dengan pengetahuan PHBS, semakin baik tingkat pendidikan maka individu tersebut akan semakin mudah mendapatkan infromasi serta memahami informasi terkait PHBS.

2) Informasi

Individu yang mendapatkan informasi lebih banyak maka akan mendapatkan pengetahuan yang lebih banyak pula. Informasi dapat diperoleh seseorang dari orang tua, guru, teman, media sosial atau buku, serta petugas kesehatan.

3) Pengalaman

Pengalaman dapat diperoleh dari pengalaman orang lain maupun diri sendiri sehingga pengalaman yang sudah diperoleh dapat meningkatkan pengetahuan seseorang yang sudah ada atau pengetahuan yang belum ada sebelumnya.

4) Sosial Budaya, Ekonomi

Sosial budaya mempunyai pengaruh pada pengetahuan seseorang. Seseorang memperoleh suatu kebudayaan dalam hubungannya dengan orang lain, karena hubungan ini seseorang mengalami suatu proses belajar dan memperoleh suatu pengetahuan. Status ekonomi seseorang juga akan menentukan tersedianya suatu fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan tertentu, sehingga status sosial ekonomi ini akan mempengaruhi pengetahuan seseorang.

3. Pola Perilaku Hidup Sehat (PHBS)

a. Pengertian Pola Perilaku Hidup Sehat

Soekidjo (2014, p. 137) menjelaskan bahwasanya, pola hidup ialah cara hidup yang memperhatikan berbagai aspek yang memengaruhi aktivitas sehari-hari. Hanlon dalam Safarina (2024, p. 894) mendefinisikan pola hidup sehat sebagai kondisi tubuh yang sehat secara fisik dan mental dengan kemampuan fisiologis dan psikologis yang optimal. Sementara itu, Rusli Ruthan dalam Safarina (2024, p. 894) menjelaskan bahwasanya pola hidup sehat meliputi segala tindakan yang secara langsung atau jangka panjang berdampak positif pada kondisi fisik.

Berdasarkan pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwasanya pola hidup sehat ialah cara hidup yang melibatkan upaya seseorang dalam menjaga kesehatan dengan cara

berinteraksi dengan lingkungan, khususnya yang berkaitan dengan aspek kesehatan.

b. Cakupan Pola Hidup Sehat (PHBS)

Cholifah, Utomo, Rusnoto, dan Laily (2019, p. 116) menyatakan bahwa, pola hidup sehat mencakup beberapa komponen utama, yaitu istirahat secara teratur, konsumsi makanan sehat, menjaga keseimbangan berat badan, melaksanakan aktivitas fisik dengan rutin, benar, terukur, dan berkelanjutan, berpikir positif, serta melaksanakan pemeriksaan kesehatan secara berkala. Pola hidup sehat ialah cara hidup yang mempertimbangkan berbagai aspek yang memengaruhi kesehatan, seperti asupan makanan dan olahraga. Pola hidup sehat bertujuan untuk mencapai kesehatan fisik dan mental secara menyeluruh. Aktivitas fisik juga menjadi elemen penting dalam pola hidup sehat, karena kurangnya olahraga, aktivitas fisik yang berlebihan, atau bekerja terlalu keras tanpa cukup istirahat dapat berdampak negatif pada kesehatan.

Ruang lingkup pola hidup disini diselaraskan dengan karakteristik dan usia peserta didik SD. Berdasarkan penjelasan sebelumnya, cakupan pola hidup sehat dalam penelitian ini sama halnya seperti indikator PHBS pada peserta didik sekolah dasar.

B. Hasil Penelitian yang Relevan

Beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini yakni:

1. Stevan Bobby Agelimo (2022, p. 48) dalam penelitian berjudul “Hubungan Antara Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Terhadap Pola Hidup Sehat Siswa Kelas V SD Kanisius Kalasan”. Penelitian tersebut menjelaskan dari 47 responden sebanyak 28 responden (59,6%) mempunyai tingkat pengetahuan PHBS tinggi sementara 19 responden (40,4%) tingkat sedang. Selain itu didapatkan bahwasanya sebanyak 9 responden (19,15%) mempunyai tingkat pola hidup sehat yang tinggi, sebanyak 23 (48,94%) mempunyai tingkat pola hidup sehat yang sedang, sedangkan 15 (31,91%) sisanya masih rendah. Kesimpulan dari hasil analisis yaitu adanya keterkaitan antara pengetahuan PHBS pada pola hidup sehat siswa kelas V SD Kanisius Kalasan.
2. Penelitian Rosmia Hasan (2020, p. 54) berjudul “Hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku hidup bersih dan sehat di SMAN 8 Makassar”. Penelitian tersebut memperlihatkan bahwasanya dari 54 responden, 35 responden (64,8%) mempunyai pengetahuan PHBS yang baik, sedangkan 19 responden (35,2%) masih kurang baik. Selain itu, sebanyak 19 responden (35,2%) mempunyai perilaku PHBS yang baik, dan 35 responden (64,8%) masih kurang baik. Kesimpulan dari analisis ini ialah adanya keterkaitan antara tingkat pengetahuan dan PHBS di SMAN 8 Makassar.
3. Arifuddin, Wayan Supetran, Supriadi Abdul Malik, dan Amir (2023, p. 1592) dalam penelitiannya yang berjudul “Hubungan

Pengetahuan dan Sikap Siswa Kelas V dan VI dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SDN 1 Inpres Lasoani Tahun 2023". Penelitian ini memperlihatkan bahwasanya dari 58 responden, 23 responden (39,6%) memiliki pengetahuan PHBS yang baik, 24 responden (41,4%) dikategorikan cukup, dan 11 responden (19%) dikategorikan kurang. Selain itu, data juga menunjukkan bahwasanya 33 responden (57%) mempunyai sikap PHBS yang baik, sementara 25 responden (43%) masih kurang. Kesimpulan dari analisis ini adalah tidak adanya keterkaitan antara pengetahuan dan sikap siswa kelas V dan VI dengan PHBS di SDN 1 Inpres Lasoani tahun 2023.

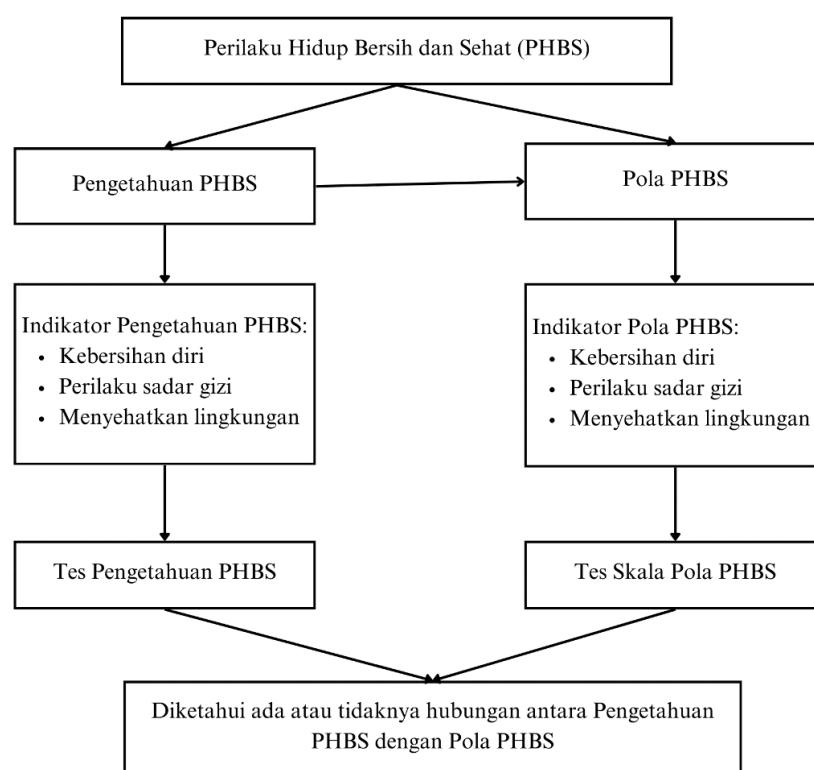
4. Murtian Clara Adelia Febiyanti dan Ana Rizanna (2023, p. 3449) dalam penelitiannya berjudul "Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SMA Patriot Kota Bekasi". Penelitian tersebut menjelaskan dari 151 responden sebanyak 83 responden (55%) mempunyai tingkat pengetahuan PHBS yang baik, sebanyak 68 responden (45%) masih kurang. Selain itu juga didapatkan bahwasanya sebanyak 37 responden (24,5%) mempunyai sikap PHBS yang baik, sebanyak 114 (75,5%) cukup baik. Disimpulkan bahwasanya terdapat keterkaitan tingkat pengetahuan remaja dengan PHBS di SMA Patriot Kota Bekasi.

C. Kerangka Pikir

Pengetahuan adalah aspek utama yang menciptakan tindakan manusia. Pengetahuan sebagai motivasi mental yang mendorong sikap dan

perilaku sehari-hari, maka disimpulkan bahwasanya pengetahuan menjadi pendorong bagi tindakan individu. Pengetahuan tentang PHBS perlu dimiliki individu agar menumbuhkan sikap dan perilaku hidup sehat. semakin tinggi pengetahuan terhadap PHBS maka akan semakin bagus juga perilaku pola perilaku hidup sehatnya, namun juga berlaku sebaliknya.

Gambar 2. Bagan Kerangka Pikir



D. Hipotesis

Hipotesis adalah suatu pertanyaan yang berdasarkan pada perkiraan atas hubungan antara dua atau lebih variabel hipotesis selalu dalam bentuk kalimat deklaratif (Masrukhan, 2017, p, 39). Berdasarkan penjelasan yang sudah disampaikan, maka hipotesis yang diajukan yakni adanya hubungan antara pengetahuan PHBS dengan pola PHBS peserta didik kelas IV SD di

MI Al Hadi 2 Kapanewon Kasihan. Hal ini berarti semakin tinggi tingkat pengetahuan PHBS peserta didik, maka akan semakin tinggi pula pola PHBS peserta didik.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini berjenis penelitian korelasional melalui pendekatan kuantitatif. Penelitian korelasional ialah penelitian yang meneliti apakah ada hubungan/korelasi antara beberapa variabel (Pakaya, 2023, p. 38). Penelitian jenis ini ditujukan agar mengetahui hubungan antara variabel X dan Y. Korelasi dibagi menjadi tiga jenis: simetris, kausal, dan resiprokal. Dalam penelitian ini, jenis korelasi yang dipergunakan adalah korelasi kausal.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini berlangsung di MI Al-Hadi 2, Mejing RT 01 Dusun Kalirandu, Bangunjiwo, Kasihan, Bantul, D.I Yogyakarta. Penelitian ini dilangsungkan pada bulan November 2024.

C. Populasi Penelitian

Populasi merujuk pada kelompok objek atau subjek dengan jumlah serta karakteristik khusus yang menjadi ketentuan peneliti untuk dikaji dan disimpulkan (Sugiyono, 2016, p. 80). Dalam penelitian ini, populasi terdiri dari 31 peserta didik kelas IV MI Al-Hadi 2 dengan pengetahuan tentang PHBS dan Pola Hidup Sehat. Alasan peneliti mengambil populasi siswa kelas IV karena peserta didik kelas IV sudah mampu membaca, menulis, dan memahami pernyataan yang baik, selain itu kelas IV termasuk ke dalam Fase B dimana dalam fase tersebut terdapat materi tentang pola hidup sehat

atau PHBS. Sehingga seluruh peserta didik kelas IV dijadikan sebagai responden.

D. Sampel Penelitian

Sampel ialah bagian dari populasi yang dipergunakan untuk penelitian (Gideon, 2023, p. 83). Sampel yang dipergunakan kali ini yakni semua peserta didik kelas IV SD MI Al-Hadi 2 sekaligus subjek penelitian sehingga total sampling sebanyak 31 peserta didik.

Tabel 1. Sampel Penelitian

No	Rombel	Jumlah Peserta Didik		Jumlah Seluruh Peserta Didik
		Laki-laki	Perempuan	
1	IV	17	14	31
Jumlah				31

Sumber: Data MI Al-Hadi 2 2024

E. Definisi Operasional Variabel

Variabel ialah konsep dengan nilai atau makna yang bermacam-macam (bukan tunggal) yang dipergunakan untuk dipelajari dalam suatu penelitian Zafri & Hastuti (2021, p. 33). Berikut penjelasan definisi operasional dari variabel yang dipergunakan agar memudahkan pengukuran.

1. Variabel X

Yakni variabel yang mempengaruhi atau menimbulkan perubahan variabel lain. Variabel X penelitian ini yakni pengetahuan PHBS yang merupakan kualitas pengetahuan peserta didik terkait perilaku PHBS berdasarkan kesadaran diri sebagai hasil dari belajar.

2. Variabel Y

Yakni variabel yang dipengaruhi oleh variabel lain. Variabel Y dalam penelitian ini yakni pola perilaku hidup bersih dan sehat.

F. Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian

1. Teknik Pengumpulan Data

Teknik ini dipergunakan dengan mempergunakan tes dan angket.

Angket ialah teknik mengumpulkan data dengan mempergunakan daftar pertanyaan terkait permasalahan yang dikaji (Ramadhani, 2021, p. 24).

Kuesioner atau angket dipergunakan untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta didik tentang PHBS dan untuk mengetahui pola perilaku hidup bersih peserta didik. Penelitian ini mempergunakan angket tertutup, yakni angket yang meminta responden memilih jawaban yang sudah tersedia.

Tes pengetahuan PHBS dibuat dengan skala Guttman, yang menyediakan dua pilihan jawaban: benar (B) dan salah (S). Berikut pedoman dalam memberikan skor untuk setiap pernyataan.

