

Karya Tulis Ilmiah
Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Siswa Kelas
V Di Sekolah Madrasah Ibtidaiyah Swasta Amaliyah Kota
Pematangsiantar Tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat
Tahun 2018



OLEH :

YULI RIZKI ANANDA

P000933015097

KEMENTERIAN KESEHATAN NEGERI MEDAN
JURUSAN KESEHATAN LINGKUNGAN
KABANJAHE
2018

BIODATA PENULIS



Nama : Yuli Rizki Ananda

NIM : P00933015097

Tempat/Tanggal Lahir : Kabanjahe, 04 Juli 1997

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Anak Ke : 2 (Dua) Dari 2 (Dua) Bersaudara

Alamat : Jalan Asahan Asrama Korem 022/PT P.Siantar

Status Mahasiswa : Jalur Umum

Nama Ayah : Gimun

Nama Ibu : Sumiati

Riwayat Pendidikan :

1. SD (2003-2009) : SD 095551 Pematangsiantar
2. SMP (2009-2012) : SMP Negeri 1 Pematangsiantar
3. SMA (2012-2015) : SMA Negeri 2 Pematangsiantar
4. DIPLOMA III (2015-2018) : Politeknik Kesehatan Medan
Jurusan Kesehatan Lingkungan

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KESEHATAN LINGKUNGAN
KABANJAHE, Agustus 2018**

KARYA TULIS ILMIAH

YULI RIZKI ANANDA

**“PENGARUH PENYULUHAN TERHADAP PENGETAHUAN SISWA
KELAS V DI SEKOLAH MADRASAH IBTIDAIYAH SWASTA AMALIAH
KOTA PEMATANGSIANTAR TENTANG PERILAKU HIDUP BERSIH
DAN SEHAT TAHUN 2018”**

Viii +59 HALAMAN +9 LAMPIRAN

ABSTRAK

Pengetahuan adalah hal yang diketahui oleh orang atau responden terkait sehat dan sakit atau kesehatan, misal: tentang penyakit, gizi, sanitasi, pelayanan kesehatan, kesehatan lingkungan, keluarga berencana, dan sebagainya.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V Sekolah Madrasah Ibtidaiyah Swasta Amaliyah Kota Pematangsiantar yang berjumlah 30 orang. Penelitian ini merupakan eksperimen semu atau quasi eksperimental dengan menggunakan rancangan one group pretest-posttest design untuk mengetahui pengetahuan siswa sebelum dan sesudah penyuluhan tentang PHBS.

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan di Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar tentang PHBS sebelum penyuluhan 15,83 dan setelah dilakukan penyuluhan dengan menggunakan metode ceramah pengetahuan anak Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematagsiantar menjadi 18,17. Peningkatan yang diperoleh mencapai 23,33 Dan setelah uji perbedaan dua rata-rata (paired sample t-test) dengan nilai $P 0,000 < 0,05$. Dengan demikian H_0 ditolak artinya ada pengaruh pemberian penyuluhan terhadap pengetahuan siswa Sekolah MIS Amaliyah.

Oleh sebab itu disarankan kepada pihak sekolah untuk membiasakan berperilaku hidup sehat di lingkungan sekolah maupun dalam kegiatan sehari-hari dan selalu meningkatkan pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

KATA KUNCI : Pengetahuan, Penyuluhan, PHBS

**INDONESIAN MINISTRY OF HEALTH
MEDAN HEALTH POLYTECHNICS
ENVIRONMENT HEALTH DEPARTMENT
KABANJAHE**

SCIENTIFIC PAPER, AUGUST 2018

YULI RIZKI ANANDA

**"THE EFFECT OF COUNSELING TOWARDS THE KNOWLEDGE OF
GRADE 5 STUDENTS IN MADRASAH SCHOOL OF AMALIAH
PEMATANGSIANTAR ABOUT CLEAN AND HEALTHY LIFE
BEHAVIOR (PHBS) 2018"**

Viii +59 PAGE +9 APPENDIX

ABSTRACT

Knowledge is something that is known by someone, about health and illness, nutrition, sanitation, health services, environmental health, family planning, and so on.

The population in this study were 30 grade 5 students in the Amaliyah Islamic Public Elementary School of Pematangsiantar. This study was a quasi experimental study with one group pretest-posstest design to determine students' knowledge before and after counseling about PHBS.

Through the research in the Amaliyah MIS School in Pematangsiantar City about PHBS, it was known that the PHBS value before the counseling was 15.83 and after it was 18.17, using the lecturing method. The increase was by 23.33 and after the two average difference test (paired sample t-test) with a P value of $0.000 < 0.05$, H_0 was rejected, meaning that there was an influence on the knowledge of students.

The school is advised to familiarize the behavior of healthy living in the school environment and in daily activities and always increase the importance of Clean and Healthy Life Behavior (PHBS)

KEY WORDS : Knowledge, Counseling, PHBS

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat dan karunia-Nya, maka penulis dapat menyelesaikan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini dengan judul “Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Siswa Kelas V Di Sekolah Madrasah Ibtidaiyah Swasta Amaliyah Kota Pematangsiantar Tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Tahun 2018”

Penulisan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini dibuat guna memenuhi salah satu syarat untuk menyelesaikan Pendidikan pada program Pendidikan Ahli Madya Kesehatan Lingkungan (D-III Kesehatan Lingkungan) Kabanjahe.

Dalam penulisan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini penulis banyak menerima bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak yang memperlancar penyelesaian Proposal Karya Tulis Ilmiah ini hingga selesai. Untuk itu perkenankan penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu Dra. Ida Nurhayati M.Kes selaku Direktur Politeknik Kesehatan Medan
2. Bapak Erba Kalto Manik SKM, M.Sc selaku Ketua Jurusan Kesehatan Lingkungan Kabanjahe.
3. Bapak Nelson Tanjung SKM, M.Kes selaku pembimbing Proposal Karya Tulis Ilmiah saya yang sabar telah memberikan arahan, bimbingan sehingga Proposal Karya Tulis Ilmiah ini dapat diselesaikan.
4. Ibu Susanti br Peranging-angin SKM, M.Kes selaku pembimbing akademik yang sabar telah memberi arahan selama menempuh pendidikan Politeknik Kesehatan Medan Jurusan Kesehatan Lingkungan
5. Ibu Haesti Sembiring SST, M.Sc dan Bapak Mustar Rusli SKM, M.Kes selaku Penguji Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Seluruh Bapak/Ibu dosen dan staf pegawai Jurusan Kesehatan Lingkungan Kabanjahe yang berperan dalam membantu saya dalam menyusun KTI ini.
7. Teristimewa bapak saya Gimun dan ibu saya Sumiati yang saya kasihi dan saya cintai yang telah banyak memberikan dorongan, semangat, doa, nasehat, bantuan moril dan materi dan juga kasih sayang yang tidak henti-hentinya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan pendidikan di Poltekkes Jurusan Kesehatan Lingkungan Kabanjahe.
8. Terkhusus kepada kakak saya Sri Wahyuni yang telah banyak memberi semangat dan dukungan kepada penulis.

9. Kepada Bapak Sekolah MIS Amaliyah Andi Prahara Hasibuan S.Pd.I yang telah memberikan izin bagi penulis untuk melakukan penelitian Karya Tulis Ilmiah sehingga dapat berjalan dengan baik dan lancar
10. Teristimewa buat Matius Pharusia Sihotang yang telah banyak membantu dalam pembuatan karya tulis ilmiah ini makasih banyak ya, maaf ngerepotin terus selama dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
11. Kepada Bapak Hidir Siregar terima kasih sudah membimbing saya selama saya berada di asrama sehingga saya dapat menyelesaikan KTI
12. Terima kasih juga saya ucapkan kepada Bang Surya, Kak Maria (Istri Bang Surya), Bang Dika Singarimbun dan Bang Ramses karena telah banyak membantu saya dan memberikan semangat kepada penulis sehingga penulis bisa menyelesaikan pembuatan Karya Tulis Ilmiah ini.
13. Kepada Sahabat Saya Terkhusus dan Tercinta Cahya Dinda Pusita dan Nurul Amani Siregar terima kasih karena selalu memberikan semangat kepada penulis
14. Kepada Teman Satu Kamar Saya yang telah berjuang bersama dari awal di Poltekkes Jurusan Kesehatan Lingkungan Kabanjahe yaitu, Eka, Nurul, Lely, Lia. Terimakasihselalu memberikan dukungan dan semangat kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini.
15. Kepada seluruh teman-teman seperjuangan tingkat-III yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu, terimakasih untuk setiap bantuan dan dukungannya.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa penulisan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan, hal ini semata-mata karena keterbatasan pengetahuan dan kemampuan penulis. Untuk itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan untuk kesempurnaan penulisan selanjutnya. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini bermanfaat bagi pembaca pada khususnya dan masyarakat pada umumnya.

Kabanjahe, Agustus 2018

Penulis

**Yuli Rizki Ananda
P00933015097**

DAFTAR ISI

| | |
|---|-----------|
| LEMBAR PERSETUJUAN | |
| LEMBAR PENGESAHAN | |
| ABSTRAK | i |
| KATA PENGANTAR | ii |
| DAFTAR ISI | iv |
| DAFTAR TABEL | vi |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang..... | 1 |
| B. Rumusan Masalah | 3 |
| C. Tujuan Peneliti | 3 |
| C.1 Tujuan Umum | 3 |
| C.2 Tujuan Khusus..... | 3 |
| D. Manfaat Penelitian | 4 |
| D.1 Bagi Peneliti..... | 4 |
| D.2 Bagi Siswa dan Instansi..... | 4 |
| D.3 Bagi Institusi | 4 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA..... | 5 |
| A. Tinjauan Pustaka | 5 |
| A.1. Pengetahuan | 5 |
| A.2. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) | 8 |
| A.3. Indikator PHBS | 14 |
| A.4. Pengertian Siswa Sekolah Dasar..... | 34 |
| A.5. Metode Penyuluhan | 34 |
| A.6. Media Penyuluhan | 36 |
| A.7. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Dalam Penyuluhan.. | 37 |
| B. Kerangka Konsep..... | 38 |
| C. Defenisi Operasional | 39 |
| D. Hipotesis | 43 |
| BAB III METODE PENELITIAN..... | 44 |

| | |
|---|-----------|
| A. Jenis dan Desain Penelitian | 44 |
| B. Lokasi dan Waktu Penelitian | 44 |
| B.1. Lokasi Penelitian..... | 44 |
| B.2. Waktu Penelitian | 44 |
| C. Populasi dan Sampel Penelitian..... | 45 |
| C.1. Populasi..... | 45 |
| C.2. Sampel | 45 |
| D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data..... | 45 |
| D.1. Data Primer | 45 |
| D.2. Data Sekunder..... | 45 |
| E. Pengolahan dan Analisis Data | 45 |
| E.1. Pengolahan Data | 45 |
| E.2 Analisis Data..... | 46 |
| BAB IV PEMBAHASAN DAN HASIL..... | 47 |
| A.1 Gambaran Umum..... | 47 |
| A.2 Hasil | 48 |
| B. Pembahasan..... | 54 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN..... | 58 |
| A. Kesimpulan | 58 |
| B. Saran | 59 |
| DAFTAR PUSTAKA | |
| LAMPIRAN | |

DAFTAR TABEL

| | | |
|------------|--|----|
| Tabel 4.1 | Persentase Siswa Berdasarkan Kelas Di Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018 | 47 |
| Tabel 4.2 | Distribusi Responden Berdasarkan Umur Di Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018 | 48 |
| Tabel 4.3 | Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Di Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar 2018 | 48 |
| Tabel 4.4 | Tabel Kategori Pretest Tentang Personal Hygiene Di Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018 | 49 |
| Tabel 4.5 | Tabel Kategori Pretest Tentang Membuang Sampah Pada Tempatnya Di Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018..... | 49 |
| Tabel 4.6 | Tabel Kategori Pretest Tentang Mengonsumsi Makanan Jajanan Sehat Di Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018 | 49 |
| Tabel 4.7 | Tabel Kategori Pretest Tentang Menggunakan Jamban Yang Bersih dan Sehat Di Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar tahun 2018 | 50 |
| Tabel 4.8 | Tabel Kategori Pretest Tentang PHBS Di Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018 | 50 |
| Tabel 4.9 | Tabel Kategori Posttest Tentang Personal Hygiene Di Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar tahun 2018 | 50 |
| Tabel 4.10 | Tabel Kategori Posttest Tentang Membuang Sampah Pada Tempatnya Di Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018..... | 51 |
| abel 4.11 | Tabel Kategori Posttest Tentang Mengonsumsi Makanan Jajanan Sehat Di Sekoalah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018 | 51 |
| Tabel 4.12 | Tabel Kategori Posttest Tentang Menggunakan Jamban Yang Bersih Dan Sehat Di Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018 | 51 |

| | | |
|------------|---|----|
| Tabel 4.13 | Tabel Kategori Posttest Tentang Personal Hygiene, Membuang Sampah Pada Tempatnya, Mengkonsumsi Makanan Jajanan Sehat Dan Menggunakan Jamban Yang Bersih Dan Sehat Di Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018 | 52 |
| Tabel 4.14 | Tabel Pengaruh Penyuluhan Tentang Personal Hygiene Di Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018..... | 52 |
| Tabel 4.15 | Tabel Pengaruh Penyuluhan Tentang Membuang Sampah Pada Tempatnya Di Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018 | 52 |
| Tabel 4.16 | Tabel Pengaruh Penyuluhan Tentang Mengkonsumsi Makanan Jajanan Sehat Di Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018 | 53 |
| Tabel 4.17 | Tabel Pengaruh Penyuluhan Tentang Menggunakan Jamban Yang Bersih Dan Sehat Di Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018 | 53 |
| Tabel 4.18 | Tabel Pengaruh Penyuluhan Tentang Personal Hygiene, Membuang Sampah Pada Tempatnya, Mengkonsumsi Makanan Jajanan Sehat Dan Menggunakan Jamban Yang Bersih Dan Sehat Di Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018 | 53 |

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang atau keluarga yang dapat menolong diri sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakatnya. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat terbagi atas berbagai tatanan, yaitu Tatanan Rumah Tangga, Institusi Pendidikan (Sekolah), Institusi Kesehatan, Tempat Kerja maupun Tempat-tempat Umum (Kemenkes, 2014)

Pendidikan kesehatan diartikan sebagai upaya dalam memberikan bimbingan kepada peserta didik tentang kesehatan secara menyeluruh baik secara fisik, mental dan sosial melalui kegiatan intrakurikuler dan ekstrakurikuler. Pembinaan lingkungan Sekolah sehat memungkinkan siswa dapat mencapai derajat kesehatan yang setinggi-tingginya untuk mencapai proses belajar yang maksimal (Kemendikbud, 2012).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru dan masyarakat di lingkungan Sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatan, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat (Kemenkes, 2014)

