

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Pustaka

1. Pengetahuan

a. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil pengindraan atau hasil tahu seseorang tentang suatu objek dari indra yang dimilikinya. Pengetahuan merupakan hasil dari mengingat suatu hal, termasuk mengingat kembali kejadian yang pernah dialami baik secara sengaja maupun tidak dan terjadi setelah seseorang melakukan kontak atau pengamatan terhadap suatu objek , (Mubarak, 2007).

Pengetahuan adalah informasi atau maklumat yang diketahui atau disadari oleh seseorang (Agus, 2013). Dalam KBBI (2011), pengetahuan adalah sesuatu yang diketahui berkaitan dengan proses pembelajaran. Proses belajar ini dipengaruhi berbagai faktor dari dalam seperti motivasi dan faktor luar berupa sarana informasi yang tersedia serta keadaan sosial budaya.

b. Tingkatan Pengetahuan

Menurut Kholid dan Notoatmojo (2012) terdapat tingkatan pengetahuan, yaitu :

1) Tahu (*know*)

Tahu adalah mengingat kembali materi yang telah ada sebelumnya setelah mengalami sesuatu.

2) Memahami (*comprehension*)

Memahami adalah suatu kemampuan untuk menjelaskan tentang suatu objek yang diketahui dan diintegrasikan secara benar.

3) Aplikasi (*aplication*)

Aplikasi adalah suatu kemampuan mempraktikkan materi yang sudah dipelajari pada kondisi real (sebenarnya).

4) Analisis (*analysis*)

Analisis adalah kemampuan menjabarkan atau menjelaskan satu objek atau materi tetapi masih didalam struktur organisasi tersebut dan masih ada kaitannya satu dengan yang lainnya.

5) Sintesis (*synthesis*)

Sintesis adalah suatu kemampuan menghubungkan bagian- bagian didalam bentuk keseluruhan yang baru.

6) Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi adalah pengetahuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu materi atau objek.

c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Menurut Budiman dan Riyanto (2013) factor yang mempengaruhi pengetahuan meliputi :

1) Pendidikan

Pendidikan adalah proses perubahan sikap dan perilaku seseorang atau kelompok dan merupakan usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan. Semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin cepat menerima dan memahami suatu informasi sehingga pengetahuan yang dimiliki juga semakin tinggi.

2) Informasi / Media Massa

Informasi adalah suatu teknik untuk mengumpulkan, menyiapkan, menyimpan, memanipulasi, mengumumkan, menganalisis dan menyebarkan informasi dengan tujuan tertentu. Informasi diperoleh dari pendidikan formal maupun nonformal dapat memberikan pengaruh jangka pendek sehingga menghasilkan perubahan dan peningkatan pengetahuan. Semakin berkembangnya teknologi menyediakan bermacam-macam media massa sehingga dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat.

Informasi mempengaruhi pengetahuan seseorang jika sering mendapatkan informasi tentang suatu pembelajaran maka akan menambah pengetahuan dan wawasannya, sedangkan seseorang yang tidak sering menerima informasi tidak akan menambah pengetahuan dan wawasannya.

3) Sosial, budaya dan ekonomi

Tradisi atau budaya seseorang yang dilakukan tanpa penalaran apakah yang dilakukan baik atau buruk akan menambah pengetahuannya walaupun tidak melakukan. Status ekonomi juga akan menentukan tersedianya fasilitas yang dibutuhkan untuk kegiatan tertentu sehingga status ekonomi akan mempengaruhi pengetahuan seseorang.

Seseorang yang mempunyai sosial budaya yang baik maka pengetahuannya akan baik tapi jika sosial budaya kurang baik maka pengetahuannya akan kurang baik. Status ekonomi seseorang mempengaruhi tingkat pengetahuan karena seseorang yang memiliki status ekonomi dibawah rata-rata maka seseorang tersebut akan sulit untuk memenuhi fasilitas yang diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan.

4) Lingkungan

Lingkungan mempengaruhi proses masuknya pengetahuan kedalam individu, karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak yang akan direspon sebagai pengetahuan oleh individu. Lingkungan yang baik akan pengetahuan yang didapatkan akan baik tetapi jika lingkungan kurang baik maka pengetahuan yang didapat juga akan kurang baik.

5) Pengalaman

Pengalaman dapat diperoleh dari pengalaman orang lain maupun diri sendiri sehingga pengalaman yang sudah diperoleh dapat meningkatkan pengetahuan seseorang. Pengalaman seseorang tentang

suatu permasalahan akan membuat orang tersebut mengetahui bagaimana cara menyelesaikan permasalahan dari pengalaman sebelumnya yang telah dialami sehingga pengalaman yang didapat bisa dijadikan sebagai pengetahuan apabila mendapatkan masalah yang sama.

