

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Tinjauan Teori**

##### **1. Edukasi/Pendidikan Kesehatan**

###### **a. Pengertian Edukasi/Pendidikan Kesehatan**

Pendidikan atau edukasi menurut Decsa (2021), adalah proses perubahan sikap dan perilaku individu atau kelompok orang untuk mendewasakan manusia melalui segala situasi, peristiwa, atau usaha dalam pendidikan dan pelatihan. Edukasi perlu diberikan pada individu seumur hidup, mulai dari awal mampu memahami sesuatu hingga akhir hayat. Hal ini dikarenakan semua kegiatan pada aspek kehidupan sehari-hari memerlukan edukasi.

Sedangkan menurut Notoatmodjo (2003) dalam M. Ilyas dkk (2020) Edukasi atau Pendidikan adalah usaha yang disengaja untuk melakukan apa yang diinginkan seseorang untuk mempengaruhi dan bertindak sebagai bentuk kegiatannya, baik individu, kelompok atau masyarakat. Jadi edukasi merupakan suatu kegiatan atau proses memberikan pengetahuan kepada seseorang sehingga dari yang tadinya belum tahu menjadi mengetahuinya dan dapat melakukan hal yang diedukasikan tersebut.

Edukasi terdiri dari berbagai bidang atau materi salah satunya yaitu edukasi kesehatan. Edukasi kesehatan merupakan aktivitas yg bertujuan meningkatkan pengetahuan & kesadaran masyarakat guna memelihara dan meningkatkan kesehatan sendiri.

Oleh karena itu, edukasi kesehatan perlu dilakukan agar dapat merubah seseorang dari segi pengetahuan, sikap maupun perilaku (Heri, 2009).

b. Tujuan Pendidikan Kesehatan

WHO (1954) dalam Heri (2009) menyatakan bahwa secara umum, tujuan pendidikan kesehatan adalah mengubah perilaku individu atau masyarakat di bidang kesehatan. Akan tetapi, perilaku mencakup hal yang luas sehingga perilaku perlu dikategorikan secara mendasar sehingga rumusan tujuan pendidikan kesehatan dapat dirinci sebagai berikut :

- 1) Menjadikan kesehatan sebagai sesuatu yang bernilai di masyarakat. oleh sebab itu, pendidik kesehatan bertanggung jawab mengarahkan caracara hidup sehat menjadi kebiasaan hidup masyarakat sehari-hari.
- 2) Menolong individu agar mampu secara mandiri atau berkelompok mengadakan kegiatan untuk mencapai tujuan hidup sehat.
- 3) Mendorong pengembangan dan penggunaan secara tepat sarana pelayanan kesehatan yang ada. Penggunaan fasilitas pelayanan yang ada mungkin berlebihan atau bahkan sakit, tetapi fasilitas kesehatan yang ada tidak dimanfaatkan dengan baik.

c. Ruang Lingkup Pendidikan Kesehatan

Baik ilmu pengetahuan maupun seni, ruang lingkup pendidikan kesehatan sangat luas dan merupakan faktor dalam upaya mencakup aspek kehidupan masyarakat dan meningkatkan kesehatan dan kondisi sosial masyarakat (berkaitan erat dengan ilmu sosial budaya). , Ini juga memberikan dukungan untuk program kesehatan apa pun. Cakupan pendidikan kesehatan tergantung pada aspek kesehatan, urutan atau lokasi persalinan, dan tingkat pencapaiannya (Notoatmodjo, 2003).

## 1) Aspek Kesehatan

### a) Pencegahan tingkat pertama (primer)

Sasaran pendidikan adalah kelompok resiko tinggi seperti ibu hamil dan menyusui, perokok, obesitas dan pekerja seks. Tujuan upaya pendidikan adalah menghindarkan mereka tidak jatuh sakit atau terkena penyakit.

### b) Pencegahan tingkat kedua (sekunder)

Sasaran pendidikan adalah penderita penyakit kronis seperti asma, DM, dan TBC. Tujuan pendidikan adalah memberi penderita kemampuan mencegah penyakitnya bertambah parah.

### c) Pencegahan tingkat ketiga (tersier)

Sasaran Pendidikan adalah kelompok pasien yang baru sembuh. Tujuannya agar pasien cepat pulih dan meminimalkan kecacatan.

## 2. Media Promosi Kesehatan

### a. Pengertian Media Promosi Kesehatan

Media Media atau medium adalah bahasa latin yang berarti perantara yang dapat memanipulasi, memvisualisasikan, mendengar, membaca, atau berdiskusi dengan alat yang digunakan. Media juga diartikan dalam bahasa Arab sebagai penengah pesan dari pengirim kepada penerima pesan (Septy et al, 2021).

Media sering diartikan sebagai benda grafis, foto, atau benda elektronik yang digunakan untuk mengolah informasi untuk pembelajaran. Seperti halnya media merupakan alat atau objek untuk berkomunikasi (Ega, 2016).

Berdasarkan penjelasan tersebut, Ega (2016) juga merupakan media karena media dapat berupa orang, bahan, atau peristiwa yang dapat membimbing siswa untuk memperoleh pengetahuan, keterampilan, atau sikap yang dapat digunakan sebagai alat bantu belajar.

Media pembelajaran adalah media perangkat lunak dan perangkat keras yang dapat merangsang pikiran, perasaan, perhatian, dan minat peserta didik sedemikian rupa sehingga proses pembelajaran lebih terfokus baik di dalam maupun di luar kelas, dapat digunakan untuk memberikan bahan ajar kepada siswa. (Niswardi Jalmur, 2016).

Berdasarkan klasifikasi tersebut, setiap media pembelajaran memiliki karakteristiknya masing-masing. Hal ini terlihat dari penampilan media. Dalam memilih media pembelajaran yang akan digunakan, guru dapat menggunakan media pembelajaran sesuai dengan situasi pembelajaran.

