



PROSIDING

# WEBINAR NASIONAL 2020

HASIL PENELITIAN DAN ABDIMAS



**MENGURAI PROBLEMATIKA  
PEMBELAJARAN PADA MASA PANDEMI  
DALAM RANGKA MENYIAPKAN SDM UNGGUL**

**STKI PPGRI PACITAN**

TAHUN 2020

ISBN: 978-602-53557-6-9



# **PROSIDING SEMINAR NASIONAL *DALAM JARINGAN* HASIL PENELITIAN DAN ABDIMAS TAHUN 2020**

**"Mengurai Problematika Pembelajaran pada Masa  
Pandemi dalam Rangka Menyiapkan SDM Unggul"**

**Pacitan, 23 Desember 2020**

**Diterbitkan Oleh  
LPPM PRESS STKIP PGRI Pacitan**



**PROSIDING  
SEMINAR NASIONAL DALAM JARINGAN  
HASIL PENELITIAN DAN ABDIMAS TAHUN 2020**

**"Mengurai Problematika Pembelajaran pada Masa Pandemi dalam Rangka Menyiapkan SDM Unggul"**

**Diselenggarakan oleh:  
Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat  
STKIP PGRI Pacitan**

**Diterbitkan oleh:  
Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Press STKIP PGRI Pacitan  
(LPPM Press STKIP PGRI Pacitan)  
Jalan Cut Nyak Dien No 4A Ploso Pacitan**

**Cetakan ke – 1  
Terbitan Tahun 2020  
Katalog dalam Terbitan (KDT)  
Seminar Nasional (2020 Desember 29: Pacitan)  
Penyunting: Mukodi [et.al] – Pacitan: LPPM  
STKIP PGRI Pacitan, 2020**

**ISBN: 978-602-53557-6-9**

**Penyuntingan semua tulisan dalam prosiding ini dilakukan  
oleh Tim Penyunting Seminar Nasional Pendidikan Tahun 2020 dari LPPM STKIP PGRI  
Pacitan**

**Prosiding dapat diakses:  
<http://lppm.stkippacitan.ac.id>**

**Diterbitkan Oleh  
LPPM PRESS STKIP PGRI Pacitan**



## DAFTAR ISI

<b>Halaman Judul</b> .....	<b>i</b>
<b>Halaman Penerbitan</b> .....	<b>ii</b>
<b>Halaman Penyunting</b> .....	<b>iii</b>
<b>Kata Pengantar</b> .....	<b>iv</b>
<b>Sambutan Ketua Panitia</b> .....	<b>v</b>
<b>Sambutan Ketua STKIP PGRI Pacitan</b> .....	<b>vii</b>
<b>Daftar Isi</b> .....	<b>ix</b>

NO	NAMA PENULIS	JUDUL	HAL
1	Indah Puspitasari, M.Pd. Agung Budi Kurniawan, M.Pd. Siti Mariyam Nova Alfadillah Rukmana	<i>Artificial Intelligence</i> dalam Penulisan Artikel Ilmiah	1
2	Dr. Mukodi, M.S.I.	Bimbingan Teknis Prinsip-Prinsip Manajemen Keorganisasian Bagi Mahasiswa STKIP PGRI Pacitan di Masa Pandemi Covid 19	7
3	Indah Puspitasari, M.Pd. Asdinar Galuh Wahdini Ristia Novita Dewi	Digital Storybook: Developing Students' Skills In Virtual Learning Environments	14
4	Nimas Permata Putri, S. Hum., M.Pd.	Efektivitas Penggunaan Aplikasi Google, In Shot dan Canva dalam Perkuliahan Daring/ <i>Online</i>	23
5	Agoes Hendriyanto, S.P., M.Pd. Bakti Sutopo, S.S., M.A.	Ikan Asap Kalakan Sirnoboyo Pacitan, Jawa Timur	31
6	Samsul Hadi, S.Pd., M.Pd. Heru Arif Pianto, S.Pd., M.Hum.	Improving Students' Reading Activities Through Think - Pair Share and Top - Down Process to the Seventh Grade of SMPN 1 Tulakan	39
7	Chusna Apriyanti, M.Pd.B.I. Fitriana Lestari Widyaningsih	Kreativitas Ibu dalam Pendampingan BDR (Belajar Dari Rumah) Selama Pandemi Covid-19	46
8	Dr. Rudi Santoso Yohanes, M.Pd. Margareta Yulitasari Natalia Hana Patiwi	Menggali Manfaat Faktorisasi Prima	71
9	Samsul Hadi, S.Pd., M.Pd. Heru Arif Pianto, S.Pd., M.Hum. Ayu Distya	Menggali Peluang Usaha dengan Modal Kecil di Pedesaan	65