Tabel 2. Pedoman skor instrumen tes pengetahuan PHBS

Alternatif jawaban	Jenis Pertanyaan	
	Positif	Negatif
Benar	1	0
Salah	0	1

Kuesioner dipergunakan agar mengetahui pola PHBS peserta didik mempergunakan skala *Likert* dengan empat pilihan jawaban. Skor untuk setiap jawaban ditentukan sebagai berikut:

Tabel 3. Pedoman skor instrumen pola PHBS

Alternatif Jawaban	Jenis Pernyataan	
	Bersifat Positif	Bersifat Negatif
Selalu	4	1
Sering	3	2
Jarang	2	3
Tidak pernah	1	4

2. Instrumen Penelitian

Instrumen yang dipergunakan yakni instrumen tes pengetahuan PHBS dan instrumen skala pola hidup sehat.

a. Instrumen tes pengetahuan PHBS

Instrumen pengetahuan PHBS mencakup faktor yang dipahami pada tingkat mengetahui dan memahami tentang perilaku yang mendukung kesehatan, seperti kebersihan diri, kesadaran gizi, dan perilaku menjaga lingkungan sesuai Kemenkes RI. Pembatasan pengukuran pada tingkat dasar ini mempergunakan tes objektif dengan jawaban benar atau salah. Tes benar salah mempunyai empat keunggulan yaitu mempunyai kesempatan untuk mempertanyakan materi secara menyeluruh, mudah untuk dikonstruksi, lebih efisien secara waktu, dan tes bersifat objektif (Yusrizal, 2020, p. 54)

b. Instrumen angket pola PHBS

Instrumen untuk variabel pola perilaku hidup sehat yakni kuesioner dengan skala Likert, dipergunakan dalam menilai nilai, sikap, minat, perhatian, dan aspek psikologis, yang disajikan berbentuk pernyataan. Instrumen ini mengadopsi penelitian Stevan Boby Agelimo (2022, p. 26).

Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen Variabel Pengetahuan PHBS

Variabel	Faktor	Indikator	Butir		Jumlah
			Positif	Negatif	
Pengetahuan PHBS	Kebersihan Pribadi	Menjaga kebersihan kulit	1	-	1
		Menjaga kebersihan dan kerapian rambut	-	2	1
		Menjaga kebersihan dan kerapian kuku	3	-	1
		Menjaga kebersihan tangan dan kaki	4	-	1
		Menjaga kebersihan mata	5	-	1
		Menjaga kebersihan mulut dan gigi	-	6	1
		Menjaga kebersihan telinga dan hidung	7	-	1
		Menjaga kebersihan dan kerapian pakaian	8	-	1
Perilaku Sadar Gizi	Perilaku Sadar Gizi	Mengukur tinggi badan dan menimbang berat badan secara rutin	-	9	1
		Melakukan aktivitas fisik setiap hari	-	10	1
		Beristirahat yang cukup	11	-	1
		Makan makanan sehat dan bergizi seimbang	12	-	1
Perilaku Menyehatkan Lingkungan	Perilaku Menyehatkan Lingkungan	Tidak merokok dan menghindari asap rokok	13	-	1
		Menggunakan air bersih	-	14	1
		Menggunakan jamban sehat	15	-	1
		Ikut dalam usaha memberantas bibit penyakit	16	-	1
		Menjaga kebersihan dan kesehatan lingkungan	-	17	1

Tabel 5. Kisi-kisi Instrumen Variabel Pola PHBS

Variabel	Faktor	Indikator	Butir		Jumlah
			Positif	Negatif	
Pola PHBS	Kebersihan Pribadi	Menjaga kebersihan kulit	1	-	1
		Menjaga kebersihan dan kerapian rambut	2	-	1
		Menjaga kebersihan dan kerapian kuku	-	3	1
		Menjaga kebersihan tangan dan kaki	4	-	1
		Menjaga kebersihan mata	-	5	1
		Menjaga kebersihan mulut dan gigi	6	-	1
		Menjaga kebersihan telinga dan hidung	-	7	1
		Menjaga kebersihan dan kerapian pakaian	8	-	1
	Perilaku Sadar Gizi	Mengukur tinggi badan dan menimbang berat badan rutin	9	-	1
		Melakukan aktivitas fisik setiap hari	10	-	1
		Beristirahat yang cukup	11	-	1
		Makan makanan sehat dan bergizi seimbang	12	-	1
	Perilaku Menyehatkan Lingkungan	Tidak merokok dan menghindari asap rokok	-	13	1
		Menggunakan air bersih	14	-	1
		Menggunakan jamban sehat	15	-	1
		Ikut dalam usaha memberantas bibit penyakit	-	16	1
		Menjaga kebersihan dan kesehatan lingkungan	17	-	1

G. Validitas Instrumen

Instrumen penelitian dikatakan baik jika dapat mengukur variabel yang diteliti secara akurat. Instrumen yang baik harus valid dan reliabel. Setelah itu, instrumen tersebut dapat dipergunakan untuk mengumpulkan data.

1. Uji Validitas

Pengujian ini dilaksanakan untuk memastikan apakah butir-butir pernyataan valid. Jika hasilnya valid, pengolahan data dapat dilanjutkan. Uji validitas ini mempergunakan rumus Korelasi *Product Moment*. Berikut rumus yang dipergunakan:

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

Keterangan:

- r_{xy} : koefisien korelasi X dan Y
 N : banyak subyek
 $\sum XY$: banyak perkalian x dan y
 $\sum X$: banyak skor setiap item soal
 $\sum Y$: banyak skor total setiap peserta didik
 $(\sum X^2)$: banyak kuadrat skor item
 $(\sum Y^2)$: banyak kuadrat skor total

Tabel 6. Hasil uji validitas instrumen pola PHBS

Butir	R hitung	R tabel	Keterangan
P1	0,507	0,4227	Valid
P2	0,670	0,4227	Valid
P3	0,625	0,4227	Valid
P4	0,532	0,4227	Valid
P5	0,476	0,4227	Valid
P6	0,588	0,4227	Valid
P7	0,636	0,4227	Valid
P8	0,620	0,4227	Valid
P9	0,548	0,4227	Valid
P10	0,561	0,4227	Valid
P11	0,449	0,4227	Valid
P12	0,520	0,4227	Valid
P13	0,579	0,4227	Valid
P14	0,511	0,4227	Valid
P15	0,558	0,4227	Valid
P16	0,469	0,4227	Valid
P17	0,516	0,4227	Valid

Tabel 7. Hasil uji validitas instrumen pengetahuan PHBS

Butir	R hitung	R tabel	Keterangan
P1	0,797	0,4227	Valid
P2	0,693	0,4227	Valid
P3	0,623	0,4227	Valid
P4	0,527	0,4227	Valid
P5	0,601	0,4227	Valid
P6	0,607	0,4227	Valid
P7	0,61	0,4227	Valid
P8	0,881	0,4227	Valid
P9	0,536	0,4227	Valid
P10	0,553	0,4227	Valid
P11	0,553	0,4227	Valid
P12	0,671	0,4227	Valid
P13	0,696	0,4227	Valid
P14	0,707	0,4227	Valid
P15	0,714	0,4227	Valid
P16	0,519	0,4227	Valid
P17	0,53	0,4227	Valid

Hasil uji validitas dengan nilai r tabel sebesar 0,4227 memperlihatkan bahwasanya keseluruhan item pertanyaan dikatakan valid. Perihal tersebut diketahui dari nilai r hitung untuk setiap butir pertanyaan, pertanyaan butir P1 hingga P17, yang seluruhnya melebihi nilai r tabel. Nilai r tabel sebesar 0,4227 merupakan nilai kritis yang umum dipergunakan untuk uji validitas dengan tingkat signifikansi 5%. Terpenuhinya kriteria di mana $r_{\text{hitung}} > r_{\text{tabel}}$, maka keseluruhan item pertanyaan dikatakan valid.

Implikasi dari perolehan uji validitas yang baik ini adalah bahwasanya instrumen penelitian (kuesioner) yang dipergunakan mampu mengukur sesuatu yang harus diukur. Validitas yang tinggi ini akan mendukung kesimpulan yang dapat ditarik dari analisis data selanjutnya, karena data yang dikumpulkan melalui instrumen ini dapat dipercaya dan merefleksikan konstruk yang ingin diukur dengan akurat.

2. Uji Reliabilitas

Instrumen yang reliabel menghasilkan data yang dapat diandalkan. Pengujian ini dipergunakan dalam mengukur konsistensi alat ukur, memastikan bahwasanya alat tersebut dapat diandalkan serta konsisten jika dilaksanakan berulang kali.

Rumus yang dipergunakan untuk mengetahui reliabilitas instrumen tes pengetahuan pilihan ganda yang jumlahnya ganjil adalah rumus *Kuder Richardson 20*, yaitu:

$$r_{KR20} = \left(\frac{n}{n-1} \right) \left(\frac{S^2 - \sum pq}{S^2} \right)$$

Keterangan :

- r_{KR20} : reliabilitas tes secara menyeluruh
- r : proporsi subjek yang menjawab benar butir soal ke-i
- q : proporsi subjek yang menjawab salah butir soal ke-I ($q=1-p$)
- pq : banyaknya hasil kali p dan q
- n : banyaknya item
- S : standar deviasi (akar varians)

Sementara untuk menghitung reliabilitas instrumen angket PHBS mempergunakan rumus *Cronbach's Alpha*, yaitu:

$$r_{11} = \left(\frac{n}{n-1} \right) \left(\frac{1 - \sum Si^2}{\sum St^2} \right)$$

Keterangan:

- r^{11} : koefisien reliabilitas tes
- n : banyaknya butir
- Si^2 : varians butir
- St^2 : varians total

Hasil perhitungan *Cronbach's Alpha* instrumen pengetahuan PHBS dengan SPSS versi 25 adalah:

Tabel 8. Hasil Perhitungan *Cronbach's Alpha* Instrumen Pengetahuan PHBS

Reability Statistic	
Cronbach's Alpha	N of Item
0,934	17

Kemudian peneliti melaksanakan pengujian *Cronbach's Alpha* pada instrumen PHBS dengan SPSS dan memperlihatkan hasil:

Tabel 9. Hasil Perhitungan *Cronbach's Alpha* Instrumen Pola Hidup Sehat

Reability Statistic	
Cronbach's Alpha	N of Item
0,909	17

Perolehan uji reliabilitas memperlihatkan bahwasanya instrumen penelitian yang dipergunakan mempunyai tingkat reliabilitas yang sangat baik. Perihal tersebut terlihat dari nilai *Cronbach's Alpha* yang diperoleh sebesar 0,934 dan 0,909. Nilai yang melebihi 0,9 mengindikasikan bahwasanya instrumen tersebut mempunyai konsistensi internal yang sangat tinggi.

Konsistensi internal yang tinggi berarti bahwasanya setiap item pertanyaan dalam instrumen tersebut saling terkait dan mengukur konstruk yang sama secara konsisten. Dengan kata lain, jika responden memberikan jawaban tertentu pada satu item, maka mereka cenderung akan memberikan jawaban yang serupa pada item-item lainnya yang mengukur konstruk yang sama.

H. Teknik Analisis Data

1. Analisis Univariat

Analisis data dilaksanakan melalui analisis korelasional mempergunakan uji koefisien agar mengetahui korelasi antara variabel X dan Y. Melalui analisis univariat, perhitungan skor, nilai minimum, maksimum, rata-rata, modus, serta persentase setiap indikator dan sub-

variabel. Perhitungan ini mempergunakan perangkat lunak *Microsoft Excel* 2019.

Setelah data diperoleh, langkah berikutnya adalah menginterpretasikannya. Interpretasi data dilaksanakan dengan membandingkan skor setiap indikator pada setiap variabel. Data diklasifikasikan menjadi 3 kategori: tinggi, sedang, dan rendah, persentase skor yang didapatkan dibandingkan dengan skor ideal yang dapat dicapai setiap indikator.

Tabel 10. Kategori Persentase Data Tiap Indikator

Interval	Kategori
>85%	Tinggi
70%-85%	Sedang
<70%	Rendah

2. Uji Prasyarat Analisis

a. Uji normalitas

Sahir (2021, p. 69) mendefinisikan uji normalitas yaitu untuk menguji apakah variabel independent dan variabel dependen berdistribusi normal atau tidak. Pengujian normalitas pada penelitian ini menggunakan rumus *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan aplikasi SPSS versi 25. Model regresi yang baik seharusnya memiliki analisis grafik dan uji statistik, dengan ketentuan sebagai berikut:

- 1) Apabila nilai signifikan atau nilai probabilitas $> 0,05$ maka, hipotesis diterima karena data tersebut terdistribusi secara normal.

- 2) Apabila nilai signifikan atau nilai probabilitas $< 0,05$ maka, hipotesis ditolak karena data tidak terdistribusi secara normal.
- b. Uji linieritas

Pengujian linearitas bertujuan untuk memperlihatkan bahwa rata-rata yang diperoleh dari kelompok data sampel terletak dalam garis-garis lurus (Sahir, 2021, p. 66). Uji linieritas pada penelitian ini menggunakan aplikasi SPSS versi 25. Cara mementukan uji linearitas dilihat dari P value, yang berarti jika probabilitas Sig $> 0,05$ maka terdapat hubungan yang linear antara variabel bebas dengan variabel terikat dan jika probabilitas Sig $< 0,05$ maka tidak terdapat hubungan yang linear antara variabel bebas dengan variabel terikat.

3. Uji Hipotesis

Pengujian ini dilaksanakan melalui metode korelasi *product moment* (r). Sudijono (2009, p. 206) mengemukakan bahwasanya, teknik ini dipergunakan untuk mengukur hubungan antara dua variabel melalui perhitungan koefisien korelasi melalui perkalian variabel momen yang dikorelasikan.

