

PENGETAHUAN KESEHATAN PADA PESERTA DIDIK SMP KELAS VII DI SMP NEGERI 14 YOGYAKARTA

HEALTH KNOWLEDGE OF SEVENTH GRADE STUDENT IN SMP NEGERI 14 YOGYAKARTA

Oleh: Wulan Azva Diana, PJKR, FIK Universitas Negeri Yogyakarta,

wulanazva.diana@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengetahuan kesehatan pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 14 Yogyakarta.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan menggunakan metode survey. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuisioner dengan bentuk soal pilihan ganda. Sampel dari penelitian ini adalah peserta didik kelas VII di SMP Negeri 14 Yogyakarta berjumlah 34 peserta didik. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif kuantitatif.

Berdasarkan penelitian diperoleh hasil penelitian pengetahuan kesehatan yang dimiliki peserta didik kelas VII di SMP N 14 Yogyakarta sebagian besar ada pada dominan cukup, akan dipaparkan sesuai dengan urutan persentase yang masuk pada kategori cukup sebesar 50,00%, pada kategori baik sebesar 23,52%, pada kategori kurang sebesar 14,70%, pada kategori kurang sekali sebesar 8,00% dan pada kategori sangat baik sebesar 2,94%.

Kata kunci: *Pengetahuan, Kesehatan, Peserta didik SMP kelas VII*

Abstract

The research intends to determine how high the health knowledge of seventh grade students in SMP Negeri (State Junior High School) 14 Yogyakarta.

This research was descriptive research using survey method. The instrument of this research was by using questionnaire with multiple choice test. The samples of the research were the students of Seventh Grade in SMP Negeri 14 Yogyakarta totalling 34 students. The data analysis technique of the research was by using descriptive quantitative data analysis technique.

Based on the research result, the health knowledge of the seventh grade students in SMP Negeri 14 Yogyakarta is mostly on the medium category, will be presented in accordance with the order of percentage that is categorized in medium category 50,00%, in good category 23,52% , less category 14.70%, very less category 8.00% and in very good category 2.94%.

Keywords: *Knowledge, Health, Seventh Grade Students*

PENDAHULUAN

Sekolah merupakan salah satu wadah formal yang berusaha melaksanakan proses perubahan perilaku melalui proses pendidikan. Pendidikan jasmani tidak hanya bertujuan untuk membuat peserta didik bugar, akan tetapi juga memiliki peran tentang memberikan pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan merupakan upaya untuk mengajarkan peserta didik cara menjaga dan menghargai tubuh secara keseluruhan dengan mengembangkan dan meningkatkan kemampuan baik itu fisik, sosial, dan emosional sehingga memiliki kesadaran untuk mencapai sebuah perilaku hidup sehat. Pendidikan kesehatan menurut Kriswanto (2012: 2), bahwa “pendidikan kesehatan merupakan bagian dari keseluruhan upaya kesehatan (promotif, preventif, kuratif, rehabilitatif) yang menitik beratkan pada upaya untuk meningkatkan perilaku hidup sehat”.

Mata pelajaran penjasorkes atau PJOK diberikan di sekolah menengah pertama yang dapat mencakup berbagai aspek kognitif, afektif, dan juga psikomotor. Ketiga aspek tersebut dapat dicapai dengan berbagai upaya yang dilakukan guru dengan harapan peserta didik dapat melaksanakan pembelajaran dengan baik. Materi yang diajarkan yaitu mengenai perkembangan remaja, pola makan gizi sehat berimbang, dan memaparkan tentang kesehatan mental karena kesehatan bukan hanya terdiri dari kesehatan secara fisik akan tetapi juga secara psikis.

