



UMP

**TUNAS****JURNAL PENDIDIKAN EKONOMI**<http://journal.umpalangkaraya.ac.id/index.php/neraca>

Volume 5 Nomor 2, Juni 2020 (24-28)

**ANALISIS PENGARUH PERSEPSI HIDUP SEHAT TERHADAP PERILAKU HIDUP SEHAT SISWA SEKOLAH DASAR*****Analysis Of The Effect Of Healthy Perception Of Life On Healthy Behavior Of Basic School Students***<sup>1</sup>Azmi Al Bahij, <sup>2</sup>Herwina Bahar, <sup>3</sup>Iswan dan <sup>4</sup>Dwi Yulianans<sup>1</sup>Universitas Muhammadiyah Jakarta, Cirendeui, Tangerang Selatan, Banten, Indonesia<sup>2</sup>Universitas Muhammadiyah Jakarta, Cirendeui, Tangerang Selatan, Banten, Indonesia<sup>3</sup>Universitas Muhammadiyah Jakarta, Cirendeui, Tangerang Selatan, Banten, Indonesia<sup>4</sup>Universitas Muhammadiyah Jakarta, Cirendeui, Tangerang Selatan, Banten, Indonesia**ARTIKEL INFO**Diterima  
Mei 2020Dipublikasi  
Juni 2020**ABSTRAK**

Penerapan perilaku hidup sehat di sekolah oleh peserta didik, guru dan masyarakat lingkungan sekolah, akan membentuk warga sekolah memiliki kemampuan dan kemandirian dalam mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sekolah sehat. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis persepsi hidup sehat terhadap perilaku hidup sehat siswa Sekolah Dasar. Penelitian ini dilakukan di dua sekolah yaitu SDN Waru 03 Bogor, Jawa Barat dan SDIT Nurhanifa Bogor, Jawa Barat. Waktu pelaksanaan pada bulan Juli – Desember 2019. Jumlah populasi 241 siswa dan sampel penelitian yang digunakan menggunakan Teknik random sampling sebanyak 150 siswa. Metode yang digunakan adalah kuantitatif survei. Pengambilan data pada penelitian ini dengan menggunakan kuesioner. Kemudian data tersebut diolah dengan bantuan SPSS versi 20. Hasil penelitian ini didapatkan nilai R square sebesar 0,673 atau  $KD = 0,673 \times 100\% = 67,3\%$ . Hal ini dapat diartikan bahwa Persepsi hidup sehat berpengaruh sebesar 67,3% terhadap perilaku hidup sehat.

Kata kunci: Persepsi Hidup Sehat, Perilaku Sehat, Siswa Sekolah Dasar

**ABSTRACT**

*The application of healthy living behaviors in schools by students, teachers and the school environment community will train school members who have the ability and independence to prevent disease, improve their health and play an active role in creating a healthy school environment. This study aims to analyze the perception of a healthy lifestyle towards healthy behavior of elementary school students. This research was carried out in two schools, namely SD N Waru 03 Bogor, West Java and SDIT Nurhanifa Bogor, West Java. Implementation time in July-December 2019. The population of 241 students and the study sample used using the random sampling technique was 150 students. The method used is the quantitative survey. Data recovery from this study using a questionnaire. Then, the data were processed using SPSS version 20. The results of this study obtained a square value R of 0.673 or  $KD = 0.673 \times 100\% = 67.3\%$ . It can be interpreted that the perception of a healthy life has an effect of 67.3% on the behavior of a healthy life.*

\*e-mail :  
azmialbahij@umj.ac.id

Keywords: Healthy Life Perception, Healthy Behavior, Elementary School Student.

© Universitas Muhammadiyah Palangkaraya

**PENDAHULUAN**

Sekolah merupakan tempat dimana terdapat aktifitas kegiatan belajar mengajar, yang didalamnya terdapat warga sekolah. Salah satu tujuan pendidikan adalah membentuk kualitas manusia yang unggul. Untuk itu diperlukan peran serta warga sekolah. Kesehatan mempunyai peran yang penting dalam meletakkan dasar pembinaan serta pembentukan perilaku siswa untuk menjaga kesehatan (Aprialini 2016).

Sari et al., (2016) menyatakan bahwa pelaksanaan pembentukan perilaku kesehatan dimulai dari usia awal di lembaga pendidikan yang lebih mudah dari pada sesudah anak memasuki usia lanjut.