Perhitungan nilai koefisien korelasi dilaksanakan mempergunakan rumus analisis korelasi berikut:

$$r_{xy} = \frac{\sum xy}{\sqrt{(\sum x^2)(\sum y^2)}}$$

Keterangan:

r_{xy} : korelasi antara variabel x dan y

x : $(X_i - \bar{X})$

y : $(Y_i - \bar{Y})$

Setelah memperoleh nilai koefisien korelasi, langkah berikutnya adalah menginterpretasikan hasilnya melalui perbandingan nilai koefisien korelasi hitung dengan nilai pada tabel:

Tabel 11. Nilai koefisien korelasi

Interpretasi Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00-0,199	Sangat Rendah
0,20-0,399	Rendah
0,40-0,599	Sedang
0,60-0,799	Kuat
0,80-1,000	Sangat Kuat

(Sumber: Sugiyono, 2012, p. 260)

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian

1. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini berlangsung di MI Al-Hadi 2 yang beralamat di Mejing Kalirandu RT 01, Bangunjiwo, Kasihan, Bantul, Yogyakarta. Subjek penelitian ini yakni peserta didik kelas IV yang rencana awalnya berjumlahkan 31 peserta didik. Akan tetapi menjadi 30 peserta didik dikarenakan 1 peserta didik sedang izin sakit sehingga tidak masuk sekolah. Rincian peserta didik tersebut yaitu 16 laki-laki dan 14 perempuan. Pelaksanaan penelitian dilaksanakan pada tanggal 22 November 2024.

2. Deskripsi Data Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan agar mengetahui keterkaitan antara pengetahuan PHBS dan pola PHBS peserta didik kelas IV di MI Al-Hadi 2. Perolehan penelitian ini dapat dijelaskan sebagai berikut:

a. Deskripsi data pengetahuan PHBS

Data didapatkan dari tes pengetahuan PHBS yang diikuti oleh 30 peserta didik. Instrumen tes ini terdiri dari 17 butir soal dengan dua opsi jawaban, yakni benar dan salah. Skor untuk pernyataan positif adalah 1 jika benar dan 0 jika salah, sementara untuk pernyataan negatif, skor 0 diberikan jika benar dan 1 jika salah.

Setiap item pernyataan yang diperoleh memungkinkan pendapatan skor 0 atau 1, sehingga responden dapat memperoleh skor minimum ataupun maksimum. Skor minimum dapat dihitung dengan menghitung jumlah responden dikalikan jumlah butir pernyataan dan skor 0, maka skor minimum tersebut $30 \times 17 \times 0 = 0$. Sedangkan skor maksimum didapatkan dengan menghitung jumlah responden dikalikan jumlah butir pernyataan dan skor 1, maka skor maksimum adalah $30 \times 17 \times 1 = 510$. Total skor yang didapatkan dari yakni 378.

Persentase didapatkan dengan membagi skor yang dicapai dengan skor maksimum, lalu mengalikannya dengan 100%, seperti rumus nilai akhir berikut:

$$N = \frac{\sum \text{Skor yang diperoleh}}{\sum \text{Skor maksimum}} \times 100\%$$

Keterangan

N : Nilai akhir

$$N = \frac{378}{510} \times 100\% = 74\%$$

Persentase yang diperoleh dibandingkan dengan kategori yang sudah ditentukan, di mana nilai 74% termasuk dalam kategori sedang. Perihal tersebut memperlihatkan bahwasanya pengetahuan PHBS peserta didik kelas IV MI Al-Hadi 2 tahun ajaran 2024/2025 berada pada tingkat sedang. Sesudah dilaksanakan penskoran pada variabel pengetahuan PHBS peserta didik, kemudian persentase per sub-variabel dihitung dengan membandingkan total skor responden

pada setiap indikator dengan skor maksimum, lalu dikalikan 100%.

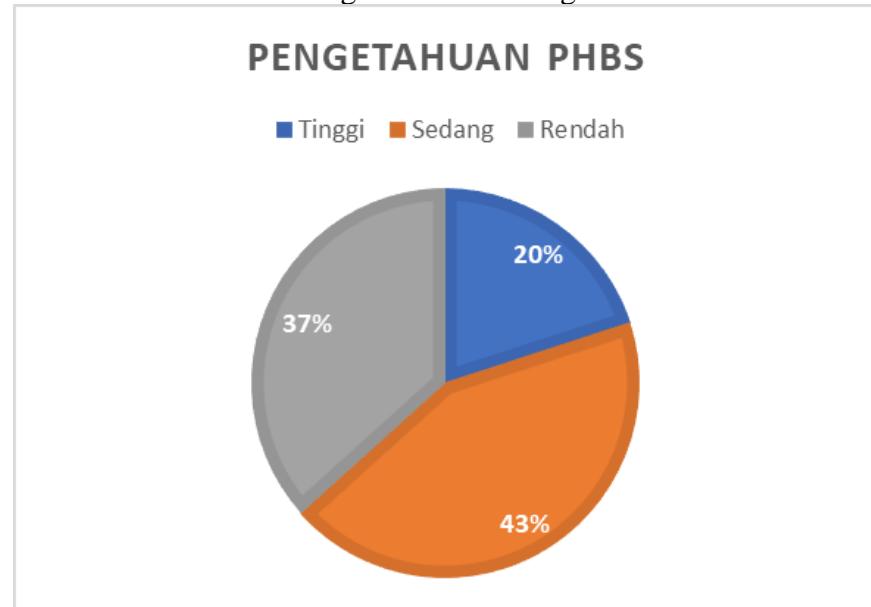
Proses penghitungan ini dibantu oleh aplikasi *Microsoft Excel* 2019.

Tabel 12. Hasil variabel pengetahuan aspek kebersihan diri

Kategori	Frekuensi	Presentase
Tinggi	6	20,0%
Sedang	13	43,3%
Rendah	11	36,7%
Total	30	100%

Tabel tersebut memperlihatkan pengetahuan PHBS kategori tinggi terdapat 6 subjek dengan presentasi 19,4%, untuk kategori rendah sebanyak 11 subjek dengan presentase 35,5%. Sedangkan kategori sedang mendapat jumlah frekuensi terbanyak yaitu 13 subjek dengan presentase 41,9%. Perihal tersebut dipaparkan berbentuk diagram *pie*:

Gambar 3. Hasil Perhitungan Variabel Pengetahuan PHBS



1) Aspek Kebersihan Pribadi

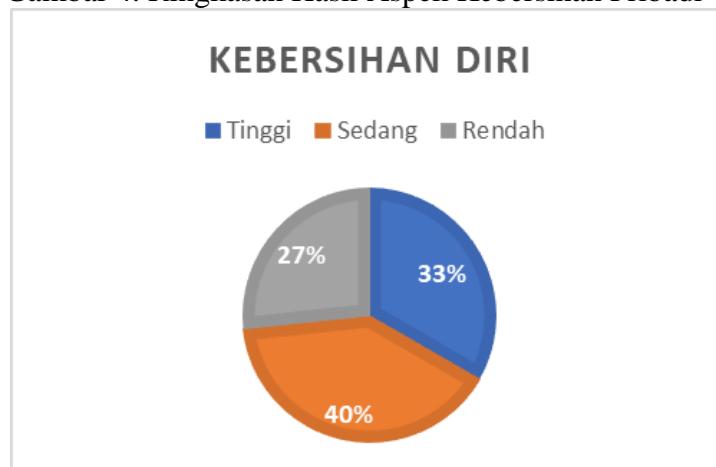
Aspek ini diri terdiri dari 8 indikator yang dipaparkan berbentuk pernyataan. Berikut adalah ringkasan hasil perhitungannya.

Tabel 13. Ringkasan Hasil aspek Kebersihan Pribadi

Kategori	Frekuensi	Presentase
Tinggi	10	33,3%
Sedang	12	40,0%
Rendah	8	26,7%
Total	30	100%

Tabel diatas memperlihatkan bahwasanya sebanyak 10 peserta didik (33,3%) dikategorikan tinggi, 12 peserta didik (40%) dikategorikan sedang, dan 8 peserta didik (26,7%) dikategorikan rendah. Dengan demikian, mayoritas peserta didik mempunyai tingkat pengetahuan PHBS pada aspek kebersihan pribadi di kategori sedang, yaitu 12 peserta didik (40%). Perihal tersebut dapat dipaparkan berbentuk diagram *pie*:

Gambar 4. Ringkasan Hasil Aspek Kebersihan Pribadi



2) Aspek Perilaku Sadar Gizi

Aspek ini terdiri dari 4 indikator yang dipaparkan berbentuk pernyataan. Berikut ringkasan hasil perhitungannya.

Tabel 14. Ringkasan Hasil Aspek Perilaku Sadar Gizi

Kategori	Frekuensi	Presentase
Tinggi	5	16,7%
Sedang	14	46,7%
Rendah	11	36,7%
Total	30	100%

Tabel diatas memperlihatkan bahwasanya tingkat pengetahuan PHBS pada aspek perilaku sadar gizi didominasi oleh kategori sedang dengan 14 peserta didik (46,7%), sedangkan dikategorikan sebanyak 5 peserta didik (16,7%) dan kategori rendah 11 peserta didik (36,7%). Perihal tersebut dipaparkan berbentuk diagram *pie* dengan melaksanakan pembulatan angka:

Gambar 5. Ringkasan Hasil Aspek Kesadaran Gizi



3) Aspek Perilaku Menyehatkan Lingkungan

Aspek ini memiliki 5 indikator yang dinyatakan berbentuk pernyataan. Berikut ringkasan hasil perhitungannya.

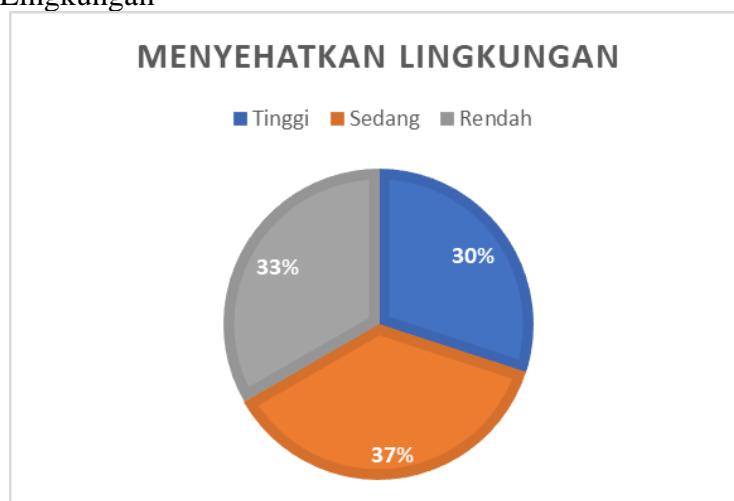
Tabel 15. Ringkasan Hasil Aspek Perilaku Menyehatkan Lingkungan

Kategori	Frekuensi	Presentase
Tinggi	9	30
Sedang	11	37
Rendah	10	33
Total	30	100%

Tabel diatas memperlihatkan bahwasanya sebanyak 9 peserta didik (30%) dikategorikan tinggi, 11 peserta didik (37%) dikategorikan sedang, dan 10 peserta didik (33%) dikategorikan rendah. Mayoritas peserta didik mempunyai pengetahuan PHBS pada aspek menyehatkan lingkungan di kategori sedang (37%).

Perihal tersebut ditampilkan dalam diagram *pie* berikut:

Gambar 6. Ringkasan Hasil Aspek Perilaku Menyehatkan Lingkungan



b. Deskripsi data pola PHBS

Data dikumpulkan melalui instrumen tes pola hidup sehat kepada 30 peserta didik. Instrumen tersebut terdiri dari 17 pernyataan dengan 4 pilihan jawaban dan skor.

Setiap butir pernyataan yang diperoleh memungkinkan pendapatan skor 1 - 4, sehingga responden akan memperoleh skor minimum ataupun skor maksimum. Skor minimum dapat dihitung dengan menghitung jumlah responden dikalikan jumlah butir pernyataan dan skor 1, maka skor minimum tersebut $30 \times 17 \times 1 = 510$. Sedangkan skor maksimum didapatkan dengan menghitung jumlah responden dikalikan jumlah butir pernyataan dan skor 4, maka skor maksimum adalah $30 \times 17 \times 4 = 2.040$. Total dari keseluruhan skor yang didapatkan dari 30 peserta didik pada variabel ini yakni 1.680.

Persentase dihitung melalui pembagian skor yang didapatkan dengan skor maksimum, kemudian dikali 100% seperti rumus nilai akhir berikut:

$$N = \frac{\sum \text{skor yang diperoleh}}{\sum \text{skor maksimum}} \times 100\%$$

Keterangan

N : Nilai akhir

$$N = \frac{1680}{2040} \times 100\% = 82,4\%$$

Persentase hasil akan dibandingkan dengan kategori yang sudah ditentukan, nilai 82,4% termasuk kategori sedang.

Perhitungan ini memperlihatkan bahwasanya pola hidup sehat peserta didik kelas IV MI Al-Hadi 2 tahun ajaran 2024/2025 dikategorikan sedang. Setelah dilaksanakan penskoran pada variabel pola hidup sehat peserta didik, kemudian dilaksanakan presentase per sub variabel dihitung dengan membagi total skor responden pada setiap indikator dengan skor maksimum indikator, lalu dikali dengan 100%. Proses ini dilaksanakan mempergunakan *Microsoft Excel* 2019.