6) Usia

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

d. Pengukuran Pengetahuan

Pengukuran dapat dilakukan dengan cara wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang diukur dari subjek penelitian atau responden. Dalam mengukur pengetahuan harus diperhatikan rumusan kalimat pertanyaan menurut tahapan pengetahuan (Agus, 2013). Kala ini menggunakan data kuantitatif yang berbentuk angka-angka yang menggunakan alternatif jawaban serta menggunakan peningkatan yaitu kolom menunjukkan letak ini maka sebagai konsekuensinya setiap centangan pada kolom jawaban menunjukkan nilai tertentu. Dengan demikian analisa data dilakukan dengan mencermati banyaknya centangan dalam setiap kolom yang berbeda nilainya lalu mengalihkan frekuensi pada masing-masing kolom yang bersangkutan. Disini peneliti menggunakan 2 pilihan jawaban yaitu : “Baik” dan “Buruk”.

Menurut Skinner (2007) didalam buku Agus (2013:120) pengukuran tingkat pengetahuan dilakukan bila seseorang mampu menjawab mengenai

materi tertentu baik secara lisan maupun tulisan, maka dikatakan seseorang tersebut mengetahui bidang tersebut. Sekumpulan jawaban yang diberikan tersebut dinamakan pengetahuan.

2. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

a. Pengertian

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).

Perilaku hidup bersih dan sehat untuk anak usia SD dimulai dengan membentuk kebiasaan sikat gigi dengan benar, mencuci tangan, serta membersihkan kuku dan rambut. Perilaku hidup bersih dan sehat yang sangat sederhana tersebut akan mengurangi resiko terkena penyakit. Penyakit yang akan muncul akibat rendahnya perilaku hidup bersih dan sehat antara lain cacangan, diare, sakit gigi, sakit kulit, gizi buruk dan lain sebagainya yang pada akhirnya mengakibatkan rendahnya derajat kesehatan Indonesia (Pramono M, 2011).

Perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru dan masyarakat

lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat (Proverawati 2012). Sedangkan menurut Sya'roni yang dikutip oleh Luria (2012) perilaku hidup bersih dan sehat disekolah adalah upaya untuk memberdayakan siswa, guru dan masyarakat lingkungan sekolah agar tahu, mau dan mampu mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat serta berperan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat.

b. Indikator PHBS

Beberapa kegiatan dalam menerapkan indikator perilaku hidup bersih dan sehat disekolah menurut Proverawati (2012) :

1) Mencuci tangan dengan air yang mengalir dan memakai sabun.

Makan dan minum sangat membutuhkan kerja dari tangan. Jika tangan kotor maka tubuh sangat beresiko terhadap masuknya mikroorganisme yang menempel ditangan. Cara yang tepat untuk cuci tangan menurut Atikah Proverawati dan Eni Rahmawati (2012) adalah:

- a) Cuci dengan air yang mengalir dan gunakan sabun
- b) Gosok tangan setidaknya selama 15 – 20 detik
- c) Bersihkan bagian pergelangan tangan, punggung tangan, sela-sela jari dan kuku
- d) Basuh tangan sampai bersih dengan air mengalir
- e) Keringkan dengan handuk atau alat pengering lain

- f) Gunakan tisu atau handuk sebagai penghalang ketika mematikan keran air
- 2) Mengkonsumsi jajanan yang sehat dikantin sekolah

Makanan yang sehat adalah makanan yang memiliki gizi seimbang. Makanan bergizi seimbang yaitu makanan yang mengandung berbagai zat yang diperlukan tubuh dalam jumlah yang seimbang sesuai dengan kebutuhan tubuh artinya zat gizi tidak boleh kurang. Makanan yang disajikan dikantin sekolah harus memenuhi syarat-syarat gizi, tampak menarik, bervariasi agar tidak membosankan, bahan makanan yang digunakan tidak mengandung zat yang berbahaya.

- 3) Menggunakan jamban yang bersih dan sehat

Jamban adalah suatu ruangan yang mempunyai fasilitas pembangunan kotoran manusia yang terdiri atas tempat duduk atau tempat jongkok dengan leher angsa yang dilengkapi dengan unit penampungan kotoran dan air untuk membersihkannya, syarat jamban yang sehat adalah :

- a) Tidak mencemari sumber air minum
- b) Tidak berbau
- c) Kotoran tidak dapat dijamah oleh serangga dan tikus
- d) Mudah dibersihkan dan aman untuk digunakan
- e) Tidak mencemari lingkungan sekitarnya
- f) Dilengkapi dengan dinding dan atap pelindung
- g) Penerangan dan ventilasi yang cukup
- h) Lantai kedap air dan luas memadai
- i) Tersedia air, sabun dan alat pembersih (handuk, sikat WC)

4) Olahraga yang teratur dan terukur

Olahraga sebagai alat untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan jasmani, rohani dan social. Olahraga adalah serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana untuk memelihara gerak dan meningkatkan kemampuan gerak (yang berarti meningkatkan kualitas hidup). Berolahraga hendaknya teratur dengan jadwal yang telah terukur sesuai dengan kemampuan. Melakukan olahraga secara teratur tubuh akan terbiasa dengan kegiatan tersebut. Sehingga dengan berolahraga yang teratur dapat meningkatkan kesehatan.