Sekolah sehat harus memiliki lingkungan yang mendukung pembelajaran. Program ini menekankan pada aspek lingkungan yang meliputi lingkungan fisik dan non fisik. Aspek lingkungan fisik menekankan pada fasilitas seperti konstruksi ruang dan bangunan; ventilasi dan intensitas pencahayaan; kepadatan ruang kelas; jarak papan tulis dengan siswa; kualitas dan kuantitas meja dan kursi siswa; ketersediaan toilet, tempat cuci tangan, dan air bersih; pengendalian kebisingan; tempat sampah; program pengelolaan sampah; program pemberantasan bibit penyakit; serta kantin sehat. Lingkungan non fisik meliputi perilaku sehingga kriteria Sekolah sehat yang selanjutnya adalah Sekolah memiliki program pembinaan dalam mendorong

dan membiasakan siswa untuk berperilaku hidup bersih dan sehat, yang tentu saja juga memberikan panutan kepada siswa (Kemendikbud, 2012)

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) untuk anak usia SD dimulai dengan membentuk kebiasaan personal hygiene (kebersihan diri seseorang), membuang sampah pada tempatnya, mengkonsumsi makanan jajanan sehat serta menggunakan jamban yang bersih dan sehat. PHBS yang sangat sederhana tersebut akan mengurangi risiko terkena penyakit. Penyakit yang akan muncul akibat rendahnya PHBS antara lain cacangan, diare, sakit kulit, gizi buruk dan lain sebagainya yang pada akhirnya mengakibatkan rendahnya derajat kesehatan Indonesia (Pramono M, 2011)

Munculnya berbagai penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah (usia 6-10), umumnya berkaitan dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), Anak sekolah merupakan generasi penerus bangsa yang perlu di jaga, di tingkatkan dan dilindungi kesehatannya. Jumlah anak usia sekolah yang cukup besar yaitu 30% dari jumlah penduduk di Indonesia oleh karena itu, penanaman nilai-nilai PHBS disekolah merupakan kebutuhan mutlak bagi anak sekolah (Proverawati & Rahmawati, 2012). Sehubungan dengan umur tersebut peneliti ingin mengetahui pengetahuan anak kelas V SD karena pada usia 10 tahun peneliti akan lebih mudah dalam menyampaikan materi tentang perilaku hidup bersih dan sehat tersebut.

Perilaku Hidup bersih dan sehat juga wujud realitas kehidupan manusia dengan menerapkan prinsip-prinsip proses belajar, sehingga perilaku hidup bersih sehat ini akan terjadi karena adanya proses belajar yang setiap hari mereka dapatkan, baik lingkungan sekolah, keluarga maupun di lingkungan masyarakat. Dengan adanya proses belajar ini wawasan pengetahuan akan bertambah, sehingga diharapkan siswa mampu menelaah dan menafsirkan sesuatu yang setiap saat ada dihadapannya serta diharapkan mampu untuk mensosialisasikan dan menerapkan dalam kehidupan sehari-hari, terutama bagi murid di SD Madrasah Ibtidaiyah Swasta Amaliyah yang menjadi sasaran dalam penelitian.

Sehubungan dengan hal tersebut peneliti sudah melakukan pratinjauan ke lokasi dengan hal-hal yang diamati seperti kebiasaan membeli makanan jajanan, kebersihan diri siswa, kebersihan lingkungan sekolah dan masih didapatinya tinja yang berserakan di kamar mandi. Siswa lebih banyak

membeli makanan di luar lingkungan sekolah dari pada membawa bekal dari rumah, masih didapatinya siswa dengan kuku yang kotor dan panjang serta ditemukannya sampah yang berserakan di lingkungan sekolah padahal sudah disediakan tempat sampah. Kegiatan yang lain seperti olahraga yang teratur dan terukur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok disekolah, serta menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap 6 bulan sekali sudah dilaksanakan dengan baik disekolah tersebut.

Berdasarkan latar belakang diatas maka, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian disekolah tersebut dengan judul **“Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Siswa Kelas V Di Sekolah Madrasah Ibtidaiyah Swasta Amaliyah Kota Pematangsiantar Tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Tahun 2018”**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah **“Bagaimanakah Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Siswa Kelas V Di Sekolah Madrasah Ibtidaiyah Swasta Amaliyah Kota Pematangsiantar Tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Tahun 2018”**

C. Tujuan Peneliti

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Siswa Kelas V di Sekolah Madrasah Ibtidaiyah Swasta Amaliyah Kota Pematangsiantar Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Tahun 2018

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan siswa tentang personal hygiene
- b. Mengetahui pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan siswa tentang membuang sampah pada tempatnya
- c. Mengetahui pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan siswa tentang mengkonsumsi makanan jajanan sehat

- d. Mengetahui pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan siswa tentang menggunakan jamban yang bersih dan sehat
- e. Untuk menganalisa pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan siswa tentang personal hygiene, membuang sampah pada tempatnya, mengkonsumsi makanan jajanan sehat dan menggunakan jamban yang bersih dan sehat.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Dengan penelitian yang dilakukan maka peneliti mendapatkan pengalaman, wawasan, dan pengetahuan

2. Bagi Siswa dan Instansi

Untuk menambah wawasan dan pengetahuan murid tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan memberikan masukan kepada instansi (sekolah) dalam rangka peningkatan perilaku murid dengan penyuluhan sekaligus pengarahan agar lebih meningkatkan pengetahuan terhadap siswa dalam meningkatkan derajat kesehatan

3. Bagi Institusi

Sebagai sumber informasi bagi institusi Jurusan Kesehatan Lingkungan dan masukan bagi peneliti berikutnya yang berminat melakukan penelitian lebih lanjut.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Pustaka

1. Pengetahuan

a. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil tahu, dan pengetahuan terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia yaitu indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba dengan sendiri. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Notoatmodjo (2014) menjelaskan bahwa, pengetahuan (*knowledge*) adalah hal yang diketahui oleh orang atau responden terkait dengan sehat dan sakit atau kesehatan, misal: tentang penyakit (penyebab, cara penularan, cara pencegahan), gizi, sanitasi, pelayanan kesehatan, kesehatan lingkungan, keluarga berencana, dan sebagainya.

Pengetahuan diperoleh dari hasrat ingin tahu. Semakin kuat hasrat ingin tahu manusia akan semakin banyak pengetahuan (Martianto Djamaris dikutip Jalaluddin, 2013:83). Rasa ingin tahu mendorong manusia mengemukakan pertanyaan. Bertanya tentang dirinya, lingkungan di sekelilingnya, ataupun berbagai peristiwa yang terjadi di sekitarnya. Begitulah cara manusia mengumpulkan pengetahuan.

Keterarahan manusia terhadap objek hanya mungkin menimbulkan pengetahuan kalau dalam diri manusia sebagai subjek sudah terdapat kesamaan-kesamaan prinsip atau kategori yang memungkinkan manusia dapat mengenal dan menangkap objek yang diamati. Kalau tidak, objek itu akan berlalu begitu saja. Sebagai contoh murid tahu apa itu tempat sampah. Akan tetapi siswa menjadi subjek juga menjadi objek pengetahuan yang siswa ketahui adalah mengetahui itu tempat sampah dan apa yang seharusnya siswa lakukan adalah membuang sampah ditempat sampah.

Pengetahuan yang dapat disimpulkan, manusia adalah makhluk berpikir yang selalu ingin tahu tentang sesuatu. Manusia memperoleh

pengetahuan melalui berbagai cara. Jika sekedar ingin tahu tentang sesuatu, cukup dengan menggunakan pertanyaan secara sederhana. Namun di samping itu, adakalanya pengetahuan itu diperoleh melalui pengalaman yang berulang-ulang terhadap sesuatu dalam peristiwa atau kejadian (Jalaluddin, 2013:85)

Pengetahuan diperoleh dari pengalaman manusia terhadap diri dan lingkungan hidupnya, cara memperoleh nya melalui yang teramati oleh indera seperti mata, dan telinga. Sebagai contoh siswa merasa tidak nyaman dan mudah terserang penyakit akibat sampah yang menumpuk dan tidak menjaga kebersihan akan menimbulkan bau dan penyakit. Mengapa demikian? Sebab berdasarkan pengalaman yang sudah-sudah, lazimnya bila sampah menumpuk ataupun tidak menjaga kebersihan. Berkali-kali kasus serupa mereka alami. Akhirnya menghasilkan sebuah kesimpulan bahwa sampah menumpuk dan tidak menjaga kebersihan mengakibatkan ketidaknyamanan dan mudahnya siswa terserang penyakit.

b. Tingkat Pengetahuan

Menurut Soekidjo Notoatmodjo (2010: 162), pengetahuan yang tercakup dalam domain kognitif mempunyai enam tingkatan yaitu tahu (know), memahami (comprehension), aplikasi (application), analisis (analysis), sintesis (synthesis), dan evaluasi (evaluation). Pengetahuan yang dapat dijabarkan sesuai arti dan para ahli yang sudah ditetapkan.

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (recall) terhadap suatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang diterima (Wawan dan Dewi, 2011: 12-13)

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

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

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek kedalam komponen-komponen, tetapi masih dalam suatu struktur organisasi tersebut, dan masih ada kaitannya satu sama lain. Sintesis menunjukkan pada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Sintesis dapat juga diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menyusun rumusan baru dari rumusan-rumusan yang telah ada.

Evaluasi berkaitan dengan kemampuan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian terhadap suatu materi atau objek berdasarkan suatu kriteria yang ditentukan sendiri, atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada (Wawan dan Dewi, 2011: 13-14)

Pengetahuan yang akan diberikan dari pembahasan di atas, yaitu sebatas tahu, memahami, dan mengaplikasi. Mengingat suatu materi yang telah dipelajari perlu dipahami agar objek yang diketahui dapat menginterpretasikan secara benar dan perlu diaplikasikan sebagai kemampuan yang telah dipelajari.

c. Pengukuran Pengetahuan

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan kuesioner (quesioner) juga sering dikenal sebagai angket (Suharsimi Arikuto, 2013:27), yang menanyakan isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden. Kedalaman pengetahuan yang ingin diketahui atau diukur dapat disesuaikan dengan tingkat-tingkat pengetahuan. Selaian itu, angket juga cocok digunakan bila jumlah responden cukup besar dan terbesar di wilayah yang luas. Angket dapat berupa pertanyaan/pernyataan tertutup atau terbuka, dapat diberikan kepada responden secara langsung atau melalui pos atau internet (Sugioyono, 2013:199)

2. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

Sehat menurut WHO adalah keadaan yang sempurna baik fisik, mental maupun sosial, tidak hanya terbebas dari penyakit atau kelemahan/cacat. Sehat bukan sekedar terbebas dari penyakit atau cacat. Orang yang tidak berpenyakit pun tentunya belum tentu dikatakan sehat. Dia semestinya dalam keadaan yang sempurna, baik fisik, mental, maupun sosial.

Pola hidup sehat adalah gaya hidup dengan memperhatikan faktor-faktor tertentu yang mempengaruhi kesehatan, antara lain makanan dan olahraga. Beberapa gaya hidup sehat yang dapat merusak kesehatan. Untuk memperoleh tubuh yang sehat, tidak harus dengan pola hidup sehat yang serba mahal. Semua dapat diperoleh dengan mudah dan murah, hidup sehat harus diawali dengan perubahan yang kecil. Gaya hidup menurut Kotler (2002:192) adalah pola hidup seseorang di dunia yang mengekspresikan dalam aktivitas, minat dan opini. Secara umum dapat diartikan sebagai suatu gaya yang dikenal dengan bagaimana orang yang menghabiskan waktunya (aktivitas). Perilaku hidup bersih dan sehat juga dapat diartikan sebagai sekumpulan perilaku yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru dan masyarakat atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit dan meningkatkan kesehatannya serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat. Perilaku kesehatan menurut Wawan dan Dewi.M (2010:56), bahwa perilaku kesehatan adalah suatu respons seseorang (organisme) terhadap stimulus yang berkaitan dengan sakit dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, makan serta lingkungan.

Menurut Kosa dan Robertson yang dikutip oleh Atikah Proverawati dan Eni Rahmawati (2011:62), bahwa perilaku kesehatan individu cenderung dipengaruhi oleh sikap kepercayaan seseorang yang bersangkutan terhadap kondisi kesehatan yang dinginkan dan kurang pada pengetahuan biologisnya. Menurut Skinner yang dikutip oleh Soekidjo Notoatmodjo (2007:136) maka perilaku hidup bersih dan sehat suatu respon seseorang (organisme) terhadap stimulus atau objek yang berkaitan dengan sakit dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, makanan dan minuman serta lingkungan.

a. Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

Perilaku seseorang untuk menjaga atau memelihara kesehatan agar tidak sakit dan usaha untuk penyembuhan bilamana sakit. Oleh karena itu, perilaku pemeliharaan kesehatan ini pada garis besarnya dikelompokkan menjadi dua yaitu:

1. Perilaku orang yang sehat agar tetap sehat dan meningkat. Oleh sebab itu, perilaku ini disebut perilaku (healthy behavior), yang mencakup perilaku (overt dan concert behavior) dalam mencegah atau menghindari dari penyakit dan penyebab penyakit atau penyebab masalah kesehatan (perilaku prespektif), dan perilaku dalam mengupayakan peningkatan kesehatan (perilaku promotif)
2. Perilaku orang yang sakit atau telah terkena masalah kesehatan untuk memperoleh penyembuhan atau pemecah masalah kesehatan. Oleh sebab itu perilaku ini disebut perilaku pencarian pelayanan kesehatan. Perilaku ini mencakup tindakan-tindakan yang diambil seseorang atau anaknya bila sakit atau terkena masalah kesehatan untuk memperoleh kesembuhan dan terlepasnya dari masalah kesehatan tersebut.

b. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Hidup

Menurut Atikah Proverawati dan Eni Rahmawati (2012:6) hal-hal yang perlu diupayakan dalam pembinaan hidup sehat, yaitu:

1. Mencuci tangan dan menggosok gigi dengan bersih
2. Mengonsumsi makanan yang bergizi
3. Menjaga kebersihan lingkungan sekolah
4. Melakukan olahraga secara teratur
5. Mengatur waktu istirahat yang baik
6. Tidak merokok di sekolah
7. Penggunaan air bersih
8. Membuang sampah pada tempatnya

Dengan menerapkan berperilaku hidup bersih dan sehat di sekolah oleh peserta didik, guru dan masyarakat lingkungan sekolah, maka akan terbentuk mereka untuk memiliki kemampuan dan kemandirian dalam mencegah penyakit serta meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sekolah sehat.

c. Berperilaku Hidup Bersih dan Sehat

Menurut Soekidjo Notoatmodjo (2007:62) perilaku seseorang dalam memelihara atau meningkatkan kesehatan erat kaitannya respon seseorang terhadap stimulus yang berkaitan dengan sebagai berikut:

1. Berperilaku terhadap makanan minuman

Tubuh manusia dapat bertumbuh karena ada zat-zat yang berasal dari makanan. Oleh sebab itu, untuk mendapatkan hidupnya manusia mutlak memerlukan makanan dan aktifitas penunjang lain guna mendapatkan keadaan jasmani dan rohani yang baik. Dengan adanya pengetahuan tentang sikap berperilaku sehat dan pengetahuan tentang zat-zat gizi, seseorang akan mampu menghidangkan makanan secara seimbang, dalam arti komposisi yang penting untuk pertumbuhan dan perkembangan.