Tabel 16. Ringkasan Hasil Variabel Pola Hidup Sehat

Kategori	Frekuensi	Presentase
Tinggi	12	40,0%
Sedang	17	56,7%
Rendah	1	3,3%
Total	30	100%

Dari tabel tersebut, kategori tinggi mempunyai frekuensi 12 (40%), kategori sedang 17 (56,7%), dan kategori rendah 1 (3,3%). Dengan demikian, mayoritas peserta didik berada pada tingkat pola hidup sehat kategori sedang sebanyak 17 orang (56,7%). Perihal tersebut dipaparkan berbentuk diagram *pie* dengan melaksanakan pembulatan angka sebagai berikut:

Gambar 7. Hasil Pola Perilaku Hidup Sehat



Berikut ringkasan perolehan setiap aspek pada variabel Pola Hidup Sehat:

1) Aspek Kebersihan Pribadi

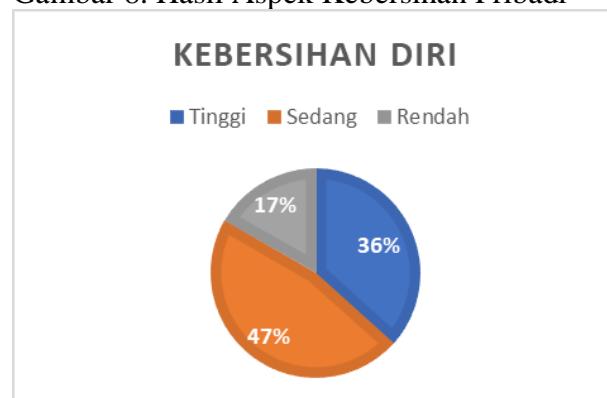
Aspek ini mencakup 8 indikator yang dirumuskan berbentuk pernyataan. Berikut ringkasan hasil perhitungannya:

Tabel 17. Ringkasan Hasil Aspek Kebersihan Pribadi

Kategori	Frekuensi	Presentase
Tinggi	11	36,7%
Sedang	14	46,7%
Rendah	5	16,7%
Total	30	100%

Tabel diatas memperlihatkan bahwasanya sebanyak 11 peserta didik (36,7%) dikategorikan tinggi, 14 peserta didik (46,7%) dikategorikan sedang, dan 5 peserta didik (16,7%) dikategorikan rendah. Maka dari itu, mayoritas peserta didik mempunyai tingkat pola hidup sehat pada aspek kebersihan pribadi sebesar 14 (46,7%) atau dikategorikan sedang. Perihal tersebut dipaparkan berbentuk diagram *pie* dengan melaksanakan pembulatan angka sebagai berikut:

Gambar 8. Hasil Aspek Kebersihan Pribadi



2) Aspek Perilaku Sadar Gizi

Aspek ini mencakup 4 indikator yang dituangkan dalam pernyataan. Berikut adalah ringkasan hasil perhitungannya.

Tabel 18. Ringkasan Hasil Aspek Perilaku Sadar Gizi

Kategori	Frekuensi	Presentase
Tinggi	10	33,3%
Sedang	11	36,7%
Rendah	9	30,0%
Total	30	100%

Tabel diatas memperlihatkan bahwasanya sebanyak 10 peserta didik (33,3%) dikategorikan tinggi, sebanyak 11 peserta didik (36,7%) dikategorikan sedang, dan 9 peserta didik (30%) dikategorikan rendah. Maka dari itu, mayoritas peserta didik mempunyai tingkat pola hidup sehat pada aspek perilaku sadar gizi yakni 11 (36,7%) atau kategori sedang. Perihal tersebut dipaparkan berbentuk diagram *pie* dengan melaksanakan pembulatan angka sebagai berikut:

Gambar 9. Hasil Aspek Perilaku Sadar Gizi



3) Aspek Perilaku Menyehatkan Lingkungan

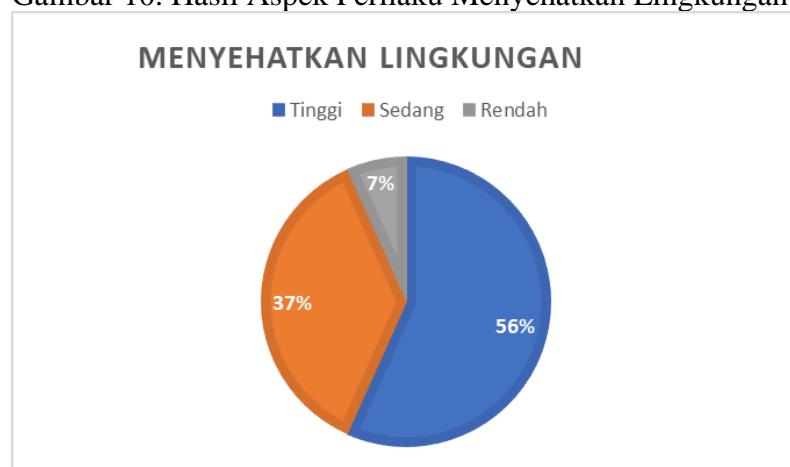
Aspek ini mempunyai 5 indikator yang dituangkan berbentuk pernyataan. Berikut adalah ringkasan hasil perhitungannya.

Tabel 19. Ringkasan Hasil Aspek Perilaku Menyehatkan Lingkungan

Kategori	Frekuensi	Persentase
Tinggi	17	56,7%
Sedang	11	36,7%
Rendah	2	6,7%
Total	30	100%

Tabel diatas memperlihatkan bahwasanya sebanyak 17 peserta didik (56,7%) dikategorikan tinggi, sebanyak 11 peserta didik (36,7%) dikategorikan sedang, dan sebanyak 2 peserta didik (6,7%). Maka dari itu, mayoritas peserta didik mempunyai tingkat pola hidup sehat pada aspek perilaku menyehatkan lingkungan sebanyak 17 (56,7%) atau kategori tinggi. Perihal tersebut dipaparkan berbentuk diagram *pie* dengan melaksanakan pembulatan angka sebagai berikut:

Gambar 10. Hasil Aspek Perilaku Menyehatkan Lingkungan



3. Hasil Uji Prasyarat Analisis

a. Uji normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui sampel berdistribusi normal atau tidak. Perhitungan dan pengolahan data dilaksanakan mempergunakan SPSS versi 25 dengan perolehan berikut:

Tabel 20. Hasil Perhitungan Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		30
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	3.57140337
Most Extreme Differences	Absolute	.150
	Positive	.112
	Negative	-.150
Test Statistic		.150
Asymp. Sig. (2-tailed)		.083 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Berdasarkan tabel 20 diatas, diperoleh nilai signifikansi yang dihasilkan (Asymp.sig = 0,83) lebih besar dari nilai alpha ($\alpha = 0,05$). Sehingga, dapat disimpulkan bahwa variabel Pengetahuan PHBS (X) dengan variabel Pola PHBS (Y) berdistribusi normal.

b. Uji linieritas

Uji Linearitas digunakan untuk mengetahui linear atau tidaknya hubungan antar variabel bebas dan variabel terikat pada suatu penelitian. Hubungan antar variabel dikatakan linear apabila sig. lebih besar atau sama dengan 0,05. Perhitungan uji linearitas

pada penelitian ini menggunakan program SPSS Release 25.0.

Adapun hasil perhitungan uji linearitas dapat dilihat pada tabel 21 berikut ini:

Tabel 21. Hasil Uji Linieritas

ANOVA Table						
			Sum of Squares	df	Mean Square	F
Pola Hidup	Between Groups	(Combined)	322.952	8	40.369	3.060
Sehat	* Groups	Linearity	230.107	1	230.107	17.442
Pengetahuan PHBS		Deviation from Linearity	92.845	7	13.264	1.005
Within Groups			277.048	21	13.193	
Total			600.000	29		

Berdasarkan pada tabel 21 diatas, diketahui bahwa nilai signifikansi pada *Deviation from linearity* adalah 0,455. Hal tersebut diartikan bahwa probabilitas lebih besar dari 0,05 yaitu $0,455 > 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa hubungan antara variabel Pengetahuan PHBS (X) dengan Pola PHBS (Y) memiliki hubungan yang linear.

4. Uji Hipotesis

Rumusan hipotesis dalam penelitian ini yakni “Terdapat hubungan antara pengetahuan PHBS dengan pola PHBS peserta didik kelas IV SD di MI Al-Hadi 2 Kapanewon Kasihan”.

Ho : Tidak ada hubungan antara pengetahuan PHBS dengan pola PHBS peserta didik kelas IV SD di MI Al-Hadi 2 Kapanewon Kasihan.

Ha : Ada hubungan antara pengetahuan PHBS dengan pola PHBS peserta didik kelas IV SD di MI Al-Hadi 2 Kapanewon Kasihan.

Uji hipotesis yang dipergunakan yakni teknik analisis korelasi *product moment pearson*. Perhitungan dan pengolahan data dilaksanakan mempergunakan SPSS versi 25 dengan perolehan berikut:

Tabel 22. Hasil Uji Korelasi

		Correlations	
		Pengetahuan PHBS	Pola Hidup Sehat
Pengetahuan PHBS	Pearson Correlation	1	.619**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	30	30
Pola Hidup Sehat	Pearson Correlation	.619**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	30	30

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

Perolehan analisis korelasi yang diproses mempergunakan SPSS memperlihatkan tingkat sig 1% (0,01). Sehingga dapat diartikan bahwasanya Ho diterima jika nilai sig (2-tailed) > $\alpha = 0,01$. Namun, jika

nilai $\text{sig} < \alpha = 0,01$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Tabel diatas memperlihatkan bahwasanya nilai signifikansi hubungan antara pengetahuan PHBS dan pola hidup sehat yakni 0,00 ($< 0,01$). Maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Maka dapat dikatakan terdapat hubungan antara pengetahuan PHBS dan pola hidup peserta didik kelas IV SD di MI Al-Hadi 2.

Tabel tersebut memperlihatkan nilai koefisien korelasi antara kedua variabel yakni 0,619 dengan hubungan yang bersifat positif. Mengacu pada pedoman interpretasi koefisien korelasi pada tabel 11, nilai tersebut termasuk dalam kategori kuat. Hubungan positif ini berarti peningkatan pengetahuan PHBS akan diikuti oleh peningkatan pola hidup sehat, dan sebaliknya, penurunan pada salah satu variabel akan diikuti penurunan pada variabel lainnya.

B. Pembahasan

Pengetahuan adalah hasil dari proses mengenal suatu objek melalui indera. Pengetahuan didapatkan melalui pendidikan, pengalaman personal, pengalaman orang lain, media massa, dan lingkungan sekitar. Sebagai bagian dari domain kognitif, pengetahuan berperan penting dalam membentuk tindakan individu. Pengetahuan bertindak untuk mendorong secara psikologis sehingga memengaruhi sikap dan perilaku sehari-hari, maka disimpulkan bahwasanya pengetahuan menjadi pemicu terjadinya tindakan.

Perolehan analisis deskripsi pengetahuan PHBS peserta didik kelas IV di MI Al-Hadi 2 memperoleh hasil 74% sehingga tingkat pengetahuan peserta didik dikategorikan sedang. Berdasarkan hasil perhitungan, pengetahuan peserta didik dengan sub variabel kebersihan diri sebanyak 42% dikategorikan sedang, sub variabel perilaku sadar gizi sebanyak 45% dikategorikan sedang, dan sub variabel menyehatkan lingkungan sebanyak 39% dikategorikan sedang. Sehingga secara menyeluruh, hasil ketiga sub variabel pengetahuan PHBS peserta didik dikategorikan sedang. Indikator pada variabel pengetahuan yang memperoleh hasil tertinggi adalah indikator menjaga kebersihan kulit dengan jumlah skor 30 dan presentase sebesar 100%, sementara indikator dengan tingkat presentase terendah yakni indikator menjaga kebersihan mata dengan skor 16 dan presentase 51,6%.

Pola hidup sehat ialah cara hidup yang melibatkan upaya seseorang dalam menjaga kesehatan dengan cara berinteraksi dengan lingkungan, khususnya yang berkaitan dengan aspek kesehatan. Tingkat presentase pola hidup sehat peserta didik kelas IV di MI Al-Hadi 2 sebesar 81,8%, angka tersebut memperlihatkan bahwasanya tingkat pola hidup sehat peserta didik kelas IV di MI Al-Hadi 2 dikategorikan sedang. Sub variabel menjaga kebersihan diri dikategorikan sedang dengan presentase 49%, sementara dua sub variabel lainnya dikategorikan tinggi yaitu perilaku sadar gizi sebanyak 39% dan perilaku menyehatkan lingkungan sebanyak 55%.

Indikator pada variabel pola hidup sehat yang memperoleh hasil tertinggi adalah indikator menjaga kebersihan kulit dengan jumlah skor 113 dan presentase sebesar 94,2%, sementara indikator dengan tingkat presentase terendah yakni indikator menjaga kebersihan mata dengan jumlah skor 73 dan presentase sebesar 60,8%. Hal ini menunjukkan adanya kesamaan dalam tingkat perolehan skor tertinggi dan terendah antara pengetahuan PHBS dengan pola PHBS peserta didik yaitu pada indikator menjaga kebersihan kulit dan menjaga kebersihan mata. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Titi Sari Banun (2016) yang berjudul “Hubungan Antara Pengetahuan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) dengan Pola Hidup Sehat peserta didik di SD Negeri Tamanan Bantul TA 2015/2016”, dalam penelitiannya tingkat tertinggi ada pada indikator menjaga kebersihan kulit dengan presentase 97,07%, sedangkan indikator paling rendah terdapat pada indikator menjaga kebersihan mata yaitu dengan presentasi 76,63%.

Perolehan analisis penelitian memperlihatkan bahwasanya adanya keterkaitan antara variabel X dan Y. Perihal tersebut diketahui dari nilai P (sig. 2-tailed) sebesar $0,00 < \alpha = 0,01$. Dari temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwasanya pengetahuan PHBS berperan penting untuk meningkatkan pola hidup sehat peserta didik. Maka dari itu, peserta didik dengan tingkat pengetahuan PHBS yang tinggi cenderung mempunyai pola hidup sehat yang lebih baik.