5) Memberantas jentik nyamuk

Pemberantasan jentik nyamuk merupakan suatu tindakan yang dilakukan untuk membasmi atau memberantas telur, jentik dan kepompong nyamuk dengan berbagai cara serta bertujuan untuk menekan laju pertumbuhan nyamuk dilingkungan sekolah. Cara memberantas jentik nyamuk adalah :

- a) Menguras dan menyikat tempat-tempat penampungan air seperti bak mandi atau WC, drum dan tatakan pot tanaman bunga
- b) Menutup rapat-rapat tempat penampungan air seperti lubang bak, lubang pohon, lekukan-lekukan yang menampung air
- c) Mengubur atau menyingkirkan barang-barang bekas yang dapat menampung air seperti ban bekas, kaleng bekas, plastik-plastik yang dibuang sembarangan.
- d)

6) Tidak merokok disekolah

Rokok mengandung sekitar 4.000 bahan kimia berbahaya, diantaranya yang paling berbahaya adalah Nikotin, Tar dan Carbon monoksida (CO). Nikotin menyebabkan kerusakan sel paru-paru dan kanker. Sedangkan gas CO menyebabkan kurangnya kemampuan darah membawa oksigen, sehingga sel-sel tubuh akan mati. Oleh karena itu kebiasaan merokok harus dihindarkan sejak dini mulai dari tingkat sekolah dasar. Bahaya merokok :

- a) Menyebabkan kerontokan rambut
- b) Gangguan pada mata seperti katarak
- e) Kehilangan pendengaran lebih awal dibandingkan bukan perokok
- f) Menyebabkan paru-paru kronis
- g) Merusak gigi dan menyebabkan bau mulut yang tidak sedap
- h) Menyebabkan stroke dan serangan jantung
- i) Tulang lebih mudah patah
- j) Menyebabkan kanker kulit
- k) Menyebabkan kemandulan dan impotensi
- l) Menyebabkan kanker rahim dan keguguran.

7) Menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap bulan.

Mengukur berat badan dan mengukur tinggi badan merupakan salah satu upaya untuk mengetahui pertumbuhan dan perkembangan anak. Diketuinya tingkat pertumbuhan dan perkembangan anak maka dapat memberikan masukan untuk peningkatan

konsumsi makanan yang bergizi bagi pertumbuhan anak. Cara mengetahui pertumbuhan dan perkembangan anak yaitu dengan mencatat di Kartu Menuju Sehat (KMS), maka akan terlihat berat badan atau tinggi badan anak mengalami kenaikan atau kemunduran. Manfaat menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan anak setiap bulan (Depkes RI 2011) antara lain :

- a) Untuk mengetahui apakah anak tumbuh sehat.
- b) Untuk mengetahui dan mencegah gangguan pertumbuhan anak
- c) Untuk mengetahui anak yang dicurigai gizi kurang dan gizi lebih, sehingga jika ada kelainan yang berpengaruh langsung dalam proses belajar disekolah dapat segera dirujuk ke Puskesmas.

8) Membuang sampah pada tempatnya

Sampah merupakan salah satu penyebab tidak seimbangnya lingkungan hidup yang umumnya terdiri dari komposisi sisa makanan, daun-daun, plastik, kain bekas, karet dan lain-lain . Kegiatan untuk mendukung perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah hendaknya tersedia tempat pembuangan sampah yang tertutup disetiap ruangan serta adanya bak penampungan akhir sampah di sekolah.

c. Penerapan PHBS

Siswa diharapkan dapat menerapkan atau memelihara kebersihan lingkungan, kebersihan pribadi, kebersihan reproduksi dalam kehidupan sehari-hari.

- 1) Kebersihan dan kesehatan diri sendiri.