#### b. Tujuan Penggunaan Media

Menurut notoatmojo ( 2005 ) Tujuan penggunaan media promosi kesehatan adalah

1. Media dapat mempermudah penyebaran informasi
2. Media dapat menghindari kesalahpahaman
3. Media dapat memperjelas informasi yang disampaikan
4. Media dapat mempermudah pemahaman
5. Media yang dapat mengurangi komunikasi verbal
6. Sarana yang dapat menampilkan objek yang dapat ditangkap oleh mata
7. Media yang dapat memperlancar komunikasi, dkk.

#### c. Prinsip Penggunaan Media

Menurut Notoatmodjo (2005) Dalam penggunaan media promosi kesehatan ada beberapa prinsip. Prinsip-prinsip tersebut adalah :

1. Semakin banyak indera yang digunakan untuk menerima pesan dan informasi kesehatan dari suatu media, semakin tinggi tingkat pemahaman atau kejelasan pesan yang diterima.
2. Setiap jenis kendaraan yang digunakan tentunya memiliki kelebihan dan kekurangannya
3. Penggunaan berbagai media memang perlu namun tidak berlebihan dalam penggunaannya
4. Pengguna media dapat mempromosikan tujuan yang berperan aktif dalam menyampaikan informasi atau pesan
5. Rencanakan media dengan matang dimaksudkan untuk digunakan atau dikonsumsi
6. Hindari penggunaan media sebagai pengalih perhatian atau hanya untuk mengisi waktu luang. Bersiaplah sepenuhnya untuk penggunaan media penggunaannya.

d. Klasifikasi media

Menurut Medoff And Kaye (2011) berbagai media memiliki karakteristiknya masing-masing. Karakteristik tersebut yaitu sebagai berikut :

- 1) Audiens, media tradisional dapat berbeda tergantung audiens yang diraihnya.
- 2) Waktu, media dapat berbeda tergantung apakah media ini ditransmisikan secara sinkronis atau asinkronis.
- 3) Tampilan, media satu dengan yang lainnya memiliki tampilan yang berbeda.
- 4) Interaktivitas, media mempunyai tingkat interaksi yang berbeda-beda. Maksudnya adalah penerima pesan dapat memberikan tanggapan atau umpan balik kepada sumber informasi.
- 5) Jarak, pesan dapat diinformasikan baik dari jarak yang dekat hingga yang jauh.

- 6) Penyimpanan, masing-masing media berbeda cara dan tempat untuk penyimpanannya.

Media pada dasarnya terdiri dari tiga elemen utama: suara, video, dan gerakan. Tergantung pada format informasi yang digunakan, media dapat dikelompokkan sebagai berikut:

- 1) Media cetak (grafik, barang cetakan, surat kabar, majalah, poster, pamflet, dll)
- 2) Media proyeksi gambar diam (menggunakan slide, film, dll.)
- 3) Media audio (melalui telepon, rekaman, podcast, dll)
- 4) Media siaran (live via TV, radio, internet)
- 5) Film (direkam atau langsung melalui internet)
- 6) Internet (melalui situs web, situs, dll.)
- 7) Permainan atau permainan

Menurut Santrianawati (2018), klasifikasi atau jenis media dapat dibagi menjadi empat kategori.

- 1) Media visual adalah media yang dapat dilihat. Media ini tergantung pada visi. Contoh: foto, foto, kartun, poster, majalah, buku, buku 3D atau buku pop-up dll.
- 2) Media audio adalah media yang dapat didengar. Media ini mengandalkan sensasi telinga sebagai saluran. Contoh: suara, musik, lagu, radio, dll.
- 3) Media audiovisual adalah media yang dapat dilihat bersamaan dengan mendengarkan. Media ini menggerakkan pendengaran dan penglihatan secara bersamaan. Contoh: TV, film, VCD, dll.

Multimedia, semua jenis media digabungkan menjadi satu. Contoh: Internet.

#### e. Kelebihan dan Kekurangan Media

Berdasarkan Kelebihan dan kekurangan dari masing-masing media menurut Rifai (2007) dalam dr.Abdul (2021) ialah sebagai berikut :

1) Media visual

Kelebihan :

- a) Siswa akan melihat pesan secara konkrit, yang akan membantu memudahkan pemahaman mereka terhadap pesan yang disajikan.
- b) Dihiasi dengan warna-warna yang lebih menarik bagi siswa.
- c) Pembuatannya relatif mudah dan murah.

Kekurangan

- a) Keahlian manufaktur khusus diperlukan.
- b) Menyajikan unsur visual agar tidak memperparah indera siswa

2) Media audio

Kelebihan

- a) Lebih murah daripada TV dan memiliki berbagai acara.
- b) Mudah dipindahkan.
- c) Bila digunakan dalam kombinasi dengan perekam radio, dapat diulang dan dimainkan.
- d) Dapat merangsang partisipasi aktif pendengaran siswa dan mengembangkan imajinasinya seperti menulis dan menggambar.

Kekurangan

- a) Perlu untuk memperoleh pemahaman melalui pembelajaran khusus karena perlu untuk fokus dan memahami pengalaman tetap yang spesifik.
- b) Media audio yang mewakili simbol dan analog dalam bentuk pendengaran bersifat abstrak dan mungkin memerlukan dukungan pengalaman visual.

c) Tingkat pengetahuan abstrak hanya dapat dikendalikan oleh tingkat kosa kata atau penguasaan bahasa dan struktur kalimat.

d) Media ini memberikan pelayanan yang baik hanya kepada mereka yang sudah memiliki kemampuan berpikir abstrak.

e) Pemunculan ekspresi emosi atau lambang lain yang sejenis dalam bentuk suara harus disertai dengan khasanah pengalaman serupa dari penerimanya.

