



STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

SKRIPSI

**GAMBARAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT SELAMA
PANDEMI COVID-19 PADA SISWA SMAN 1 MENUKUNG
KALIMANTAN BARAT TAHUN 2022**

AJIS SUCIPTO

1702005

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM
YOGYAKARTA TAHUN 2022**

**GAMBARAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT SELAMA
PANDEMI COVID-19 PADA SISWA SMAN 1 MENUKUNG
KALIMANTAN BARAT TAHUN 2022**

SKRIPSI

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Keperawatan**

AJIS SUCIPTO

1702005

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM
YOGYAKARTA TAHUN 2022**

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul “Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat selama pandemi Covid-19 pada siswa SMAN 1 Menukung Kalimantan Barat tahun 2022” yang saya kerjakan untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi kesarjanaan di lingkungan institusi maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun, kecuali bagian yang sumber informasinya dicantumkan sebagaimana mestinya.

Jika dikemudian hari didapati bahwa hasil skripsi ini adalah tiruan dari skripsi lain, saya bersedia dikenai sanksi yaitu pencabutan gelar kesarjanaan saya.

Yogyakarta, 11 Juli 2022



Ajis Sucipto
1702005

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

**GAMBARAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT SELAMA
PANDEMI COVID-19 PADA SISWA SMAN 1 MENUKUNG
KALIMANTAN BARAT TAHUN 2022**

Disusun oleh:

AJIS SUCIPTO

NIM: 1702005

**Skripsi ini telah diperiksa oleh pembimbing dan disetujui untuk
dilaksanakan ujian hasil**

Yogyakarta, 7 Maret 2022

Pembimbing :

Isnanto, S. Kep., Ns., MAN

:

LEMBAR PENGESAHAN



Skripsi ini telah dipertabankan di hadapan tim penguji sidang pada tanggal,
01 Maret 2022 :

Ketua Penguji

Diah Pujiastuti, S.Kep., Ns., M.Kep

Penguji I

Ignasia Yunita Sari, S.Kep., Ns., M.Kep

Penguji II

Isnanto, S.Kep., Ns., MAN

Mengesahkan,
Ketua STIKES Bethesda Yakkum
Yogyakarta



Viv) Retno Intening, S.Kep., Ns., MAN

Mengetahui,
Ketua Prodi Sarjana Keperawatan
STIKES Bethesda Yakkum
Yogyakarta

Ethic Palupi, S. Kep., Ns., MNS

MOTTO

**“There is no success without hard word. There is no success without
togetherness. There is no difficulty without prayer”**

-Ridwan Kamil-

STIKES BETHESDA YAKKUMA

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Tuhan Yang Maha Esa yang selalu memberikan berlimpah berkat dan kasih-Nya kepada saya dalam proses yang ditempuh selama ini.
2. Kedua orang tua saya, Bapak Tinger dan Ibu Yohana Junah, yang selalu memberikan dukungan baik secara moril ataupun materi, doa dan kasih sayang kepada saya.
3. Orang terkasih Afrilia Findi yang tak henti memberikan saya dukungan dan motivasi dalam pengerjaan skripsi ini.
4. Sobat kontrakan Lempuyangan Wayan, Priabada Ajik, Kevin, Okta, Sipur, Vicky Om, Vicky Bowo, Agun, Rizky, Jeremy, Feliks, dan Aripin, yang selalu memberikan motivasi dan tak segan membantu dalam pengerjaan skripsi ini.
5. Bapak/Ibu dosen maupun karyawan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, terimakasih untuk segala dukungan, semangat, motivasi, bimbingan, didikan, dan ilmu yang telah diberikan kepada saya selama menempuh pendidikan di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

ABSTRAK

Ajis Sucipto. “Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Selama Pandemi Covid-19 pada Siswa SMAN 1 Menukung Kalimantan Barat Tahun 2022”

Latar Belakang: Upaya pencegahan penyebaran COVID-19 saat ini merupakan hal yang penting untuk dilakukan oleh masyarakat salah satunya yaitu dengan menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan 5M (mencuci tangan, memakai masker, menjaga jarak, menghindari kerumunan, mengurangi mobilitas) serta mengkonsumsi makanan bergizi seimbang, istirahat secara teratur, berolahraga dan berpikir positif. Berdasarkan fenomena yang ditemukan di tempat penelitian didapatkan bahwa masih banyak siswa berkerumun, jarang melakukan cuci tangan, jarang berolahraga, sering begadang sampai larut malam serta sering berpergian tanpa menggunakan masker

Tujuan: Mengetahui gambaran perilaku hidup bersih dan sehat selama pandemic Covid-19 pada siswa SMAN 1 Menukung Kalimantan Barat tahun 2021.