Pemeliharaan kebersihan yang optimal akan terwujud apabila sejak kecil sudah ditanamkan sikap hidup bersih.

a) Memelihara kebersihan dan kesehatan kulit

Kulit adalah lapisan dari tubuh paling luar. Salah satu fungsi kulit adalah sebagai indera peraba. Fungsi kulit yaitu :

- (1) Sebagai pelindung tubuh dan jaringan tubuh
 - (2) Sebagai panca indera peraba dan perasa
 - (3) Sebagai pembuang ampas-ampas melalui keringat
- Mengingat pentingnya fungsi kulit, maka kesehatannya juga harus dijaga dengan cara mandi agar kulit tetap terjaga kesehatannya.

Berikut adalah cara merawat kulit antara lain :

- (1) Mencuci wajah secara teratur

Mencuci wajah sebanyak dua kali sehari dengan pembersih yang sesuai dengan jenis kulit.

- (2) Eksfoliasi (pengelupasan secara teratur)

Pengelupasan membantu untuk menghilangkan sel kulit mati dan kotoran dari wajah.

- (3) Melembabkan

Melembabkan wajah dilakukan setiap hari, kulit kering beresiko tinggi karena dapat menimbulkan tanda- tanda penuaan dini.

- (4) Perlindungan terhadap sinar matahari

Kulit harus dilindungi dari pancaran sinar matahari langsung karena dapat memicu timbulnya keriput lebih cepat. Jika terlalu sering

terkena panas dan sinar Ultraviolet dapat menyebabkan kulit kering.

(5) Cukup tidur

Tidur merupakan aktivitas yang wajib dilakukan bagi semua orang karena aktivitas tidur merupakan aktivitas dimana otak perlu mengalami refresh. Jika kurang tidur akan berdampak pada kulit dan kulit akan terlihat pucat, kusam dan kendur. Maka tidur setidaknya 7 – 8 jam sehari untuk menjaga kesehatan kulit.

(6) Banyak minum air

Air merupakan cairan yang dibutuhkan oleh tubuh karena air juga dapat mengeluarkan racun dalam tubuh dan dianjurkan minum 7 – 8 gelas sehari untuk menjaga kulit dan agar tidak dehidrasi.

(7) Diet sehat

Diet juga mempengaruhi kesehatan kulit, pilihlah makanan kaya akan vitamin seperti gandum, alpukat, buah-buahan segar dan sayuran segar lainnya. Jangan terlalu banyak makan makanan yang berminyak karena dapat memicu timbulnya jerawat.

(8) Berolahraga secara teratur

Berolahraga merupakan aktivitas yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari karena olahraga dapat membuat keringat dan secara tidak langsung ikut membersihkan kulit dari kotoran.

b) Memelihara kesehatan kuku

Kuku adalah bagian tubuh yang terdapat atau tumbuh diujung jari tangan dan jari kaki yang memiliki zat tipis. Kuku tumbuh dari sel

mirip gel lembut yang mati, mengeras dan kemudian terbentuk saat mulai tumbuh dari ujung jari. Kuku yang baik memiliki ciri-ciri antara lain : tumbuh dengan baik, bersih dan kuat serta halus.

Perawatan kuku dapat dilakukan dengan cara :

- (1) Diet seimbang
- (2) Hindari bahan kimia
- (3) Melembabkan kuku
- (4) Gunting kuku secara teratur
- (5) Menghindari kebiasaan buruk terhadap kuku

c) Memelihara kesehatan rambut

Kesehatan rambut merupakan bagian dari kulit kepala. Rambut sehat adalah rambut yang bersih dan tidak terdapat kotoran maupun kutu yang menempel pada rambut. Salah satu cara menjaga kesehatan rambut adalah mencuci rambut dan keramas secara rutin minimal 2 hari sekali menggunakan sampo. Sedangkan untuk menjaga kerapian rambut adalah dengan cara menyisir rambut dengan rapi. Selain itu rambut juga harus dipotong secara teratur, apabila rambut sudah panjang dan tidak rapi sebaiknya rambut dipotong atau dicukur.

d) Memelihara kebersihan dan kesehatan mata

Mata merupakan alat indra penglihatan yang memiliki tugas untuk melihat. Menggunakan indera mata dapat melihat dan mengenal suatu objek dan benda dimanapun letaknya, ukurannya dan bentuknya serta keindahan suatu objek, merawat mata dapat dilakukan dengan cara :