Hasil uji normalitas menunjukkan nilai 0,83 yaitu lebih besar dari nilai $\alpha = 0,05$. Dari temuan tersebut dapat disimpulkan bahwasannya data pengetahuan PHBS dan data pola PHBS berdistribusi normal. Berdasarkan uji linieritas data mendapatkan hasil nilai 0,455 yang berarti lebih besar dari 0,05, sehingga dapat diartikan variabel pengetahuan PHBS dan pola PHBS memiliki hubungan yang linear tersebut linear.

Nilai korelasi sebesar 0,619 menunjukkan tingkat korelasi yang tinggi dan kuat antara pengetahuan PHBS dengan pola PHBS. Hal tersebut menunjukkan bahwa tinggi atau rendahnya pola hidup sehat peserta didik, bisa ditentukan oleh tinggi rendahnya pengetahuan PHBS peserta didik. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Stevan Boby (2022) yang memiliki nilai kekuatan korelasi sebesar 0,544, yang mana hasil tersebut menunjukkan kekuatan korelasi yang sedang antara pengetahuan PHBS dengan pola hidup sehat peserta didik.

Arifuddin, et al (2023) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa pengetahuan PHBS memiliki kontribusi yang signifikan dalam mengoptimalkan pola hidup sehat. Peserta didik yang memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi maka akan memiliki tingkat pola hidup sehat yang tinggi pula, begitupun sebaliknya. Begitupula dengan penelitian Rosmia Hasan (2020) yang mengemukakan bahwasanya pengetahuan PHBS berhubungan dengan pola hidup sehat. Semakin responden mempunyai pengetahuan yang baik maka akan semakin baik perilaku hidup bersih dan

sehat, sebaliknya jika semakin tingkat pengetahuan kurang maka akan semakin kurang perilaku hidup bersih dan sehat.

Murtian Clara Adelia Febiyanti dan Ana Rizanna (2023) dalam penelitiannya dimana sebagian besar peserta didik memiliki tingkat pengetahuan yang baik yaitu 83 peserta didik sementara 68 peserta didik memiliki tingkat pengetahuan yang kurang, hal tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan peserta didik cukup baik. Sedangkan pada aspek perilaku, menunjukkan rata-rata hasil perilaku peserta didik adalah cukup baik. Sehingga dalam penelitiannya disimpulkan bahwa terdapat hubungan pada tingkat pengetahuan terhadap perilaku hidup bersih dan sehat peserta didik. Perilaku seseorang mencerminkan pengaruh lingkungannya, baik dari segi pengetahuan maupun sikap. Pengetahuan diperoleh melalui pengalaman seseorang. Individu dengan tingkat pengetahuan yang baik biasanya mempunyai perilaku yang positif, terutama terkait kesehatan dan kebersihan diri serta lingkungannya, khususnya dalam konteks penerapan PHBS di sekolah dasar. Sikap dan pola hidup yang positif dapat berkontribusi pada peningkatan harapan hidup, khususnya dalam menjaga kesehatan pribadi melalui PHBS.

C. Keterbatasan Penelitian

Peneliti mengakui keterbatasan yang ada dalam penelitian ini, misalnya banyaknya responden yang tidak mencapai target yang diinginkan. Ketika berlangsungnya penelitian, terdapat satu peserta didik yang tidak hadir saat pengambilan data di MI Al-Hadi 2. Jumlah populasi penelitian adalah 31 peserta didik, tetapi karena keterbatasan, responden yang terlibat hanya 30 peserta didik.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

- Berdasarkan perolehan analisis data dan pembahasan, maka disimpulkan bahwasanya.
1. Tingkat pengetahuan PHBS kelas IV SD di MI Al-Hadi 2 dikategorikan sedang.
 2. Tingkat pola hidup sehat peserta didik kelas IV SD di MI Al-Hadi 2 dikategorikan sedang.
 3. Berdasarkan perolehan analisis data, didapatkan nilai r hitung sebesar 0,619 dengan sig $0,00 < 0,01$. Perihal tersebut memperlihatkan adanya hubungan positif yang kuat antara pengetahuan PHBS dan pola hidup sehat peserta didik kelas IV MI Al-Hadi 2.

B. Saran

1. Untuk Peserta Didik

Berdasarkan perolehan penelitian yang dilakukan, diharapkan peserta didik dapat meningkatkan pengetahuan dan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-harinya dimanapun peserta didik berada.

2. Untuk Kepala Sekolah, Guru, Orang tua, dan Instansi Terkait

Perolehan penelitian ini dapat bermanfaat untuk kepala sekolah, guru, dan pihak terkait sebagai bahan evaluasi untuk menambah wawasan terkait PHBS dan perilaku sehat peserta didik. Upaya yang dapat dilaksanakan yakni memperbanyak materi PHBS dalam

pembelajaran, meningkatkan fasilitas pendukung pola hidup sehat, misalnya dengan menambah tempat untuk mencuci tangan, menyediakan sabun di setiap lokasi cuci tangan, menyediakan tong sampah tiga jenis, memastikan kantin sehat, serta menjadikan kepala sekolah dan guru sebagai teladan dalam mengimplementasikan pola hidup sehat.

3. Untuk Peneliti Berikutnya

Untuk peneliti berikutnya sebaiknya memperluas jumlah sampel serta menambah variabel lain, misalnya aspek lingkungan yang berkaitan dengan pembentukan tindakan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriansyah, Y., & DN, R. (2013). *Penyuluhan dan Praktik PHBS (Perilaku Hidup Bersih)*. Inovasi Dan Kewirausahaan, 2, 45-50.
- Agelimo, Stevan Boby. (2022). *Hubungan Antara Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Dengan Pola Hidup Sehat Siswa Kelas V SD Kanisius Kalasan*. S1 thesis, Fakultas Ilmu Keolahragaan.
- Ardinansyah, A., Surachmin, A., & Umniyati, H. (2021). *Implementasi gerakan hidup bersih dan sehat di SDN 2 Amansari Kabupaten Karawang*. Bernas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 2(2), 635-640.
- Banun, T. S. (2016). *Hubungan Antara Pengetahuan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) dengan Pola Hidup Sehat Peserta didik di SD Negeri Tamanan Bantul TA 2015/2016*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Cholifah, N., Utomo, S. P., Rusnoto, R., & Laily, N. (2021). *Hubungan diet dan aktivitas fisik dengan tingkat oedema pasien CKD di ruang hemodialisa RSU Kumala Siwi Kudus*. Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan, 12(1), 115-122.
- Darsini, D., Fahrurrozi, F., & Cahyono, E. A. (2019). *Pengetahuan artikel review*. Jurnal Keperawatan, 12(1), 13-13.
- Dataset Pendidikan (2024) *Jumlah Peserta didik Menurut Jenis Kelamin dan Status Sekolah Tiap Provinsi* <https://data.kemdikbud.go.id/dataset/detail/5/L0-000000/2023/SD-1>.
- Departemen Kesehatan RI. (2016). *Panduan Manajemen PHBS Menuju Kabupaten/Kota Sehat*, Pusat Promosi Kesehatan. Dinas Kesehatan RI.
- Departemen Kesehatan, RI. (2018). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Hasil Utama Riskesdas*. Jakarta
- Dinas Kesehatan Provinsi DIY (2010). *Laporan Kegiatan Penyakit Mulut dan Kuku Dinkes Prov DIY Tahun 2010*. Dinas Kesehatan DIY.
- Fajarwati, N. K., Lilis, L., Priskilla, E., Salsabila, K., Herlina, H., Wirdaningsih, S., & Perdana, R. A. (2024). *Penyuluhan kesadaran warga tentang pentingnya penggunaan air bersih untuk kebutuhan mandi, cuci, kakus (MCK) di Desa Margaluyu*. Jurnal Informasi Pengabdian Masyarakat, 2(3), 148-155.
- Febiyanti, M. C. A., & Rizana, A. (2023). *Hubungan tingkat pengetahuan remaja dengan perilaku hidup bersih dan sehat di SMA Patriot Kota Bekasi*. MAHESA: Malahayati Health Student Journal, 3(11), 3438-3451.

- Gideon, A., Lestari, N. T., Bano, V. O., Sari, M. N., Wicaksono, D., Adriana, N. P., & Rizqi, M. (2023). *Metode Penelitian Pendidikan*. Pradina Pustaka.
- Gumilang, M. R., Aryani, M., Rahadian, A., Setiawan, E., & Németh, Z. (2022). *Pola hidup sehat atlet bola voli: studi survei di masa pandemi covid-19*. Sport Science, 22(2), 103-112.
- Gustina, I., Rizmayandha, D., & Anggraeni, L. (2020). *Aspek-aspek yang mempengaruhi pengetahuan ibu menyusui tentang cara meningkatkan produksi Asi*. Zona Kebidanan Program Studi Kebidanan Universitas Batam, 10(3), 47-52.
- Hasan, Rosmia. (2020). *Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah SMA Negeri 8 Makassar*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panakkukang Makassar.
- Hasbi, N. (2023). *Penyuluhan kesehatan dalam menjaga kebersihan kulit di Sekolah Dasar Negeri 27 Cakranegara*. Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA, 6(4), 1143-1148.
- Hayati, N. S., & Hasibuan, R. (2020). *Potret upaya perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) menuju adaptasi kebiasaan baru di Kecamatan Binjai Barat Kelurahan Sukaramai*. Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal), 5(2), 13-18.
- Kartika, Y., Pramestian, F., Masayu, N., Hasanah, F., Fera, F., & Arifin, R. (2021). *Penerapan pola hidup bersih dan sehat untuk meningkatkan imunitas tubuh di Desa Kalirancang, Alian, Kebumen*. Jurnal Abdi: Media Pengabdian kepada Masyarakat, 7(1), 78-87.
- Kementrian Kesehatan. (2011). *Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 2269 Tahun 2011, tentang Pedoman Pembinaan Perilaku Bersih dan Sehat*.
- Lailaturohmah, L., Andera, N. A., & Mildawati, R. (2023). *Pemeriksaan berat badan dan tinggi badan rutin sebagai upaya optimalisasi tumbuh kembang anak*. Jurnal LENTERA, 3(2), 70-84.
- Lontaan, E. A., Pinontoan, O. R., & Maddusa, S. S. (2020). *Pelaksanaan program 3m plus dalam menanggulangi kejadian demam berdarah dengue di wilayah kerja Puskesmas Maesaan Kecamatan Maesaan Kabupaten Minahasa Selatan*. KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi, 9(6).
- Masrukhin, H. (2017). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Media Ilmu Press.
- Munawarah, N. H. (2022). *Analisis Spasial Sebaran Kejadian Kasus Diare Dengan Keberadaan E. Coli Pada Air Sumur Dan Kepadatan Penduduk Di*

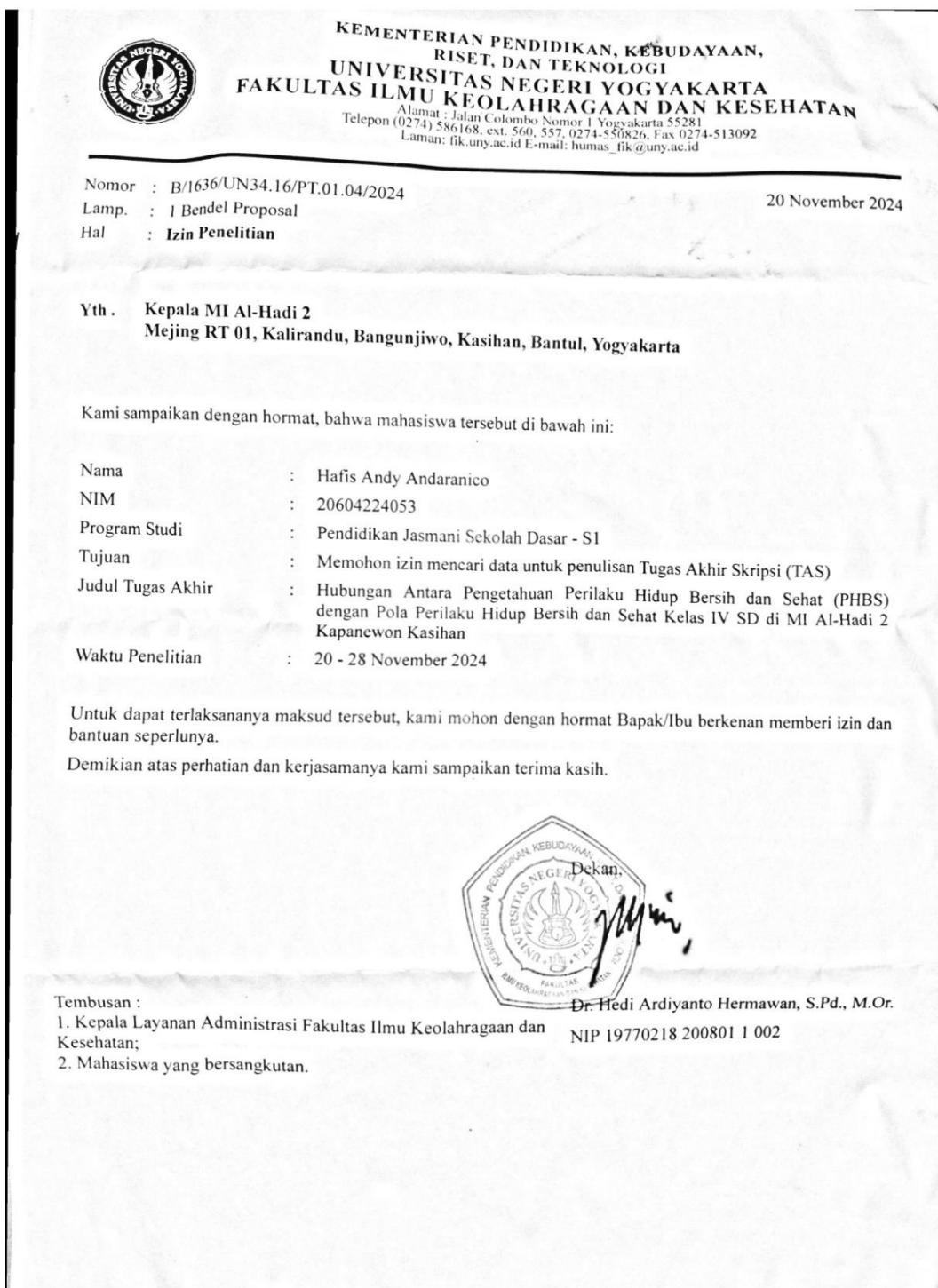
Kalurahan Tirtonirmolo, Kasihan, Bantul (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta).