Anak pada tahap awal memasuki dunia sekolah merupakan tahap yang mudah terkena penyakit karena keadaan lingkungan. Hal tersebut didukung dari data nasional yang menyatakan 16% kejadian angka keracunan nasional menimpa lingkungan sekolah, penyakit diperut menduduki deretan awal dari angka kejadian ketularan sakit frekuensi pencernaan pada Tahun 2006 sampai 2010. Sedangkan 5.000 anak meninggal dunia setiap hari dampak perbuatan penyakit diperut, prevalensi kekurangan zat gizi 11,1% hingga 50,9% di masing-masing sekolah (Wijayanti, et al., 2016).

Faktor yang menyebabkan hal tersebut adalah karena perilaku hidup bersih dan sehat belum terbentuk pada warga sekolah. Berdasarkan pengamatan masih terlihat kegiatan yang belum menerapkan perilaku hidup sehat, seperti membeli makanan asal, belum terbiasa membasuh tangan dengan air mengalir dan menggunakan cairan pembersih, menggunakan tempat buang air.

Kemampuan dan kemandirian dalam mencegah berbagai penyakit, perlu mempraktikkan perilaku tahu akan kesehatan lingkungan yang diikuti oleh murid, guru dan masyarakat lingkungan sekolah untuk dapat berlaku aktif dalam menciptakan lingkungan yang sehat (Wijayanti et al. 2016).

Perilaku gaya hidup sehat terdiri dari melakukan olahraga yang cukup, diet seimbang, tidak merokok, tanggung jawab kesehatan, manajemen stres dan tindakan higienis (Tanir 2019).

Persepsi adalah kegiatan menggunakan panca indera, menerapkan dan memberikan pandangan pada materi fisik maupun materi sosial, dan penginderaan tersebut tergantung pada rangsangan fisik dan rangsangan sosial yang ada di lingkungannya. Persepsi hidup sehat dibutuhkan untuk mengetahui rangsangan yang dirasakan setiap individu seperti membuang sampah pada tempatnya, tidak jajan sembarangan, mencuci tangan dengan air bersih, memperhatikan jentik nyamuk, memantau pertumbuhan, olahraga rutin.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis persepsi hidup sehat terhadap perilaku hidup sehat pada Siswa Sekolah Dasar.

**METODOLOGI PENELITIAN**

Penelitian ini dilakukan di SDN Waru 03 Bogor, Jawa Barat dan SDIT Nurhanifa Bogor, Jawa Barat. Penelitian ini akan diteliti dari Juni 2019 hingga Desember 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV dan V di SDN Waru 03 dan SDIT Nurhanifa. Adapun teknik sampel menggunakan Simple Random Sampling. Dengan jumlah sampel 150 Siswa. Metode penelitian yang dipakai ialah metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan survey (Irwin and Stafford 2016). Data dikumpulkan dengan menggunakan angket/kuisisioner (Arikunto 2006). Data dianalisis dengan menggunakan analisis regresi sederhana, kemudian dilanjutkan dengan menggunakan uji F, sedangkan untuk melihat besarnya pengaruh menggunakan uji R (Syofian 2017).

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Didalam penelitian ini melingkupi dua variabel yakni variabel bebas berkaitan dengan

persepsi hidup sehat dan variabel terikat berkaitan dengan perilaku hidup sehat.

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis dilakukan terlebih dahulu validitas, reabilitas instrumen, dan dilanjutkan prasarat analisis normalitas instrumen dengan menggunakan Berdasarkan hasil *output* di atas uji normalitas menggunakan *Kolmogorov-Smirnov*. Berdasarkan perhitungan dimperoleh angka *p value* sig seluruh variabel 0,149 lebih besar dari 0,05 ( $0,149 > 0,05$ ) pengambilan keputusan nilai signifikansi memperoleh angka yang lebih besar dari 0,05, sehingga  $H_0$  diterima (normal). Kemudian uji homogenitas menggunakan *Levene test*. Berdasarkan hasil *output* di atas uji *Levene test* memperoleh nilai *p value* sig seluruh variabel 0,345 lebih besar dari 0,05 ( $0,345 > 0,05$ ) pengambilan keputusan nilai signifikansi memperoleh angka yang lebih besar dari 0,05, sehingga  $H_0$  diterima (homogen). Selanjutnya uji dilakukan uji linearitas diperoleh hasil nilai *P value* sig 0,000 lebih kecil dari 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ). Hal tersebut menunjukkan penerimaan  $H_a$ , sehingga bisa disimpulkan hubungan variabel X dengan Y bersifat linear.

Selanjutnya dilakukan uji keberartian regresi menggunakan uji F.