- (1) Pemeliharaan rutin ke dokter, pemeriksaan mata dapat dilakukan 12 bulan sekali bila tidak ada gejala yang berarti
 - (2) Lindungi mata dari sinar matahari yang silau dan terlalu lama dengan memakaiacamata
 - (3) Makan makanan yang bergizi, vitamin dan kelompok antioksidan dapat mencegah atau paling tidak memperlambat degenerasi macular dan pertumbuhan katarak atau kelainan mata lainnya
 - (4) Sering berkedip karena dengan berkedip mata akan memproduksi air mata yang fungsinya melembabkan mata sehingga mata tidak kering
 - (5) Istirahatkan mata
 - (6) Gunakan tetes mata bila mata terkena iritasi, debu atau gangguan lainnya
 - (7) Jangan membaca sambil tiduran dan ditempat yang terlalu gelap
 - (8) Jangan mengusap mata dengan tangan, gunakan tissue atau sapu tangan
 - (9) Cari lensa kontak dengan kualitas baik (bagi pemakai lensa kontak)
 - (10) Rawat lensa kontak dengan baik
 - (11) Pakai lensa sesuai jadwal yang disarankan
 - (12) Perhatikan pencahayaan dalam ruangan
 - (13) Gunakan pengaman pada computer
 - (14) Hindari tempat-tempat yang berasap
- e) Memelihara kebersihan dan kesehatan telinga

Telinga merupakan salah satu panca indera yang digunakan untuk mendengar. Telinga sangat berperan penting dalam kehidupan karena tanpa telinga kita tidak bias mendengar apapun dan dunia terasa hampa. Apabila telinga mengalami gangguan maka harus segera diperiksa ke dokter untuk mencegah hal-hal yang tidak diinginkan. Cara memelihara kesehatan telinga antara lain :

- (1) Bersihkan lubang telinga secara teratur dengan alat pembersih halus dan bersih seperti *cotton buds*, stick kecil yang ujungnya terbungkus kapas. Jika membersihkan hendaknya hati-hati dan jangan sampai masuk terlalu dalam ke lubang telinga karena dapat terkena gendang telinga.
 - (2) Biasakan agar telinga selalu dalam keadaan kering
 - (3) Hindari telinga dari benturan benda keras dan suara yang terlalu nyaring atau keras
 - (4) Periksa ke dokter bagian THT (Telingan Hidung Tenggorokan) jika ada gangguan pada telinga
- f) Memelihara kebersihan dan kesehatan hidung

Hidung merupakan anggota tubuh yang berfungsi untuk tempat masuknya oksigen ke dalam tubuh. Udara yang masuk akan melewati hidung terlebih dahulu dan udara tersebut akan disaring oleh bulu halus pada hidung. Bulu halus pada hidung juga berfungsi untuk menyaring debu dan kotoran yang masuk ke hidung.

- g) Memelihara kesehatan dan kebersihan alat reproduksi

Cara menjaga kebersihan dan kesehatan alat reproduksi adalah :

- (1) Kita harus selalu mencuci tangan sebelum dan sesudah buang air kecil
- (2) Alat kelamin dibersihkan dengan air bersih
- (3) Sesudah membersihkan alat kelamin, jangan lupa mengeringkan dengan handuk atau tisu atau lap yang bersih sebelum memakai celana. Hal ini penting untuk mencegah timbulnya jamur. Jamur dapat menimbulkan rasa gatal disekitar alat kelamin karena sangat mudah tumbuh didaerah yang lembab
- (4) Sebaiknya memilih dan mengenakan pakain dalam yang terbuat dari bahan katun karena bahan katun dapat menyerap keringat sehingga daerah kelamin tidak kepanasan dan lembab
- (5) Periksalah keluhan seputar alat kelamin, selaon pemeriksaan rutin setahun sekali kita juga harus memeriksakan diri ke dokter jika mengalami hal berikut :
 - a) Ada luka, lecet, ruam atau kutil didaerah kelamin
 - b) Terasa gatal terus menerus
 - c) Saluran kencing mengeluarkan cairan tidak biasa Kesehatan reproduksi menurut Erwin adalah suatu keadaan kesehatan yang sempurna baik secara fisik, mental, maupun social dan bukan semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan dalam segala aspek yang berhubungan dengan system reproduksi, fungsi dan prosesnya.
 - d) Kebersihan pakaian
 - e) Pakaian merupakan suatu benda yang dipakai untuk menutup atau

melindungi sebagian tubuh, supaya terlihat rapi dan terlihat percaya diri pada diri sendiri. Manfaat pakaian yaitu : melindungi tubuh dari panas terik matahari, suhu tidak baik atau dingin dari udara, debu dan benda tajam.

h) Memelihara kesehatan dan kebersihan gigi dan mulut

Kesehatan gigi dan mulut adalah suatu keadaan dimana gigi dan mulut berada dalam kondisi bebas dari adanya bau mulut, kekuatan gusi dan gigi yang baik, tidak adanya bau mulut, kekuatan gusi dan gigi yang baik, tidak adanya plak dan karang gigi, gigi dalam keadaan putih dan bersih, serta memiliki kekuatan yang baik. Untuk mencapai kesehatan gigi dan mulut yang optimal, maka harus dilakukan perawatan secara berkala. Perawatan dapat dimulai dari memperhatikan diet makan, jangan terlalu banyak makan makanan yang mengandung gula dan makanan yang lengket. Pembersihan plak dan sisa makanan yang tersisa dengan menyikat gigi, teknik dan caranya jangan sampai merusak struktur gusi.