- Natsir, M. F. (2018). *Pengaruh penyuluhan ctps terhadap peningkatan pengetahuan peserta didik SDN 169 Bonto Parang Desa Barana*. Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan, 1(2).
- Nengah, I., Ahmad, F., Chrysella, R., Devi Ayu, S., Farah, K., Fitria, H. N., & Hieronimus, A. (2020). *Hubungan usia dengan pengetahuan dan perilaku penggunaan suplemen pada mahasiswa Institut Teknologi Sepuluh Nopember*. Jurnal Farmasi Komunitas, 7(1), 1-7.
- Nurhajati, N. (2015). *Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) masyarakat di Desa Samir dalam meningkatkan kesehatan masyarakat*. Publiciana, 8(1), 107-126.
- Octaviana, D. R., & Ramadhani, R. A. (2021). *Hakikat manusia: pengetahuan (knowledge), ilmu pengetahuan (sains), filsafat dan agama*. Jurnal Tawadhu, 5(2), 143-159.
- Pakaya, W. C., Sutadiji, E., Dina, L. N. A. B., Rahma, F. I., Mashfufah, A., & Ayu, I. R. (2023). *Metode Penelitian Pendidikan*. Nawa Litera Publishing.
- Pandowo, H., & Kurniasari, C. (2019). *Pemahaman personal hygiene melalui pendidikan kesehatan pada penghuni lapas perempuan klas II B Yogyakarta*. Humanism: Journal of Community Empowerment (HJCE), 1(1), 18-23.
- Paramata, N. R., Dungga, E. F., & Wulansari, I. (2019). *Kebersihan Diri Pribadi Pada Peserta didik Kelas V Sekolah Dasar*. Universitas Negeri Gorontalo.
- Pringgayuda, F., Putri, G. A., & Yulianto, A. (2021). *Personal hygiene yang buruk meningkatkan kejadian pediculosis capititis pada santri santriwati di pondok pesantren*. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah, 6(1), 54-59.
- Ramadhani, R., & Bina, N. S. (2021). *Statistika Penelitian Pendidikan: Analisis Perhitungan Matematis dan Aplikasi SPSS*. Prenada Media.
- Ridwan, M. (2021). *Pengetahuan Keislaman: Penguantan Diskursus Keislaman Kontemporer*. Zahir Publishing.
- Rizal, S. (2021). *Perkembangan fisik anak usia dasar*. Pandawa, 3(3), 366-383.
- Safarina, N. A., Zahara, C. I., Syakilla, C. N. M., Utari, I., Fatimah, K. A., Aslamiyah, S., & Fazila, D. (2024). *Psikoedukasi kesehatan pentingnya menerapkan pola hidup sehat pada remaja pemain game online di Lhokseumawe*. Jurnal Pengabdian Kolaborasi dan Inovasi IPTEKS, 2(3), 893-899.

- Sahir, S. H. (2021). *Metodologi penelitian*. Penerbit KBM Indonesia.
- Santi, A. U. P., & Khamimah, S. (2019). *Pengaruh cara menggosok gigi terhadap karies gigi anak kelas IV di SDN Satria Jaya 03 Bekasi*. SEMNASFIP.
- Sapalas, R. A., Ahyan, N. P. D., Rahmah, S. N., Lubis, A. F., & Rosfiani, O. (2022). *Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat mewujudkan kesejahteraan masyarakat*. In Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ (Vol. 1, No. 1).
- Sudijono, A. (2009). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono, P. D. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Suryani, L., & Payung, S. (2017). *Aspek-aspek yang mempengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) peserta didik SD N 37 Kecamatan Tampan Kota Pekanbaru*. J Keperawatan Abdurrah, 1(2), 17-28.
- Susilawati, R., Pratiwi, F., & Adhisty, Y. (2022). *Pengaruh pendidikan kesehatan tentang dismenorhoe terhadap tingkat pengetahuan remaja putri mengenai disminorhoe di kelas xi SMA N 2 Banguntapan*. Jurnal Ilmu Kesehatan Mulia Madani Yogyakarta, 3(2), 37-54.
- Yamistada, G., & Sari, J. N. (2020). *Gambaran hygiene perorangan dan kontaminasi telur cacing pada kuku petugas pengangkut sampah dinas pekerjaan umum dan penataan ruang Kota Jambi*. Jurnal Bahana Kesehatan Masyarakat, 4(2), 28-32.
- Yusrizal, M. P., & Rahmati, M. P. (2020). *Tes Hasil Belajar*. Bandar Publishing.
- Zafri & Hastuti, H. (2021). *Metode Penelitian Pendidikan*. Rajawali Pers.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian



Lampiran 2. Formulir Bimbingan Skripsi



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI**
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR PROGRAM SARJANA
 Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281, Telp.(0274) 550826, 513092, Faksimile (0274) 513092.
 Laman : <http://www.fikk.uny.ac.id>. Surel : humas_fikk@uny.ac.id

FORMULIR BIMBINGAN PENYUSUNAN LAPORAN TA

Nama Mahasiswa	: Hafis Andy Andaranico
Dosen Pembimbing	: Dr. Ronintya Meikahani, M.Pd.
NIM	: 20604224053
Program Studi	: S.I - PJSD
Judul TA	: Hubungan Antara Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan Pola Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Siswa Kelas IV SD di MI Al-Hadi 2 Kapanewon Kasihan

No.	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Hasil/Saran Bimbingan	Paraf . Dosen Pembimbing
1.	Selasa, 20 Agustus 2024	Revisi latar belakang masalah	Menambahkan data kuantitatif pada latar belakang	AP
2.	Kamis, 12 September 2024	Revisi identifikasi masalah dan sumbu masalah	Sesuaikan dengan latar belakang	AP
3.	Senin, 23 September 2024	Revisi tujuan penelitian dan manfaat penelitian	Mantap untuk siswa, guru PJOK, dan peneliti selanjutnya	AP
4.	Jumat, 4 Oktober 2024	Revisi bab II penambahan Sumber dan kerangka berpikir	tambah latar belakang kerangka berpikir	AP
5.	Jumat, 25 Oktober 2024	Revisi bab II bagan kerangka berpikir	tambah bagan kerangka berpikir	AP
6.	Jumat, 15 November 2024	Revisi bab III instrumen penelitian	Perbaiki isi rumen yang sudah ada	AP
7.	Selasa, 10 Desember 2024	Revisi bab III uji validitas dan teknik analisis data	Lakukan uji validitas dan reliabilitas	AP
8.	Jumat, 13 Desember 2024	Revisi penulisan dan penyebaran pedoman	Bendiri penulisan nama dan halaman	AP
9.	Selasa, 17 Desember 2024	Revisi penjabaran data penelitian	Dirumuskan sesuai hasil penelitian	AP
10.	Jumat, 27 Desember 2024	Penambahan dukungan teori bagian pembahasan	Menambahkan sumber acuan	AP
11.	Senin, 30 Desember 2024	ACC	Telah disetujui	AP

Yogyakarta, 1 Januari 2025

Mengetahui
Koord. Prodi SI PJSD

Prof. Dr. Hari Yuliarto, M.Kes.
NIP. 19670701 199412 1 001

Mahasiswa,

Hafis Andy Andaranico
NIM. 20604224053

Lampiran 3. Instrumen Tes Pengetahuan PHBS

**HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN PHBS DENGAN POLA
PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PESERTA DIDIK KELAS IV SD
DI MI AL-HADI 2**

Dengan ini saya mohon kesediaan adik- adik untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan berikut untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta didik terkait PHBS. Atas kesediaan adik-adik saya ucapkan terima kasih. Hasil nilai yang diperoleh tidak berpengaruh terhadap nilai rapor atau nilai lainnya, hasil tes murni digunakan untuk kepentingan peneliti dan terjamin kerahasiaannya.

Nama :

Kelas :

Nomor Absen :

A. Instrumen Pengetahuan PHBS

Pilihlah jawaban yang sesuai dengan apa yang anda ketahui saat ini dengan memberi tanda centang (✓) pada jawaban “Benar” atau “Salah”!

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban	
		Benar	Salah
1	Mandi dilakukan minimal 2 kali sehari.		
2	Merapikan rambut dengan sisir dapat menjaga kebersihan rambut.		
3	Kuku yang panjang dapat menjadi sarang kuman.		
4	Mencuci tangan menggunakan sabun dan air bersih yang mengalir dapat membersihkan tangan dari kuman dan kotoran.		
5	Menghindari menggosok mata dengan tangan telanjang merupakan salah satu bentuk menjaga kebersihan mata.		

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban	
		Benar	Salah
6	Lidah dan gigi bagian dalam tidak perlu dibersihkan karena sulit dijangkau.		
7	Pakaian yang baik digunakan adalah pakaian yang sesuai ukuran, bersih dan terbuat dari bahan yang mudah menyerap keringat.		
8	Membersihkan hidung sebaiknya dilakukan dengan bantuan air, tisu, ataupun kain yang lembut.		
9	Pengukuran tinggi badan dan berat badan secara rutin tidak diperlukan.		
10	Olahraga hanya perlu dilakukan saat ada pelajaran olahraga di sekolah.		
11	Tidur yang baik untuk anak-anak minimal 9 jam sehari.		
12	Pewarna, pemanis, pengawet, dan penyedap rasa buatan pada makanan sangat berbahaya bagi kesehatan.		
13	Merokok dan menghirup asap rokok dapat menyebabkan berbagai penyakit.		
14	Air merupakan sumber daya alam yang dapat diperbarui, sehingga boleh digunakan semaunya.		
15	Setelah menggunakan jamban, hal yang harus dilakukan adalah membersihkannya.		
16	Penampungan air dapat menjadi sarang berkembangnya bibit penyakit.		
17	Membakar sampah adalah cara yang cepat dan tepat dalam mengolah sampah.		

Lampiran 4. Instrumen Pola PHBS

INSTRUMEN POLA PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT

Berilah tanda cek (**✓**) pada kolom yang sesuai dengan keadaan adik! Keterangan pilihan jawaban adalah sebagai berikut:

- Selalu** : Jika selalu melakukan
- Sering** : Jika lebih banyak melakukan, meskipun pernah tidak melakukan.
- Jarang** : Jika lebih banyak tidak melakukan, meskipun pernah melakukan.
- Tidak pernah** : Jika tidak pernah melakukan sama sekali

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		Selalu	Sering	Jarang	Tidak Pernah
1	Saya mandi minimal 2 kali sehari.				
2	Saya mencuci rambut menggunakan sampo minimal sekali dalam seminggu				
3	Saya memelihara kuku dalam keadaan panjang.				
4	Saat mencuci tangan, saya mencuci telapak tangan, punggung tangan, sela-sela jari, dan kuku menggunakan sabun dan air yang mengalir.				
5	Saya menggosok mata dengan tangan telanjang saat mata gatal.				
6	Saya menggosok gigi dengan pasta gigi minimal dua kali sehari.				
7	Saya membersihkan hidung dengan bantuan jari-jari tangan saja.				

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		Selalu	Sering	Jarang	Tidak Pernah
8	Saya menggunakan pakaian yang bersih, kering, dan disetrika.				
9	Saya mengukur tinggi badan dan menimbang berat badan minimal sekali dalam enam bulan.				
10	Saya mengikuti pelajaran olahraga di sekolah atau berolahraga di rumah minimal seminggu sekali.				
11	Saya tidur minimal 9 jam sehari.				
12	Saya makan buah atau sayur setiap hari.				
13	Saya dekat dengan orang yang merokok atau menghirup asap rokok.				
14	Saya menggunakan air bersih untuk minum.				
15	Saya membersihkan jamban seetelah menggunakaninya dengan air.				
16	Saya membiarkan banyak baju bergelantung.				
17	Saya membuang sampah di tempat yang telah disediakan sesuai dengan jenisnya.				

Lampiran 5. Isian Instrumen Tes Pengetahuan PHBS dan Pola PHBS

8

HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN PHBS DENGAN POLA PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT KELAS 4 SD DI MI AL-HADI 2

Dengan ini saya mohon kesediaan adik-adik untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan berikut untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta didik terkait PHBS. Atas kesediaan adik-adik saya ucapan terima kasih. Hasil nilai yang diperoleh tidak berpengaruh terhadap nilai rapor atau nilai lainnya, hasil tes murni digunakan untuk kepentingan peneliti dan terjamin kerahasiaannya.

Nama : Nufal

Kelas : IV/4

Nomor Absen : 20

A. Instrumen Pengetahuan PHBS

Pilihlah jawaban yang sesuai dengan apa yang anda ketahui saat ini dengan memberi tanda centang (✓) pada jawaban “Benar” atau “Salah”!