Peran dalam berperilaku terhadap kebersihan diri sendiri. Upaya pertama dan yang paling utama agar seseorang dapat dalam keadaan yang sehat adalah dengan menjaga kebersihan diri sendiri. Menjaga kebersihan diri sendiri sebenarnya bukanlah hal yang mudah namun bukan pula hal yang terlalu sulit untuk dilaksanakan. Tujuan unyuk menjaga kebersihan agar siswa mengetahui manfaat kebersihan diri sendiri dan mampu memberikan bagian-bagian tubuh, serta mampu menerapkan perawatan kebersihan diri sendiri dalam upaya meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat.

2. Perilaku terhadap kebersihan lingkungan

Perilaku terhadap lingkungan adalah respon seseorang terhadap lingkungan sebagai determinan terhadap kesehatan lingkungan.

Selanjutnya dijelaskan perilaku kesehatan lingkungan itu sendiri antara lain mencakup:

- a. Perilaku sehubungan dengan air bersih, termasuk didalamnya komponen, manfaat, dan penggunaan air bersih untuk kepentingan kesehatan

- b. Perilaku sehubungan dengan pembuangan air kotor, yang menyangkut segi-segi hygiene pemeliharaan teknik, dan penggunaannya
- c. Perilaku sehubungan dengan limbah, baik limbah padat maupun limbah cair. Termasuk di dalamnya system pembuangan sampah dan air limbah serta dampak pembuatan yang tidak baik.
- d. Perilaku sehubungan dengan rumah yang sehat, yang menjadi ventilasi, pencahayaan, lantai dan sebagainya.
- e. Perilaku sehubungan dengan pembersihan sarang-sarang nyamuk (vektor) dan sebagainya.

d. Perilaku Terhadap Sakit dan Penyakit

Perilaku terhadap sakit dan penyakit yaitu bagaimana merespon baik pasif serta rasa yang ada pada dirinya dan luar dirinya maupun aktif yang dilakukan sehubungan dengan penyakit dan sakit tersebut (Soekidjo Notoatmodjo, 2007:121). Perilaku seseorang terhadap sakit dan penyakit meliputi :

- a. Perilaku peningkatan dan pemeliharaan kesehatan
- b. Perilaku pencegahan penyakit
- c. Perilaku pencarian pengobatan
- d. Perilaku pencegahan penyakit

Pada dasarnya kesehatan tidak akan datang dengan sendirinya maka dari itu dibutuhkan kesadaran dan peran khusus dari dalam dirinya sendiri. Usaha tersebut dengan mengupayakan agar setiap individu maupun kelompok mendapatkan suatu kesehatan yang optimal, sehingga dalam pencapaian berperilaku hidup bersih dan sehat tercapai dengan baik.

e. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di masyarakat (Promkes, 2016)

PHBS merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktekkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat adalah tindakan yang dilakukan oleh perorangan, kelompok, atau masyarakat yang sesuai dengan norma-norma kesehatan, menolong dirinya sendiri dan berperan aktif dalam membangun kesehatan untuk memperoleh derajat kesehatan setinggi-tingginya.

Ada beberapa indikator PHBS di sekolah dasar (Promkes, 2016) yaitu:

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

f. Sasaran PHBS

Menurut Syamsur Manda (2006), program-program PHBS diharapkan dapat dilakukan kepada sasaran. Sasaran dalam PHBS dikelompokkan dalam lima tatanan (setting) yaitu:

1. Tatanan rumah tangga
2. Tatanan institusi pendidikan (sekolah, madrasah, pondok, pesantren)
3. Sasaran institusi kesehatan (puskesmas, rumah sakit, klinik)
4. Sasaran tempat kerja (kantor, pabrik, tempat usaha) dan
5. Tatanan tempat umum (pasar, tempat ibadah, tempat rekreasi)

PHBS dalam tatanan institusi pendidikan adalah upaya pemberdaya dan peningkatan kemampuan unuk berperilaku hidup bersih dan sehat di tatanan institusi pendidikan. Sasaran PHBS di institusi pendidikan adalah seluruh anggota institusi pendidikan dan terbagi dalam sasaran primer, sasaran sekunder dan sasaran tersier (Menkes RI, 2011)

Sasaran primer adalah sasaran utama dalam institusi pendidikan yang akan dirubah perilakunya murid dan guru yang bermasalah (individu atau kelompok dalam institusi pendidikan yang bermasalah)

Sasaran sekunder adalah sasaran yang mampu mempengaruhi individu dalam institusi pendidikan yang bermasalah misalnya, kepala sekolah, guru, orangtua murid, kadar kesehatan sekolah, tokoh masyarakat, petugas kesehatan lintas sektor terkait.

Sasaran tersier adalah sasaran yang diharapkan dapat menjadi unsur pembantu dalam menunjang atau mendukung pendanaan, kebijakan, dan kegiatan untuk tercapainya pelaksanaan PHBS di institusi pendidikan misalnya kepala desa, lurah, camat, kepala puskesmas. Diknas, guru, tokoh masyarakat, dan orang tua murid (Syamsur Manda, 2006)

Sasaran PHBS tatanan institusi pendidikan adalah sekolah dan siswa dengan indikator tersedia jamban yang bersih dan sesuai dengan jumlah siswa, tersedia air bersih atau air kran yang mengalir di setiap kelas, tidak ada sampah yang berserakan, lingkungan sekolah dan serasi, ketersediaan UKS yang berfungsi dengan baik, siswa menjadi anggota dana sehat, siswa pada umumnya (60%) memiliki kebersihan diri baik, siswa mencuci tangan dengan sabun sebelum makan dan sesudah membuang air besar/kecil atau promosi kesehatan sekolah minimal 10 orang (Syamsur Manda, 2006)

g. Tujuan PHBS

Tujuan PHBS tatanan di institusi pendidikan adalah :

1. Meningkatkan jumlah institusi pendidikan yang melakukan pemantauan higiene perorangan
2. Meningkatkan jumlah institusi pendidikan yang bebas asap rokok
3. Meningkatkan jumlah institusi pendidikan yang melaksanakan UKS dan mempunyai dokter kecil
4. Meningkatkan jumlah institusi pendidikan yang bebas dari jentik nyamuk
5. Meningkatkan jumlah institusi pendidikan yang menggunakan air bersih, jamban yang sehat dan membuang sampah dengan sehat

6. Meningkatkan institusi pendidikan yang mempunyai warung sekolah sehat.

3. Indikator PHBS

a. Personal Hygiene

Personal hygiene berasal dari bahasa Yunani, yaitu *personal* yang artinya perorangan dan *hygiene* berarti sehat. Kebersihan perorangan adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis (Tarwoto & Wartonah, 2011).

1). Macam-Macam Tindakan Personal Hygiene

Kebersihan diri atau *personal hygiene* merupakan suatu pengetahuan dan usaha kesehatan perorangan dengan cara menjaga kebersihan diri. Kebersihan diri mencakup kebersihan kulit, tangan dan kaki, kuku, rambut, mulut dan gigi, hidung, mata, telinga, pakaian dan kebersihan tangan dan kaki sesudah buang air besar dan air kecil (Siswanto, 2010).

a. Kebersihan Kulit

Adapun tindakan yang dapat menjaga kebersihan kulit adalah:

1. Mandi Pakai Air Bersih

Kebersihan kulit dan badan harus dijaga dengan mandi pakai sabun dan air bersih. Kulit adalah salah satu bagian tubuh yang penting. Kulit melindungi tubuh dari infeksi dan benturan dari benda-benda tumpul yang membahayakan bagian dalam dari tubuh. Menjaga kesehatan kulit atau fungsi kulit dengan mandi pakai sabun dan air bersih paling sedikit dua kali sehari. Badan digosok-gosok sehingga badan tidak berdaki. Tidak mandi dengan air kotor seperti mandi di sungai, kolam dan sebagainya. Mandi dengan air kotor membuat badan kotor, menimbulkan gatal-gatal, penyakit kulit, diare dan lain sebagainya

2. Memakai Baju Bersih

Memakai baju bersih badan terasa nyaman dan enak, terlindung dari berbagai infeksi penyakit. Pakaian memberi pengaruh pada kulit. Kulit terlindung dari gesekan, tekanan, menimbulkan panas dan dalam skala tertentu dapat menahan radiasi. Dengan memakai pakaian dapat menimbulkan kehangatan tubuh. Baju atau rok dan celana harus dijaga kebersihannya. Berganti pakaian minimal 1 kali setiap hari dan tidak tukar menukar pakaian dengan anak atau orang lain. Mencuci segera pakaian yang kotor dengan air bersih dan sabun, serta bilas sampai bersih.

b. Kebersihan Tangan, Kuku dan Kaki

Menjaga kebersihan tangan, kuku dan kaki merupakan salah satu aspek penting dalam mempertahankan kesehatan badan perorangan. Oleh karena itu, tangan, kuku dan kaki harus dijaga kebersihannya. Kuman penyakit dapat terbawa melalui tangan, kuku dan kaki yang kotor. Tangan, kaki dan kuku yang kotor membawa bibit penyakit. Bibit penyakit dan telur cacing yang mungkin ada dalam tangan atau kuku yang kotor ikut tertelan dan masuk ke dalam tubuh.

Kebersihan Tangan dan Kuku

Menjaga kebersihan kuku dan kaki dengan tangan:

1. Mencuci tangan, kuku dan kaki pakai sabun. Mencuci tangan pakai sabun dilakukan sebelum makan, setelah dari WC, setelah bepergian atau bekerja, setelah bermain, setelah memegang atau merawat binatang dan setelah memegang uang.
2. Memakai sandal atau sepatu. Kuku tangan dan kaki harus sering dibersihkan dan dibiasakan untuk beralas kaki (sandal, sepatu). Kuku selalu bersih dan dipotong pendek. Jika mencuci tangan, tidak terlalu lama dan tidak main air.
3. Menjaga kebersihan kuku dengan memotong pendek kuku.

c. Cuci Tangan Pakai Sabun

Mencuci tangan pakai sabun yang tepat mengurangi risiko diare, flu burung, pneumonia dan penyakit yang lain. Mencuci tangan sangat efektif untuk mencegah penyakit-penyakit tersebut. Mencuci tangan pakai sabun dapat mengurangi risiko diare di antara anak-anak lima tahun kebawah hingga 45% dan mengurangi kejadian pneumonia hingga 50%. Sebagian besar masyarakat mengetahui akan pentingnya mencuci tangan pakai sabun, namun dalam kenyataannya masih sangat sedikit, hanya 5% yang tahu bagaimana cara melakukannya dengan benar. Mencuci tangan pakai sabun cukup paling lama 2 menit saja. Motto "*cukup 2 menit saja*" menunjukkan untuk cuci tangan tidak memerlukan waktu lama tetapi memiliki dampak besar terhadap pencegahan penyakit menular.

d. Kebersihan Kaki

Mencuci kaki secara teratur. Di tempat yang kotor harus memakai alas kaki atau sepatu. Kaki perlu dilatih berjalan tanpa alas kaki atau sepatu di lantai yang bersih. Kuku kaki dijaga kebersihannya. Kuku kaki dipotong pendek dan selalu dibersihkan.

e. Kebersihan mulut dan gigi

Menjaga kebersihan mulut dan gigi dapat dilakukan dengan melalui berbagai cara. Menghindari kebiasaan buruk seperti menggigit-gigit sesuatu tanpa sadar (menggigit-gigit jari/ kuku, pensil, mengerut-ngerutkan gigi dan lain-lain), serta menghindari bernafas melalui mulut. Menjaga kebersihan mulut dan gigi dilakukan dengan menggosok gigi dengan air bersih atau matang dengan sikat gigi dan pakai pasta atau odol secara teratur setiap selesai makan dan pada waktu akan tidur. Kebersihan mulut dan gigi yang kurang akan menimbulkan adanya bakteribakteri yang akan mempermudah terjadinya peradangan pada gusi, gigi berlubang, dan bau mulut yang tidak sedap.

- f. Kebersihan Hidung Telinga dan Mata

Hidung, telinga dan mata mengeluarkan kotoran. Hidung, telinga dan mata harus dijaga kebersihannya. Hidung dan telinga pada saat mandi selalu dibersihkan. Menutup hidung dan mulut saat bersin dan saat melewati jalan berdebu. Tidak suka pegang-pegang atau mengusap-usap mata, mengkorek-korek telinga dan hidung. Hidung sebagai salah satu dari pancaindra yaitu sebagai indra penciuman. Kebersihan hidung perlu dijaga agar tetap berfungsi dengan baik (tidak mampet) dan tetap memiliki daya penciuman yang baik. Telinga sebagai salah satu dari pancaindera yaitu indra pendengaran. Telinga perlu dijaga kebersihannya agar tetap memiliki daya dengar yang baik.
 - g. Kebersihan rambut

Rambut adalah bagian tubuh yang harus dijaga kebersihannya. Rambut mempunyai fungsi perlindungan dari panas dan proteksi kepala. Menjaga kebersihan rambut dengan mencuci rambut secara teratur paling sedikit 2 kali dalam seminggu atau setiap rambut kotor dengan air bersih dan menggunakan sabun atau sampho pencuci rambut. Rambut selalu disisir rapi. Rambut yang bersih terbebas dari kuman, kutu atau ketombe. Kulit kepala terasa nyaman serta memperlancar peredaran darah dibawah kulit. Gangguan rambut berupa ketombe dan kutu jika rambut tidak dijaga kebersihannya.
- 2). Tujuan Perawatan Personal Hygiene
- a. Meningkatkan derajat kesehatan seseorang
 - b. Memelihara kebersihan diri seseorang
 - c. Memperbaiki personal hygiene
 - d. Pencegahan penyakit
 - e. Meningkatkan percaya diri seseorang
 - f. Menciptakan keindahan (Tarwoto dan Wartonah, 2011)

3). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Personal Hygiene

a. Citra Tubuh

Penampilan umum seseorang dapat menggambarkan pentingnya *hygiene* pada orang tersebut. Citra tubuh merupakan konsep subjektif seseorang tentang penampilan fisiknya (Potter & Perry, 2005).