**Tabel 1**  
**Uji Keberartian Regresi (Uji F)**

ANOVA					
Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	6691,734	1	6691,734	304,736	,000 <sup>a</sup>
1 Residual	3022,828	148	20,425		
Total	9814,562	149			

a. Dependent Variable: PERILAKU  
b. Predictors: (Constant), PERSEPSI

Berdasarkan Tabel tersebut menyatakan bahwa *F*hitung 304.736 lebih besar dari *F*tabel dengan nilai signifikansi  $0.000 < 0.05$ .  $df 1(k-1) = 2-1=1$  dan  $df 2 (n-k) = 150-1= 149$ , ket : *n*= jumlah responden, *k*= jumlah variabel independent, maka diperoleh

nilai *F*tabel 3.94 karena *F*hitung > *F*tabel ( $304.736 > 3.94$ ) dengan demikian  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Sehingga persamaan regresi yang diperoleh terdapat pengaruh variabel X (Persepsi Hidup Sehat) terhadap variabel Y (Perilaku Hidup Sehat).

Setelah diketahui nilai signifikansi uji F yang telah dipaparkan sebelumnya, selanjutnya dapat ditentukan persamaan regresi yang dapat dilihat pada tabel 2

**Tabel 2**  
**Koefisien Regresi Linier Sederhana**

Coefficients <sup>a</sup>					
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized	Sig.
		B	Std. Error	Coefficients Beta	
1	(Constant)	24,044	4,408		,000
1	PERSEPSI	,753	,046	,820	,000

a. Dependent Variable: PERILAKU

Berdasarkan tabel tersebut, menghasilkan koefisien arah regresi sebesar 0.753 dan nilai konstanta sebesar 24.044. Maka antara persepsi hidup sehat dengan perilaku hidup sehat memiliki persamaan regresi  $Y = 24.044 + 0.753X$ . Persamaan regresi tersebut menunjukkan bahwa setiap kenaikan satu skor persepsi hidup sehat (X) atau mengalami peningkatan satu skor, maka perilaku hidup sehat (Y) akan naik juga sebesar 0.753.

Untuk melihat besaran pengaruh dalam bentuk persentase maka digunakan Koefisien determinasi. Dengan menggunakan SPSS 20 maka dapat diperoleh hasil *output*:

**Tabel 3**  
**Koefisien Determinasi**

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,820 <sup>a</sup>	,673	,671	4,86500

a. Predictors: (Constant), PERSEPSI

Berdasarkan *output* diatas menyatakan besarnya nilai korelasi / hubungan (R) yaitu sebesar 0.820. Dari *output* tersebut diperoleh koefisien determinasi (R square) sebesar 0,673, berisi pengertian bahwa pengaruh variabel bebas persepsi hidup sehat terhadap variabel terikat perilaku hidup sehat adalah sebesar 67,3%

Perilaku adalah tindakan seseorang setelah menerima respon. Berdasarkan TPB prediktor yang berpengaruh terhadap perilaku adalah niat untuk bertindak, sikap, kepercayaan akan norma, persepsi kontrol perilaku, motivasi (Akitsu and Ishihara 2018). Perilaku hidup sehat sangat tergantung terhadap bagaimana individu tersebut mempersepsikan terhadap kesehatan tersebut, yang kemudian memunculkan motivasi seseorang untuk berperilaku hidup sehat. Persepsi yang benar tentang suatu hal akan berdampak terhadap perilaku yang benar pula (Mailoa et al. 2017).

Keberhasilan pelaksanaan perilaku hidup sehat di Sekolah Dasar masih besar pengaruh guru, untuk itu pengetahuan, sikap dan partisipasi guru perlu ditingkatkan melalui peningkatan soft skill. (Diana, et al., 2014). Pembentukan persepsi sehingga membentuk perilaku hidup sehat di Sekolah Dasar dapat dilakukan melalui UKS, Dokter Kecil, atau terintegrasi kedalam mata pelajaran tematik.

## KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data data dapat disimpulkan bahwa Persepsi hidup sehat berpengaruh terhadap perilaku hidup sehat pada siswa SDN Waru 03 dan SDIT Nurhanifa dapat dilihat pada uji hipotesis menggunakan signifikansi atau keberartian regresi (Uji F) yang memperoleh angka sebesar  $F_{hitung} > F_{table}$  ( $304.736 > 3.94$ ) maka  $H_0$  tidak diterima atau ditolak. Dengan demikian, hasil keputusannya ialah menolak  $H_0$  dan menerima  $H_a$  artinya terdapat pengaruh persepsi hidup sehat terhadap perilaku hidup sehat. Besaran pengaruh Nilai

R- Square yaitu 0,673, dengan demikian besarnya persepsi hidup sehat terhadap perilaku hidup sehat adalah 0,673 atau  $KD = 0.673 \times 100\% = 67,3\%$ .