Keadaan di SMP N 14 Yogyakarta tepatnya pada saat peneliti melakukan PLT, peneliti melakukan observasi mengenai pengetahuan yang diberikan pada saat jam pembelajaran penjas atau PJOK yaitu waktu untuk menyampaikan materi pendidikan kesehatan sangat terbatas sehingga memungkinkan peserta didik kurang memahami materi yang disampaikan oleh guru, masih terdapat peserta didik yang cenderung belum bisa mengaplikasikan dan menerapkan pengetahuan kesehatan yang telah diberikan dalam kehidupan sehari-hari, masih banyak peserta didik yang belum bisa mengaplikasikan pengetahuan kesehatan yang telah diterima akan bahan makanan tidak sehat dalam kehidupan sehari-hari, masih ada beberapa peserta didik yang masih sulit untuk menerapkan pengetahuan kesehatan dalam kehidupan sehari-hari dengan belum bisa mengontrol emosi dengan melakukan perkelahian antar peserta didik. Harapan dari diberikannya pengetahuan kesehatan baik itu secara fisik, psikis, dan juga sosial yaitu peserta didik dapat menerapkan dalam kehidupan sehari-hari dan menjadi pribadi yang lebih bijak lagi dalam menjaga kesehatan, oleh karena itu terdapat kesenjangan antara pengetahuan kesehatan yang telah diberikan, dengan penerapan dalam kehidupan sehari-hari yaitu dari segi pola makan gizi sehat berimbang, kesehatan mental dan perkembangan remaja yang berkesinambungan sehingga apabila peserta didik dapat menerapkan dan mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari akan membuat peserta didik melakukan pola

hidup yang sehat dan menjadi pribadi yang lebih baik lagi. Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti ingin mengadakan penelitian yang berjudul “Pengetahuan Kesehatan pada Peserta Didik SMP Kelas VII di SMP Negeri 14

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan metode survei. Instrumen dalam penelitian ini berupa kuisioner yang berupa soal pilihan ganda yang harus dijawab oleh peserta didik. Penelitian ini menggambarkan pengetahuan kesehatan kelas VII di SMP Negeri 14 Yogyakarta tahun ajaran 2017/2018.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di SMP Negeri 14 Yogyakarta, yang beralamat di Jalan Tentara Pelajar, Bumijo, Jetis, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta. Waktu penelitian ini akan dilaksanakan pada tanggal 8 sampai 16 Maret 2018.

Target/Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini yaitu kelas VII, berikut ini adalah pembagian kelas VII yaitu kelas VII A, VII B, VII C dan VII D, setiap kelas VII yang berada di SMP Negeri 14 Yogyakarta berjumlah 34 peserta didik. Peneliti dalam pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* (Suharsimi, 2010: 183) dengan adanya pertimbangan tertentu.

Yogyakarta”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa pengetahuan kesehatan pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 14 Yogyakarta.

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen menurut Arikunto (2013: 191) yaitu bahwa instrumen adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatan mengumpulkan data agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuisioner, peneliti menentukan dengan teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan kuisioner yang diberikan kepada responden. Kuisioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuisioner dengan jenis pertanyaan tertutup yaitu dimana jawaban sudah disediakan sehingga responden hanya bisa memilih jawaban yang sesuai dengan pendapatnya.

Sebelum melakukan uji coba, peneliti melakukan validasi/*expert judgement* dalam penelitian ini dengan Bapak Drs. Sriawan, M.Kes. Uji coba instrument penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 8 Maret 2018 di SMP Negeri 14 Yogyakarta dengan jumlah responden 34 peserta didik. Berdasarkan hasil uji coba, menunjukkan bahwa dari 36 soal atau pertanyaan terdapat 4 butir soal yang gugur, yaitu nomor

4,9,32, dan 35 ($r_{hitung} < r_{tabel}$), koefisien reabilitas sebesar 0,960.