Gambaran individu terhadap dirinya sangat mempengaruhi kebersihan diri misalnya karena ada perubahan fisik sehingga individu tidak peduli terhadap kebersihannya (Tarwoto dan Wartonah, 2011).

b. Praktik Sosial

Kelompok-kelompok sosial dapat mempengaruhi praktek *hygiene* pribadi. Selama masa kanak-kanak, anak-anak mendapatkan praktik *hygiene* dari orang tua mereka. Kebiasaan keluarga, jumlah orang dirumah, dan ketersediaan air panas atau air mengalir merupakan beberapa faktor yang mempengaruhi perawatan kebersihan (Potter & Perry, 2005). Anak-anak yang selalu dimanja dalam kebersihan diri, maka kemungkinan akan terjadi perubahan pola *personal hygiene* (Tarwoto dan Wartonah, 2011).

c. Status Sosial Ekonomi

Sumber daya ekonomi seseorang mempengaruhi jenis dan tingkat praktik kebersihan yang digunakan (Potter & Perry, 2005). *Personal hygiene* memerlukan alat dan bahan seperti sabun, pasta gigi, sikat gigi, sampo, alat-alat mandi yang semuanya memerlukan uang untuk menyediakannya (Tarwoto dan Wartonah, 2011).

d. Pengetahuan

Pengetahuan tentang pentingnya *hygiene* dan implikasinya bagi kesehatan mempengaruhi praktik *hygiene*, karena pengetahuan yang baik dapat meningkatkan kesehatan. Misalnya pada pasien penderita diabetes melitus ia harus selalu menjaga kebersihan kakinya (Tarwoto dan Wartonah, 2011).

- e. Variabel Kebudayaan
Kepercayaan kebudayaan dan nilai pribadi mempengaruhi perawatan *hygiene*. Orang dari latar kebudayaan yang berbeda mengikuti praktik perawatan diri yang berbeda. Di sebagian masyarakat, apabila individu sakit tertentu maka tidak boleh dimandikan.
 - f. Kebiasaan Seseorang
Setiap individu mempunyai pilihan kapan untuk mandi, bercukur dan melakukan perawatan rambut. Ada kebiasaan orang yang menggunakan produk tertentu dalam perawatan diri, seperti penggunaan sabun, sampo dll (Tarwoto dan Wartonah, 2011).
 - g. Kondisi Fisik
Pada keadaan sakit, tentu kemampuan untuk merawat diri berkurang dan perlu bantuan untuk melakukannya (Potter & Perry, 2005).
- 4). Dampak yang Sering Timbul pada Masalah Personal Hygiene
- Kebersihan diri sangatlah penting dalam kehidupan anak. Kebersihan diri yang terjaga dengan baik akan membuat anak menjadi sehat, dan terhindar dari berbagai macam penyakit. Berikut ini adalah dampak yang ditimbulkan jika anak tidak menjaga kebersihan diri dengan baik (Tarwoto & Wartonah, 2011) :
- a. Dampak Fisik
Banyak gangguan kesehatan yang diderita seseorang karena tidak terpelihara kebersihan perorangan dengan baik. Gangguan fisik yang sering terjadi adalah gangguan integritas kulit, gangguan membran mukosa mulut, infeksi pada mata dan telinga, dan gangguan fisik pada kuku.
 - b. Dampak Psikososial
Masalah sosial yang berhubungan dengan *personal hygiene* adalah gangguan kebutuhan rasa nyaman, kebutuhan dicintai dan mencintai, kebutuhan harga diri, aktualisasi diri, dan gangguan interaksi sosial (Tarwoto & Wartonah. 2011).

b. Membuang Sampah Pada Tempatnya

Membuang sampah di sekolah merupakan hal paling penting untuk diterapkan agar sekolah terlihat bersih dan rapi. Sekolah harus menyediakan tempat sampah di setiap ruangan.

Apabila sampah tidak dibuang pada tempatnya maka timbunan sampah menjadi sarang vektor seperti lalat yang akan berkembang biak dengan sangat pesat. Lalat umumnya berkembang biak pada sampah organik, terutama sampah yang banyak mengandung protein, seperti sisa makanan. Sampah organik menyediakan sumber makanan yang melimpah bagi lalat.

1). Karakteristik Sampah di Sekolah

Sekolah merupakan tempat berkumpulnya banyak orang dapat menjadi penghasil sampah terbesar selain pasar, rumah tangga, industri dan perkantoran. Secara umum sampah dapat dipisahkan menjadi :

- a. Sampah Organik/mudah busuk, berasal dari sisa makanan, sisa sayuran dan kulit buah-buahan, sisa ikan dan daging, sampah kebun (rumput, daun dan ranting).
- b. Sampah Anorganik/sampah tidak mudah busuk berupa kertas, kayu, kain kaca, logam, plastik, kayu dan tanah.

Sampah yang dihasilkan sekolah kebanyakan adalah jenis sampah kering dan hanya sedikit sampah basah. Sampah kering yang banyak dihasilkan adalah sampah kertas, plastik dan sedikit logam sedangkan sampah basah berasal dari guguran daun pohon, sisa makanan dan daun pisang pembungkus makanan.

2). Pengelolaan Sampah

Pengelolaan sampah dapat dibagi menjadi 3 R yaitu:

- a. *Reuse* (penggunaan kembali) yaitu menggunakan sampah-sampah tertentu yang masih memungkinkan untuk dipakai seperti penggunaan kembali botol-botol bekas.
- b. *Reduse* (pengurangan) yaitu berusaha mengurangi segala sesuatu yang dapat menimbulkan sampah serta mengurangi sampah-sampah yang sudah ada

- c. *Recycle* (daur ulang) yaitu menggunakan sampah-sampah tertentu untuk diolah menjadi barang-barang yang berguna seperti daur ulang sampah organik menjadi kompos.

Untuk sampah yang tidak dapat ditangani dalam lingkup sekolah dikumpulkan ditempat penampungan yang telah disediakan untuk selanjutnya diangkut oleh petugas kebersihan ditempat pembuangan akhir.

3). Akibat Membuang Sampah

Akibat membuang sampah sembarangan adalah :

- a. menjadi tempat berkembang biak vektor seperti lalat, tikus
- b. Sampah menjadi sumber polusi dan pencemaran tanah, air dan udara
- c. Sampah menjadi sumber dan tempat hidup kuman-kuman yang membahayakan kesehatan
- d. Sampah dapat menimbulkan kecelakaan dan kebakaran.

Secara, umum di berbagai negara yang memiliki sistem pengolahan sampah yang baik termasuk Indonesia, membedakan tempat sampah berdasarkan warnahnya. Tempat sampah tersebut berfungsi untuk memisahkan jenis sampah organik, non organik, B3, kertas dan residu. Saatnya kita untuk mengenal jenis-jenis tempat sampah tersebut yang di bedakan atas 5 jenis yakni :

a. Warna Hijau

Tempat sampah organik di tandai dengan warna hijau dan bertuliskan organik, sampah inilah yang dijadikan bahan pupuk kompos seperti daun-daunan, bekas sayuran, dll. Adanya tempat sampah ini dapat mempercepat pembuatan kompos karena sudah di pisahkan dengan sampah anorganik maupun B3.

b. Warna Kuning

Tempat sampah non organik di tandai dengan warna kuning bertuliskan non organik, seperti plastik bekas, gelas bekas air mineral kemasan jenis plastik dll. Dengan adanya tempat sampah ini dapat mempermudah pemanfaatannya sebagai kerajinan daur ulang atau di daur ulang di pabrik.

c. Warna Merah

Tempat sampah B3 di tandai dengan warna merah bertuliskan B3 (Bahan Berbahaya dan Beracun), seperti baterai, sampah beling, kaca, gelas beling, bekas detergen, obat nyamuk dll. Dengan adanya tempat sampah ini agar tidak membahayakan bagi orang lain.

d. Warna Biru

Tempat sampah khusus kertas ditandai dengan warna biru. Dengan bertuliskan kertas pada tempat sampahnya. Salah satu manfaatnya adalah untuk mempermudah proses daur ulang untuk kerajinan.

e. Warna Abu-Abu

Tempat sampah yang terakhir adalah warna abu-abu dengan tulisan residu. Artinya, tempat sampah ini hanya boleh di isi sampah-sampah selain 4 jenis tersebut diatas

c. Mengonsumsi Makan dan Jajanan Sehat di Kantin

Di sekolah siswa dan guru membeli atau konsumsi makanan/jajanan yang bersih dan tertutup di warung sekolah sehat. Makanan yang sehat mengandung karbohidrat, protein, lemak, mineral dan vitamin. Makanan yang seimbang akan menjamin tubuh yang sehat. Makanan yang ada di kantin sekolah harus makanan yang bersih, tidak mengandung bahan berbahaya seperti *borax* (pengawet yang mengandung logam berat Boron), *formalin* (pengawet yang digunakan untuk mayat), *rhodamin B* (pewarna merah pada tekstil) dan *methanilyellow* (pewarna kuning pada tekstil) serta penggunaan air matang untuk kebutuhan minum (Judwanto, 2008) artinya makanan yang dikonsumsi hendaknya memenuhi kriteria bahwa makanan tersebut layak untuk dikonsumsi oleh pihak sekolah.

1). Kriteria Makanan Sehat

Menurut Widuri, H dan Mawardi D.P (2013: 2-3) yaitu :

- a. Makanan harus mengandung protein yang cukup banyak
- b. Makanan yang dimakan harus mengandung garam mineral dan air yang secukupnya

- c. Makanan yang dikonsumsi harus ada perbandingan yang baik antara zat makanan yang pokok yaitu karbohidrat, protein dan lemak
- d. Makanan yang dimakan sebaiknya mudah dicerna oleh alat pencernaan
- e. Makanan harus bersih tidak mengandung bibit penyakit
- f. Makanan tidak boleh makan saat panas karena akan merusak gigi dan proses penguyahan tidak akan sempurna
- g. Rasanya enak dan bentuknya menarik

Berdasarkan kondisi ini seharusnya makanan jajanan dapat dikelola menjadi produk sehat yang aman dikonsumsi. Makanan jajanan sehat adalah makanan yang memiliki ciri sebagai berikut:

- a. Bebas dari lalat, semut, kecoa dan binatang lain yang dapat membawa kuman penyakit.
- b. Bebas dari kotoran dan debu lain.
- c. Makanan yang dikukus, direbus, atau digoreng menggunakan panas yang cukup artinya tidak setengah matang.
- d. Disajikan dengan menggunakan alas yang bersih dan sudah dicuci lebih dahulu dengan air bersih.
- e. Kecuali makanan jajanan yang di bungkus plastik atau daun, maka pengambilan makanan lain yang terbuka hendaklah dilakukan dengan menggunakan sendok, garpu atau alat lain yang bersih, jangan mengambil makanan dengan tangan.
- f. Menggunakan makanan yang bersih, demikian pula lap kain yang digunakan untuk mengeringkan alat-alat itu supaya selalu bersih.

Dalam pengelolaan makanan ada 6 prinsip yang harus di perhatikan yaitu:

- a. Keadaan bahan makanan
Semua jenis bahan makanan perlu mendapat perhatian secara fisik serta kesegarannya terjamin, terutama bahan-bahan makanan yang mudah membusuk atau rusak seperti daging, ikan, susu, telur, makanan dalam kaleng, buah, dsb. Bahan

makanan yang baik kadang kala tidak mudah kita temui, karena jaringan perjalanan makanan yang begitu panjang dan melalui jaringan perdagangan yang begitu luas. Salah satu upaya mendapatkan bahan makanan yang baik adalah menghindari penggunaan bahan makanan yang berasal dari sumber tidak jelas (liar) karena kurang dapat dipertanggung jawabkan secara kualitasnya.

b. Cara penyimpanan bahan makanan

Tidak semua bahan makanan yang tersedia langsung dikonsumsi oleh masyarakat. Bahan makanan yang tidak segera diolah terutama untuk katering dan penyelenggaraan makanan perlu penyimpanan yang baik, mengingat sifat bahan makanan yang berbeda-beda dan dapat membusuk, sehingga kualitasnya dapat terjaga. Cara penyimpanan yang memenuhi syarat higiene sanitasi makanan adalah sebagai berikut:

1. Penyimpanan harus dilakukan ditempat khusus (gudang) yang bersih dan memenuhi syarat.
2. Barang-barang agar disusun dengan baik sehingga mudah diambil, tidak memberi kesempatan serangga atau tikus untuk bersarang, terhindar dari lalat atau tikus dan untuk produk yang mudah busuk atau rusak agar disimpan pada suhu yang dingin.

c. Proses pengolahan

Pada proses atau cara pengolahan makanan ada tiga hal yang perlu mendapat perhatian, yaitu:

a. Tempat pengolahan makanan

Tempat pengolahan makanan adalah suatu tempat dimana makanan diolah, tempat pengolahan ini sering disebut dapur. Dapur mempunyai peranan yang penting dalam proses pengolahan makanan, karena itu kebersihan dapur dan lingkungan sekitarnya harus selalu terjaga dan diperhatikan. Dapur yang baik harus memenuhi persyaratan sanitasi.

b. Tenaga pengolah makanan / Penjamah Makanan

Penjamah makanan menurut Depkes RI (2006) adalah orang yang secara langsung berhubungan dengan makanan dan peralatan mulai dari tahap persiapan, pembersihan, pengolahan pengangkutan sampai penyajian. Dalam proses pengolahan makanan, peran dari penjamah makanan sangatlah besar peranannya. Penjamah makanan ini mempunyai peluang untuk menularkan penyakit. Banyak infeksi yang ditularkan melalui penjamah makanan, antara lain *Staphylococcus aureus* ditularkan melalui hidung dan tenggorokan, kuman *Clostridium perfringens*, *Streptococcus*, *Salmonella* dapat ditularkan melalui kulit. Oleh sebab itu penjamah makanan harus selalu dalam keadaan sehat dan terampil.

c. Cara pengolahan makanan

Cara pengolahan yang baik adalah tidak terjadinya kerusakan-kerusakan makanan sebagai akibat cara pengolahan yang salah dan mengikui kaidah atau prinsip-prinsip hygiene dan sanitasi yang baik atau disebut GMP (*good manufacturing practice*).

d. Cara pengangkutan makanan yang telah masak

Pengangkutan makan dari tempat pengolahan ke tempat penyajian atau penyimpanan perlu mendapat perhatian agar tidak terjadi kontaminasi baik dari serangga, debu, maupun bakteri. Wadah yang dipergunakan harus utuh, kuat dan tidak berkarat atau bocor. Pengangkutan untuk waktu yang lama harus diatur suhunya dalam keadaan panas 60°C atau tetap dingin 4°C.

e. Cara penyimpanan makanan masak

Penyimpanan makanan masak dapat digolongkan menjadi dua, yaitu tempat penyimpanan makanan pada suhu biasa dan tempat penyimpanan pada suhu dingin. Makanan yang mudah membusuk sebaiknya disimpan pada suhu dingin yaitu < 4°C.