Berdasarkan pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan di sekolah dasar adalah mengarahkan siswa untuk memiliki sikap dan perilaku hidup bersih, sehat bugar dan berdisiplin, serta diharapkan membantu meningkatkan tumbuh kembang siswa secara wajar dalam aspek jasmani, mental, social dan emosional. Sehingga pendidikan kesehatan yang diberikan mempengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan

sehari-hari.

2) Kebersihan lingkungan

Kebersihan lingkungan merupakan respon seseorang terhadap lingkungan sebagai cerminan kesehatan manusia. Pemeliharaan kebersihan lingkungan sekolah merupakan tanggung jawab semua warga sekolah. Apabila lingkungan sekolah bersih maka proses belajar mengajar dapat berjalan dengan baik. Agar lingkungan sekolah tidak menimbulkan gangguan terhadap perkembangan dan pertumbuhan siswa di sekolah maka perlu diperhatikan beberapa hal yang menyangkut lingkungan sekolah tersebut, seperti :

a) Letak bangunan sekolah

Persyaratan letak bangunan sekolah yang aman dan sehat antara lain :

- (1) Tidak berdekatan dengan tempat-tempat pembuangan kotoran seperti sampah dan pabrik
- (2) Jauhi tempat-tempat industri seperti pabrik
- (3) Tidak berada pada tempat yang berbahaya
- (4) Dekat dengan tanah lapang
- (5) Sebaiknya dekat dengan pusat perumahan atau pedesaan agar siswa dapat mencapai dengan mudah akses menuju sekolah dan lebih terjangkau

b) Bangunan sekolah

Persyaratan bangunan sekolah antara lain :

- (1) Memiliki bangunan yang kokoh, kuat, aman dan kedap air

- (2) Memiliki ruang khusus sesuai fungsinya seperti ruang guru, ruang kantor, ruang penyimpanan barang dan lain-lain yang dipandang perlu
- (3) Sebagai pelengkap dapat pula disarankan agar bangunan sekolah dilengkapi tempat bermain anak yang beratap agar dapat digunakan untuk bermain saat hujan.

c) Halaman sekolah

Persyaratan halaman sekolah yang baik antara lain :

- (1) Halaman tersebut hendaknya memiliki sistem pengeringan yang baik
- (2) Untuk keindahan dan kenyamanan sebaiknya ditanami tanaman seperti rumput dan pepohonan, agar terlihat lebih asri, rindang, segar dan sejuk
- (3) Halaman juga bias digunakan sebagai tempat bermain siswa

d) Ruang kelas

Persyaratan ruang kelas yang baik adalah :

- (1) Ruang kelas hendaknya memiliki jendela dan ventilasi yang cukup.
- (2) Letak papan tulis harus mudah dilihat murid dengan jarak yang tidak terlalu dekat dan tidak juga terlalu jauh
- (3) Luas kelas hendaknya seimbang dengan jumlah siswa yang menempatnya

e) Sarana dan prasarana kebersihan

- (1) Persediaan air bersih

Kebutuhan air bersih disesuaikan dengan jumlah murid dan luas bangunan.

(2) Kamar mandi dan WC serta tempat cuci tangan dan kaki.

Disediakan alat-alat pembersih seperti sapu lidi dan sikat ijuk yang digunakan untuk membersihkan kamar mandi dan WC setelah digunakan atau jika terlihat kotor. disamping itu juga perlu diperhatikan jumlah murid dengan jumlah kamar mandi dan WC yang digunakan dan dilengkapi dengan kamar mandi yang sekaligus dapat dipergunakan untuk cuci tangan dan kaki.

(3) Tempat sampah.

Tempat sampah basah hendaknya bertutup agar serangga dan tikus tidak dapat masuk serta tempat sampah kering hendaknya terbuka. Setiap ruang kelas hendaknya memiliki tempat sampah sendiri-sendiri.

d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi PHBS

Menurut Lawrence Green dalam Notoatmojo (2007) dalam Jariston (2009), ada tiga faktor penyebab seseorang melakukan PHBS yaitu :

1) Faktor Predisposisi (Predisposing Faktor)

Factor predisposisi yaitu factor-faktor yang mempermudah atau mendukung terjadinya perilaku seseorang, antara lain :

- a) Pengetahuan
- b) Sikap
- c) Keyakinan
- d) Nilai-nilai
- e) Tradisi

2) Faktor Pemungkin (*Enabling Factors*)

Faktor pemungkin yaitu faktor-faktor yang memungkinkan atau yang memfasilitasi perilaku atau tindakan. Yang dimaksud dengan factor pemungkin adalah sarana dan prasarana atau fasilitas untuk terjadinya perilaku kesehatan.