Metode: Jenis penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 300 orang. Teknik sampling menggunakan *simple randomsampling* dengan jumlah sampel sebanyak 60 orang. Analisis data menggunakan analisis *Deskriptif* dengan komputersasi.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 15% responden memiliki PHBS kurang, 36.7% memiliki PHBS cukup dan 48.3% responden memiliki PHBS baik.

Kesimpulan: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Selama Pandemic Covid-19 pada Siswa SMAN 1 Menukung Kalimantan Barat Tahun 2022 sebagian besar dalam kategori baik.

Saran: Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti tentang PHBS menggunakan metode kualitatif.

Kata kunci: PHBS – Covid19

xvii + 60 hal + 13 tabel + 2 skema + 12 lampiran

Kepustakaan: 37, 2013 - 2021

ABSTRACT

Ajis Sucipto. "Description of Clean and Healthy Living Behavior During the Covid-19 Pandemic in SMAN 1 Supporting Students in West Kalimantan in 2022"

Background: Efforts to prevent the spread of COVID-19 are currently important for the community, one of which is by implementing Clean and Healthy Lifestyle (PHBS) with 5M (washing hands, wearing masks, keeping a distance, avoiding crowds, reducing mobility) as well as consuming a balanced nutritious diet, taking regular breaks, exercising and thinking positively. Based on the phenomena found in the research area, it was found that there were still many students in crowds, rarely washing their hands, rarely exercising, often staying up late at night and often traveling without wearing a mask

Objective: To describe the description of clean and healthy living behavior during the Covid-19 pandemic in students of SMAN 1 Menkung West Kalimantan in 2021.

Methods: This type of research is descriptive. The population in this study amounted to 300 people. The sampling technique used simple random sampling with a total sample of 60 people. Data analysis using descriptive with computerization.

Results: The results showed that 15% of respondents had poor PHBS, 36.7% had sufficient PHBS and 48.3% of respondents had good PHBS.

Conclusion: Clean and Healthy Life Behavior During the Covid-19 Pandemic in SMAN 1 Menkung West Kalimantan Students in 2022 mostly in the good category.

Suggestion: For further researchers, it is recommended to conduct research on the same topic using qualitative methods.

Keywords: PHBS – Covid19

xvii + 60 pages + 13 tables + 2 schemas + 12 attachments

Bibliography: 37, 2013 - 2021

PRAKATA

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas segala berkat dan perlindungan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat selama pandemi Covid-19 pada siswa SMAN 1 Menukung Kalimantan Barat tahun 2022”. Skripsi ini disusun bertujuan untuk memenuhi salah satu syarat dalam menempuh pendidikan Program Studi Sarjana Keperawatan di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.

Peneliti banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak selama proses penyusunan skripsi ini, untuk itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Emanuel Resi, S.Ag selaku Kepala Sekolah SMAN 1 Menukung Kalimantan Barat
2. Ibu Vivi Retno Intening, S.Kep., Ns., MAN selaku Ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
3. Ibu Nurlia Ikaningtyas, S. Kep., Ns., M. Kep., Sp. Kep.MB, selaku Wakil Ketua I Bidang Akademik STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta
4. Ibu Ethic Palupi, S.Kep., Ns., MNS selaku Ketua Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta
5. Bapak Isnanto, S. Kep., Ns., MAN, selaku Pembimbing dan penguji 2 yang telah bersedia membimbing dalam pembuatan skripsi serta memberikan kritik dan saran untuk perbaikan skripsi
6. Ibu Diah Pujiastuti, S.Kep., Ns., M.Kep selaku ketua penguji yang bersedia menguji dalam seminar skripsi saya

7. Bapak dan Ibu dosen STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah memberikan ilmu selama peneliti menempuh pendidikan.
8. Seluruh Staf karyawan Perpustakaan dan karyawan Tata Usaha STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah membantu dalam kelancaran penyusunan skripsi ini.
9. Bapak Tinger dan Ibu Yohana Junah serta seluruh keluarga yang selalu memberikan dukungan doa dan materil dalam menempuh studi
10. Teman-teman mahasiswa Kelas A dan B Prodi Sarjana Keperawatan angkatan 2017 STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta dan semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.
11. Teman kontrakan Kevin Paul P, Alpha P, Oktavian Bayu, Vicky Indra, Vicky Maranata S, Yonas Irvan P, Purwanto Panca, Priabada Aji, Wayan Agus W, Jeremi T, Risky W

Peneliti menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan. Untuk itu, peneliti mengharapkan saran dan kritikan yang bersifat membangun demi perbaikan selanjutnya. Semoga skripsi ini dapat dilakukan penelitian selanjutnya.