Untuk makanan yang disajikan lebih dari 6 jam, disimpan dalam suhu -5°C s/d -1°C .

f. Cara penyajian makanan masak

Saat penyajian makanan yang perlu diperhatikan adalah agar makanan tersebut terhindar dari pencemaran, peralatan yang digunakan dalam kondisi baik dan bersih, petugas yang menyajikan harus sopan serta senantiasa menjaga kesehatan dan kebersihan pakaiannya.

d. Menggunakan Jamban yang Bersih dan Sehat

Diantara Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah kebiasaan buang hajat di jamban yang sehat. Ini adalah kebiasaan yang baik mengingat banyak penyakit yang menyebar akibat dari buang hajat di sembarang tempat.

Jamban adalah suatu ruangan yang mempunyai fasilitas pembuangan kotoran manusia yang terdiri atas tempat jongkok atau tempat duduk dengan leher angsa atau tanpa leher angsa (cemplung) yang dilengkapi dengan unit penampungan kotoran dan air untuk membersihkannya

1).Jenis-Jenis Jamban

- a. Jamban cemplung adalah jamban yang penampungannya berupa lubang yang berfungsi menyimpan dan meresapkan cairan kotoran/ tinja ke dalam tanah dan mengendapkan kotoran ke dasar lubang. Untuk jamban cemplung diharuskan ada penutup agar tidak berbau.
- b. Jamban tangki septik/ leher angsa adalah jamban berbentuk leher angsa yang penampungannya berupa tangki septik kedap air yang berfungsi sebagai wadah proses penguraian/ dekomposisi kotoran manusia yang dilengkapi dengan resapannya.

2). Bagaimana memilih jenis jamban?

- a. Jamban cemplung digunakan untuk daerah yang sulit air.
- b. Jamban tangki septik/ leher angsa digunakan untuk daerah yang cukup air, daerah yang padat penduduk, karena dapat

menggunakan “multiple latrine’ yaitu satu lubang penampungan tinja/ tangki septik digunakan oleh beberapa jamban (satu lubang dapat menampung kotoran/ tinja dari 3-5 jamban). Daerah pasang surut, tempat penampungan kotoran/ tinja hendaknya ditinggikan kurang lebih 60 cm dari permukaan air pasang.

- 3). Mengapa harus menggunakan jamban?
 - a. Menjaga lingkungan bersih, sehat dan tidak berbau.
 - b. Tidak mencemari sumber air yang ada disekitarnya.
 - c. Tidak mengundang datangnya lalat atau serangga yang dapat menjadi penular penyakit diare, kolera disentri, thypus, kecacingan, penyakit saluran pencernaan, penyakit kulit dan keracunan.
- 4). Syarat-syarat jamban sehat
 - a. Tidak mencemari sumber air minum (jarak antara sumber air minum dengan lubang penampungan minimal 10 m)
 - b. Tidak berbau.
 - c. Kotoran tidak dapat dijamah oleh serangga dan tikus.
 - d. Tidak mencemari tanah disekitarnya.
 - e. Mudah dibersihkan dan aman digunakan.
 - f. Dilengkapi dinding dan atap pelindung.
 - g. Penerangan dan ventilasi cukup.
 - h. Lantai kedap air dan luas ruangan memadai.
 - i. Tersedia air, sabun dan alat pembersih.
- 5). Cara memelihara jamban sehat?
 - a. Lantai jamban hendaknya selalu bersih dan tidak ada genangan air.
 - b. Bersihkan jamban secara teratur sehingga ruang jamban dalam keadaan bersih.
 - c. Di dalam jamban tidak ada kotoran yang terlihat.
 - d. Tidak ada serangga (kecoa, lalat) dan tikus dan berkeliaran.
 - e. Tersedia alat pembersih (sabun, sikat dan air bersih).
 - f. Bila ada kerusakan, segera diperbaiki.
- 6). Manfaat menggunakan jamban bersih adalah
 - a. Menjaga lingkungan bersih, sehat dan tidak berbau

- b. Tidak mencemari sumber air yang ada di sekitarnya
- c. Tidak mengundang datangnya lalat atau serangga yang dapat menjadi penular penyakit diare, kolera, disentri, thypus, kecacingan, penyakit infeksi saluran pencernaan, penyakit kulit dan keracunan.

e. Olahraga Yang Teratur dan Terukur

Olahraga adalah serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana untuk memelihara gerak (mempertahankan hidup) dan meningkatkan kemampuan gerak (meningkatkan kualitas hidup). Olahraga adalah suatu bentuk aktivitas fisik yang terencana dan terstruktur, yang melibatkan gerakan tubuh berulang-ulang dan ditujukan untuk meningkatkan kebugaran jasmani.

Kebugaran jasmani sangat penting dalam menunjang aktivitas kehidupan sehari-hari, akan tetapi nilai kebugaran jasmani tiap-tiap orang berbeda-beda sesuai dengan tugas atau profesi masing-masing. Kebugaran jasmani terdiri dari komponen-komponen yang dikelompokkan menjadi kelompok yang berhubungan dengan kesehatan (*Health Related Physical Fitness*) dan kelompok yang berhubungan dengan ketrampilan (*Skill Related Physical Fitness*).

Alasan mengikuti kegiatan olahraga di sekolah adalah untuk memelihara kesehatan fisik dan mental agar tetap sehat dan tidak mudah sakit. Selain itu juga untuk pertumbuhan dan perkembangan fisik. Manfaat olahraga antara lain:

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

f. Memberantas Jentik Nyamuk

PHBS di Sekolah yang kelima adalah Memberantas Jentik Nyamuk. Jentik nyamuk merupakan cikal bakal nyamuk, jika tidak segera diberantas maka hasil yang didapat adalah banyak nyamuk dilingkungan. Nyamuk merupakan salah satu pembawa bakteri dan virus penyebab penyakit, sehingga keberadaan nyamuk haruslah diberantas. pemberantasan jentik bertujuan untuk menekan laju pertumbuhan nyamuk sehingga terhindar dari penyakit yang diakibatkan oleh gigitan nyamuk.

Di Indonesia, carakegiatan memberantas jentik nyamuk dikenal dengan 3M, yaitu:

1. Menguras dan menyikat dinding tempat penampungan air seperti bak mandi / WC, drum, penampungan air AC, Kulkas dll seminggu sekali.
2. Menutup rapat-rapat tempat penampungan air seperti gentong air / tempayan, tempat air suci, dll.
3. Mengubur atau menyingkirkan barang-barang bekas yang dapat menampung air hujan seperti kaleng bekas, ban bekas, botol bekas, dll.

Selain 3 M, cara pengendalian nyamuk juga dapat dilakukan dengan cara yaitu :

1. Mengganti air vas bunga dan tempat minum burung minimal seminggu sekali.
2. Memperbaiki saluran dan talang air yang tidak lancar/rusak.
3. Menutup lubang-lubang pada potongan bambu/pohon dengan tanah dan mengeringkan air yang ada di penampungan alami seperti air diantara pelepah pisang.
4. Bubuhkan bubuk pembunuh jentik nyamuk (Abate) di tempat-tempat yang sulit dikuras atau di daerah yang sulit air.
5. Pelihara ikan pemakan jentik nyamuk seperti ikan kepala timah, ikan cupang dan ikan nila.
6. Memasang kawat kasa dan tidur menggunakan kelambu.
7. Pencahayaan dan ventilasi di dalam ruangan harus memadai karena nyamuk ini senang hinggap di kamar yang gelap.

8. Jangan biasakan menggantung pakaian karena nyamuk aedes aegypti senang hinggap di benda-benda yang tergantung di dalam rumah seperti gordyn, baju/pakaian dll.
9. Menghindari gigitan nyamuk dengan menggunakan obat nyamuk (bakar,oles, elektrik dll) untuk mencegah gigitan nyamuk. Aktifitas menggigit nyamuk aedes aegypti biasanya dari pagi sampai petang (siang hari) dengan puncak aktifitas antara jam 09.00-10.00 dan jam 16.00-17.00. Karena itu jika anda bepergian terutama ke tempat yang tinggi kasus DBD sebaiknya memakai celana dan baju lengan panjang dan memakai lotion anti nyamuk.
10. Pengasapan/fogging dengan menggunakan malathion dan fenitrothion yang berguna untuk mengurangi kemungkinan penularan aedes aegypti sampai batas tertentu.
11. Memberikan bubuk abate (temephos) pada tempat-tempat penampungan air seperti gentong air, vas bunga, kolam dan lain-lain.

Manfaat sekolah bebas jentik adalah:

- a. Populasi nyamuk menjadi terkendali sehingga penularan penyakit dengan perantara nyamuk dapat dicegah atau dikurangi
- b. Kemungkinan terhindar dan berbagai penyakit semakin besar seperti demam berdarah dengue (DBD), malaria, chikungunya, atau kaki gajah.
- c. Lingkungan sekolah menjadi bersih dan sehat

g. Tidak Merokok di Sekolah

Rokok adalah benda yang berbentuk silinder dari kertas dan memiliki ukuran panjang antara 70 hingga 120 mm dengan diameter sekitar 10 mm yang berisi daun tembakau yang telah dipotong kasar. Rokok dibakar pada salah satu ujungnya dan dibiarkan membara agar asapnya dapat dihisap oleh mulut melalui ujung lainnya. Merokok merupakan kegiatan menghisap asap rokok kedalam tubuh dan menghembuskannya ke udara. Lebih dari 4000 bahan kimia terdapat di dalam rokok. Ratusan di antaranya adalah zat yang beracun dan sekitar 70 bahan di dalamnya bersifat menyebabkan kanker.

- 1) Bahan – bahan berbahaya pada sebatang rokok, antara lain:
 - a. Karbon monoksida
Zat yang sering ditemukan pada asap kendaraan bermotor ini mampu mengikatkan dirinya pada hemoglobin dalam darah secara permanen sehingga menghalangi penyediaan oksigen ke tubuh. Hal tersebut dapat membuat Anda cepat lelah.
 - b. Tar
Ketika merokok, kandungan tar di dalam rokok akan ikut terhisap. Zat ini akan mengendap di paru dan berdampak negatif pada kinerja rambut kecil yang melapisi paru. Padahal rambut tersebut memiliki fungsi untuk membersihkan kuman dan hal lainnya keluar dari paru.
 - c. Gas oksidan
Gas ini bisa bereaksi dengan oksigen. Keberadaannya pada tubuh dapat lebih meningkatkan resiko penyakit stroke dan serangan jantung yang diakibatkan oleh penggumpalan darah karena adanya reaksi gas oksidan dengan oksigen.
 - d. Benzen
Zat yang ditambahkan ke dalam bahan bakar minyak ini dapat merusak sel pada tingkat genetik. Zat ini juga dikaitkan dengan berbagai jenis penyakit kanker seperti kanker ginjal dan kanker darah.
- 2). Bahaya merokok (Depkes RI, 2003), antara lain:
 1. Menyebabkan kerontokan rambut
 2. Gangguan pada mata, seperti katarak
 3. Kehilangan pendengaran lebih awal dibanding bukan perokok
 4. Menyebabkan penyakit paru-paru, jantung dan kanker
 5. Merusak gigi dan menyebabkan bau mulut yang tidak sedap
 6. Tulang lebih mudah keropos

h. Menimbang Berat Badan dan Mengukur Tinggi Badan Setiap 6 Bulan Sekali

Pertumbuhan dan perkembangan anak di usia sekolah sangatlah pesat, sehingga diperlukan pencatatan pertumbuhan dan

perkembangan tubuh secara rutin. Dengan mengetahui berat badan dan tinggi badan seseorang maka akan dapat diperkirakan tingkat kesehatan atau gizinya. Berat badan dan tinggi badan dianjurkan untuk mengukur keadaan gizi karena :

- a. Mudah dilihat
- b. Memberikan gambaran keadaan gizi pada saat sekarang dan bila dilakukan secara periodik, yaitu minimal setiap 6 bulan sekali pada anak-anak akan dapat memberikan gambaran yang baik tentang pertumbuhan anak
- c. Ketelitian pengukuran tidak dipengaruhi oleh keterampilan yang mengukur
- d. Alat ukur mudah diperoleh

Beberapa hal yang mempengaruhi berat badan dan tinggi badan diantaranya adalah makanan dan minuman. Dalam sehari tubuh manusia membutuhkan gizi lengkap seperti karbohidrat, lemak, protein, vitamin dan mineral. Untuk mendukung kegiatan PHBS, disekolah hendaknya terdapat jadwal menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan serta sekolah harus memiliki sarana untuk menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan.

i. Manfaat PHBS

Manfaat PHBS di lingkungan sekolah yaitu :

1. Terwujudnya sekolah yang bersih dan sehat sehingga siswa, guru dan masyarakat lingkungan sekolah terlindungi dari berbagai ancaman penyakit
2. Meningkatkan semangat proses belajar mengajar yang berdampak pada prestasi belajar siswa
3. Citra sekolah sebagai institusi pendidikan semakin meningkat sehingga mampu menarik minat orang tua
4. Mengangkat citra dan kinerja pemerintah dibidang pendidikan, dan
5. Menjadi percontohan sekolah sehat bagi daerah lain

j. Strategi PHBS

Kebijakan Nasional Promosi kesehatan menetapkan tiga strategi dasar promosi kesehatan dan PHBS yaitu (Notoatmodjo, 2007) :

1. Gerakan Pemberdayaan (*Empowerment*)

Merupakan proses pemberian informasi secara terus menerus dan berkesinambungan agar sasaran, berubah dari aspek *knowledge attitude*, dan *practice*. Sasaran utama dari pemberdayaan adalah individu dan keluarga, serta kelompok masyarakat.