3) Factor Penguat (*Reinforcing Factors*)

Faktor penguat adalah faktor-faktor yang mendorong dan memperkuat terjadinya perilaku.

3. Karakteristik Siswa SD

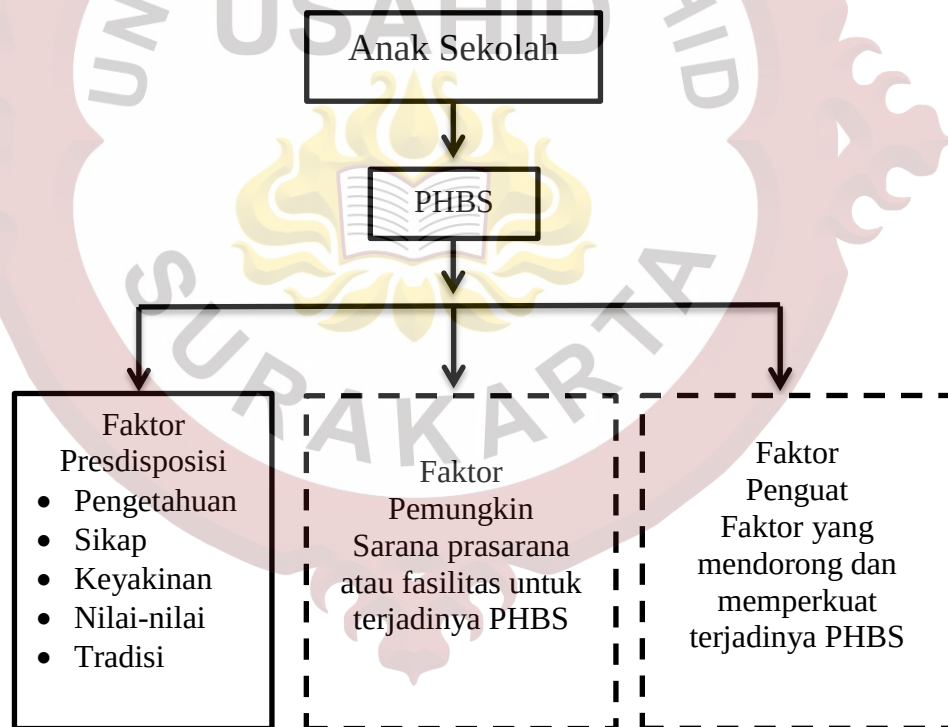
Pertumbuhan fisik cenderung lebih stabil atau tenang sebelum memasuki masa remaja. Kegiatan fisik sangat perlu untuk mengembangkan kestabilan tubuh dan gerak serta melatih koordinasi untuk menyempurnakan berbagai keterampilan (berlari, memanjat, melompat, berenang, dan naik sepeda).

Pada masa sekolah dasar dikatakan sebagai masa intelektual atau masa keserasian sekolah. Masa keserasian dibagi menjadi dua fase rendah dan masa-masa kelas tinggi sekolah dasar . Pertama, masa kelas rendah sekolah dasar usia 6/7 – 9/10 tahun (kelas 1, 2 dan 3), sekitar usia 6-9 tahun. Karakteristik anak pada masa ini yaitu terdapat korelasi yang tinggi antara jasmani dan prestasi sekolah, sikap tunduk terhadap aturan permainan, suka membandingkan dirinya dengan orang lain dan anak menghendaki nilai raport yang baik tanpa memperhitungkan apakah prestasinya pantas diberikan atau tidak. Kedua, masa kelas tinggi sekolah dasar usia 9/10 –

12/13 tahun (kelas 4, 5 dan 6), sekitar usia 10 – 12/13 tahun dimana anak amat realistis, ingin tahu, ingin belajar dan menjelaskan akhir masa ini telah ada minat pada mata pelajaran khusus. Pada masa ini anak memandang nilai raport sebagai usaha yang tepat terhadap prestasi belajar