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban	
		Benar	Salah
1	Mandi dilakukan minimal 2 kali sehari.	✓	
2	Merapikan rambut dengan sisir dapat menjaga kebersihan rambut.	✓	
3	Kuku yang panjang dapat menjadi sarang kuman.		✓
4	Mencuci tangan menggunakan sabun dan air bersih yang mengalir dapat membersihkan tangan dari kuman dan kotoran.	✓	
5	Menghindari menggosok mata dengan tangan telanjang merupakan salah satu bentuk menjaga kebersihan mata.		✓

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban	
		Benar	Salah
6	Lidah dan gigi bagian dalam tidak perlu dibersihkan karena sulit dijangkau.	✓	
7	Pakaian yang baik digunakan adalah pakaian yang sesuai ukuran, bersih dan terbuat dari bahan yang mudah menyerap keringat.		✓
8	Membersihkan hidung sebaiknya dilakukan dengan bantuan air, tisu, ataupun kain yang lembut.	✓	
9	Pengukuran tinggi badan dan berat badan secara rutin tidak diperlukan.		✓
10	Olahraga hanya perlu dilakukan saat ada pelajaran olahraga di sekolah.		
11	Tidur yang baik untuk anak-anak minimal 9 jam sehari.	✓	
12	Pewarna, pemanis, pengawet, dan penyedap rasa buatan pada makanan sangat berbahaya bagi kesehatan.	✓	
13	Merokok dan menghirup asap rokok dapat menyebabkan berbagai penyakit.	✓	
14	Air merupakan sumber daya alam yang dapat diperbarui, sehingga boleh digunakan semaunya.		✓
15	Setelah menggunakan jamban, hal yang harus dilakukan adalah membersihkannya.		✓
16	Penampungan air dapat menjadi sarang berkembangnya bibit penyakit.	✓	
17	Membakar sampah adalah cara yang cepat dan tepat dalam mengolah sampah.	✓	

INSTRUMEN POLA PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT

Berilah tanda cek (✓) pada kolom yang sesuai dengan keadaan adik! Keterangan pilihan jawaban adalah sebagai berikut:

- Selalu** : Jika selalu melakukan
Sering : Jika lebih banyak melakukan, meskipun pernah tidak melakukan.
Jarang : Jika lebih banyak tidak melakukan, meskipun pernah melakukan.
Tidak pernah : Jika tidak pernah melakukan sama sekali

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		Selalu	Sering	Jarang	Tidak Pernah
1	Saya mandi minimal 2 kali sehari.	✓			
2	Saya mencuci rambut menggunakan sampo minimal sekali dalam seminggu	✓			
3	Saya memelihara kuku dalam keadaan panjang.				✓
4	Saat mencuci tangan, saya mencuci telapak tangan, punggung tangan, sela-sela jari, dan kuku menggunakan sabun dan air yang mengalir.	✓			
5	Saya menggosok mata dengan tangan telanjang saat mata gatal.	✓			
6	Saya menggosok gigi dengan pasta gigi minimal dua kali sehari.			✓	
7	Saya membersihkan hidung dengan bantuan jari-jari tangan saja.		✓		

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		Selalu	Sering	Jarang	Tidak Pernah
8	Saya menggunakan pakaian yang bersih, kering, dan disetrika.	✓			
9	Saya mengukur tinggi badan dan menimbang berat badan minimal sekali dalam enam bulan.		✓		
10	Saya mengikuti pelajaran olahraga di sekolah atau berolahraga di rumah minimal seminggu sekali.			✓	
11	Saya tidur minimal 9 jam sehari.			✓	
12	Saya makan buah atau sayur setiap hari.		✓		
13	Saya dekat dengan orang yang merokok atau menghirup asap rokok.			✓	
14	Saya menggunakan air bersih untuk minum.	✓			
15	Saya membersihkan jamban seetelah menggunaknnya dengan air.	✓			
16	Saya membiarkan banyak baju bergelantung.				✓
17	Saya membuang sampah di tempat yang telah disediakan sesuai dengan jenisnya.	✓			

Lampiran 6. Hasil Tes pengetahuan PHBS

No	Butir Soal																	Total	Presetase	Kategori	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17				
1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	10	58,82	Rendah	
2	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	13	76,47	Sedang	
3	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	11	64,71	Rendah	
4	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	13	76,47	Sedang	
5	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	10	58,82	Rendah	
6	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	15	88,24	Tinggi	
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	17	100,00	Tinggi	
8	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	12	70,59	Sedang
9	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	12	70,59	Sedang	
10	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	11	64,71	Rendah	
11	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	11	64,71	Rendah	
12	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	15	88,24	Tinggi	
13	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16	94,12	Tinggi	
14	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	14	82,35	Sedang	
15	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	11	64,71	Rendah	
16	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	13	76,47	Sedang	
17	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	14	82,35	Sedang	
18	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	10	58,82	Rendah	
19	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	11	64,71	Rendah	
20	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	13	76,47	Sedang	
21	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	12	70,59	Sedang	
22	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	11	64,71	Rendah	

23	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	12	70,59	Sedang
24	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1	9	52,94	Rendah	
25	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	16	94,12	Tinggi	
26	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	88,24	Tinggi	
27	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	12	70,59	Sedang	
28	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	11	64,71	Rendah	
29	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	14	82,35	Sedang	
30	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	14	82,35	Sedang	
Total	30	18	26	24	16	22	21	24	19	17	22	22	26	17	27	26	21	378			

Lampiran 7. Hasil Tes Pengetahuan PHBS Aspek Kebersihan Diri

No	Butir Soal								Total	Presentase	Kategori
	1	2	3	4	5	6	7	8			
1	1	0	1	0	1	1	0	1	5	62,5	Rendah
2	1	1	1	1	0	1	1	0	6	75	Sedang
3	1	0	1	1	1	0	1	1	6	75	Sedang
4	1	1	1	0	0	1	1	1	6	75	Sedang
5	1	1	0	1	0	1	1	1	6	75	Sedang
6	1	1	1	1	0	1	1	1	7	87,5	Tinggi
7	1	1	1	1	1	1	1	1	8	100	Tinggi
8	1	1	1	1	1	0	0	1	6	75	Sedang
9	1	0	1	1	1	0	1	1	6	75	Sedang
10	1	1	0	1	0	1	0	1	5	62,5	Rendah
11	1	1	1	0	1	0	1	1	6	75	Sedang
12	1	1	1	1	1	1	1	0	7	87,5	Tinggi
13	1	1	1	1	1	1	1	0	7	87,5	Tinggi
14	1	0	1	1	1	1	1	1	7	87,5	Tinggi
15	1	0	1	1	0	0	0	1	4	50	Rendah
16	1	0	1	1	0	0	1	1	5	62,5	Rendah
17	1	1	1	1	0	1	1	1	7	87,5	Tinggi
18	1	1	0	0	1	0	0	1	4	50	Rendah
19	1	0	1	1	1	1	1	1	7	87,5	Tinggi
20	1	1	1	1	0	0	0	1	5	62,5	Rendah
21	1	0	1	1	0	1	1	0	5	62,5	Rendah
22	1	1	0	1	1	1	1	1	7	87,5	Tinggi
23	1	0	1	1	0	1	1	1	6	75	Sedang
24	1	0	1	1	0	1	0	0	4	50	Rendah
25	1	1	1	1	1	1	1	1	8	100	Tinggi
26	1	0	1	1	0	1	1	1	6	75	Sedang
27	1	1	1	1	0	1	0	1	6	75	Sedang
28	1	1	1	0	1	1	1	0	6	75	Sedang
29	1	0	1	0	1	1	1	1	6	75	Sedang
30	1	1	1	1	1	1	0	1	7	87,5	Tinggi
Total	30	18	26	24	16	22	21	24	181		

Lampiran 8. Hasil Tes Pengetahuan PHBS Aspek Kesadaran Gizi

No	Butir Soal				Total	Presentase	Kategori
	9	10	11	12			
1	1	0	0	1	2	50	Rendah
2	0	1	1	1	3	75	Sedang
3	0	1	0	1	2	50	Rendah
4	1	1	0	1	3	75	Sedang
5	0	0	1	0	1	25	Rendah
6	1	1	1	1	4	100	Tinggi
7	1	1	1	1	4	100	Tinggi
8	1	0	1	1	3	75	Sedang
9	0	1	1	0	2	50	Rendah
10	1	1	0	1	3	75	Sedang
11	1	0	1	1	3	75	Sedang
12	1	1	1	0	3	75	Sedang
13	1	1	1	1	4	100	Tinggi
14	1	0	1	1	3	75	Sedang
15	1	0	1	1	3	75	Sedang
16	0	1	1	1	3	75	Sedang
17	1	1	0	1	3	75	Sedang
18	1	1	0	0	2	50	Rendah
19	0	0	1	0	1	25	Rendah
20	1	1	1	1	4	100	Tinggi
21	0	1	1	1	3	75	Sedang
22	0	0	1	0	1	25	Rendah
23	0	1	0	1	2	50	Rendah
24	0	1	1	1	3	75	Sedang
25	1	0	1	1	3	75	Sedang
26	1	1	1	1	4	100	Tinggi
27	1	0	0	0	1	25	Rendah
28	1	0	1	0	2	50	Rendah
29	1	0	1	1	3	75	Sedang
30	0	0	1	1	2	50	Rendah
Total	19	17	22	22	80		

Lampiran 9. Hasil Tes Pengetahuan PHBS Aspek Menyehatkan Lingkungan

No	Butir Soal					Total	Presentase	Kategori
	13	14	15	16	17			
1	0	1	1	1	0	3	60	Rendah
2	1	0	1	1	1	4	80	Sedang
3	1	0	1	1	0	3	60	Rendah
4	0	1	1	1	1	4	80	Sedang
5	1	0	1	1	0	3	60	Rendah
6	1	0	1	1	1	4	80	Sedang
7	1	1	1	1	1	5	100	Tinggi
8	1	1	0	1	0	3	60	Rendah
9	1	1	1	1	0	4	80	Sedang
10	0	1	1	1	0	3	60	Rendah
11	1	0	0	0	1	2	40	Rendah
12	1	1	1	1	1	5	100	Tinggi
13	1	1	1	1	1	5	100	Tinggi
14	1	1	1	1	0	4	80	Sedang
15	1	0	1	1	1	4	80	Sedang
16	1	1	1	1	1	5	100	Tinggi
17	1	0	1	1	1	4	80	Sedang
18	1	0	1	1	1	4	80	Sedang
19	1	0	1	1	0	3	60	Rendah
20	1	0	1	1	1	4	80	Sedang
21	1	1	1	1	0	4	80	Sedang
22	1	0	1	0	1	3	60	Rendah
23	1	0	1	1	1	4	80	Sedang
24	0	0	1	0	1	2	40	Rendah
25	1	1	1	1	1	5	100	Tinggi
26	1	1	1	1	1	5	100	Tinggi
27	1	1	1	1	1	5	100	Tinggi
28	1	1	0	0	1	3	60	Rendah
29	1	1	1	1	1	5	100	Tinggi
30	1	1	1	1	1	5	100	Tinggi
Total	26	17	27	26	21	117		

Lampiran 10. Hasil Perhitungan Angket Pola PHBS

No	Butir Soal																	Total	Presentase	Kategori	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17				
1	4	3	2	3	1	4	1	4	3	4	1	2	3	3	4	3	3	48	70,6	Sedang	
2	4	2	4	4	3	4	3	4	2	3	4	2	3	4	4	3	4	57	83,8	Sedang	
3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	55	80,9	Sedang	
4	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	60	88,2	Tinggi	
5	4	3	4	3	2	4	4	3	3	3	3	1	3	4	4	4	4	56	82,4	Sedang	
6	4	3	4	3	2	4	1	4	3	2	3	4	4	4	4	2	4	55	80,9	Sedang	
7	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	63	92,6	Tinggi	
8	4	4	4	4	1	2	2	4	3	2	2	3	3	4	4	4	4	54	79,4	Sedang	
9	4	3	2	3	2	4	3	4	3	4	4	2	3	4	3	3	3	54	79,4	Sedang	
10	4	3	4	4	1	4	2	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	57	83,8	Sedang	
11	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	58	85,3	Tinggi	
12	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	60	88,2	Tinggi	
13	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	2	3	3	4	3	3	4	58	85,3	Tinggi	
14	4	2	3	3	3	3	4	3	4	2	4	4	3	4	4	3	4	57	83,8	Sedang	
15	4	1	4	1	2	4	2	3	3	2	4	4	2	3	3	4	3	49	72,1	Sedang	
16	2	3	4	4	1	3	2	2	4	4	3	3	3	4	3	3	4	52	76,5	Sedang	
17	4	3	4	4	1	4	4	4	3	3	1	4	4	4	4	4	4	59	86,8	Tinggi	
18	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	54	79,4	Sedang	
19	4	2	4	4	3	4	2	4	2	4	2	3	3	4	3	4	4	56	82,4	Sedang	
20	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	58	85,3	Tinggi	
21	4	4	3	4	3	4	4	4	2	4	2	3	3	4	4	4	4	60	88,2	Tinggi	
22	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	1	4	62	91,2	Tinggi

23	4	3	3	3	2	4	3	4	2	2	4	3	3	3	2	3	3	51	75,0	Sedang	
24	4	3	2	2	3	3	1	3	3	1	3	2	3	3	2	3	2	43	63,2	Rendah	
25	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	63	92,6	Tinggi	
26	4	2	4	4	3	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	60	88,2	Tinggi
27	3	4	2	4	4	2	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	56	82,4	Sedang	
28	3	4	3	4	3	3	2	3	3	4	2	3	2	3	4	3	3	52	76,5	Sedang	
29	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	60	88,2	Tinggi	
30	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	4	4	3	53	77,9	Sedang	
Total	113	93	103	104	73	109	84	106	96	94	94	90	97	112	107	98	107	1680			