2. Bina Suasana (*Social Support*)

Upaya menciptakan lingkungan sosial yang mendorong individu anggota masyarakat untuk mau melakukan perilaku yang diperkenalkan. Terdapat tiga pendekatan dalam bina suasana antara lain :

- a. Pendekatan individu
- b. Pendekatan kelompok
- c. Pendekatan masyarakat umum

3. Advokasi (*Advocacy*)

Upaya yang terencana untuk mendapatkan dukungan dari pihak-pihak terkait (*stakeholders*). Pihak-pihak terkait ini dapat berupa tokoh masyarakat formal yang berperan sebagai penentu kebijakan pemerintahan. Dan penyandang dana pemerintah. Selain itu, tokoh masyarakat informal seperti tokoh agama, tokoh pengusaha, dan lain sebagainya dapat berperan sebagai penentu kebijakan tidak tertulis dibidangnya tau sebagai penyandang dana non pemerintah. Sasaran advokasi terdapat tahapan-tahapan yaitu :

- a. Mengetahui adanya masalah
- b. Tertarik untuk ikut menyelesaikan masalah
- c. Perduli terhadap pemecahan masalah dengan mempertimbangkan alternatif pemecahan masalah
- d. Sepakat untuk memecahkan masalah dengan memilih salah satu alternatif pemecahan masalah
- e. Memutuskan tindak lanjut kesepakatan

4. Pengertian Siswa Sekolah Dasar

Siswa adalah komponen masukkan dalam sistem pendidikan, yang selanjutnya diproses dalam proses pendidikan, sehingga menjadi manusia yang berkualitas sesuai dengan tujuan pendidikan nasional. Sekolah

merupakan proses perubahan perilaku melalui pendidikan. Sekolah dasar merupakan awal dari pendidikan selanjutnya, masa ini adalah masa perpindahan anak dari lingkungan keluarga ke lingkungan sekolah yaitu lingkungan yang besar pengaruhnya terhadap perkembangan jasmani dan rohani. Mereka lebih banyak teman dalam lingkungan sosial yang lebih luas, sehingga peranan sosialnya makin berkembang, ia ingin mengetahui segala sesuatu di sekitarnya sehingga bertambah pengalamannya. Semua pengalaman itu baru akan membantu dan mempengaruhi proses perkembangan pemikirannya.

Pendidikan di sekolah dasar merupakan dasar keberhasilan pendidikan selanjutnya, anak merupakan tunas bangsa yang masih dalam proses pertumbuhan dan perkembangan baik jasmani maupun rohaninya, sehingga diharapkan di kemudian hari menjadi anak yang tumbuh dewasa dengan keadaan yang sehat serta mempunyai rasa tanggung jawab dan berguna bagi bangsa dan negaranya, untuk itu anak sekolah dasar harus disiapkan sesuai dengan tahap perkembangan dan kematangannya. Pada umur berapa tepatnya anak matang untuk masuk sekolah dasar, sebenarnya sukar dikatakan karena kematangan tidak ditentukan oleh umur semata-mata. Namun pada umur 6-7 tahun, biasanya anak telah matang untuk memasuki sekolah dasar (Desmita, 2009: 13)

5. Metode Penyuluhan

Metode yang dapat dipergunakan dalam memberikan penyuluhan kesehatan adalah (Notoatmodjo, 2007):

a. Metode Ceramah

Metode ceramah adalah suatu cara dalam menerangkan dan menjelaskan suatu ide, pengertian atau pesan secara lisan kepada sekelompok sasaran sehingga memperoleh informasi tentang kesehatan

b. Metode Diskusi Kelompok

Metode diskusi kelompok adalah pembicaraan yang direncanakan dan telah dipersiapkan tentang suatu topik pembicaraan diantara 5-20 peserta (sasaran) dengan seorang pemimpin diskusi yang telah ditunjuk.

- c. **Metode Curah Pendapat**
Metode curah pendapat adalah suatu bentuk pemecahan masalah dimana setiap anggota mengusulkan semua kemungkinan pemecahan masalah yang terpikirkan oleh peserta, dan evaluasi atas pendapat tadi dilakukan kemudian.
- d. **Metode Panel**
Metode panel adalah pembicaraan yang telah direncanakan di depan pengunjung atau peserta tentang sebuah topik, diperlukan 3 orang atau lebih panelis dengan seorang pemimpin.
- e. **Metode Bermain Peran**
Metode bermain peran adalah memerankan sebuah situasi dalam kehidupan manusia dengan tanpa diadakan latihan, dilakukan oleh dua orang atau lebih untuk dipakai sebagai bahan pemikiran oleh kelompok.
- f. **Metode Demonstrasi**
Metode demonstrasi adalah suatu cara untuk menunjukkan pengertian, ide dan prosedur tentang sesuatu hal yang telah dipersiapkan dengan teliti untuk memperlihatkan bagaimana cara melaksanakan suatu tindakan, adegan dengan menggunakan alat peraga. Metode ini digunakan terhadap kelompok yang tidak terlalu besar jumlahnya.
- g. **Metode Simposium**
Metode simposium adalah serangkaian ceramah yang diberikan oleh 2 sampai 5 orang dengan topik yang berlebihan tetapi saling berhubungan erat
- h. **Metode Seminar**
Metode seminar adalah suatu cara di mana sekelompok orang berkumpul untuk membahas suatu masalah dibawah bimbingan seorang ahli yang menguasai bidangnya.

6. Media Penyuluhan

Media penyuluhan adalah semua sarana atau upaya untuk menampilkan pesan informasi yang ingin disampaikan oleh komunikator sehingga sasaran dapat meningkatkan pengetahuannya yang akhirnya diharapkan dapat berubah perilakunya ke arah yang lebih positif terhadap kesehatan.

Penyuluhan kesehatan tak dapat lepas dari media karena melalui media pesan yang disampaikan dapat lebih menarik dan dipahami, sehingga sasaran dapat mempelajari pesan tersebut sehingga sampai memutuskan untuk mengadopsinya ke perilaku yang positif.

Tujuan atau alasan mengapa media sangat diperlukan didalam pelaksanaan penyuluhan kesehatan antara lain :

- a. Media dapat mempermudah penyampaian informasi
- b. Media dapat menghindari kesalahan persepsi
- c. Media dapat menjelaskan informasi
- d. Media dapat mempermudah pengertian
- e. Media dapat mengurangi komunikasi verbalistik
- f. Media dapat menampilkan objek yang tidak dapat ditangkap dengan mata
- g. Media dapat memperlancar komunikasi

Menurut Natoatmodjo (2007), media penyuluhan didasarkan cara produksinya dikelompokkan menjadi :

- a. Media Cetak yaitu suatu media statis dan mengutamakan pesan-pesan visual. Media cetak terdiri dari :
 1. Booklet adalah suatu media untuk menyampaikan pesan kesehatan dan bentuk buku, baik tulisan maupun gambar.
 2. Leaflet adalah suatu bentuk penyampaian informasi melalui lembar yang dilipat. Isi informasi dapat berupa kalimat ataupun gambar
 3. Selebaran adalah suatu bentuk informasi yang berupa kalimat maupun kombinasi.
 4. Flip chart adalah media penyampaian pesan atau informasi kesehatan dalam bentuk lembar balik berisi gambar dan dibaliknya berisi pesan yang berkaitan dengan gambar tersebut.
 5. Rubrik atau tulisan pada surat kabar mengenai bahasan suatu masalah kesehatan
 6. Poster adalah bentuk media cetak berisi pesan kesehatan yang biasanya ditempel ditempat umum
 7. Foto yang mengungkap informasi kesehatan yang berfungsi untuk memberi informasi dan menghibur.

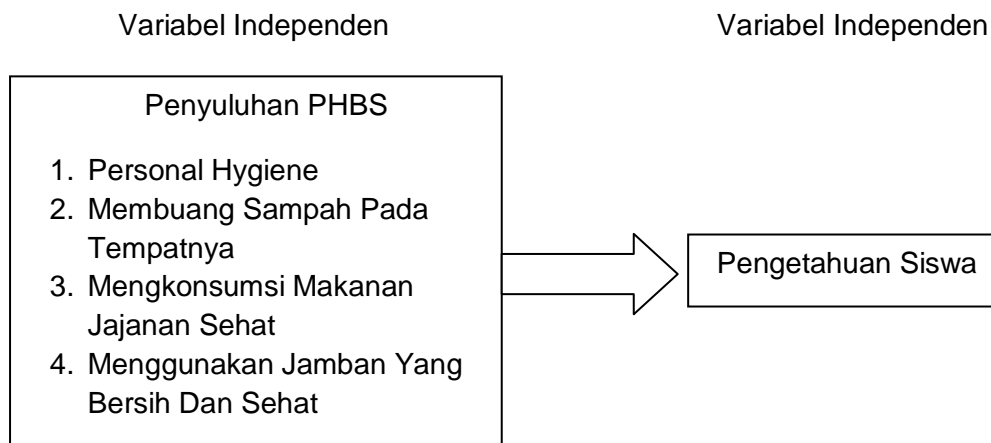
- b. Media Elektronik yaitu suatu media bergerak dan dinamis, dapat dilihat dan didengar dalam menyampaikan pesannya melalui alat bantu elektronika. Adapun macam media elektronik, seperti : televisi, radio, video, slide, film.
- c. Luarruangan yaitu media yang menyampaikan pesannya diluar ruangan secara umum melalui media cetak dan elektronika secara statis, misal : pameran, banner, TV layar lebar, spanduk, papan reklame.

7. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Dalam Penyuluhan

Keberhasilan suatu penyuluhan kesehatan dapat dipengaruhi oleh faktor penyuluh, sasaran dan proses penyuluhan

- a. Faktor penyuluh, misalnya kurang persiapan, kurang materi yang akan dijelaskan, penampilan kurang menyakinkan sasaran, suara terlalu kecil dan kurang dapat didengar serta penyampaian materi penyuluhan terlalu menonton sehingga membosankan
- b. Faktor sasaran, misalnya tingkat pendidikan terlalu rendah sehingga sulit menerima pesan yang disampaikan, tingkat sosial ekonomi terlalu rendah sehingga tidak begitu memperhatikan pesan-pesan yang disampaikan karena lebih memikirkan kebutuhan yang mendesak, kepercayaan dan adat kebiasaan yang telah tertanam sehingga sulit untuk mengubahnya, kondisi lingkungan tempat tinggal sasaran yang tidak mungkin terjadi perubahan perilaku
- c. Faktor proses dalam penyuluhan, misalnya waktu penyuluhan tidak sesuai dengan waktu yang diinginkan sasaran, tempat penyuluhan dekat dengan keramaian sehingga mengganggu proses penyuluhan yang terlalu banyak, alat peraga yang kurang, metoda yang digunakan kurang tepat sehingga membosankan sasaran serta bahasa yang digunakan kurang dimengerti oleh sasaran.

B. Kerangka Konsep



Gambar 1. Kerangka Konsep

Dalam kerangka konsep yang ingin diketahui adalah bagaimana pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan.

Variabel Penelitian

1. Variabel Bebas (*Independen Variabel*)

Variabel bebas adalah faktor yang menjadi pokok permasalahan yang ingin diteliti. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah penyuluhan

2. Variabel Terikat (*Dependen Variabel*)

Variabel terikat adalah variabel yang besarnya tergantung dari variabel bebas yang diberikan dan diukur untuk menentukan ada tidaknya peningkatan dari variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah peningkatan pengetahuan siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)

C. Defenisi Operasional

| No | Variabel | Defenisi Operasional | Parameter | Alat Ukur | Skala Ukur |
|----|--|--|--|--|------------|
| 1 | Penyuluhan | Suatu kegiatan atau usaha menyampaikan pesan kesehatan kepada siswa kelas V SD | Sebelum dilakukan penyuluhan Sesudah dilakukan penyuluhan | Metode ceramah dengan media leaflet dan elektronik (infocus) | Nominal |
| 2 | Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) | Segala yang diketahui siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat | Baik jika respondent dapat menjawab dengan benar 14-20 pertanyaan (70%-100%) Cukup jika respondent dapat menjawab dengan benar 7-13 pertanyaan (35%-65%) Kurang jika respondent dapat menjawab dengan benar 0-6 pertanyaan | Kuesioner | Ratio |

| | | | | | |
|---|--------------------------------|--|--|-----------|-------|
| | | | (0%-30%) | | |
| 3 | Personal Hygiene | Kebersihan diri atau <i>personal hygiene</i> merupakan suatu pengetahuan dan usaha kesehatan perorangan dengan cara menjaga kebersihan diri. | Baik jika respondent dapat menjawab dengan benar 4-5 pertanyaan (80%-100%) Cukup jika respondent dapat menjawab dengan benar 2-3 pertanyaan (60%-40%) Kurang jika respondent dapat menjawab dengan benar 0-1 pertanyaan (0%-20%) | Kuesioner | Ratio |
| 4 | Membuang sampah pada tempatnya | Membuang Sampah pada Tempatnya merupakan cara sederhana yang besar manfaatnya untuk menjaga kebersihan | Baik jika respondent dapat menjawab dengan benar 4-5 pertanyaan (80%-100%) | Kuesioner | Ratio |

| | | | | | |
|---|-----------------------------------|---|---|-----------|-------|
| | | lingkungan akan tetapi sangat susah untuk diterapkan | Cukup jika respondent dapat menjawab dengan benar 2-3 pertanyaan (60%-40%) Kurang jika respondent dapat menjawab dengan benar 0-1 pertanyaan (0%-20%) | | |
| 5 | Mengonsumsi makanan jajanan sehat | Mengonsumsi Makanan Jajanan Sehat merupakan hal paling sering dilakukan, dan hal ini dapat membahayakan apabila jajanan yang mereka konsumsi tidak sehat. | Baik jika respondent dapat menjawab dengan benar 4-5 pertanyaan (80%-100%) Cukup jika respondent dapat menjawab dengan benar 2-3 pertanyaan (60%-40%) Kurang jika | Kuesioner | Ratio |

| | | | | | |
|---|--|--|--|-----------|-------|
| | | | respondent dapat menjawab dengan benar 0-1 pertanyaan (0%-20%) | | |
| 6 | Menggunakan jamban yang bersih dan sehat | Menggunakan jamban yang bersih dan sehat merupakan hal yang penting dan hal ini dapat membahayakan apabila membuang jamban sembarangan karena dapat menyebabkan penyakit seperti kecacingan. | Baik jika respondent dapat menjawab dengan benar 4-5 pertanyaan (80%-100%) Cukup jika respondent dapat menjawab dengan benar 2-3 pertanyaan (60%-40%) Kurang jika respondent dapat menjawab dengan benar 0-1 pertanyaan (0%-20%) | Kuesioner | Ratio |