10	Dr. Rudi Santoso Yohanes, M.Pd. Maria Vialintina Tuti Susandyanti	Menghitung Luas Daerah yang Diarsir dengan Cara Menyederhanakan Bentuk Daerah yang Akan Dihitung Luasnya	64
11	Vit Ardhyantama, M.Pd.	Minat Baca Mahasiswa pada Pembelajaran Online	83
12	Urip Tisngati, M.Pd. Linda Novitasari	Pelatihan <i>Design Thinking</i> Bagi Calon Guru	94
13	Dwi Cahyani Nur Apriyani, M.Pd.	Pelatihan Pembelajaran Dan Penilaian Online Google Classroom Dan Quizizz	103
14	Nimas Permata Putri, S.Hum., M.Pd. Zunia Kamaluddin Mabruri, M.Pd. Ferry Aristya, M.Pd.	Pelatihan Pembuatan Materi PPJ Bahasa Indonesia (In shot, Canva, Google)	108
15	Chusna Apriyanti, M.Pd.B.I. Dwi Rahayu, M.Pd. Bella Aprilia	Pelatihan Penulisan Artikel Ilmiah Bagi Mahasiswa	114
16	Dra. Surtini, MM.Pd.	Pencegahan Adiksi <i>Gadget</i> Bagi Peserta Didik dalam Membentuk Karakter Bangsa Berbasis <i>I'tidal</i>	119
17	Erna Setyawati, M.M.	Penerapan Metode Production Based Learning guna Meningkatkan Antusiasme Belajar dan Minat Berwirausaha	126
18	Hari Purnomo Susanto, S.Si., M.Pd.	Pengaruh Kecemasan Terhadap Efikasi Diri Belajar Secara Online Pada Mahasiswa Pendidikan Matematika	137
19	Dra. Martini, M.Pd.	Penguatan Karakter Mahasiswa STKIP PGRI Pacitan Melalui Kegiatan Berbasis Pramuka	146
20	Dheny Wiratmoko, M.Pd. Heru Arif Pianto, M.Hum.	Penguatan Kedaulatan Pangan di Masyarakat	157
21	Dr. Rudi Santoso Yohanes, M.Pd.	Proses Berpikir Siswa SD Dalam Memecahkan Masalah Matematika Tidak Rutin	163
22	Urip Tisngati, M.Pd.	Literasi Digital dan Respon Mahasiswa dalam Memanfaatkan <i>E-learning</i>	174

23	Dheny Wiratmoko, M.Pd.	Sejarah Lokal dalam Perspektif Pembelajaran	185
24	Vit Ardhyantama, M.Pd Nurhayati, M.Pd. Erna Setyawati, M.M	Sosialisasi Pentingnya Mentaati Protokol Kesehatan pada Kegiatan Pengajian Rutin	193
25	Dr. Mukodi, M.S.I.	Studi Ilmu Pendidikan: Tinjauan Filosofis-Aplikatif Di Era Revolusi Industri 4.0	198
26	Dwi Cahyani Nur Apriyani, M.Pd.	Studi Kesiapan Mahasiswa Dalam Mengikuti Perkuliahan Di Masa Pandemi	207
27	Agoes Hendriyanto, S.P., M.Pd. Bakti Sutopo, S.S.,M.A.	Upacara Jangkrik Genggong	212
28	Ridha Kurniasih Astuti, M.Or.	Analisis Antropometri Atlet Petanque Pacitan	220
29	Ana Easti Rahayu Maya Sari, M.Pd. Yohana Dea Wardani Brigita Etik Purwaningsih	Analisis Kemampuan Pemahaman Matematis Mahasiswa pada Mata Kuliah Matematika Bisnis	228
30	Ferry Aristya, M.Pd.	Analisis Kesulitan Pembelajaran Daring Dan Luring Saat Pandemi Covid-19 Di Sekolah Dasar	236
31	Dr. Sri Pamungkas, S.S., M.Hum.	Representasi Perempuan dalam Novel Hati Suhita (Analisis Wacana Kritis Norman Fairclough)	244
32	Mulyadi, M.Pd. Nasikhun Amin	Edukasi Pencegahan dan Pengendalian Corona Virus Disease 2019 (Covid-19) di Kabupaten Pacitan	251
33	Sugiyono, M.Pd. Sofyan Hadi	Edukasi Tata Kelola Media <i>Online</i> Sebagai Sarana Informasi yang Mencerahkan Masyarakat	257
34	Taufik Hidayat, M.Pd.	Efektivitas Pembelajaran Daring Menggunakan Media Online Google Classroom Selama Pandemi Covid-19 Pada Mata Kuliah Belajar dan Pembelajaran	265
35	Dr. Atrup, M.Pd. MM.	Heutagogik Sebagai Alternatif Pengembangan Model Pembelajaran Masa New Normal	273
36	Hasan Khalawi, M.Pd.	Linguistik Terapan: Konsep Tanda dan Tinjauan Epistemologi	279