### 3) Media audiovisual

#### Kelebihan

a) Pemakainnya tidak membosankan.

b) Hasilnya lebih mudah untuk dimengerti dan dipahami.

#### Kekurangan

a) Pelaksanaan membutuhkan waktu yang cukup lama.

b) Pelaksanaannya membutuhkan lahan yang luas.

c. Biayanya relatif mahal.

d) Media audiovisual tidak dapat digunakan kapan saja, di mana saja karena cenderung tetap pada tempatnya.

### 4) Multimedia

#### Kelebihan

a. Memberikan kesempatan kepada siswa untuk belajar secara individu atau kelompok.

b. Untuk memudahkan guru dalam memberikan materi, media komputer juga memberikan insentif yang cukup untuk memotivasi siswa dalam belajar.

- c. Dapat digunakan secara individu untuk memberi siswa lebih banyak fleksibilitas dalam prosesnya.
- d. Bekerja dengan media ini tidak memakan banyak waktu.
- e. Menjadi interaktif, siswa menerima umpan balik langsung dari media.
- f. Dilengkapi dengan fungsi pendukung seperti back sound dan volume yang dapat diatur sesuai dengan kenyaringan suara.
- g. Siswa dapat mengakses internet dengan sekali klik.

#### Kekurangan

- a) Harga relatif tinggi dan tidak semua sekolah dapat menawarkannya.
- b) Berdampak positif dan negatif bagi siswa jika tidak berhasil membuka website non-edukasi.
- c) Multimedia interaktif ini terbatas pada pokok bahasan yang menggunakan software grafis saja.

### 3. Buku Saku

#### a. Definisi Buku Saku

Buku saku merupakan salah satu jenis media cetak yang berukuran kecil dan ringan, dapat dimasukkan ke dalam saku baju dan mudah dibawa serta dibaca dimana saja dan kapan saja. Tingkat pemanfaatan dompet sangat luas. Buku saku dapat dimanfaatkan dalam menyampaikan sosialisasi atau memperkenalkan suatu mata pelajaran atau materi tertentu yang dikenalkan kepada masyarakat luas. Seorang spesialis dapat menjadikan Buku saku sebagai sarana sosialisasi atau menyampaikan materi yang berkaitan dengan ilmu klinisnya kemudian sangat baik dapat dibuat oleh suatu organisasi dalam memamerkan barang-barang, dibuat oleh spesialis sebagai alat untuk membaurkan pedoman tertentu, yang dibuat oleh seorang pendidik untuk bekerja dengan alat angkut untuk warga

belajar. Hizair (2013: 108) menyatakan bahwa Buku saku adalah media cetak kecil yang dapat disimpan di saku pakaian dan pada dasarnya dapat dibawa kemana saja.

b. Karakteristik Buku Saku

Karakteristik buku saku dari hasil pemeriksaan Rahmawati, Sudarmin, dan Pukam (2013:162-163) menunjukkan bahwa buku saku memiliki kualitas yang dapat meningkatkan kegairahan siswa untuk belajar dan menunjukkan minat selama latihan pembelajaran. Siswa bersemangat dan fokus pada penyampaian guru sehingga menjelang akhir tindakan pembelajaran semua siswa dapat menanggapi pertanyaan yang dicobakan. Akomodasi materi dapat diketahui dan dilihat dengan baik jika setiap siswa dapat menyusun pemikirannya dalam menghadapi informasi yang telah ditangkap selama pengalaman pendidikan.

c. Kelebihan Buku Saku

Buku saku menampilkan bahan belajar warga sebagai media cetak. Indriana (2011: 64) mengungkap beberapa manfaat Buku saku: 1) Barang-barang dalam buku dapat dirasakan oleh penghuni belajar sesuai dengan kebutuhannya, daya tariknya, dan memiliki tarif yang bervariasi. 2) Layak untuk dibawa kemana saja sehingga cenderung terkonsentrasi dimana saja. 3) Memiliki rencana yang memikat dan lengkap dengan nada dan gambar. Buku saku memiliki atribut yang tidak setara dengan barang pameran lainnya, hal ini harus terlihat dari ukuran dan kewajaran penggunaannya. Ukuran Buku saku yang kecil akan memudahkan penghuninya untuk menguasai barang-barang tersebut dalam menelusuri di mana saja dan kapan saja. Meskipun ukurannya kecil, Buku saku memiliki materi yang

lengkap yang dapat diakses secara garis besar sehingga para siswa maju dengan cepat untuk memahami isi dari materi tersebut.

d. Kekurangan Buku Saku

Indriana (2011: 64) mengungkapkan bahwa selain manfaat media cetak juga memiliki kekurangan sebagai berikut:

1. Menghabiskan sebagian besar hari untuk membuatnya
2. Ada pertaruhan mengurangi keuntungan pembaca setiap kali dicetak dengan ketebalan tertentu
3. Jika batasannya tidak besar, itu berisiko dirugikan tanpa masalah
4. Sistem perakitan menghabiskan sebagian besar hari.

4. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) adalah seperangkat perilaku yang dipraktikkan berdasarkan persepsi diri yang dihasilkan dari pembelajaran perilaku hidup bersih dan sehat yang diterapkan pada lima konteks, yaitu: mengatur keluarga, sekolah, fasilitas kesehatan, tempat kerja, dan tempat-tempat umum. Program ini mengajarkan dan memberdayakan individu, keluarga, kelompok dan masyarakat dengan memberikan komunikasi, informasi, pendidikan, untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan sikap dalam perilaku hidup bersih dan sehat melalui kepemimpinan (advokasi), pembangunan suasana (dukungan sosial) dan pemberdayaan masyarakat (Depkes RI, 2008).

a. PHBS dalam Struktur Sekolah

PHBS Sekolah adalah seperangkat perilaku yang dipraktikkan oleh siswa, guru, dan masyarakat di lingkungan sekolah berdasarkan hasil belajar yang dirasakan, sehingga mereka dapat secara mandiri melakukan pencegahan

penyakit, meningkatkan kesehatan dan berperan aktif dalam mencapai lingkungan yang sehat.