D. Hipotesis

1. Hipotesis Nol (H_0)₁ : Tidak ada pengaruh penyuluhan tentang PHBS terhadap pengetahuan tentang personal hygiene
Hipotesa Alternatif (H_a)₁ : Ada pengaruh penyuluhan tentang PHBS terhadap pengetahuan siswa tentang personal hygiene
2. Hipotesis Nol (H_0)₂ : Tidak ada pengaruh penyuluhan tentang PHBS terhadap pengetahuan tentang membuang sampah pada tempatnya
Hipotesa Alternatif (H_a)₂ : Ada pengaruh penyuluhan tentang PHBS terhadap pengetahuan siswa tentang membuang sampah pada tempatnya
3. Hipotesis Nol (H_0)₃ : Tidak ada pengaruh penyuluhan tentang PHBS terhadap pengetahuan tentang mengkonsumsi makanan jajanan sehat
Hipotesa Alternatif (H_a)₃ : Ada pengaruh penyuluhan tentang PHBS terhadap pengetahuan siswa tentang mengkonsumsi makanan jajanan sehat
4. Hipotesis Nol (H_0)₄ : Tidak ada pengaruh penyuluhan tentang PHBS terhadap pengetahuan tentang menggunakan jamban yang bersih dan sehat
Hipotesa Alternatif (H_a)₄ : Ada pengaruh penyuluhan tentang PHBS terhadap pengetahuan siswa tentang menggunakan jamban yang bersih dan sehat

BAB III

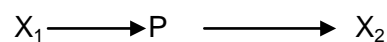
METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen semu atau *Quasi experimental* yaitu penelitian yang menggunakan seluruh subjek dalam kelompok untuk diberi perlakuan (*treatment*), bukan menggunakan subjek yang diambil secara acak. Dengan menggunakan rancangan *one-group pretest-posttest design* untuk mengetahui pengaruh pemberian penyuluhan tentang PHBS terhadap pengetahuan siswa sekolah dasar (SD)

Dalam rancangan ini tidak ada sekelompok pembanding (kontrol) tetapi dilakukan observasi pertama (*pre test*) yang memungkinkan peneliti dapat menguji perubahan yang terjadi setelah adanya perlakuan, kemudian dilakukan pengukuran akhir (*post test*) pada hari kedua.

Adapun desain penelitian yaitu :



Keterangan :

X_1 = Pengetahuan sebelum penyuluhan

P = Pemberian Penyuluhan Terhadap PHBS

X_2 = Pengetahuan sesudah penyuluhan

Perbedaan antara X_1 dan X_2 dapat diasumsikan sebagai efek atau pengaruh dari perlakuan yang ada.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini dilaksanakan di Sekolah Dasar Madrasah Ibtidaiyah Swasta Amaliyah Kota Pematangsiantar

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan Mei-Juni Tahun 2018

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V di Sekolah Dasar Madrasah Ibtidaiyah Swasta Amaliyah Kota Pematangsiantar. Sehubungan dengan umur tersebut peneliti ingin mengetahui pengetahuan anak kelas V SD karena pada usia 10 tahun peneliti akan lebih mudah dalam menyampaikan materi tentang perilaku hidup bersih dan sehat tersebut.

2. Sampel

Yang menjadi sampel pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V SD Madrasah Ibtidaiyah Swasta Amaliyah yang berjumlah 30 orang (total populasi menjadi sampel).

D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data

1. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh langsung dari responden melalui pengisian kuesioner sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan. Langkah pertama dari pengumpulan data adalah penulis memberikan kuesioner *pre test*, kemudian dihari yang sama diberikan penyuluhan tentang PHBS. Pada hari yang sama dilakukan *post test* dengan menggunakan kuesioner yang sama saat *pre test*. Data yang perlukan meliputi umur, jenis kelamin, dan pengetahuan siswa tentang PHBS.

2. Data Sekunder

Data sekunder diperoleh dari pihak Sekolah Dasar Madrasah Ibtidaiyah Swasta Amaliyah Kota Pematangsiantar berupa gambaran sekolah dan jumlah siswa

E. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

a. Editing

Pada tahap ini dilakukan pemeriksaan terhadap data yang dikumpulkan, memeriksa kelengkapan dan kemungkinan terjadinya kekeliruan (Mahfoed, 2004). Pada penelitian ini data-data siswa yang telah masuk akan diperiksa kembali

b. Coding

Coding adalah memberikan kode data variabel-variabel penelitian, yaitu pengetahuan PHBS

1) Jawaban benar diberi point 1

2) Jawaban salah diberi point 0

c. Entry

Merupakan kegiatan memasukkan data yang telah dikumpulkan kedalam master tabel atau database komputer, kemudian membuat distribusi frekwensi atau dengan membuat tabel kontigensi.

d. Processing

Data yang telah dikode dimasukkan (di entry) kedalam program software komputer.

e. Cleaning

Memeriksa kembali data yang sudah dimasukkan (di entry), apakah ada kesalahan atau tidak.

2. Analisis Data

Pada penelitian Penyuluhan dan PHBS akan dianalisa secara statistik dan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi sedangkan perubahan pengetahuan dilakukan dengan uji statistik menggunakan *Pairedsample t-test*. Analisis statistik ini akan dilakukan dengan bantuan komputer. *Uji Paired Sample T-test* digunakan untuk menguji perbedaan dua sampel yang berpasangan. Sampel yang berpasangan diartikan sebagai sebuah sample dengan subjek yang sama namun mengalami dua perlakuan yang berbeda pada situasi sebelum dan sesudah proses (Santoso, 2011).

Paired sample t-test digunakan apabila data berdistribusi normal. Menurut Widiyanto (2013) *paired sample t-test* merupakan salah satu metode pengujian yang digunakan untuk megkaji keefektifan perlakuan, ditandainya adanya perbedaan rata-rata sebelum dan rata-rata sesudah diberikan perlakuan. Dasar pengambilan keputusan untuk menerima atau menolak H_0 pada uji *paired sample t-test* adalah sebagai berikut :

Jika probabilitas (Asymp.Sig) $<0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima

Jika probabilitas (Asymp.Sig) $>0,05$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak

Prosedur uji *paired sample t-test* (Siregar, 2013)

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

A.1 Gambaran Umum

1. Gambaran Umum

Sekolah Madrasah Ibtidaiyah Swasta Amaliyah terletak di Jalan Mesjid Perumahan Karang Sari Permai Kelurahan Tambun Nabolon Kecamatan Siantar Martoba Kota Pematangsiantar Provinsi dengan luas tanah yaitu 770 m². Sekolah MIS Amaliyah berdiri pada tahun 2009 yang dipimpin oleh alm. Siti Sarah Lubis, SH, S.Pd.I dari tahun 2009-2016 dan tahun ini dipimpin oleh Bapak Andi Praha Hasibuan, S.Pd.I

Jumlah Siswa Sekolah MIS Amaliyah secara keseluruhan yaitu 173 siswa dengan perincian yang berkelamin laki-laki berjumlah 88 dan berkelamin perempuan berjumlah 85. Jumlah tenaga kependidikan di Sekolah MIS Amaliyah sebanyak 11 orang, laki-laki berjumlah 4 orang dan perempuan berjumlah 7 orang.

2. Jumlah Siswa Berdasarkan Kelas

Jumlah siswa yang ada di Sekolah Madrasah Ibtidaiyah Swasta Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018 seperti yang terlihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 4.1
Persentase Siswa Berdasarkan Kelas Di Sekolah MIS Amaliyah
Kota Pematangsiantar Tahun 2018

| No | Kelas | Jumlah Siswa | Persentase (%) |
|---------------|-------|--------------|----------------|
| 1 | I | 31 | 18,0 |
| 2 | II | 32 | 18,4 |
| 3 | III | 21 | 12,0 |
| 4 | IV | 30 | 17,3 |
| 5 | V | 30 | 17,3 |
| 6 | VI | 29 | 17,0 |
| Jumlah | | 173 | 100,0 |

Berdasarkan tabel di atas kelas I berjumlah 31 orang (18,0%), kelas II berjumlah 32 orang (18,4%), kelas III berjumlah 21 orang (12,0%), kelas IV

berjumlah 30 orang (17,3%), kelas V berjumlah 30 orang (17,3%) dan kelas VI berjumlah 29 orang (17,0%)

Sumber data siswa diperoleh dari kantor Kepala Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018

A.2 Hasil

Berdasarkan hasil penelitian, karakteristik responden berdasarkan umur dan jenis kelamin adalah sebagai berikut :

1. Distribusi Responden Berdasarkan Umur

Tabel 4.2
Distribusi Responden Berdasarkan Umur Di Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018

| No | Umur | Jumlah | Persentase (%) |
|---------------|----------|-----------------|----------------|
| 1 | 10 tahun | 10 orang | 36,7 |
| 2 | 11 tahun | 19 orang | 60,0 |
| 3 | 12 tahun | 1 orang | 3,3 |
| Jumlah | | 30 orang | 100,0 |

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa siswa Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar yang berumur 10 tahun sebanyak 10 orang (36,7%), berumur 11 tahun sebanyak 19 orang (60,0%) dan berumur 12 tahun sebanyak 1 orang (3,3%).

2. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4.3
Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Di Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar 2018

| No | Jenis Kelamin | Jumlah | Persentase (%) |
|---------------|---------------|-----------|----------------|
| 1 | Laki-laki | 10 | 33,3 |
| 2 | Perempuan | 20 | 66,7 |
| Jumlah | | 30 | 100,0 |

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa siswa Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 10 orang (33,3%), dan yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 20 orang (66,7%).

3. **Tingkat Pengetahuan Anak Sekolah MIS Amaliyah Tentang Personil Hygiene, Membuang Sampah Pada Tempatnya, Mengkonsumsi Makanan Jajanan dan Menggunakan Jamban Yang Sehat Dan Bersih Sebelum Dilakukan Penyuluhan**

Tabel 4.4

Tabel Kategori Pretest Tentang Personal Hygiene Di Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018

| Kategori | Frekuensi | Persen (%) |
|-----------------|------------------|-------------------|
| Baik | 10 | 33,3 |
| Cukup | 20 | 66,7 |
| Total | 30 | 100,0 |

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa yang mendapatkan kategori baik sebanyak 10 orang (33,3%) dan yang mendapatkan kategori cukup sebanyak 20 orang (66,7%)

Tabel 4.5

Tabel Kategori Pretest Tentang Membuang Sampah Pada Tempatnya Di Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018

| Kategori | Frekuensi | Persen (%) |
|-----------------|------------------|-------------------|
| Baik | 24 | 80,0 |
| Cukup | 6 | 20,0 |
| Total | 30 | 100,0 |

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa yang mendapatkan kategori baik sebanyak 24 orang (80,0%) dan yang mendapatkan kategori cukup sebanyak 6 orang (20,0%)

Tabel 4.6

Tabel Kategori Pretest Tentang Mengkonsumsi Makanan Jajanan Sehat Di Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018

| Kategori | Frekuensi | Persen (%) |
|-----------------|------------------|-------------------|
| Baik | 26 | 86,7 |
| Cukup | 4 | 13,3 |
| Total | 30 | 100,0 |

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa yang mendapatkan kategori baik sebanyak 26 orang (86,7%) dan yang mendapatkan kategori cukup sebanyak 4 orang (13,3%)

Tabel 4.7
Tabel Kategori Pretest Tentang Menggunakan Jamban Yang Bersih dan Sehat di Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018

| Kategori | Frekuensi | Persen (%) |
|--------------|-----------|--------------|
| Baik | 29 | 96,7 |
| Cukup | 1 | 3,3 |
| Total | 30 | 100,0 |

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa yang mendapatkan kategori baik sebanyak 29 orang (96,7%) dan yang mendapatkan kategori cukup sebanyak 1 orang (3,3%)

Tabel 4.8
Tabel Kategori Pretest Tentang Personal Hygiene, Membuang Sampah Pada Tempatnya, Mengkonsumsi Makanan Jajanan Sehat Dan Menggunakan Jamban Yang Bersih Dan Sehat Di Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018

| Kategori | Frekuensi | Persen (%) |
|--------------|-----------|--------------|
| Baik | 29 | 96,7 |
| Cukup | 1 | 3,3 |
| Total | 30 | 100,0 |

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa yang mendapat kategori baik sebanyak 29 orang (96,7%) dan yang mendapat kategori cukup sebanyak 1 orang (3,3%)

4. **Tingkat Pengetahuan Anak Sekolah MIS Amaliyah Tentang Personal Hygiene, Membuang Sampah Pada Tempatnya, Mengkonsumsi Makanan Jajanan dan Menggunakan Jamban Yang Sehat Dan Bersih Sesudah Dilakukan Penyuluhan**

Tabel 4.9
Tabel Kategori Posttest Tentang Personal Hygiene Di Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018

| Kategori | Frekuensi | Persen (%) |
|--------------|-----------|--------------|
| Baik | 29 | 96,7 |
| Cukup | 1 | 3,3 |
| Total | 30 | 100,0 |

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa yang mendapatkan kategori baik sebanyak 29 orang (96,7%) dan yang mendapatkan kategori cukup sebanyak 1 orang (3,3%)

Tabel 4.10
Tabel Kategori Posttest Tentang Membuang Sampah Pada Tempatnya Di Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018

| Kategori | Frekuensi | Persen (%) |
|--------------|-----------|--------------|
| Baik | 26 | 86,7 |
| Cukup | 4 | 13,3 |
| Total | 30 | 100,0 |

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa yang mendapatkan kategori baik sebanyak 26 orang (86,7%) dan yang mendapatkan kategori cukup sebanyak 4 orang (13,3%)

Tabel 4.11
Tabel Kategori Posttest Tentang Mengkonsumsi Makanan Jajanan Sehat Di Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018

| Kategori | Frekuensi | Persen (%) |
|--------------|-----------|--------------|
| Baik | 24 | 80,0 |
| Cukup | 6 | 20,0 |
| Total | 30 | 100,0 |

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa yang mendapatkan kategori baik sebanyak 24 orang (80,0%) dan yang mendapatkan kategori cukup sebanyak 6 orang (20,0%)

Tabel 4.12
Tabel Kategori Posttest Tentang Menggunakan Jamban Yang Bersih dan Sehat Di Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018

| Kategori | Frekuensi | Persen (%) |
|--------------|-----------|--------------|
| Baik | 30 | 100,0 |
| Total | 30 | 100,0 |

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa yang mendapatkan kategori baik sebanyak 30 orang (100,0%)

Tabel 4.13
Tabel Kategori Posttest Tentang Personal Hygiene, Membuang Sampah Pada Tempatnya, Mengkonsumsi Makanan Jajanan Sehat Dan Menggunakan Jamban Yang Bersih Dan Sehat Di Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018

| Kategori | Frekuensi | Persen (%) |
|--------------|-----------|--------------|
| Baik | 30 | 100,0 |
| Total | 30 | 100,0 |

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa yang mendapat kategori baik sebanyak 30 orang (100,%)

5. **Pengaruh Penyuluhan Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penyuluhan Terhadap Siswa Kelas V Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tentang Personal Hygiene, Membuang Sampah Pada Tempatnya, Mengkonsumsi Makanan Jajanan Sehat dan Menggunakan Jamban Yang Bersih Dan Sehat**

Tabel 4.14
Pengaruh Penyuluhan Tentang Personal Hygiene Siswa Kelas V Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018

| Pengetahuan | Mean | Standart deviasi | Tertinggi | Terendah | T | Df | P |
|-------------|---------|------------------|-----------|----------|--------|----|-------|
| Pretest | - 1,467 | 6,29 | 1,701 | 1,232 | 12,775 | 29 | 0.000 |
| Posttest | | | | | | | |

Berdasarkan analisa secara statistik dengan uji perbedaan dua rata-rata (uji paired sample t test) dengan dengan nilai P adalah $0,000 < 0,05$. Maka dari hasil data tersebut dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya ada pengaruh Penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan siswa tentang personal hygiene.