37	Eka Puji Prasetio Ariesty Fujiastuti, M.Pd.	Media Pembelajaran Teks Drama Berbasis Komik Sebagai Alternatif Pembelajaran di Era <i>New Normal</i>	289
38	Riza Dwi Tyas Widoyoko, M.Pd.	Partisipasi Kolaboratif Mahasiswa dalam Menyusun Media Pembelajaran Daring Berbasis Microsoft Sway	299
39	Hasan Khalawi, M.Pd. Saptanto Hari Wibawa, M.Hum.	Pelatihan Dasar-Dasar Penelitian Bagi Mahasiswa	308
40	Ferry Aristya, M.Pd. Ayatullah Muhammadin Al Fath, M.Pd.	Pemanfaatan Google Form Dan Office 365 untuk Meningkatkan Kualitas Guru dalam Pembelajaran Daring di Sekolah Dasar	313
41	Bayu Susanto	Media Pembelajaran Teks Eksplanasi di Era New Normal Dengan Aplikasi Flash	318
42	Arif Mustofa, M.Pd.	Pendampingan Produksi Drama di MAN Pacitan Melalui Metode Permainan	326
43	Nurhayati, S.Pd.I, M.Pd. Nova Arief Wibowo, M.Pd.	Pendidikan Kesehatan dalam Islam di Era Pandemi	333
44	Lina Erviana, M.Pd.Si.	Penerapan Media Pembelajaran Daring Terintegrasi di Masa Pandemi Covid-19 Terhadap Motivasi Belajar pada Mahasiswa PGSD STKIP PGRI Pacitan	341
45	Vika Octaviani, S.Pd., M.T.	Pengujian Usability Website STKIP PGRI Pacitan Menggunakan System Usability Scale (SUS)	351
46	Taufik Hidayat, M.Pd. Melly Istanti Gema Bagus Hanggorokasih	Peningkatan Pemahaman Literasi Digital Masyarakat di Tengah Pandemi Covid-19	360
47	Danang Endarto Putro, M.Or.	Perbedaan Tingkat Pendidikan Orang Tua Terhadap Pola Hidup Sehat Siswa-Siswi SMP di Lingkungan Desa Sanggrahan	363
48	Danang Endarto Putro, M.Or. Anung Probo Ismoko, M.Or.	Permainan Tradisional Sebagai Pengenalan Aktivitas Jasmani Anak	368
49	Sugiyono, M.Pd.	Problematika Pembelajaran Daring di Sekolah Dasar	372

50	Mulyadi, M.Pd.	Problematika Pembelajaran Daring Geometri Transformasi Pada Masa Pandemi Covid-19	383
51	Dr. Agustina Sri Hafidah, M.Pd.B.I. Dimas Romadhoni Aji Pangestu Yupita Tri Rejeki	Strategi Pengembangan Kapasitas Ibu Pembelajar dalam Pengasuhan Anak	391
52	Arif Mustofa, M.Pd.	Struktur Legenda Babad Lorog Kabupaten Pacitan: Kajian Struktur Naratif Vladimir Propp	401
53	Akhwani	Alternatif Strategi Pembelajaran Daring Masa Pandemi Covid-19 Bagi Guru Sekolah Dasar	409
54	Ayatullah Muhammadin Al Fath,S.Pd, M.Pd.	Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam Pencegahan Covid-19 di SDN Jetiskarangpung 1 Kalijambe	418
55	Suryatin, M.Pd. Melina Yuli Kartika	Efektifitas Pembelajaran Matematika Menggunakan Metode Diskusi Melalui Aplikasi Whatsapp dan Google Classroom	422
56	Zuniar Kamaluddin Mabruri, M.Pd.	Pembelajaran Daring Saat Pandemi Covid-19	435
57	Nely Indra Meifiani, S.Si., M.Pd.	Hubungan Fasilitas Belajar dan Lingkungan Keluarga Terhadap Hasil Belajar Musim Pandemi Covid-19	444
58	Eny Setyowati, M.Pd.	Memasak Bersama Tumbuhkan Karakter Anak	451
59	Nely Indra Meifiani, S.Si. M.Pd. Dwi Cahyani Nur A., M.Pd. Khoirul Qudsiyah, M.Pd.	Matematika Hebat di Musim Pandemi	457
60	Heru Arif Pianto, S.Pd., M.Hum.	Membongkar Ketersembunyian Potensi Pantai Dalam Peradaban Kemaritiman di Pacitan Tahun 2004-2014	461
61	Hanggara Budi Utomo, M.Pd., M.Psi	Mengelola Emosi dan Kompetensi Guru Pendidikan Anak Usia Dini	470
62	Bakti Sutopo, S.S.,M.A. Agoes Hendriyanto, S.P., M.Pd.	Pandangan Hidup Masyarakat Dan Nilai Edukatif Dalam Upacara Adat Baritan Masyarakat Desa Gawang Kec. Kebonagung Kab. Pacitan Jawa Timur	481

