

**PENINGKATAN KESADARAN HIDUP SEHAT MELALUI
PEMBELAJARAN USAHA KESEHATAN SEKOLAH
(UKS) PADA SISWA KELAS V SDN 1 JAGABAYA
TANJUNG KARANG TIMUR
TAHUN 2012**

(Skripsi)

Oleh

FAUZULENA. AS



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2012**

ABSTRAK

PENINGKATAN KESADARAN HIDUP SEHAT MELALUI PEMBELAJARAN USAHA KESEHATAN SEKOLAH (UKS) PADA SISWA KELAS V SDN 1 JAGABAYA TANJUNG KARANG TIMUR TAHUN 2012

Oleh

FAUZULENA. AS

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran hidup sehat melalui pembelajaran usaha kesehatan sekolah (UKS) dengan model pendekatan PAIKEM pada siswa kelas V di SD Negeri 1 Jagabaya Tanjungkarang Timur Bandar Lampung.

Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*) dengan subjek penelitian adalah siswa kelas V SD Negeri 1 Jagabaya Tanjungkarang Timur Bandar Lampung yang berjumlah 32 siswa, dengan rincian 18 laki-laki dan 14 perempuan. Sedangkan teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi dengan menggunakan instrumen penilaian skala sikap dalam penerapan perilaku hidup sehat.

Hasil penelitian menunjukkan: setiap siklus adanya peningkatan kesadaran hidup sehat di kalangan siswa kelas V melalui pembelajaran UKS dan bila dilihat dari Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) pada tes awal diperoleh prosentase keberhasilan ketuntasan kesadaran hidup sehat siswa sebesar 37,14 % ternyata. Pada akhir siklus pertama diperoleh prosentase keberhasilan ketuntasan dalam menerapkan kesadaran hidup sehat sebesar 68,75 % ternyata dapat meningkat secara signifikan, dan pada siklus kedua diperoleh prosentase keberhasilan ketuntasan kesadaran hidup sehat sebesar 90,63 %. Berdasarkan nilai rerata untuk meningkatkan kesadaran hidup sehat setiap siklus tentu saja telah diberi perlakuan yang sesuai dengan pendekatan pembelajaran yang mengacu pada PAIKEM. Hasil peningkatan $\geq 50\%$ itu artinya hasil pembelajaran dengan pendekatan PAIKEM yang diterapkan dalam pembelajaran UKS menunjukkan telah terjadi peningkatan. Dengan kata lain dapat disimpulkan bahwa pembelajaran UKS pada siswa kelas V SD Negeri 1 Jagabaya sangat efektif dalam meningkatkan kesadaran hidup sehat para siswa.

**PENINGKATAN KESADARAN HIDUP SEHAT MELALUI
PEMBELAJARAN USAHA KESEHATAN SEKOLAH
(UKS) PADA SISWA KELAS V SDN 1 JAGABAYA
TANJUNG KARANG TIMUR
TAHUN 2012**

Oleh

FAUZULENA. AS

Skripsi

**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar
Sarjana Pendidikan**

Pada

**Jurusan Ilmu Pendidikan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2012**

Judul Skripsi : **PENINGKATAN KESADARAN HIDUP SEHAT
MELALUI PEMBELAJARAN USAHA
KESEHATAN SEKOLAH (UKS) PADA SISWA
KELAS V SDN 1 JAGABAYA TANJUNG
KARANG TIMUR BANDAR LAMPUNG
TAHUN 2012**

Nama Mahasiswa : FAUZULENA. AS

Nomor Pokok Mahasiswa : 1013068059

Program Studi : Penjaskes

Jurusan : Ilmu Pendidikan

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

MENYETUJUI

Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

Dosen Pembimbing

Drs. Baharuddin Risyak, M.Pd.
NIP 19510507 198103 1 002

Dr. Rahmat Hermawan, M.Kes.
NIP 19580127 198503 1 003

MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

Ketua : Dr. Rahmat Hermawan, M.Kes

Penguji
Bukan Pembimbing : Drs. Suranto, M.Kes.

2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dr. Hi.Bujang Rahman, M.Si.
NIP 19600315 198503 1 003

Tanggal Lulus Ujian Skripsi: 12 Nopember 2012

PERNYATAAN

Bahwa saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Fauzulena. AS

NPM : 1013068059

Tempat tanggal lahir : Kedondong, 18 Nopember 1959

Alamat : Jln. Hanoman No. 48, Kel. Sawah Brebes Tanjung

Karang Timur Bandar Lampung

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Peningkatan Kesadaran Hidup Sehat Melalui Pembelajaran Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) pada Siswa SDNegeri 1 Jagabaya Tanjung Karang Timur Tahun 2012” adalah benar hasil karya penulis berdasarkan penelitian yang dilaksanakan pada tanggal 26 Januari – 26 Pebruari 2012. Skripsi ini bukan hasil menjiplak, dan atau hasil karya orang lain.