Bagi pihak sekolah, guru, dan orangtua untuk memberikan pemahaman mengenai cara berperilaku hidup sehat kepada siswa/i dan anak dengan cara mempraktikkan langsung pada saat dilingkungan sekolah maupun dilingkungan rumah.

Untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang perilaku hidup sehat perlu diupayakan bahan ajar baik itu mandiri atau integrative terkait perilaku hidup sehat yang berbasis pembelajaran abad 21.

Terima kasih kepada civitas akademika Faluktas Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Jakarta; Kepala Sekolah SD N Waru 3 beserta dewan guru dan tenaga kependidikan; Kepala Sekolah SDIT Nurhanifa Bogor beserta dewan guru dan tenaga kependidikan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akitsu, Yutaka, and Keiichi N. Ishihara. 2018. "An Integrated Model Approach: Exploring the Energy Literacy and Values of Lower Secondary Students in Japan." *International Journal of Educational Methodology* 4(3):161–86.
- Aprialini, Yanuar Dwi. 2016. "Perbandingan Perilaku Hidup Sehat Antara Siswa Smp Negeri 2 Wonoayu Dengan Smp Ulul Albab." *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan* 04(02):384–89.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. "Prosedur Penelitian Suatu Tindakan Praktik." *Jakarta: Rineka Cipta*.
- Diana, Fivi Melva, Fatrina Susanti, and Asep Irfan. 2014. "Pelaksanaan Program Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di SD Negeri 001 Tanjung Balai Karimun." *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 8(1):46–51.
- Hendri. 2016. *The Use Of Prepositions In The Business Column Of The Jakarta*

- Post. *Pedagogik: Jurnal Pendidikan*, 11(2):146-152.
- Ir. Syofian Siregar, M. .. 2017. *Statistika Terapan Untuk Perguruan Tinggi*.
- Irwin, Claire W., and Erin T. Stafford. 2016. "Survey Methods for Educators: Collaborative Survey Development (Part 1 of 3)." *Applied Resarch Methods*.
- Jailani, Muhammad. 2019. Hubungan Status Sosial Ekonomi Orang Tua Terhadap Motivasi Anak Untuk Berwirausaha. *Pedagogik: Jurnal Pendidikan*, 14(1):35-42.
- Karyanti, Muhammad Andi Setiawan. 2018. Model Konseling Kelompok Teknik Ekspresif Writing Berlandaskan Falsafah Dandang Tingang Untuk Meningkatkan Perilaku Respect. *JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa*, 2(2):129-136.
- Mailoa, Aprillia Vanesha, Maria Dyah Kurniasari, Tesabela Sanfia Messakh, Fakultas Kedokteran, Universitas Kristen, Satya Wacana, Jalan Kartini, and N. O. A. Salatiga. 2017. "Persepsi Warga Mengenai Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di Dusun Kebonan , Semarang The Society Perception about Clean and Healthy Behavior in Kebonan Village , Semarang Pendahuluan." *Jurnal Masyarakat, Kebudayaan Dan Politik Univeritas Airlangga* 30(3):229-36.
- Putra, Chandra Anugrah. 2017. Pemanfaatan Teknologi Gadget Sebagai Media Pembelajaran. *Bitnet: Jurnal Pendidikan Teknologi Informasi*, 2(2):1-10.
- Riadin, Agung & Cici Liani Fitriani. 2018. Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Ipa Menggunakan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw Dengan Berbantuan Media Alat Peraga Konkret Pada Peserta Didik Kelas V SDN-4 Kasongan Baru Tahun Pelajaran 2016/2017. *Pedagogik: Jurnal Pendidikan* 13(2):1-5.
- Sari, N., B. Widjanarko, and A. Kusumawati. 2016. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Sebagai Upaya Untuk Pencegahan Penyakit Diare Pada Siswa Di Sd N Karangtowo Kecamatan Karangtengah Kabupaten Demak." *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)* 4(3):1051-58.
- Tanır, Halil. 2019. "Determination of Healthy Life Style Behaviours of the Students in Middle-Adolescence." *World Journal of Education* 9(1):70.
- Wijayanti, Rossalina Adi, Novita Nuraini, and Atma Deharja. 2016. "Pengaruh Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat ( PHBS ) Terhadap Pengetahuan Siswa Di SMP Islam Mahfilud Duror Jelbuk." *Prosiding Seminar Nasional Hasil Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat Politeknik Negeri Jember* 52-56.