Sekolah yang sehat adalah sekolah yang mampu mempertahankan lingkungan yang kondusif untuk meningkatkan kesehatan siswa, guru, dan lingkungan sekolah sehingga mereka dapat mengoptimalkan pertumbuhan fisik dan mental mereka. Serta pengembangan intelektual siswa melalui upaya kesehatan.

Pemantapan PHBS di sekolah merupakan kebutuhan mutlak mengingat munculnya berbagai penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah, yang notabene sering dikaitkan dengan PHBS.

#### b. Sasaran PHBS di Tatanan Sekolah

Dalam program pembinaan PHBS ini diarahkan pada sasaran utamayaitu PHBS Tatanan Sekolah yaitu siswa, warga sekolah (kepala sekolah, guru, karyawan sekolah, komite sekolah dan orangtua siswa) dan masyarakat lingkungan sekolah (penjaga kantin dan satpam) (Proverawati, 2012)

#### c. Pelaksanaan PHBS di Tatanan Sekolah

Menurut Depkes RI (2009), indikator PHBS di sekolah terdiri dari 8 indikator yaitu :

1. Mencuci tangan dengan air yang mengalir dan memakai sabun
2. Mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah
3. Menggunakan jamban yang bersih dan sehat
4. Olahraga yang teratur dan terukur
5. Memberantas jentik nyamuk
6. Tidak merokok di sekolah

7. Menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap bulan
8. Membuang sampah pada tempat
- Mencuci tangan dengan air yang mengalir dan memakai sabun

Menurut WHO (2005) dalam Depkes RI (2006), ada 2 cara dalam melakukan cuci tangan yaitu : (1) mencuci tangan dengan menggunakan sabun dan air, (2) mencuci tangan dengan menggunakan larutan berbasis alkohol. Langkah-langkah mencuci tangan dengan menggunakan sabun dan air yang mengalir yaitu:

1. Basuh tangan dengan air
2. Tuangkan sabun secukupnya
3. Ratakan dengan kedua telapak tangan
4. Gosok punggung dan sela-sela jari tangan kiri dengan tangan kanan dan sebaliknya
5. Gosok kedua telapak tangan dan sela-sela jari
6. Jari-jari sisi dalam dari kedua tangan saling mengunci
7. Gosok ibu jari kiri berputar dalam gengaman tangan kanan dan lakukan sebaliknya
8. Gosokkan dengan memutar ujung jari-jari tangan kanan ditelapak tangan kiri dan sebaliknya
9. Gosok pergelangan tangan kiri dengan menggunakan tangan kanan dan lakukan sebaliknya
10. Bilas kedua tangan dengan air
11. Keringkan dengan handuk sekali pakai sampai benar-benar kering
12. Gunakan handuk tersebut untuk menutup kran
13. Kedua tangan telah aman

Pada langkah nomor 3 sampai dengan nomor 9 merupakan langkah cuci tangan dengan menggunakan sabun sedangkan langkah nomor 2 sampai nomor 8 merupakan langkah cuci tangan dengan menggunakan berbahan dasar alkohol yang dikenal sebagai 7 langkah hygiene tangan dan menjadi dasar pedoman prosedur tetap mencuci tangan rumah sakit di Indonesia.

- Mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah

Menurut Evayanti (2014), sekolah sebaiknya menyediakan warung sekolah sehat dengan makanan yang mengandung gizi seimbang dan bervariasi sehingga membuat tubuh siswa yang mengonsumsi makanan/jajanan tersebut menjadi sehat dan kuat sehingga angka ketidakhadiran siswa menjadi menurun dan proses belajar berjalan dengan baik

Menurut penelitian Kristianto (2009), menunjukkan bahwa pada makanan jajanan pada anak sekolah dasar yang dijual dilingkungan sekolah maupun diluar lingkungan sekolah tidak memenuhi syarat syarat keamanan karena penggunaan bahan berbahaya yang dilarang seperti formalin (71,4%), boraks (23,5%), dan rhodamin B (18,5%)

- Menggunakan jamban yang bersih dan sehat

Penggunaan jamban yang bersih dan sehat setiap buang air besar dan buang air kecil dapat menjaga lingkungan sekolah disekitar sekolah menjadi bersih , sehat serta tidak berbau. Penggunaan jamban yang bersih dan sehat dapat juga mencegah terjadinya pencemaran air yang ada dilingkungan sekolah serta juga dapat menghindari adanya lalat dan serangga yang dapat menimbulkan berbagai penyakit seperti penyakit diare, demam tifoid, serta kecacingan (Evayanti, 2012).

- Olahraga yang Teratur dan Terukur

Olahraga yang teratur dan terukur dapat memelihara kesehatan fisik dan mental pada diri siswa serta dapat meningkatkan kebugaran tubuh siswa sehingga siswa tidak mudah jatuh sakit. Olahraga yang teratur dan terukur dapat dilakukan dilingkungan sekolah yang dilakukan secara bersama-sama oleh masyarakat yang berada dilingkungan sekolah seperti karyawan sekolah, komite, penjaga kantin, serta satpam (Evayanti, 2012).