Demikian pernyataan ini penulis buat dengan sebenarnya. Atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Bandar Lampung, 27 Juni 2012

Fauzulena. AS

PERSEMBAHAN

Segala puji dan puji hanya milik Allah SWT semata, yang telah melimpahkan Rahmat- Nya kepada kita sekalian dan khususnya kepada penulisan skripsi ini. Dengan mengucap rasa syukur kepada Allah SWT penulis persembahkan karya tulis ini untuk :

1. Alm Ayahku Amri Salam dan Ibuku yang terhormat
2. Suamiku Bustami dan keempat anakku : Oko, Dery, Indi, dan Putri yang selalu memberikan do'a dan dorongan baik moril maupun materil serta merupakan sumber inspirasi terhebat dalam menggapai cita-cita yang aku dambakan
3. Teman-teman seperjuangan dalam menyelesaikan studi-pendidikan ini
4. Semua pihak yang telah membantu baik langsung maupun tidak langsung
5. Almamater FKIP UNILA tercinta

RIWAYAT HIDUP

Penulis Bernama Fauzulena AS. dilahirkan di Desa Pasar baru pada tanggal 18 Nopember tahun 1959, Kecamatan Kedondong, Kabupaten Lampung Selatan, Provinsi Lampung dari Bapak Amri Salam dan Ibu Nurliyah.

Pendidikan formal yang telah penulis lalui adalah,

1. SD Negeri 1 Talang Padang lulus Tahun 1971
2. SMP Negeri 1 Talang padang lulus Tahun 1975
3. SGO Negeri Bandar Lampung lulus Tahun 1979

Pada tahun 2010 penulis menjadi mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung pada Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan yang ditempuh melalui Program S1 dalam Jabatan. Penulis bekerja sebagai guru pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SD Negeri 1 Jagabaya I Kecamatan Tanjungkarang Timur Kota Bandar Lampung Propinsi Lampung sejak tahun 1979

MOTTO

Bagi-nya (manusia) ada malaikat-malaikat yang selalu menjaganya bergiliran, dari depan dan belakangnya. Mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya dan tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia.

(Q.S Ar-Ra'd : 11)

“Hidup untuk mempersembahkan yang terbaik bagi sesama, berguna untuk dunia dan bermakna untuk akhirat”.

SANWACANA

Asalamualaikum. Wr. Wb

Puji syukur ke hadirat Allah SWT yang senantiasa melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, hingga akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat dan Salam semoga selalu tercurah kepada baginda Rasulullah SAW yang mulia.

Skripsi dengan judul "Peningkatan Kesadaran Hidup Sehat Melalui Pembelajaran Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) pada Siswa Kelas V SD Negeri 1 Jagabaya I Tanjungkarang Timur " adalah dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk pencapaian gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Lampung.

Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Hi. Bujang Rahman, M.Si selaku Dekan FKIP Universitas Lampung.
2. Bapak Drs. Baharuddin, M.Pd selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan
3. Bapak Drs. Usman Adam, M.Pd selaku Mantan Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan FKIP Universitas Lampung.
4. Bapak Drs. Rahmat Hermawan, M.Kes selaku Penguji utama yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan motivasi serta kepercayaan kepada penulis

5. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Penjaskes FKIP Unila yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan keteladanan selama penulis menjalani studi.
6. Segenap Staf dan karyawan FKIP Universitas Lampung yang telah memberikan kelancaran dalam urusan administrasi.
7. Kepala SD Negeri 1 Jagabaya I yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian pada siswa.
8. Siswa-siswi kelas V SD Negeri 1 Jagabaya I, terimakasih atas waktu dan kerjasamanya.
9. Teman-teman seperjuangan di Program S1 dalam Jabatan terutama kelompok Beni Sukardi, ayo sukseskan program S1 secepatnya. Semangat.
10. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu penyelesaian tugas akhir ini.

Akhir kata, Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, akan tetapi sedikit harapan semoga skripsi yang sederhana ini dapat berguna dan bermanfaat bagi kita semua. Amiin.

Wasalamualaikum Wr. Wb.

Bandar Lampung, 27 Juni 2012

Penulis

Fauzulena.AS

DAFTAR ISI

	halaman
COVER	i
ABSTRAK	ii
COVER DALAM	iii
PERSETUJUAN	iv
PENGESAHAN	v
PERNYATAAN	vi
PERSEMBAHAN	vii
RIWAYAT HIDUP	viii
MOTTO	ix
SANWACANA	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Permasalahan	5
D. Tujuan Penelitian	5
E. Kegunaan Penelitian	6
II. TINJAUAN PUSTAKA	
A. Pendidikan Kesehatan	7
B. Definisi Sehat	8
C. Kebiasaan (penerapan) Hidup Sehat	8
D. Kesehatan Pribadi	9
E. Kesehatan Lingkungan	9
F. Usaha Kesehatan Sekolah (UKS)	10

G. Tujuan UKS	10
H. Ruang Lingkup	11
I. Karakteristik Anak Sekolah Dasar	12
J. Hipotesis	13
III. METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	14
B. Subyek Penelitian	15
C. Tempat dan Pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas (PTK)	16
D. Teknik Pengumpulan data	16
E. Proses Pembelajaran UKS (Usaha Kesehatan Sekolah)	16
F. Validnya Penelitian Tindakan Kelas	18
IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	20
B. Pembahasan	22
V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	25
B. Saran	25
DAFTAR PUSTAKA	27
LAMPIRAN	29

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Hasil Skor Peningkatan Kemampuan Siswa dalam Peningkatan Kesadaran Hidup Sehat	20
2. Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) Kesadaran Hidup Sehat Pada siswa Kelas V SD Negeri 1 Jagabaya Tanjungkarang Timur	21