Lampiran 11. Hasil Tes Pola PHBS Aspek Kebersihan Diri

No	Butir Soal								Total	Presentase	Kategori
	1	2	3	4	5	6	7	8			
1	4	3	2	3	1	4	1	4	22	68,75	Rendah
2	4	2	4	4	3	4	3	4	28	87,5	Tinggi
3	4	4	3	4	3	4	3	3	28	87,5	Tinggi
4	4	4	4	4	1	4	1	4	26	81,25	Sedang
5	4	3	4	3	2	4	4	3	27	84,375	Sedang
6	4	3	4	3	2	4	1	4	25	78,125	Sedang
7	4	4	4	4	2	4	4	4	30	93,75	Tinggi
8	4	4	4	4	1	2	2	4	25	78,125	Sedang
9	4	3	2	3	2	4	3	4	25	78,125	Sedang
10	4	3	4	4	1	4	2	4	26	81,25	Sedang
11	4	3	4	4	3	4	3	4	29	90,625	Tinggi
12	3	3	4	4	3	4	3	4	28	87,5	Tinggi
13	3	4	4	4	3	4	4	3	29	90,625	Tinggi
14	4	2	3	3	3	3	4	3	25	78,125	Sedang
15	4	1	4	1	2	4	2	3	21	65,625	Rendah
16	2	3	4	4	1	3	2	2	21	65,625	Rendah
17	4	3	4	4	1	4	4	4	28	87,5	Tinggi
18	4	2	3	2	3	3	3	3	23	71,875	Rendah
19	4	2	4	4	3	4	2	4	27	84,375	Sedang
20	4	3	4	3	3	3	3	3	26	81,25	Sedang
21	4	4	3	4	3	4	4	4	30	93,75	Tinggi
22	4	4	3	4	3	4	4	4	30	93,75	Tinggi
23	4	3	3	3	2	4	3	4	26	81,25	Sedang
24	4	3	2	2	3	3	1	3	21	65,625	Rendah
25	4	4	4	4	3	4	4	3	30	93,75	Tinggi
26	4	2	4	4	3	4	2	4	27	84,375	Sedang
27	3	4	2	4	4	2	3	3	25	78,125	Sedang
28	3	4	3	4	3	3	2	3	25	78,125	Sedang
29	3	3	3	4	3	4	4	4	28	87,5	Tinggi
30	4	3	3	2	3	3	3	3	24	75	Sedang
Total	113	93	103	104	73	109	84	106	785		

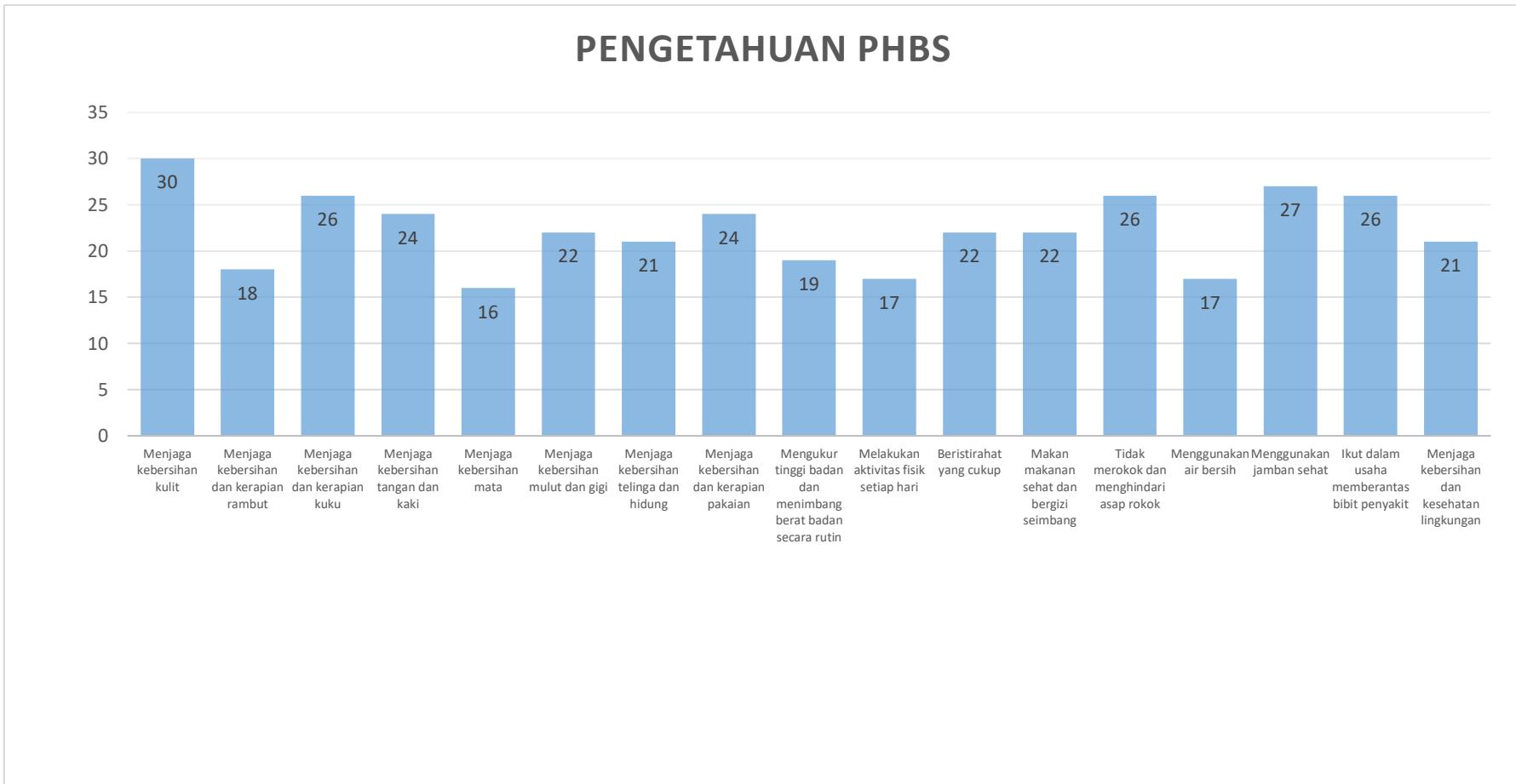
Lampiran 12. Hasil Tes Pola PHBS Aspek Kesadaran Gizi

No	Butir Soal				Total	Presentase	Kategori
	9	10	11	12			
1	3	4	1	2	10	62,5	Rendah
2	2	3	4	2	11	68,75	Rendah
3	3	3	3	3	12	75	Sedang
4	4	4	4	2	14	87,5	Tinggi
5	3	3	3	1	10	62,5	Rendah
6	3	2	3	4	12	75	Sedang
7	4	3	4	3	14	87,5	Tinggi
8	3	2	2	3	10	62,5	Rendah
9	3	4	4	2	13	81,25	Sedang
10	3	3	4	3	13	81,25	Sedang
11	3	4	4	3	14	87,5	Tinggi
12	3	4	3	3	13	81,25	Sedang
13	4	3	2	3	12	75	Sedang
14	4	2	4	4	14	87,5	Tinggi
15	3	2	4	4	13	81,25	Sedang
16	4	4	3	3	14	87,5	Tinggi
17	3	3	1	4	11	68,75	Rendah
18	3	3	3	3	12	75	Sedang
19	2	4	2	3	11	68,75	Rendah
20	4	3	3	3	13	81,25	Sedang
21	2	4	2	3	11	68,75	Rendah
22	4	4	4	4	16	100	Tinggi
23	2	2	4	3	11	68,75	Rendah
24	3	1	3	2	9	56,25	Rendah
25	4	3	4	3	14	87,5	Tinggi
26	3	4	4	4	15	93,75	Tinggi
27	4	3	3	4	14	87,5	Tinggi
28	3	4	2	3	12	75	Sedang
29	4	3	3	4	14	87,5	Tinggi
30	3	3	4	2	12	75	Sedang
31	3	4	1	2	10	62,5	Rendah
Total	96	94	94	90	374		

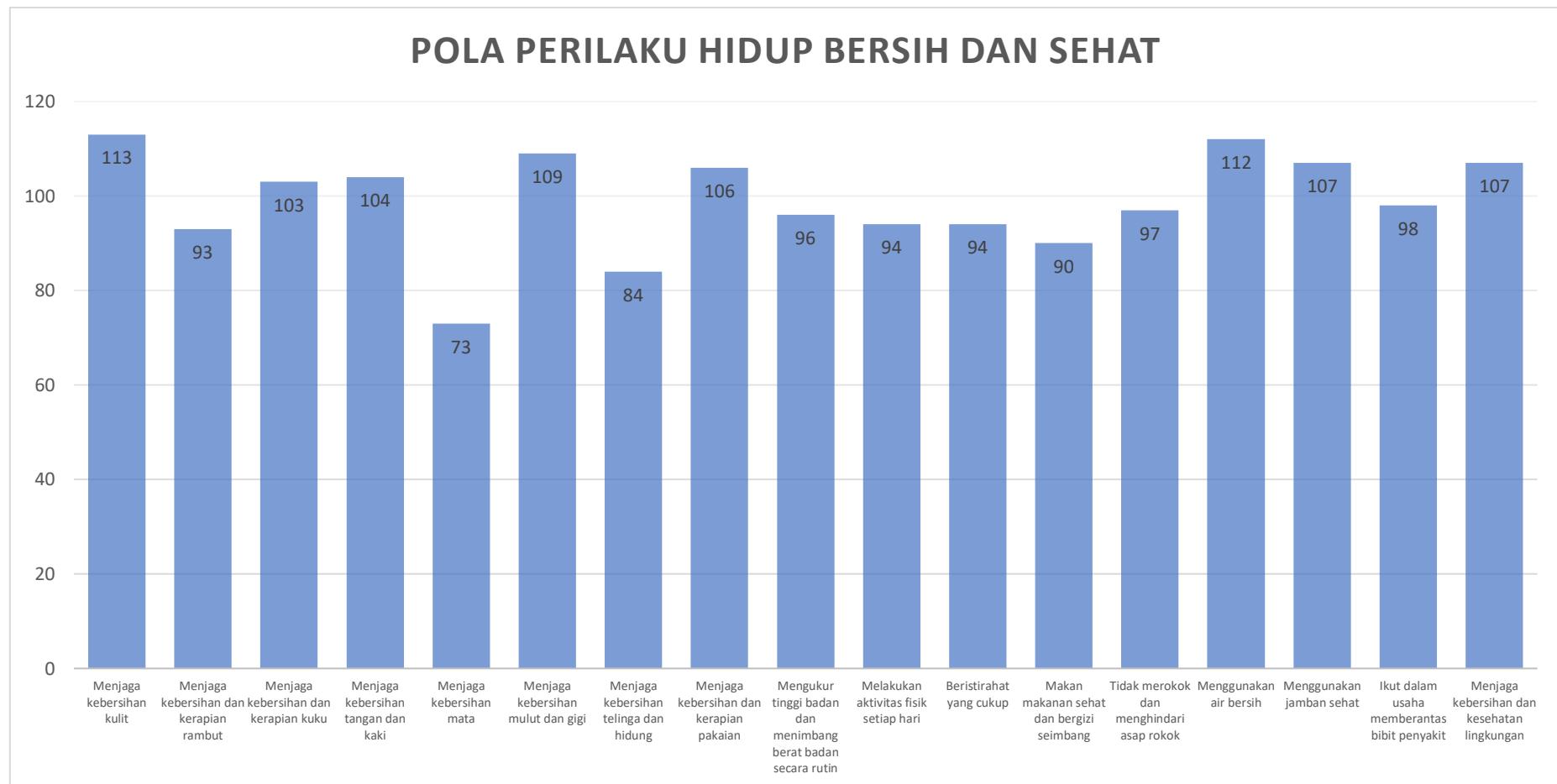
Lampiran 13. Hasil Tes Pola PHBS Aspek Menyehatkan Lingkungan

No	Butir Soal					Total	Presentase	Kategori
	p13	p14	p15	p16	p17			
1	3	3	4	3	3	16	80	Sedang
2	3	4	4	3	4	18	90	Tinggi
3	3	3	3	3	3	15	75	Sedang
4	4	4	4	4	4	20	100	Tinggi
5	3	4	4	4	4	19	95	Tinggi
6	4	4	4	2	4	18	90	Tinggi
7	4	4	3	4	4	19	95	Tinggi
8	3	4	4	4	4	19	95	Tinggi
9	3	4	3	3	3	16	80	Sedang
10	3	4	4	3	4	18	90	Tinggi
11	3	3	3	3	3	15	75	Sedang
12	4	4	4	3	4	19	95	Tinggi
13	3	4	3	3	4	17	85	Sedang
14	3	4	4	3	4	18	90	Tinggi
15	2	3	3	4	3	15	75	Sedang
16	3	4	3	3	4	17	85	Sedang
17	4	4	4	4	4	20	100	Tinggi
18	4	4	4	4	3	19	95	Tinggi
19	3	4	3	4	4	18	90	Tinggi
20	4	4	4	3	4	19	95	Tinggi
21	3	4	4	4	4	19	95	Tinggi
22	3	4	4	1	4	16	80	Sedang
23	3	3	2	3	3	14	70	Rendah
24	3	3	2	3	2	13	65	Rendah
25	3	4	4	4	4	19	95	Tinggi
26	4	4	4	3	3	18	90	Tinggi
27	4	4	3	3	3	17	85	Sedang
28	2	3	4	3	3	15	75	Sedang
29	3	4	4	3	4	18	90	Tinggi
30	3	3	4	4	3	17	85	Sedang
Total	97	112	107	98	107	521		

Lampiran 14. Bagan Hasil Skor Pengetahuan PHBS



Lampiran 15. Bagan Hasil Skor Pola Perilaku Hidup Bersih dan Sehat



Lampiran 16. Hasil Uji Korelasi

Correlations

		Pengetahuan PHBS	Pola Hidup Sehat
Pengetahuan PHBS	Pearson Correlation	1	.619**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	30	30
Pola Hidup Sehat	Pearson Correlation	.619**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	30	30

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

Lampiran 17. Foto Penelitian

Gambar 11. Dokumentasi Pengambilan Data Penelitian



Gambar 12. Dokumentasi Pengambilan Data Penelitian