- Memberantas Jentik Nyamuk

Menurut Evayanti (2012), memberantas jentik nyamuk dilingkungan sekolah dibuktikannya dengan tidak ada ditemukannya jentik nyamuk pada penampungan air, bak mandi, gentong air, vas bunga, pot bunga/alas bunga, serta barang-barang bekas atau tempat-tempat yang dapat menampung air yang ada dilingkungan sekolah. Kegiatan pemberantasan nyamuk (PSN) dilingkungan sekolah dengan menguras dan menutup tempat penampungan air, mengubur barang-barang bekas, serta menghindari gigitan nyamuk. Lingkungan sekolah yang bebas dari jentik nyamuk dapat mencegah terjadinya penularan penyakit demam berdarah, chikunya, filariasis, dan malaria.

- Tidak Merokok di Sekolah

Menurut Proverawati (2012), dalam satu batang rokok yang dihisap akan dikeluarkan sekitar 4.000 bahan kimia berbahaya seperti nikotin, tar dan carbon monoksida (CO). Nikotin dapat menyebabkan ketagihan dan merusak jantung serta aliran darah. Tar dapat menyebabkan kerusakan sel paru-paru dan kanker sedangkan gas CO dapat menyebabkan berkurangnya kemampuan darah membawa oksigen yang akan membuat sel-sel dalam tubuh akan mati. Menurut Riset Dasar Kesehatan (2007), sebagian besar perokok mulai merokok ketika mereka masih anak-anak atau remaja yaitu pada usia 10-14 tahun sebesar 13,6%

dan angka tersebut mengalami peningkatan pada tahun 2010 yaitu sebesar 27,7%. Menurut penelitian Rahmadi (2013), sekitar 32,3% siswa pernah merokok dan umumnya mereka mempunyai pengetahuan yang kurang tentang efek negatif dari rokok terhadap kesehatan. Kebiasaan meokok pada siswa tersebut dipengaruhi oleh orang tua, teman sebaya, kepribadian, dan media informasi yang mengiklankan rokok.

- Menimbang Berat Badan dan Mengukur Tinggi Badan Setiap Bulan

Kegiatan menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan pada siswa dilakukan dengan tujuan untuk mengamati tingkat pertumbuhan pada siswa. Hasil pengukuran dan penimbangan berat badan pada siswa tersebut dibandingkan dengan standar berat badan dan tinggi badan yang telah ditetapkan sehingga guru mengetahui pertumbuhan siswanya normal atau tidak normal (Evayanti, 2012).

- Membuang Sampah pada Tempatnya

Menurut Evayanti (2012), siswa dan masyarakat sekolah wajib membuang sampah pada tempat sampah yang telah disediakan. Siswa diharapkan tahu dalam memilih jenis sampah seperti sampah organik maupun sampah non organik. Sampah yang berserakan dilingkungan sekolah dapat menimbulkan penyakit dan tidak indah dipandang oleh mata.

Manfaat Pelaksanaan PHBS di Tatanan Sekolah Menurut Proverawati (2012), manfaat Pembinaan PHBS di Sekolah yaitu : a. Terciptanya sekolah yang bersih dan sehat sehingga siswa, guru dan masyarakat lingkungan sekolah terlindungi dari berbagai gangguan dan ancaman penyakit b. Meningkatkan semangat proses belajar mengajar yang berdampak pada prestasi belajar siswa c. Citra sekolah sebagai institusi pendidikan semakin meningkat sehingga mampu

menarik minat orangtua d. Meningkatkan citra pemerintah daerah di bidang pendidikan e. Menjadi percontohan sekolah sehat bagi daerah lain

## 5. Covid – 19

### a. Pengertian Covid-19

Covid-19 merupakan salah satu penyakit menular yang disebabkan oleh jenis virus coronavirus yang baru ditemukan. Virus ini mulai dikenal setelah adanya wabah yang terjadi di Wuhan, Tiongkok pada bulan Desember 2019 dan menjadi pandemi global karena telah terjadi di berbagai negara di seluruh dunia (WHO,2021).

Selain pengertian Covid-19 menurut WHO, pengertian Covid-19 juga dikemukakan oleh Kemenkes RI. Kemenkes RI menyebutkan bahwa Covid-19 merupakan virus yang dapat menjangkit atau menginfeksi manusia dan hewan. Pada manusia, penyakit ini menyerang sistem pernapasan sehingga terjadi flu biasa maupun yang akut yaitu MERS (middle east respiratory syndrome) dan SARS (serve acute respiratory syndrome).

Sedangkan menurut Mohammad Amin, dkk (2019), Virus Covid-19 atau yang biasa disebut virus corona merupakan virus yang menyerang pernapasan. Virus ini disebut corona (dalam Bahasa latin) karena memiliki mahkota berbentuk runcing yang terdapat di luar bagian virus.

Dari pengertian yang ada ini dapat diketahui bahwa virus Covid-19 merupakan keluarga besar dari virus coronavirus yang dapat menginfeksi saluran pernapasan manusia sehingga dapat terjadi flu biasa maupun yang akut seperti MERS dan SARS. Virus Covid-19 sangat mudah menyebar sehingga menjadi pandemic global hingga saat ini.

### b. Gejala

Gejala yang dialami seseorang ketika terinfeksi virus Covid-19 menurut Rohadatul Ais (2020) ialah sebagai berikut :

1. Batuk
2. Demam
3. Pernapasan pendek
4. Dibeberapa kasus gejala yang muncul lebih berat dan dapat menyebabkan gagal ginjal hingga kematian.

