

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Melakukan aktivitas olahraga sesuai dengan kebutuhannya masing-masing, yaitu untuk menjaga kesehatan, kebugaran, dan pemulihan dari sakit. Semua itu bertujuan sama yaitu untuk mendapatkan kesehatan. Kesehatan adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa, dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Pemeliharaan kesehatan adalah upaya penanggulangan dan pencegahan gangguan kesehatan yang memerlukan pemeriksaan, pengobatan dan perawatan termasuk kehamilan dan persalinan.¹

Ada empat faktor yang mempengaruhi kesehatan (keturunan, lingkungan, perilaku dan pelayanan kesehatan).² Disamping berpengaruh langsung kepada kesehatan, juga berpengaruh pada status sosial yang lainya seperti pendidikan, agama, keturunan. Status kesehatan akan tercapai secara baik bilamana keempat faktor tersebut secara bersama-sama mempunyai kondisi yang baik.

¹ Yayasan Lembaga Bantuan Hukum Indonesia, *Pusat Studi Hukum dan Kebijakan Indonesia*, "Panduan bantuan hukum di Indonesia: pedoman anda memahami dan menyelesaikan masalah hukum", Yayasan Obor Indonesia, 2006 h 32

² Soekidjo notaatmodjo, *Kesehatan Masyarakat* (Jakarta; Rinerka Cipta, 2007), hal 108

Manusia selalu hidup dan berada disuatu tempat yang dinamakan lingkungan, seperti lingkungan tempat tinggal, tempat belajar, tempat bekerja dan sebagainya, Kesehatan lingkungan pada hakikatnya adalah suatu kondisi atau keadaan lingkungan yang optimum sehingga berpengaruh positif terhadap terwujudnya status kesehatan yang baik. Usaha memperbaiki atau meningkatkan kondisi lingkungan, dimasyarakat itu berbeda-beda dan bervariasi tergantung dari strata sosilanya, usaha yang paling sederhana sampai pada yang paling moderen, kesehatan lingkungan di negara-negara yang sedang berkembang adalah berkisar pada sanitasi, penyediaan air minum, perumahan, pembuangan sampah, dan pembuangan air limbah (air kotor). Jadi guna akan pentingnya kesehatan lingkungan sangat penting sekali. Contohnya saja di lingkungan sekolah yang sangat berperan sekali untuk menciptakan kenyamanan kegiatan belajar mengajar di sekoiah. Seperti kamar mandi yang kurang sehat dan bersih atau jorok dapat menimbulkan suasana yang kurang nyaman sehingga menimbulkan bau ke dalam kelas dan akan membuat kegiatan belajar mengajar akan terganggu. Kemudian dibuatnya halaman atau menanam pohon-pohon, dengan adanya halaman sekolah kesehatan lebih aman, sehat, rindang, dan asri.

Sekolah adalah lembaga yang berpengaruh besar dalam mendidik karakter sikap hidupnya bisa dikatakan sangat mempengaruhi hidupnya, sekolah ini diharapkan membawa dampak yang positif yang bisa di ambil dari setiap aspeknya yang akan membawa perubahan dari sikap yang bisa

ditanamkan dan berubah menjadi sikap yang mengarah pada tercapainya tujuan yang diinginkan yaitu mencerdaskan kehidupan bangsa yang berkarakter dan berbudi luhur banyak sekali sekolah yang kurang memperhatikan akan pentingnya menanamkan pola hidup sehat secara mendalam selain akademis karena dinilai hal yang biasa, namun penulis menemukan adanya keterkaitan yang nampak secara jelas bahwa dari setiap aspek kehidupan yang ada saling mempengaruhi satu sama lain bukan hanya dilingkungan sekolah semuanya saling berkaitan. tentunya salah satunya sikap hidup sehat penulis menilai hal yang perlu di perhatikan.

Sikap hidup sehat pada dasarnya bisa dibangun oleh setiap manusia dengan penuh kesadaran dan di bangun secara terus menerus hingga dapat menjadi kebiasaan yang menjadi pola keseharian dengan cara dididik dan di kerjakan setiap hari dan itu semua merupakan sebuah proses yang panjang yang tidak bisa langsung terwujud dengan mudah. Pola hidup sehat sudah menjadi kewajiban bagi manusia dan di jadikan sebagai kebutuhan dasar bagi kehidupan manusia. Sehat merupakan factor yang mempengaruhi aktivitas yang di lakukan karena sebagai dasar untuk melakukan suatu pekerjaan, seperti belajar, mengajar, berolahraga, bermain. Dan lain-lain yang bersifat jasmaniah dan pada hakekatnya lingkungan hidup sebagai sumber utama kesehatan.