Teknik pengumpulan data adalah teknik-teknik yang dapat digunakan dalam pengambilan data. Dalam hal ini peneliti menentukan dengan teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan kuisisioner yang diberikan kepada responden. Kuisisioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuisisioner dengan jenis pertanyaan tertutup yaitu dimana jawaban sudah disediakan sehingga responden hanya bisa memilih jawaban yang sesuai dengan pendapatnya. Setiap butir soal terdapat empat butir jawaban dimana ada satu jawaban yang benar. Data yang diperlukan dalam penelitian ini berupa pengetahuan kesehatan peserta didik VII SMP Negeri 14 Yogyakarta. Adapun teknik pengumpulan datanya, yaitu :

- a) Sebelum soal dibagikan, peneliti menjelaskan kepada peserta didik kelas VII SMP Negeri 14 Yogyakarta tentang tata cara pengerjaan soal.
- b) Setelah semua peserta didik jelas atau mengerti tentang prosedur dalam mengerjakan soal, maka soal dibagikan ke semua peserta didik kelas VII yang sudah di tentukan sebelumnya dengan melalui proses yang disarankan oleh guru penjas dengan jumlah 34 siswa.

HASIL PENELITIAN dan PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Deskripsi hasil penelitian pengetahuan kesehatan pada peserta didik SMP kelas VII di

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik statistik deskriptif. Statistik deskriptif yang digunakan untuk menggambarkan dan mendeskripsikan data yang telah dikumpulkan peneliti Darmadi (2014: 313). Analisis yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik deskriptif kuantitatif dengan persentase. Besar frekuensi menurut Sudjiono (2010: 43) untuk mencari besarnya frekuensi relative (persentase) sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase yang dicari (Frekuensi Relatif)

F = Frekuensi

N = Jumlah Responden

Penentuan Skor dengan menggunakan Penelitian Acuan Norma (PAN) menurut Syarifudin (2010: 113) pada tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 1. Norma Penilaian

No	Norma	Kategori
1	$X > M + 1,5 SD$ ke atas	Sangat Baik
2	$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	Baik
3	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	Cukup
4	$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	Kurang
5	$X \leq M - 1,5 SD$	Sangat Kurang

(Sumber: Syarifudin, 2010: 113)

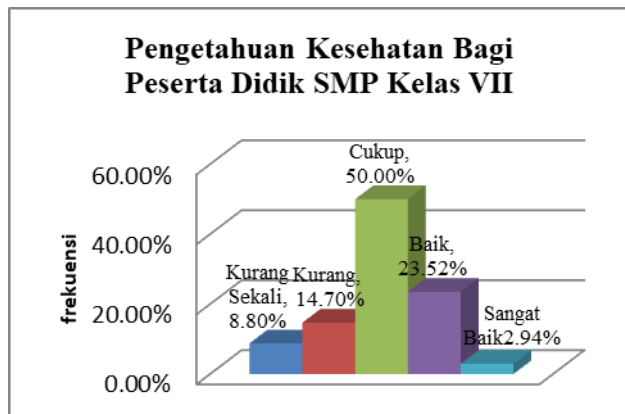
SMP Negeri 14 Yogyakarta secara keseluruhan diukur dengan kuisisioner yang berjumlah 32 butir dalam bentuk pertanyaan, dengan rentang skor 0 dan 1. Berdasarkan hasil data penelitian diperoleh

nilai minimal = 15, nilai maksimal = 30, nilai *mean* sebesar = 24,35, median = 25, dan standar deviasi = 3,52.

Tabel 2. Deskripsi Pengetahuan Kesehatan pada Peserta didik SMP kelas VII

Interval	F	%	Kategori
> 29,65	1	2,94	Sangat Baik
26,12 - 29,64	8	23,53	Baik
22,59 - 26,11	17	50	Cukup
19,06 - 22,58	5	14,71	Kurang
≤ 19,05	3	8,82	Kurang Sekali
Jumlah	34	100	

Apabila bentuk tabel tersebut ditampilkan dalam bentuk diagram terlihat pada gambar di bawah ini:

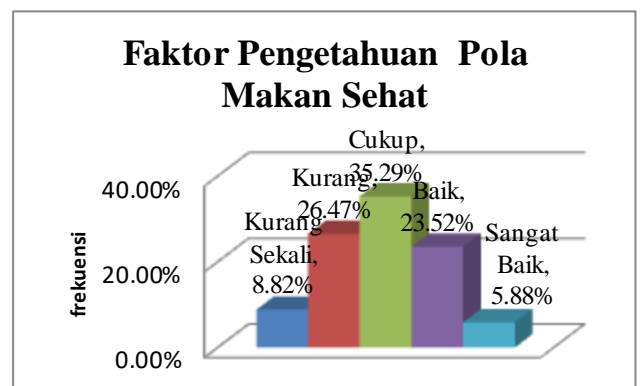


Gambar 1. Diagram Pengetahuan Kesehatan Bagi Peserta Didik SMP Kelas VII di SMP Negeri 14 Yogyakarta

Berdasarkan tabel dan gambar diatas diketahui pengetahuan kesehatan bagi peserta didik SMP kelas VII di SMP Negeri 14 Yogyakarta yang masuk pada kategori sangat baik sebesar 2,94%, pada kategori baik sebesar 23,52%, pada kategori cukup sebesar 50,00%, kategori kurang sebesar 14,70% dan kategori kurang sekali sebesar 8,8%. Hasil tersebut dominan akan pengetahuan kesehatan bagi peserta didik SMP kelas VII di SMP Negeri 14 Yogyakarta adalah cukup.

1. Faktor Pengetahuan Terhadap Pola Makan Sehat

Faktor pengetahuan terhadap pola makan sehat dalam penelitian ini di ukur dengan 10 butir pernyataan, dengan rentang skor 0 dan 1. Diperoleh hasil data penelitian nilai minimal = 5, nilai maksimal = 10, nilai *mean* sebesar = 7,73, median = 8, dan standar deviasi = 1,32. Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram terlihat pada gambar di bawah ini:



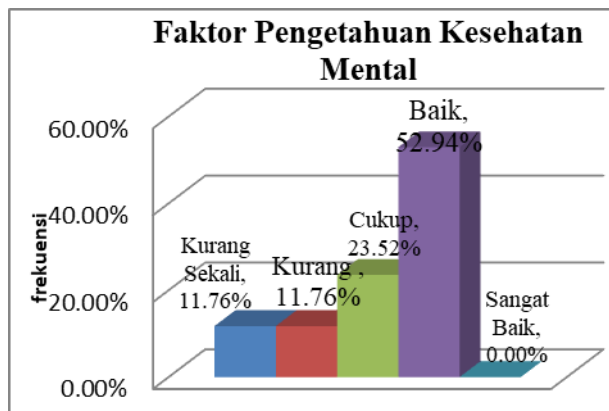
Gambar 2. Diagram Faktor Pengetahuan Pola Makan Sehat

Berdasarkan tabel dan gambar diatas dapat diketahui bahwa faktor pengetahuan terhadap pola makan sehat yang masuk pada kategori baik sekali sebesar 5,88%, pada kategori baik sebesar 23,52%, pada kategori cukup sebesar 32,29%, kategori kurang sebesar 26,47% dan kategori kurang sekali sebesar 8,82%.

2. Faktor Pengetahuan Kesehatan Mental

Deskripsi hasil penelitian faktor pengetahuan kesehatan mental dalam penelitian ini di ukur dengan 12 butir pernyataan, dengan rentang skor 0 dan 1. Hasil data penelitian diperoleh nilai minimal = 6, nilai maksimal = 12,

nilai *mean* sebesar = 10,21, median = 11, dan dalam bentuk diagram terlihat pada gambar di bawah ini :



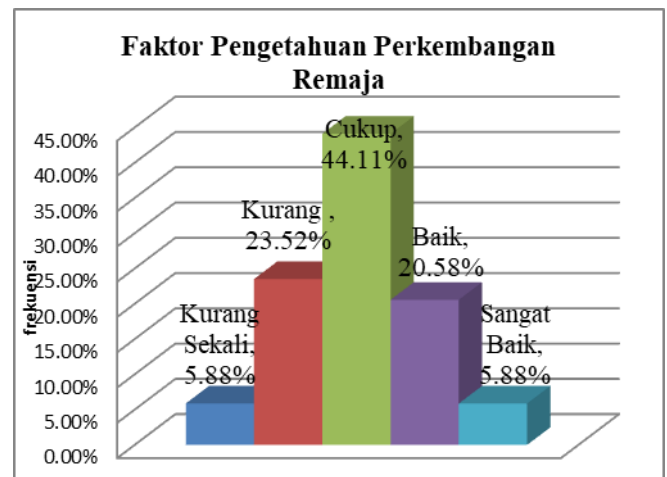
Gambar 3. Diagram Faktor Pengetahuan Kesehatan Mental