Sedangkan menurut Prof. drh. Hj Hastari (2021) Gejala Covid-19 dapat terbagi menjadi 3 bagian yaitu gejala ringan, sedang hingga berat. Gejala tersebut ialah sebagai berikut :

1. Gejala ringan (tanpa komplikasi)
  1. Demam
  2. Batuk
  3. Nyeri tenggorokan
  4. Gangguan penciuman
  5. Lemas, letih
  6. Nyeri kepala
  7. Nyeri otot
2. Gejala sedang (sakit dengan komplikasi)

Ditandai dengan tanda infeksi paru (pneumonia ringan) seperti batuk, demam dan sesak.
3. Gejala berat (sakit dengan komplikasi berat)
  1. Ditandai dengan tanda infeksi paru berat (pneumonia berat)

2. Jika ada gejala sedang ditambah dengan tanda seperti ini yaitu frekuensi nafas >30 kali per menit, sesak nafas berat, atau saturasi oksigen <90 % pada udara kamar.

c. Pencegahan

Untuk mencegah terjadinya penularan virus Covid-19, maka harus dilakukan tindakan preventif atau pencegahan. Cara pencegahan menurut Dr. Eko dan Dr. Nurlailis (2021) yaitu :

1. Terapkan physical distancing, yaitu menjaga jarak minimal 1 meter dari orang lain, dan jangan dulu keluar rumah kecuali ada keperluan mendesak.
2. Gunakan masker saat beraktivitas di tempat umum atau keramaian, termasuk saat pergi berbelanja bahan makanan dan mengikuti ibadah di hari raya, misalnya idul adha.
3. Rutin mencuci tangan dengan air dan sabun atau hand sanitizer yang mengandung alkohol minimal 60% terutama setelah beraktivitas di luar rumah atau di tempat umum.
4. Jangan menyentuh mata, mulut dan hidung sebelum mencuci tangan.
5. Tingkatkan daya tahan tubuh dengan pola hidup sehat, seperti mengonsumsi makanan bergizi, berolahraga secara rutin, beristirahat yang cukup dan mencegah stress.
6. Hindari kontak dengan penderita Covid-19, orang yang dicurigai positif terinfeksi virus corona, atau orang yang sedang sakit demam, batuk atau pilek.
7. Tutup mulut dan hidung dengan tisu saat batuk atau bersin, kemudian buang tisu ke tempat sampah.

8. Jaga kebersihan benda yang sering disentuh dan kebersihan lingkungan, termasuk kebersihan rumah.

d. Protokol Kesehatan Covid-19

Terdapat beberapa cara untuk mencegah penularan virus Covid-19 yang saat ini disebut dengan 6M atau protokol Kesehatan. Protokol kesehatan merupakan salah satu aturan untuk mencegah penularan virus Covid-19. Sesuai dengan Surat Edaran (SE) Satgas Penanganan Covid-19 nomor 16 tahun 2021 diantaranya yaitu :

1. Cuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir
2. Cuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir sangat penting dilakukan agar membunuh virus yang ada di telapak tangan.
3. Menggunakan masker dengan benar
4. Menggunakan masker saat keluar rumah dan saat sakit. Hal ini dilakukan agar virus yang ada di saluran pernapasan tidak keluar rmenularkan pada orang lain.
5. Menjaga jarak
6. Jaga jarak aman yang dianjurkan yaitu 2 meter. Hal ini dilakukan agar mencegah adanya droplet dalam jarak dekat.
7. Menghindari keramaian
8. Menghindari keramaian bertujuan untuk mencegah adanya interaksi dengan orang lain yang tidak diketahui apakah orang tersebut positif Covid-19 tanpa gejala.
9. Mengurangi mobilitas

10. Hal ini dilakukan untuk mencegah penyebaran rantai penularan Covid-19.
11. Menghindari makan bersama
12. Lebih baik makan dirumah karena mencegah adanya droplet yang berpindah ke orang lain.

## 6. Pengetahuan

### a. Definisi Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari pengamatan objek sehingga dapat mengetahui makna dari objek tersebut. Pengetahuan terbentuk dari adanya teori dan fakta yang dapat mengakibatkan seseorang memahami sesuatu hal. Pengetahuan dapat diperoleh dari mana saja, baik dari pengalaman pribadi maupun orang lain.

Pengetahuan bertujuan untuk menemukan kemudahan dalam kegiatan sehari-hari atau dapat mempermudah permasalahan yang ada di dalam kehidupan sehari-hari (Notoatmodjo, 2003).

### b. Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan memiliki tingkatan menurut Notoatmodjo (2003), yaitu sebagai berikut :

- a) Tahu, yaitu suatu kemampuan seseorang dalam mengingat kembali materi atau pengetahuan yang telah diperoleh sebelumnya. Seseorang dikatakan tahu apabila dapat menggambarkan, menyebutkan kembali hingga mendeskripsikan sesuatu atau materi yang telah dipelajari sebelumnya dengan menggunakan bahasanya sendiri.
- b) Memahami, yaitu kemampuan seseorang dalam menjelaskan, dan menginterpretasikan hal atau materi yang telah ia dapatkan sebelumnya. Seseorang yang telah paham akan dengan mudah menjelaskannya pada

orang lain, selain itu juga dapat memberikan contoh konkret mengenai materi dengan benar.

- c) Aplikasi, yaitu kemampuan seseorang dalam melakukan sesuatu sesuai dengan yang ia pelajari sebelumnya, atau yang biasa disebut dengan praktik. Seseorang akan mengaplikasikan maupun mengimplementasikan isi dari materi yang ia pelajari setelah ia melewati tingkatan tahu dan memahami. Praktik dilakukan di kehidupan sehari-hari.
- d) Analisis. Ini adalah kemampuan untuk menguraikan objek menjadi potongan-potongan yang lebih kecil, tetapi mereka masih berada dalam struktur objek dan saling berhubungan. Skala kemampuan adalah kemampuan untuk menggambarkan, memetakan, membedakan, dan memetakan proses pewarisan perilaku, membedakan antara pentingnya psikologi dan fisiologi.
- e) Sintesis, yaitu kemampuan untuk menggabungkan bagian-bagian menjadi suatu bentuk keseluruhan yang baru, atau untuk membangun suatu formulasi baru dari formulasi yang sudah ada. Ukuran kapasitas adalah kemampuan untuk membangun, meringkas, merencanakan, dan mengadaptasi teori atau formulasi yang ada.
- f) Evaluation, kemampuan menilai suatu objek. Evaluasi dapat didasarkan pada kriteria yang ada atau kriteria yang dibuat sendiri.

c. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Menurut P. Solihin (2008) menyatakan bahwa pengetahuan didapat dari adanya proses belajar. Dalam pemberian pengetahuan terdapat dua faktor yang mempengaruhi pengetahuan, yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

1. Faktor internal, meliputi:

a. Kesehatan

Sehat berarti keadaan fisik, mental, dan sosial anak berfungsi secara optimal dan seimbang. Keseimbangan ini akan terganggu jika seorang anak berada dalam keadaan yang tidak optimal baik fisik, mental, maupun sosial.

b. Intelegensi

Intelijen memiliki dampak besar pada pengetahuan. Anak yang cerdas lebih sukses daripada anak yang kurang cerdas.

c. Perhatian

Ketika perhatian anak kurang terfokus pada subjek, subjek semakin kurang dipahami.

d. Minat

Adalah kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang berbagai kegiatan yang diminati anak, diperhatikan terus menerus disertai rasa senang. Berbeda dengan perhatian yang sifatnya sementara.

e. Bakat

Kemampuan untuk belajar, kemampuan itu akan terealisasi menjadi kecakapan nyata sesudah belajar/berlatih.

2. Faktor eksternal, meliputi:

(1) Keluarga

Keluarga sangat menentukan dalam pendidikan anak karena keluarga adalah lembaga pendidikan yang utama dan pertama. Secara tradisional, ayah mempunyai prioritas utama atas jumlah dan jenis makanan tertentu

dalam keluarga, dan justru golongan yang rawan terhadap masalah gizi mempunyai prioritas paling akhir yaitu wanita dan anak-anak.

#### (2) Metode Pembelajaran

Metode belajar adalah suatu cara yang harus dilalui didalam mengajar, untuk menghindari pelaksanaan cara belajar yang salah perlu suatu pembinaan. Dengan metode belajar yang tepat dan efektif maka akan efektif pula hasil belajar anak.

#### (3) Masyarakat

Merupakan faktor eksternal yang juga mempengaruhi belajar anak. Pengaruh ini terjadi karena keberadaannya dalam masyarakat adalah berhubungan dengan media massa, teman bergaul, dan bentuk kehidupan masyarakat.

#### d. Pengukuran Pengetahuan

Cara menilai atau mengukur pengetahuan yaitu dengan memberikan kuisisioner yang berisikan soal atau pertanyaan mengenai materi yang telah dijelaskan sebelumnya.

Menurut Arikunto (2013) , pengukuran pengetahuan dilakukan dengan penggolongan sebagai berikut :

- a) Kategori baik : jika total nilai  $\geq 76 - 100 \%$
- b) Kategori cukup : jika total nilai  $60 - 75 \%$
- c) Kategori kurang : jika total nilai  $\leq 60 \%$

### 7. Remaja

#### a. Pengertian Remaja

Pubertas adalah periode unik peningkatan keberadaan seseorang. Masa ini merupakan masa kemajuan dari masa muda menuju masa dewasa, yang

dipisahkan oleh percepatan pergantian peristiwa fisik, mental, mendalam dan sosial dan terjadi dalam sepuluh tahun kedua kehidupan (Narendra, 2005). Priests, dkk (2004) mengkarakterisasi anak muda jika mereka telah mencapai usia 10-18 tahun untuk remaja putri dan 12-20 tahun untuk pria muda, sedangkan WHO mencirikan remaja ketika anak-anak telah tiba di sekolah. usia 10-19 tahun. Seperti yang ditunjukkan oleh Peraturan no. 4179 Tentang Pembinaan Pemuda, Remaja adalah orang yang belum mencapai umur 21 tahun dan belum kawin. Menurut Peraturan Perburuan, seorang anak dianggap sebagai remaja jika ia telah mencapai usia 16-18 tahun atau menikah dan memiliki rumah sendiri. Sarwono (2011) menyatakan bahwa masa muda adalah masa dimana seorang individu berkreasi sejak pertama kali memberikan indikasi seksual opsional sampai pada perkembangan seksual. Orang-orang mengalami pergantian peristiwa secara mental dan membedakan contoh bukti dari anak-anak hingga orang dewasa, dan ada kemajuan dari ketergantungan finansial penuh ke keadaan yang agak bebas.

b. Tahapan Perkembangan Remaja

Pemuda melewati 3 fase, yang masing-masing digambarkan oleh isu-isu organik, mental dan sosial, seperti yang dikatakan Aryani (2010), secara spesifik:

- Masa Muda Awal (10-13 tahun) Pubertas dini digambarkan dengan ekspansi yang cepat dalam perkembangan dan perkembangan aktual, sehingga sebagian besar energi ilmiah dan mendalam pada masa pra-dewasa dini ditujukan untuk penilaian ulang dan pembangunan kembali karakter. Selain itu, pengakuan kelompok sebaya sangat penting. Memiliki pilihan untuk berjalan bersama dan tidak dipandang berbeda adalah proses berpikir yang mengatur bagian penting dari cara sosial remaja awal ini.

- Center (14-16 tahun) Center Youth digambarkan oleh perkembangan pubertas yang hampir lengkap, munculnya kemampuan penalaran baru, pengakuan yang meluas akan mendekati masa dewasa dan kerinduan untuk berbaring di dekat rumah dan pemisahan mental dari wali.
- Terlambat (17 - 19 tahun) Remaja akhir dipisahkan oleh pekerjaan orang dewasa, termasuk penjelasan tentang tujuan pekerjaan dan asimilasi kerangka nilai individu.

