

PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA SISWA/I SMP KHARISMA BANGSA SEBELUM DAN SAAT SCHOOL FROM HOME

Miftah Mudrikah

Abstrak

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah perilaku yang dipraktikkan oleh setiap individu untuk meningkatkan kesehatannya. COVID-19 merupakan masalah kesehatan di seluruh dunia sejak awal tahun 2020. Penutupan sekolah menjadi salah satu usaha untuk memutus rantai penularan penyakit ini. Salah satu usaha individu untuk meningkatkan kesehatannya adalah dengan perilaku hidup bersih dan sehat. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perubahan perilaku hidup bersih dan sehat sebelum dan saat *school from home*. Metode penelitian ini adalah analitik observasional dengan desain potong lintang dan menggunakan metode consecutive sampling sebanyak 112 siswa/i SMP Kharisma Bangsa menjadi subjek penelitian. Kuesioner terdiri dari masing-masing 13 pertanyaan mengenai PHBS sebelum dan saat *school from home* dibagikan untuk diisi oleh responden. Hasil uji *T dependent* yang membandingkan PHBS sebelum dan saat *school from home* menunjukkan perbedaan yang signifikan pada seluruh poin pertanyaan. Tampak adanya peningkatan perilaku saat *school from home* pada perilaku mencuci tangan ($p=0,001$), membeli makanan yang tertutup di luar ($p=0,000$), membuang sampah di tempat sampah ($p=0,001$), sampah di tempat sampah di buang setiap hari ($p=0,012$), mengikuti dan melakukan olahraga rutin ($p=0,000$), buang air kecil di jamban ($p=0,005$), dan buang air besar di jamban ($p=0,000$). Sedangkan pada perilaku membeli jajan diluar, tidak membuang sampah dengan segera, malas dengan kegiatan olahraga dari sekolah, dan tidak menyiram jamban terdapat penurunan secara signifikan ($p=0,000$). Kesimpulan terdapat peningkatan pada perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa/i SMP Kharisma Bangsa selama masa diberlakukannya *school from home*.

Kata Kunci: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, Siswa SMP, *School From Home*

CLEAN AND HEALTHY LIFESTYLE IN STUDENTS OF JUNIOR HIGH SCHOOL KHARISMA BEFORE AND DURING SCHOOL FROM HOME

Miftah Mudrikah

Abstract

Clean and healthy lifestyle is a behavior that is practiced by each individual to improve his health. COVID-19 is a health problem in the world since early 2020. The closing of school is one of effort to break the chain of transmission this disease. The one of the individual effort to increase their health is to have clean and healthy lifestyle. The purpose of this research is to find out the change of clean and healthy lifestyle before and during school from home. This research is an observational analytic study with cross-sectional design and using consecutive sampling method to 112 students of Kharisma Bangsa Junior High School. The questionnaire consisted of 13 questions each about PHBS before and during school from home was distributed to be filled out by respondents. The results of the T dependent test comparing PHBS before and during school from home showed a significant difference in all question points. There appears to be an increase in behavior when school from home on hand behavior washing hand ($p=0.001$), buying closed food outside ($p=0.000$), throwing garbage in the trash ($p=0.001$), garbage in the trash is thrown away every day ($p=0.012$), participating and doing in routine exercise ($p=0.000$), urinate in the latrine ($p=0.005$), defecating in the latrine ($p=0.000$), while buying food from outside, do not throw garbage immediately, tend to avoid lecture with sports activities from school, and flushing the latrine not flushing the latrine cleanly after using it. In conclusion, there is an increase in clean and healthy lifestyle at students of Junior High School of Kharisma Bangsa during its term at school from home.

Keywords: Clean and Healthy Lifestyle, Junior High School Student, School From Home