Tabel 4.15
Pengaruh Penyuluhan Tentang Membuang Sampah Pada Tempatnya Siswa Kelas V Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018

| Pengetahuan | Mean | Standart deviasi | Tertinggi | Terendah | T | Df | P |
|-------------|--------|------------------|-----------|----------|-------|----|-------|
| Pretest | - 3,67 | 9,64 | 7,270 | 0,07 | 20,83 | 29 | 0.046 |
| Posttest | | | | | | | |

Berdasarkan analisa secara statistik dengan uji perbedaan dua rata-rata (uji paired sample t-test) dengan dengan nilai P adalah $0,000 < 0,05$. Maka

dari hasil data tersebut dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya ada pengaruh Penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan siswa tentang membuang sampah pada tempatnya.

Tabel 4.16
Pengaruh Penyuluhan Tentang Mengonsumsi Makanan Jajanan Sehat Siswa Kelas V Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018

| Pengetahuan | Mean | Standart deviasi | Tertinggi | Terendah | T | Df | P | |
|-------------|------|------------------|-----------|----------|------|------|----|-------|
| Pretest | - | 0,33 | 4,90 | 2,16 | 1,50 | 3,27 | 29 | 0.712 |
| Posttest | | | | | | | | |

Berdasarkan analisa secara statistik dengan uji perbedaan dua rata-rata (uji paired sample t-test) dengan dengan nilai P adalah $0,712 > 0,05$. Maka dari hasil data tersebut dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima dan H_a ditolak, artinya bahwa tidak ada pengaruh Penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan siswa tentang mengonsumsi makanan jajanan sehat.

Tabel 4.17
Pengaruh Penyuluhan Tentang Menggunakan Jamban Yang Bersih dan Sehat Kelas V Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018

| Pengetahuan | Mean | Standart deviasi | Tertinggi | Terendah | T | Df | P | |
|-------------|------|------------------|-----------|----------|------|-------|----|-------|
| Pretest | - | 2,00 | 5,51 | 4,06 | 0,06 | 1,989 | 29 | 0.056 |
| Posttest | | | | | | | | |

Berdasarkan analisa secara statistik dengan uji perbedaan dua rata-rata (uji paired sample t-test) dengan dengan nilai P adalah $0,056 > 0,05$. Maka dari hasil data tersebut dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima dan H_a ditolak, artinya bahwa tidak ada pengaruh Penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan siswa tentang menggunakan jamban yang baik benar.

Tabel 4.18
Pengaruh Penyuluhan tentang personal hygiene, membuang sampah pada tempatnya, mengonsumsi makanan jajanan sehat dan menggunakan jamban yang bersih dan sehat Kelas V Di Sekolah MIS Amaliyah Kota Pematangsiantar Tahun 2018

| Pengetahuan | Mean | Standart deviasi | Tertinggi | Terendah | T | Df | P | |
|-------------|------|------------------|-----------|----------|-------|--------|----|-------|
| Pretest | - | 2,333 | 1,241 | 2,797 | 1,870 | 10,298 | 29 | 0.000 |
| Posttest | | | | | | | | |

Berdasarkan analisa secara statistik dengan uji perbedaan dua rata-rata (uji paired sample t-test) dengan dengan nilai P adalah $0,000 < 0,05$. Maka dari hasil data tersebut dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya bahwa ada pengaruh Penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan siswa tentang personal hygiene, membuang sampah pada tempatnya, mengkonsumsi makanan jajanan sehat dan menggunakan jamban yang bersih dan sehat.

B. Pembahasan

1. Pengetahuan Anak Sekolah Madrasah Ibtidaiyah Swasta Amaliyah Tentang Personal Hygiene, Membuang Sampah Pada Tempatnya, Mengkonsumsi Makanan Jajanan Sehatn dan Menggunakan Jamban Yang Bersih Dan Sehat Sebelum Dilakukan Penyuluhan

Pengetahuan adalah hasil melihat, mendengar, merasa dan berpikir yang menjadi dasar untuk bersikap, bertindak, pengetahuan yang terkandung dalam ilmu dinilai sebagai pengetahuan yang benar untuk menjawab suatu masalah (Ellya Sibagariang, 2010)

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di Sekolah Madrasah Ibtidaiyah Swasta Amaliyah Kota Pematangsiantar diketahui bahwa dari 30 responden yang menjawab tentang Personal Hygiene dengan kategori baik sebanyak 10 orang (33,3%) dan cukup sebanyak 20 orang (66,7%)

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di Sekolah Madrasah Ibtidaiyah Swasta Amaliyah Kota Pematangsiantar diketahui bahwa dari 30 responden yang menjawab tentang Membuang Sampah Pada Tempatnya dengan kategori baik sebanyak 26 orang (86,7%) dan kategori cukup sebanyak 4 orang (13,3%)

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di Sekolah Madrasah Ibtidaiyah Swasta Amaliyah Kota Pematangsiantar diketahui bahwa dari 30 responden yang menjawab tentang Mengkonsumsi Makanan Jajanan Sehat yaitu dengan kategori baik sebanyak 26 orang (86,7%) dan kategori cukup sebanyak 4 orang (13,3%)

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di Sekolah Madrasah Ibtidaiyah Swasta Amaliyah Kota Pematangsiantar diketahui bahwa dari 30 responden yang menjawab tentang Menggunakan Jamban Yang Bersih Dan

Sehat yaitu dengan kategori baik sebanyak 29 orang (96,7%) dan kategori cukup sebanyak 1 orang (3,3%)

Hasil dari keseluruhan sebelum dilakukan penyuluhan tentang Personal Hygiene, Membuang Sampah Pada Tempatnya, Mengkonsumsi Makanan Jajanan Sehat dan Menggunakan Jamban Yang Bersih Dan Sehat diketahui bahwa dari 30 responden yang menjawab dengan kategori baik sebanyak 29 orang (96,7%) dan kategori cukup sebanyak 1 orang (3,3%)

2. Pengetahuan Anak Sekolah Madrasah Ibtidaiyah Swasta Amaliyah Tentang Personal Hygiene, Membuang Sampah Pada Tempatnya, Mengkonsumsi Makanan Jajanan Sehat dan Menggunakan Jamban Yang Bersih Dan Sehat Sesudah Dilakukan Penyuluhan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di Sekolah Madrasah Ibtidaiyah Swasta Amaliyah Kota Pematangsiantar diketahui bahwa dari 30 responden yang menjawab tentang Personal Hygiene yaitu dengan kategori baik sebanyak 29 orang (96,7%) dan kategori cukup sebanyak 1 orang (3,3%)

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di Sekolah Madrasah Ibtidaiyah Swasta Amaliyah Kota Pematangsiantar diketahui bahwa dari 30 responden yang menjawab tentang Membuang Sampah Pada Tempatnya yaitu kategori baik sebanyak 26 orang (86,7%) dan kategori cukup sebanyak 4 orang (13,3%)

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di Sekolah Madrasah Ibtidaiyah Swasta Amaliyah Kota Pematangsiantar diketahui bahwa dari 30 responden yang menjawab tentang Mengkonsumsi Makanan Jajanan Sehat yaitu dengan kategori baik sebanyak 24 orang (80,0%) dan kategori cukup sebanyak 6 orang (20,0%)

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di Sekolah Madrasah Ibtidaiyah Swasta Amaliyah Kota Pematangsiantar diketahui bahwa dari 30 responden yang menjawab tentang Menggunakan Jamban Yang Bersih Dan Sehat yaitu dengan kategori baik sebanyak 30 orang (100%)

Hasil dari keseluruhan sesudah dilakukan penyuluhan tentang Personal Hygiene, Membuang Sampah Pada Tempatnya, Mengkonsumsi Makanan Jajanan Sehat dan Menggunakan Jamban Yang Bersih Dan Sehat diketahui

bahwa dari 30 responden yang menjawab dengan kategori baik sebanyak 30 orang (100%)

Hal yang meningkatkan terjadinya peningkatan pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah Madrasah Ibtidaiyah Swasta Amaliyah Kota Pematangsiantar setelah dilakukannya penyuluhan dengan metode ceramah, media gambar dan beberapa materi yang berhubungan dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang disampaikan oleh peneliti secara lisan/langsung yang berhubungan dengan PHBS agar anak SD mengetahui dan menerapkan dalam kehidupan sehari-hari.

3. Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Anak Sekolah Madrasah Ibtidaiyah Swasta Amaliyah Kota Pematangsiantar Sebelum dan Sesudah di Lakukan Penyuluhan Tentang Personal Hygiene, Membuang Sampah Pada Tempatnya, Mengonsumsi Makanan Jajanan Sehat dan Menggunakan Jamban Yang Bersih dan Sehat

Berdasarkan analisa secara statistik dengan uji perbedaan dua rata-rata (uji paired sample t-test) dengan dengan nilai P adalah $0,000 < 0,05$. Maka dari hasil data tersebut dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya ada pengaruh Penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan siswa tentang personal hygiene.

Berdasarkan analisa secara statistik dengan uji perbedaan dua rata-rata (uji paired sample t-test) dengan dengan nilai P adalah $0,000 < 0,05$. Maka dari hasil data tersebut dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya ada pengaruh Penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan siswa tentang membuang sampah pada tempatnya.

Berdasarkan analisa secara statistik dengan uji perbedaan dua rata-rata (uji paired sample t-test) dengan dengan nilai P adalah $0,712 > 0,05$. Maka dari hasil data tersebut dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima dan H_a ditolak, artinya bahwa tidak ada pengaruh Penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan siswa tentang mengonsumsi makanan jajanan sehat.

Berdasarkan analisa secara statistik dengan uji perbedaan dua rata-rata (uji paired sample t-test) dengan dengan nilai P adalah $0,056 > 0,05$. Maka dari hasil data tersebut dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima dan H_a ditolak,

artinya bahwa tidak ada pengaruh Penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan siswa tentang menggunakan jamban yang baik benar.

Berdasarkan analisa secara statistik dengan uji perbedaan dua rata-rata (uji paired sample t-test) dengan dengan nilai P adalah $0,000 < 0,05$. Maka dari hasil data tersebut dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya bahwa ada pengaruh Penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan siswa tentang personal hygiene, membuang sampah pada tempatnya, mengkonsumsi makanan jajanan sehat dan menggunakan jamban yang bersih dan sehat.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Sekolah Madrasah Ibtidaiyah Swasta Amaliyah Kota Pematangsiantar dapat disimpulkan bahwa:

1. Berdasarkan analisa secara statistik dengan uji perbedaan dua rata-rata (uji paired sample t-test) dengan dengan nilai P adalah $0,000 < 0,05$. Maka dari hasil data tersebut dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya bahwa ada pengaruh Penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan siswa tentang personal hygiene.
2. Berdasarkan analisa secara statistik dengan uji perbedaan dua rata-rata (uji paired sample t-test) dengan dengan nilai P adalah $0,000 < 0,05$. Maka dari hasil data tersebut dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya bahwa ada pengaruh Penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan siswa tentang membuang sampah pada tempatnya.
3. Berdasarkan analisa secara statistik dengan uji perbedaan dua rata-rata (uji paired sample t-test) dengan dengan nilai P adalah $0,712 > 0,05$. Maka dari hasil data tersebut dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima dan H_a ditolak, artinya bahwa tidak ada pengaruh Penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan siswa tentang mengkonsumsi makanan jajanan sehat.
4. Berdasarkan analisa secara statistik dengan uji perbedaan dua rata-rata (uji paired sample t-test) dengan dengan nilai P adalah $0,056 > 0,05$. Maka dari hasil data tersebut dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima dan H_a ditolak, artinya bahwa tidak ada pengaruh Penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan siswa tentang menggunakan jamban yang baik benar.
5. Berdasarkan analisa secara statistik dengan uji perbedaan dua rata-rata (uji paired sample t-test) dengan dengan nilai P adalah $0,000 < 0,05$. Maka dari hasil data tersebut dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya bahwa ada pengaruh Penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan siswa tentang personal hygiene, membuang sampah pada tempatnya, mengkonsumsi makanan jajanan sehat dan menggunakan jamban yang bersih dan sehat.

B. Saran

1. Diterapkan perilaku hidup bersih dan sehat disekolah agar peningkatan kualitas siswa baik fisik maupun non fisik dilaksanakan sedini mungkin dan berlangsung terus menerus sehingga terhindar dari penyakit seperti diare,kecacangan,thypus,dll
2. Dijaga kebersihan kelas setiap harinya agar suasana belajar dan mengajar yang terjadi didalam ruangan dapat berjalan dengan baik dan nyaman
3. Adanya pengawasan dari guru agar praktek perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah dapat diterapkan oleh siswa dan guru dalam kehidupan sehari-hari
4. Kepada pihak Puskesmas maupun Dinas Kesehatan agar memberikan penyuluhan atau sosialisasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat terhadap anak sekolah maupun tenaga pengajar terutama pada personal hygiene dan membuang sampah pada tempatnya.
5. Bagi peneliti yang ingin melakukan penelitian lebih lanjut dapat menambah variabel lainnya seperti tidak merokok disekolah, memberantas jentik nyamuk, menimbang berat badan dan tinggi badan setiap 6 bulan sekali dan olahraga yang teratur dan terukur agar dapat menambah wawasan tentang promosi kesehatan.

DOKUMENTASI