Berdasarkan tabel dan gambar diatas diketahui faktor pengetahuan kesehatan mental yang masuk pada kategori baik sekali sebesar 0,00%, pada kategori baik sebesar 52,94%, pada kategori cukup sebesar 23,52%, kategori kurang sebesar 11,76% dan kategori sangat kurang sebesar 11,76%.

3. Faktor Pengetahuan Perkembangan Remaja

Deskripsi hasil penelitian faktor pengetahuan perkembangan remaja dalam penelitian ini di ukur dengan 10 butir pernyataan, dengan rentang skor 0 dan 1. Hasil data penelitian diperoleh nilai minimal = 2, nilai maksimal = 10, nilai *mean* sebesar = 6,41, median = 6, dan standar deviasi = 1,94.

standar deviasi = 1,56. Apabila ditampilkan



Gambar 4. Diagram Faktor Pengetahuan Perkembangan Remaja

Berdasarkan tabel dan gambar diatas diketahui faktor pengetahuan perkembangan remaja yang masuk pada kategori baik sekali sebesar 5,88%, pada kategori baik sebesar 20,58%, pada kategori cukup sebesar 44,11%, kategori kurang sebesar 23,52% dan kategori sangat kurang sebesar 5,88%.

Pembahasan

Pengetahuan kesehatan adalah segala sesuatu yang mempengaruhi kesehatan baik sehat secara jasmani, rohani maupun sosial, yang diketahui dan bisa dibuktikan kebenarannya. Pengetahuan kesehatan juga mencakup segenap apa yang diketahui tentang dunia kesehatan, khususnya pola hidup sehat yang didapat dari melihat, mendengar dan merasakan serta dapat menerapkan dan mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Hasil tersebut bahwa peserta didik SMP Negeri 14 Yogyakarta mempunyai pemahaman pengetahuan kesehatan yang dominan cukup, dengan persentase sebesar 50%. Proses

pembelajaran penjasorkes atau PJOK dengan materi pengetahuan kesehatan yang telah diberikan pada peserta didik kelas VII, di dalam kelas VII terdapat karakteristik peserta didik yang berbeda-beda, tentu saja mempengaruhi daya tarik peserta didik terhadap pembelajaran penjasorkes dengan materi pengetahuan kesehatan, ada yang sangat tertarik dan juga sebaliknya sehingga dapat mempengaruhi kemampuan berfikir dari setiap anak. Apabila peserta didik tersebut tertarik dengan materi pengetahuan kesehatan maka peserta didik akan berusaha mendengarkan, mencari, dan belajar sehingga anak tersebut mampu memahami tentang isi materi yang disampaikan oleh guru dan begitu juga sebaliknya. Pengetahuan yang disampaikan kurang, sehingga peserta didik belum bisa menerapkan dan mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari karena perilaku hidup sehat akan diterapkan dan diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari apabila seseorang tersebut memiliki bekal pengetahuan yang baik. Lebih lanjut akan menjelaskan seberapa pengetahuan peserta didik terhadap pengetahuan pola makan sehat, pengetahuan kesehatan mental dan pengetahuan perkembangan remaja. Pengetahuan yang cukup baik tersebut dapat menjadi pendukung kesadaran peserta didik untuk menerapkan perilaku hidup sehat.