B. Kerangka Teori

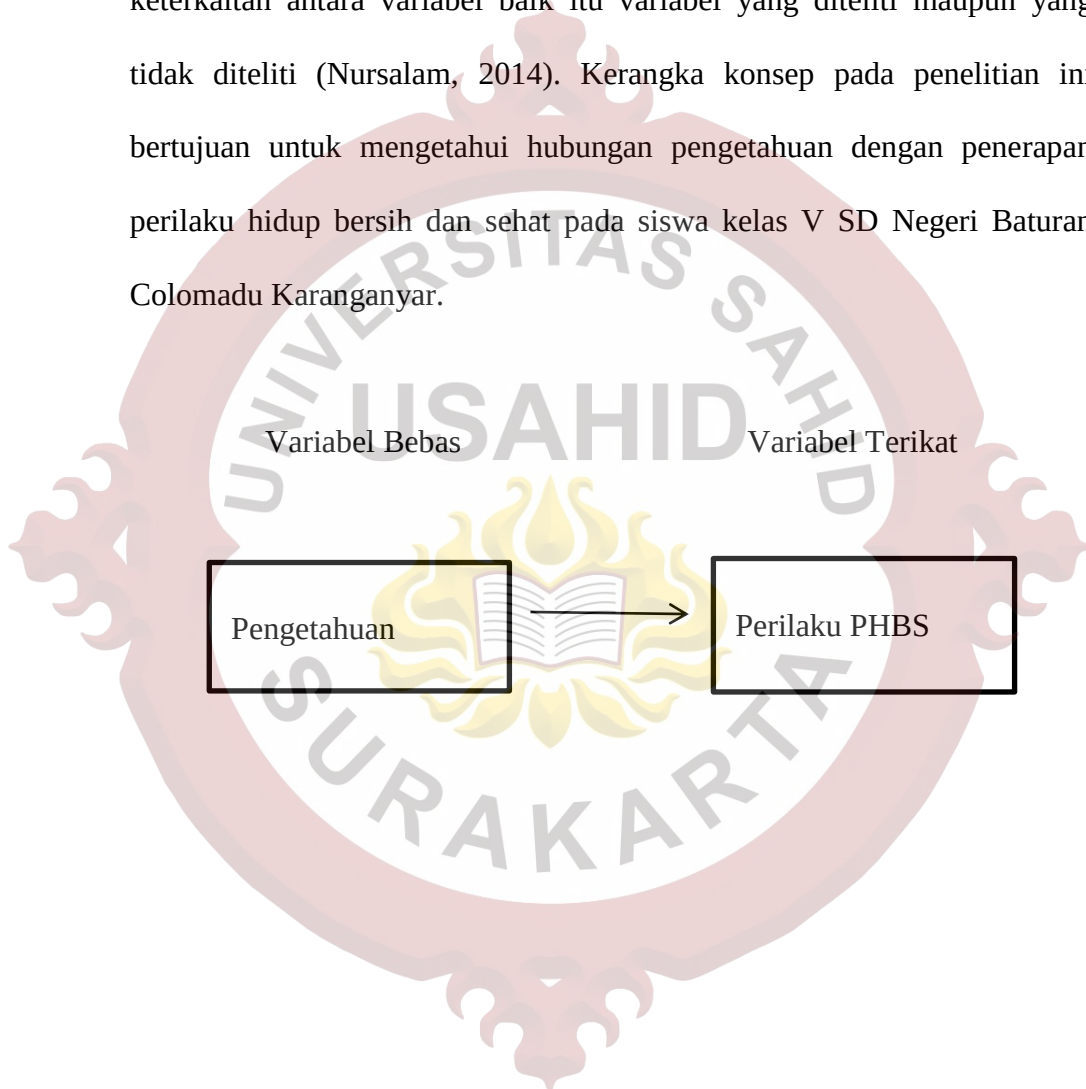
Kerangka Teori bisa disebutkan sebagai visualisasi hubungan antara berbagai variabel untuk lebih menjelaskan sebuah fenomena. Kerangka Teori diciptakan oleh pakar atau ilmuwan, sudah baku dan sudah diakui (Wibowo, 2014).



———— : Diteliti
 - - - - - : Tidak diteliti

C. Kerangka Konsep

Tahap yang paling penting dalam suatu penelitian yaitu kerangka konsep, dimana kerangka konsep merupakan abstraksi dari suatu realitas agar dapat dikomunikasikan dan membentuk suatu teori yang menjelaskan keterkaitan antara variabel baik itu variabel yang diteliti maupun yang tidak diteliti (Nursalam, 2014). Kerangka konsep pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa kelas V SD Negeri Baturan Colomadu Karanganyar.



D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis penelitian adalah jawaban sementara dari rumusan masalah atau pertanyaan penelitian. Hipotesis disusun sebelum penelitian dilaksanakan karena hipotesis akan memberikan petunjuk pada tahap pengumpulan data, analisa dan interpretasi data (Nursalam, 2014).

Hipotesis dalam penelitian ini adalah:

H0 : Tidak Ada hubungan pengetahuan dengan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa kelas V SD Negeri Baturan Colomadu Karanganyar.

H1 : Ada hubungan pengetahuan dengan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa kelas V SD Negeri Baturan Colomadu Karanganyar.