Yogyakarta, 11 Juli 2022



Peneliti

DAFTAR ISI

| | |
|-----------------------------------|------|
| SAMPUL | |
| HALAMAN JUDUL..... | i |
| HALAMAN KEASLIAN PENELITIAN | ii |
| HALAMAN PERSETUJUAN..... | iii |
| HALAMAN PENGESAHAN..... | iv |
| MOTTO | v |
| PERSEMBAHAN..... | vi |
| ABSTRAK..... | vii |
| ABSTRACT..... | viii |
| PRAKATA..... | xi |
| DAFTAR ISI..... | xi |
| DAFTAR TABEL..... | xiv |
| DAFTAR SKEMA..... | xv |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | xvi |
| BAB I : PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| B. Rumusan Masalah | 4 |
| C. Tujuan Penelitian..... | 4 |
| D. Manfaat Penelitian..... | 4 |
| E. Keaslian Penelitian..... | 6 |
| BAB II: TINJAUAN PUSTAKA..... | 9 |
| A. Landasan Teori..... | 9 |
| a. Pengertian..... | 9 |
| 1. Covid-19..... | 9 |

| | |
|---|--------|
| b. Etiologi Covid-19 | 9 |
| c. Manifestasi Covid-19 | 10 |
| d. Penularan Covid-19 | 10 |
| e. Pemeriksaan Fisik dan Tes Diagnostik | 11 |
| f. Pencegahan Covid-19 | 17 |
| 2. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)..... | 18 |
| a. Pengertian..... | 18 |
| b. Tujuan dan Manfaat Perilaku Hidup Bersih dan Sehat | 19 |
| c. Klasifikasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat | 20 |
| 3. Siswa | 24 |
| a. Pengertian | 24 |
| b. Kebutuhan-Kebutuhan Siswa | 25 |
| c. Tugas Perkembangan Siswa | 25 |
| B. Kerangka Teori..... | 26 |
| C. Kerangka Konsep | 27 |
| D. Pertanyaan Penelitian | 27 |
| E. Variabel Penelitian | 27 |
| 1. Definisi Konseptual..... | 27 |
| 2. Definisi Operasional..... | 29 |
| BAB III : METODE PENELITIAN | 30 |
| A. Desain Penelitian..... | 30 |
| B. Waktu dan Tempat Penelitian | 30 |
| C. Populasi dan Sampel | 30 |
| D. Instrumen Penelitian..... | 32 |
| 1. Covid-19..... <i>x·i</i> | 9 |

| | |
|---|-----------|
| E. Uji Validitas dan Reliabilitas | 34 |
| F. Etika Penelitian | 36 |
| G. Pengumpulan Data | 38 |
| H. Analisis Data | 40 |
| BAB IV: HASIL DAN PEMBAHASAN | 41 |
| A. Hasil | 41 |
| B. Pembahasan | 48 |
| C. Keterbatasan Penelitian | 53 |
| BAB V: KESIMPULAN DAN SARAN | 55 |
| A. Kesimpulan | 55 |
| B. Saran | 55 |
| DAFTAR PUSTAKA | 57 |
| LAMPIRAN | |

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 1 Keaslian Penelitian..... | 6 |
| Table 2 Definisi Operasional | 29 |
| Tabel 3 Kisi-Kisi Umum..... | 34 |
| Tabel 4 Kisi-Kisi Khusus..... | 34 |
| Table 5 Karakteristik responden siswa SMAN 1 Menukung Kalimantan Barat tahun 2021 | 41 |
| Tabel 6 Distribusi frekuensi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat selama pandemi Covid-19 pada siswa SMAN 1 Menukung Kalimantan Barat tahun 2021 | 42 |
| Tabel 7 Distribusi frekuensi indikator makan dengan menu seimbang | 43 |
| Tabel 8 Distribusi frekuensi indikator olahraga teratur | 43 |
| Tabel 9 Distribusi frekuensi indikator tidak merokok | 44 |
| Tabel 10 Distribusi frekuensi indikator tidak minum-minuman keras dan narkoba | 44 |
| Tabel 11 Distribusi frekuensi indikator mengendalikan stress | 45 |
| Tabel 12 Distribusi frekuensi indikator perilaku atau gaya hidup positif | 46 |
| Tabel 13 Distribusi frekuensi indikator protocol Kesehatan..... | 46 |

| | |
|------------------------------|----|
| Skema 1 Kerangka Teori..... | 26 |
| Skema 2 Kerangka Konsep..... | 27 |

STIKES BETHESDA YAKKUM

Lampiran 1. Surat Ijin Studi Awal

Lampiran 2. Surat Uji Validitas dan Reliabilitas

Lampiran 3. Surat *Ethical Clereance*

Lampiran 4. Surat Ijin Studi Pendahuluan

Lampiran 5. Lembar *Informed Consent*

Lampiran 6. Lembar Penjelasan Penelitian

Lampiran 7. Permohonan Menjadi Asisten

Lampiran 8. Lembar Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 9. Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 10. Kuisisioner Penelitian

Lampiran 11. Hasil Uji Validitas, Data Mentah, Tabel Umum dan Khusus

Lampiran 12. Lembar Konsultasi

STIKES BETHESDA YAKKUM