1. Faktor Pengetahuan Pola Makan Sehat

Berdasarkan hasil penelitian pada pengetahuan terhadap pola makan sehat sebagian besar masuk pada kategori cukup dengan

persentase sebesar 32,29%, hasil tersebut dikatakan bahwa siswa mempunyai pengetahuan yang cukup mengenai pola makan sehat. Kurang tertariknya peserta didik dengan pengetahuan pola makan sehat sehingga materi yang dijelaskan oleh guru tidak dapat diterima baik oleh peserta didik atau peserta didik kurang memahami apa yang disampaikan oleh guru, banyaknya informasi makanan yang beredar baik dari media cetak maupun media sosial yang membuat peserta didik tertarik akan mencoba makanan tersebut tanpa mengetahui kandungan yang terdapat pada makanan, dapat diketahui kebiasaan peserta didik makan makanan yang kurang sehat, seperti masih banyak peserta didik yang membeli makanan pada pedagang kaki lima yang biasanya mengandung zat kimia yang berbahaya bagi tubuh dan juga mengonsumsi *junkfood* (makanan cepat saji).

2. Faktor Pengetahuan Kesehatan Mental

Hasil penelitian faktor pengetahuan kesehatan mental sebagian besar terdapat pada kategori baik dengan persentase sebesar 52,94%, hasil tersebut dapat dikatakan bahwa sebagian besar siswa mempunyai pemahaman baik mengenai kesehatan mental. Materi pengetahuan kesehatan mental yang diberikan oleh guru

sebagian besar merupakan perilaku yang dapat dilihat oleh orang lain dan dapat dirasakan oleh diri sendiri dalam kehidupan sehari-hari, sehingga memudahkan peserta didik untuk memahami pengetahuan kesehatan mental, dalam proses pembelajaran guru memberikan contoh materi kesehatan mental juga yang terjadi atau dialami oleh peserta didik baik di lingkungan sekolah, keluarga maupun masyarakat sehingga peserta didik dapat memahami dengan baik pengetahuan kesehatan mental. Kesehatan mental bukan hanya sehat secara fisik akan tetapi juga secara psikis, yang dimana memungkinkan perkembangan secara fisik dan psikis berjalan secara berdampingan yang membuat dampak positif dalam diri.

3. Faktor Pengetahuan Perkembangan Remaja

Hasil penelitian pada faktor pengetahuan perkembangan remaja sebagian besar masuk pada kategori cukup dengan persentase sebesar 44,11%. Hasil tersebut dapat dikatakan bahwa sebagian besar siswa cenderung mengetahui pertumbuhan yaitu fisik karena dapat diamati dan terlihat secara jelas dibandingkan dengan perkembangan. Siswa lebih mudah memahami dengan materi yang disampaikan oleh guru.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- _____. (2013). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Hasil penelitian dan pembahasan di atas pengetahuan kesehatan yang dimiliki peserta didik kelas VII di SMP N 14 Yogyakarta sebagian besar ada pada dominan cukup, akan dipaparkan sesuai dengan urutan persentase yang masuk pada kategori cukup sebesar 50,00%, pada kategori baik sebesar 23,52%, pada kategori kurang sebesar 14,70%, pada kategori kurang sekali sebesar 8,00% dan pada kategori sangat baik sebesar 2,94%.

Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang perlu disampaikan yaitu:

1. Bagi guru lebih banyak lagi membekali siswa dalam pengetahuan kesehatan,
2. Bagi sekolah untuk selalu memperhatikan pengetahuan kesehatan siswa, hal tersebut dikarenakan pengetahuan menjadi pendukung untuk menerapkan hidup sehat.
3. Bagi peneliti selanjutnya hendaknya menggunakan sampel dan populasi yang lebih luas, sehingga analisa mengenai pengetahuan kesehatan bagi Peserta didik SMP kelas VII dapat teridentifikasi lebih baik lagi.

- Darmadi, H. (2014). *Metode penelitian pendidikan dan sosial*. Bandung: Alfabeta.
- Kriswanto, E.K. (2012). *Konsep, proses, dan aplikasi dalam pendidikan kesehatan*, Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta.

Sudjiono, A. (2010). *Pengantar statistik pendidikan*, Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.

Syarifudin, B. (2010). *Panduan ta keperawatan dan kebidanan dengan spss*. Yogyakarta: Nuha Medika.

