

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil dan pengolahan data dapat disimpulkan sebagai berikut: perilaku pola hidup sehat pada siswa SD Negeri 004 Pulau Rengas Kabupaten Merangin berada dalam tingkatan “Sangat Tinggi”. Hal tersebut terbukti dari hasil rata-rata bobot yang telah diperoleh yaitu sebesar 85 %.

5.2 Saran

Saran pada penelitian ini yaitu:

1. Melalui penelitian ini diharapkan pihak sekolah terkait SD Negeri 004 Pulau Rengas Kabupaten Merangin dapat lebih memperhatikan lebih disiplin lagi mengenai hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah.
2. Melalui penelitian ini, baik guru Penjaskes maupun pihak sekolah menjaga secara terus menerus mengenai perilaku hidup bersih dan sehat, agar kebiasaan di sekolah juga dapat dilaksanakan di lingkungan tempat tinggal mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, 2016. *Sosiologi Pendidikan Individu, Masyarakat, dan Pendidikan*. Penerbit PT Raja Grafindo Persada : Jakarta.
- Akmal, PHBS Pada Tatanan Sekolah. 2013. *DIII Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Soetomo Surabaya*. Surabaya.
- Arikunto, S. 2013. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, 2015. *Metode Penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Anang Setyowardoyo 2015. Pola Hidup Sehat Siswa Kelas IV dan V SD N Bekelan Tahun 2014/2015
- Anto Dwi Prayitno 2018 “Identifikasi Pola Hidup Sehat Siswa Kelas 1 SMP 2 Giri Mulyo Kulon Progo
- Chandra, Fauzan, A., & Aquarista, M. F. 2017. Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap Dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). *Ju Kesehatan Masyarakat Khatulistiwa*, 4, <https://openjurnal.unmuhpkn.ac.id/index.php/JKMK/article/view/673>
- Departemen Kesehatan RI. *Profil Kesehatan Indonesia 2013*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI;

Departemen Kesehatan RI. *Profil Kesehatan Indonesia 2015*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI.

Dinas Kesehatan Provinsi Jambi. *Profil Kesehatan Provinsi Jambi 2020*. Jambi: Dinas Kesehatan Provinsi Jambi, 2020.

Diyantini N. K., Ni Luh P & Sagung M. L. 2015. *Hubungan karakteristik dan kepribadian anak dengan phbs pada siswa kelas V di SD X dikabupaten Badung*. Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Denpasar. ISSN: 2303-1298

Ervina Windasari. 2015. *Fasilitas Dan Pelaksanaan PHBS Pada Murid Sekolah Dasar Yang Mempunyai Dan Tidak Mempunyai Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) Di Kelurahan Jadirejo Kecamatan Sukajadi Kota Pekanbaru*. Skripsi. Universitas Sumatera Utara.

Fatmawati, T. Y. 2017. Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Siswa-Siswi Tentang Personal Hygiene Di Sd Negeri Kota Jambi Knowledge, Attitude and Behavior Students About Hygiene Personal in Sdn Kota Jambi. *Scientia Journal*, 6(01). <http://ejournal.unaja.ac.id/index.php/scientia/article/view/5243>

Feri Agustian 2013. Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Siswa-Siswi Tentang Personal Hygiene Di Sd Negeri Kota Jambi Knowledge, Attitude and Behavior Students About Hygiene Personal in Sdn Kota Jambi. *Scientia Journal*, 6(01). <http://ejournal.unaja.ac.id/index.php/scientia/article/view/5243>

Kholid, A. 2016. *Promosi Kesehatan Di Kota Jambi*. Jakarta: Rajagrafindo

Maryunani, A. 2015. *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*. Jakarta : Tim

Muninjaya. 2015. *Pedoman Pembinaan Program Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat di Tatanan Tempat-Tempat Umum, Dinas Kesehatan Propinsi Sumatera Utara*.

Notoatmodjo, S. 2012. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

Notoatmodjo, S. 2014. *Promosi Kesehatan Teori & Aplikasi*. Jakarta : Rineka Cipta

Novy, L. 2019. *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dan Diare Akut di SMP Plus Pesantren Baiturrahman Bandung*. Jurnal Integrasi Kesehatan & Sains. 2019;1(2):170–173.

Sugiyono, 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta, CV.

Sulastri, K., Purna, I. N., & Suyasa, I. N. 2015. *Hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku anak sekolah tentang hidup bersih dan sehat di sekolah dasar negeri wilayah puskesmas selemadeg timur ii*. Jurnal Kesehatan Lingkungan, 4(10), 99 –106.

Warta loka 2013. *Beberapa Makan Yang Ternyata Bahaya*. www.google.com.

Lampiran 1

Kisi-Kisi Angket Pola Hidup Sehat

Variabel	Indikator	Deskriptor	No Item	
			+	-
Pola hidup Sehat	Cuci tangan pakai sabun	1. Perilaku mencuci tangan dengan air yang mengalir	1	2
		2. Perilaku mencuci tangan menggunakan sabun	3	4
Mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah		3. juga mudah mencegah penyakit	4	5
		1. Sekolah warung sekolah sehat dengan makanan yang mengandung gizi seimbang dan bervariasi	5	6
Olahraga Teratur		2. siswa yang mengonsumsi jajanan di sekolah menjadi sehat	7	8
		1. Perilaku hidup sehat terkait dengan pemeliharaan dan peningkatan kesehatan.	9	10
Memberantas jentik nyamuk		2. Kegiatan olah raga di sekolah memelihara kesehatan fisik dan mental anak agar tidak mudah sakit	11	12
		3. Olahraga yang teratur dan terukur dapat dilakukan di lingkungan sekolah yang dilakukan secara bersama-sama oleh masyarakat yang berada di lingkungan sekolah	13	14
Tidak merokok di sekolah		1. kegiatan dilakukan di lingkungan sekolah dilakukan dengan gerakan 3 M (menguras, menutup, dan mengubur) tempat-tempat penampungan air minimal seminggu sekali	15	16
		1. Timbulnya kebiasaan merokok diawal dari melihat orang sekitarnya merokok.	17	18
		2. Siswa dapat melakukan hal ini mencontoh dari teman, guru, maupun masyarakat sekitar sekolah	19	20

Menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap bulan	1. Kegiatan penimbangan berat badan di sekolah untuk mengetahui pertumbuhan dan perkembangan anak serta status gizi anak sekolah.	21	22
Membuang sampah pada tempatnya	1. Memberi contoh pada siswa-siswi membuang sampah selalu pada tempatnya, 2. Siswa yang membuang sampah di sembarang tempat, 3. Mencatat siswa-siswi yang membuang sampah di sembarang tempat pada buku/kartu pelanggaran, dan 4. Membuat tata tertib baru yang isinya tentang pemberian denda terhadap siswa-siswi yang membuang sampah di sembarang tempat	23	24 25 26 27 28 29 30

Lampiran 2

Identitas Siswa :

Nama :

Kelas :

Jenis kelamin :

2. Petunjuk Pengisian

Bacalah baik-baik butir-butir dan setiap alternatif jawaban! Beri tanda (v) pada salah satu alternatif jawaban yang anda anggap paling tepat dan sesuai dengan keadaan diri anda

No	Pernyataan	Jawaban YA Tidak
1	Saya mencuci tangan sebelum makan	
2	Sekolah saya belum mempersiapkan tempat khusus mencuci tangan seperti alir mengalir	
3	Saya mencuci tangan menggunakan sabun	
4	Sabun yang saya gunakan untuk mencuci tangan kurang baik	
5	Sekolah saya menyediakan kantin yang bersih	
6	Makanan yang di sediakan kantin sekolah belum dipastikan bersih	
7	Saya membeli jajanan disekolah membuat saya sehat	
8	Saya tidak takut sakit makan makanan yang di jual di kantin sekolah	
9	Saya membersihkan lingkungan sekolah tanpa di perintah guru	
10	Saya belum memiliki jadwal untuk berolahraga yang di sediakan	

- 11 Selain pelajaran penjas saya mengikuti kegiatan olahraga lainnya di sekolah
- 12 Dengan berolahraga saya merasa lelah
- 13 Seluruh siswa dan guru mengikuti olahraga rutin seperti senam tiap minggunya
- 14 Masyarakat sekitar sekolah terkadang mengikuti olahraga secara bersama
- 15 Sekolah mengadakan kegiatan membersihkan lingkungan sekolah tiap minggunya
- 16 Saya tidak mengikuti membersihkan tempat sampah, saluran air dan membersihkan barang bekas yang ada di sekolah
- 17 Saya tahu bahaya merokok
- 18 Saya pernah mencoba merokok di sekolah atau di lingkungan tempat tinggal
- 19 Saya selalu mencontoh teman anda yang hidup bersih dan sehat
- 20 Saya tidak mendengarkan apa yang dikatakan tentang hidup bersih dan sehat oleh guru atau orangtua
- 21 Sekolah saya menyediakan cek kesehatan tiap bulannya
- 22 Saya tidak pernah mengecek kesehatan, berat badan atau gizi
- 23 Saya selalu membuang sampah pada tempatnya
- 24 Guru juga mengajarkan saya untuk membuang sampah pada tempatnya
- 25 Saya pernah membuang sampah di sembarang tempat
- 26 Sangsi yang di berikan jika saya membuang sampah sembarang tempat
- 27 Saya catatan jika anda membuang sampah di sembarang tempat
- 28 Saya mendapat tindakan tegas dari guru jika membuang sampah sembarang tempat
- 29 Terdapat tata tertib yang di buat sekolah
- 30 Saya tidak mematuhi tata tertib yang di buat oleh sekolah

53

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	Jumlah	%
----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	--------	---

1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	28	93					
2	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	26	87					
3	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	26	87					
4	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22	73					
5	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	25	83					
6	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	14	47			
7	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	19	63		
8	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	27	90		
9	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	27	90		
10	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22	73		
11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	29	97		
12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	30	100		
13	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	26	87		
14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	27	90		
15	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	26	87		
16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	28	93		
17	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	28	93	
18	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	26	87		
19	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	25	83		
20	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	24	80		
21	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	27	90		
22	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24	80		
23	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	26	87	
24	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25	83		
25	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	29	97		
26	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	27	90		
27	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	26	87	
28	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	28	93	
29	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	26	87	
30	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	25	83		
31	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19	63	
32	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	25	83	
33	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	27	90	
34	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	23	77	
35	0	1	0	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	21	70	
36	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	19	63	
37	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	27	90	
38	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	29	97	
39	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	19	63	
40	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	29	97	
41	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	28	93	
42	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	27	90	
43	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	26	87	
44	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	28	93	
45	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	29	97	
46	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	29	97	
47	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	20	67
48	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	27	90	
49	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	23	77	
50	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	27	90	
51	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	23	77	
52	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	27	90
53	0	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21	70	
54	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1</								



Saat peneliti bertemu langsung dengan Guru PJOK sebelum melakukan penelitian



Saat peneliti bertemu langsung dengan Guru PJOK sebelum melakukan penelitian



Pemberian angket kepada siswa



Pemberian angket kepada siswa