Sikap hidup sehat anak SMKN 26 Jakarta belum mencapai yang diharapkan dinilai dari kesadaran siswa sendiri yang selalu membuat lingkungan sekolah tidak bersih dan kebersihan diri pun belum bisa dilakukan karena belum tertanamnya Sikap hidup sehat pada dirinya contohnya tidak mencuci tangan sebelum makan hal tersebut dapat di jumpai di kantin sekolah, padahal sudah di sediakan tempat mencuci tangan. Kemudian diruang kelas yang tidak tertata rapi dan banyak sampah yang tidak terurus di dalam dan luar kelas padahal sudah di sediakan tempat untuk membuang sampah, tetap masih banyak siswa yang membuang sampah sembarangan di akibatkan belum memahami betapa pentingnya kesehatan. Cara membiasakan sikap hidup sehat yaitu dengan memakan makan yang bergizi, memelihara bagian tubuh yaitu alat-alat tubuh seperti telinga, mata kulit, hidung rambut memotong kuku jari dll, memelihara dan menjaga kebersihan pakaian, adanya pengaturan antara kegiatan dan istirahat yang baik, mengadakan kegiatan olahraga yang teratur yang bisa menjaga stamina tubuh agar tetap terjaga yang mengarah pada kesehatan jantung, paru-paru dan organ lainnya serta memelihara dan menjaga kebersihan rumah sekelilingnya. Seorang anak yang sehat baik jasmani dan rohani mempunyai sikap badan yang tegap, mukanya berseri-seri matanya bersih dan bersinar. Selalu riang gembira, tidak cepat putus asa. tidak merasa rendah diri, tidak mudah tersinggung, terampil, gesit, dan terlihat cerdas, dan pertumbuhan badannya berkembang secara baik.

Pelatihan dan penerapan Kesehatan ini dapat dimulai dari anak usia sekolah. Hal tersebut karena pada masa itu merupakan masa meletakkan landasan yang kuat bagi terwujudnya manusia yang sehat secara seutuhnya, yang akan menjadi modal dasar pembangunan sebuah bangsa.

Di sekolah sendiri ada Unit kesehatan Sekolah (UKS) yang memang merupakan pembinaan kesehatan anak usia sekolah UKS ini mempunyai program yang membina kesehatan di sekolah yang mengarah pada karakter yang bisa membentuk sikap hidup sehat.

Jadi dengan memberikan pengetahuan kesehatan kepada siswa-siswi diharapkan dapat merubah kebiasannya sehari-hari secara positif yang bermanfaat bagi kelangsungan hidupnya sesuai dengan prinsip hidup sehat sehingga siswa dapat meningkatkan aktivitas yang mengarah pada sikap hidup sehat. Seperti kesehatan pribadi kesehatan lingkungan, makanan. Zat - zat gizi dan penyakit menular. Berdasarkan penelitian ini dapat diketahui bagaimana hubungan antara pengetahuan kesehatan dengan sikap hidup sehat Siswa Siswi SMKN 26 Pembangunan Jakarta Timur.

Penulis ingin mengetahui lebih lanjut tentang “Hubungan Antara Pengetahuan Kesehatan Disekolah Dengan Sikap Hidup Sehat Disekolah Pada Siswa Kelas XI SMKN 26 JAKARTA TIMUR”, Oleh Karena itu Penulis akan melakukan penelitian.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka penulis dapat mengidentifikasi masalah - masalah yang terkait antara lain sebagai berikut:

1. Apakah pengetahuan kesehatan bagi siswa SMKN 26 Jakarta dapat mempengaruhi sikap hidup sehat ?
2. Apakah lingkungan di sekolah yang ada di sekitar SMKN 26 Jakarta sudah memenuhi Syarat-syarat Kesehatan?
3. Apakah terdapat hubungan antara pengetahuan kesehatan dengan sikap hidup sehat pada siswa-siswi SMKN 26 Jakarta ?
4. Apakah siswa SMKN 26 Jakarta dapat melakukan sikap hidup sehat dengan pengetahuan kesehatan?
5. Apakah kurangnya kesadaran sikap hidup sehat dapat mempengaruhi pengetahuan kesehatan?

C. Pembatasan Masalah

Dari latar belakang masalah dan identifikasi masalah di atas, maka penelitian ini penulis batasi :

" Hubungan antara pengetahuan kesehatan di sekolah dengan sikap hidup sehat di sekolah Siswa kelas XI SMKN 26 Jakarta Timur,?"

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan sebelumnya maka masalah penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

"Apakah terdapat hubungan antara pengetahuan kesehatan di sekolah dengan sikap hidup sehat di sekolah Siswa kelas XI SMKN 26 Jakarta Timur?"

E. Manfaat Penelitian

- **Manfaat bagi guru penjas**

1. Sebagai wawasan pengetahuan terutama yang berkaitan dengan pengetahuan kesehatan dan sikap hidup sehat.

- **Manfaat bagi siswa**

1. Sebagai sumber wawasan dan pengembangan pengetahuan tentang hubungan sikap hidup sehat dilingkungan sekolah,
2. Untuk merealisasikan dan menumbuhkan sikap hidup sehat pada siswa siswi SMKN 26 Jakarta
3. Mengetahui pengetahuan kesehatan apa saja yang bermanfaat bagi kesehatan dan lingkungan.