## 8. Palang Merah Remaja

### a. Pengertian Palang Merah Remaja

Palang Merah Remaja (PMR) adalah wadah pembinaan dan pengembangan anggota remaja PMI, yang selanjutnya disebut PMR. Terdapat di PMI cabang diseluruh Indonesia, dengan anggota lebih dari 3 juta orang, anggota PMR merupakan salah satu kekuatan PMI dalam melaksanakan kegiatan-kegiatan kemanusiaan dibidang kesehatan dan siaga bencana, mempromosikan Prinsip-prinsip Dasar Gerakan Palang Merah Remaja dan Bulan Sabit Merah Internasional, serta mengembangkan kapasitas organisasi PMI. Palang Merah Remaja (PMR) merupakan wadah bagi remaja yang berada disekolah atau lembaga normal dalam bentuk ekstrakurikuler.

### b. Syarat keanggotaan PMR:

- Anggota remaja PMI yang berusia 10-12 tahun masuk kedalam golongan PMR Mula yang setingkat dengan SD/MI.
- Anggota remaja PMI berusia 12-15 tahun yang termasuk kedalam golongan PMR Madya yang setingkat dengan SMP/MTs.

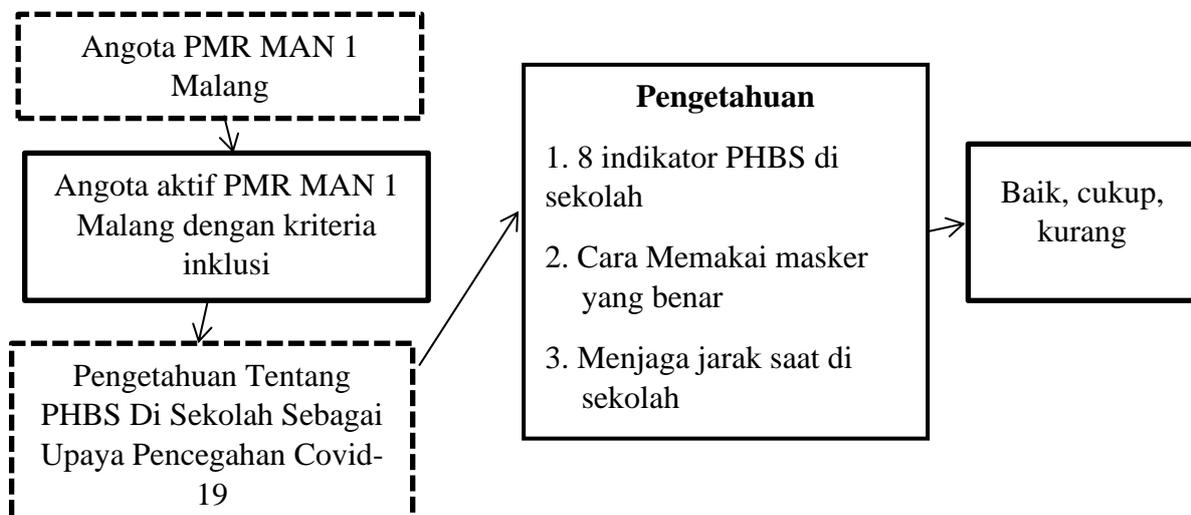
- Anggota remaja PMI yang berusia 15-17 tahun yang termasuk kedalam golongan PMR Wira atau setingkat dengan SMA/MA.

c. Pengaplikasian Tri Bakti PMR

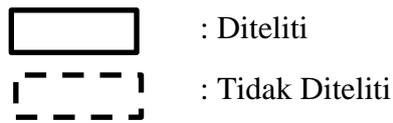
- Peer leadership yang diperankan oleh PMR Mula yang bertugas menjadi role model dalam keterampilan hidup sehat bagi teman-teman sebayanya.
- Peer Support yang diperankan oleh PMR Madya yang bertugas sebagai pemberian dukungan, semangat dan juga bantuan kepada teman sebaya agar mampu meningkatkan keterampilan hidup sehat.
- Peer education yang diperankan oleh PMR Wira yang mampu memberikan pendidikan kepada teman sebaya tentang keterampilan hidup sehat.

**B. Kerangka Pikir**

Kerangka teori berdasarkan telaah pustaka yang telah dijabarkan, kerangka penelitian dari penelitian ini adalah:



Keterangan :



Gambar 2. 1 kerangka penelitian

Bagan diatas merupakan bagan kerangka pikir penelitian. Berdasarkan kerangka pikir tersebut, peneliti menjelaskan bahwa yang diukur merupakan pengetahuan anggota PMR MAN 1 Malang Tentang PHBS Di Sekolah Sebagai Upaya Pencegahan Covid-19. Perlakuan yang diberikan oleh peneliti yaitu edukasi menggunakan media Buku Saku. Untuk mengukur pengetahuan tersebut, peneliti memberikan kuisisioner kepada responden. Kuisisioner tersebut yaitu pre test yang diberikan sebelum dilakukannya edukasi Kesehatan, dan post test yang diberikan setelah edukasi kesehatan. Dari hasil kuisisioner tersebut akan dapat diukur dan diketahui apakah edukasi Kesehatan menggunakan media Buku Saku memiliki pengaruh terhadap pengetahuan Tentang PHBS Di Sekolah Sebagai Upaya Pencegahan Covid-19 pada anggota PMR MAN 1 Malang.

### C. Hipotesis

Ho: Tidak ada pengaruh pemberian edukasi Dengan Media Buku Saku Terhadap Perubahan Pengetahuan Tentang PHBS Di Sekolah Sebagai Upaya Pencegahan Covid-19 Pada Anggota PMR MAN 1 Malang.

Ha: Ada pengaruh pemberian edukasi Dengan Media Buku Saku Terhadap Perubahan Pengetahuan Tentang PHBS Di Sekolah Sebagai Upaya Pencegahan Covid-19 Pada Anggota PMR MAN 1 Malang.