63	Muga Linggar Famukhit, M.Kom.	Pelatihan Desain Label, Logo dan Brosur Berbasis Aplikasi Online di SMK Diponegoro Tulakan	491
64	Bakti Sutopo, S.S.,M.A. Riza Dwi Tyas Widoyoko, M.Pd.	Pelatihan Menulis Kreatif Bagi Karang Taruna Desa Gunung Sari Kec. Arjosari Kab. Pacitan Jawa Timur	496
65	Zuniar Kamaluddin Mabruhi, M.Pd.	Pelatihan Penyusunan Kurikulum SMP Negeri 2 Gemolong	501
66	Dwi Rahayu, S.S., M.Pd. Chusna Apriyanti, M.Pd. B.I.	Pelatihan Publikasi Ilmiah pada Jurnal Nasional	503
67	Mega Isvandiana Purnamasari, M.Si.	Pengaruh Pembelajaran Daring Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa PGSD STKIP PGRI Pacitan	508
68	Muga Linggar Famukhit, M.Kom.	Pemanfaatan Aplikasi Khoot! untuk Meningkatkan Motivasi Belajar pada Matakuliah Perakitan dan Instalasi Komputer	516
69	Hj. Sri Iriyanti, M.Pd. Dra. Martini, M.Pd.	Penguatan <i>Manajemen Risiko</i> Kewirausahaan Bagi Mahasiswa	526
70	Suryatin, M.Pd. Slamet Pujiati	Pendampingan Belajar bagi Siswa Usia Sekolah Dasar di Masa Pandemi Covid-19	533
71	Hj. Sri Iriyanti, M.Pd.	Potret Pembelajaran dan Pendampingan Belajar Orang Tua pada Masa Pandemi Covid-19	542
72	Anung Probo Ismoko, M.Or. Danang Endarto Putro, M.Or.	Sehat Mental di Masa Pandemi Covid-19	552
73	Heru Arif Pianto, S.Pd., M.Hum.	Sosialisasi Pentingnya Penanaman Nilai-Nilai Budaya Bahari Melalui Pengajaran Budaya dan Sejarah Maritim di SMKN Pringkuku	558
74	Nurhayati, S.Pd.I, M.Pd. Naufal Dwi Yasin Siti Janatin Nangim	Sosialisasi Peran Orang Tua dalam Menyikapi Dampak Negatif Media Sosial Terhadap Perkembangan Anak-Anak Sekolah Dasar di Era Pandemi	564
75	Dwi Rahayu, S.S., M.Pd.	Students' Barriers in Completing Thesis during Pandemic of Covid-19	571

76	Ayatullah Muhammadin Al Fath, S.Pd., M.Pd.	Masalah Belajar Lingkungan Keluarga Buruh Siswa Kelas V SDN Jetiskarangpung 1 Kalijambe	581
77	Anung Probo Ismoko, M.Or.	Tingkat Kesegaran Jasmani Anak di Masa Pandemi Covid 19	586

## PERBEDAAN TINGKAT PENDIDIKAN ORANG TUA TERHADAP POLA HIDUP SEHAT SISWA-SISWI SMP DI LINGKUNGAN DESA SANGGRAHAN

Danang Endarto Putro

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, STKIP PGRI Pacitan

E-mail: juzz.juzz88@gmail.com

### Abstrak

*Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat pendidikan orang tua terhadap pola hidup sehat siswa siswi SMP di Lingkungan Desa Sanggrahan. Pendekatan penelitian ini menggunakan metode survey. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan angket. Ada 2 variabel yang akan diungkap dalam penelitian ini yaitu variabel bebas berupa tingkat pendidikan orang tua (X) dan variabel terikat pola hidup sehat siswa-siswi SMP di lingkungan Desa Sanggrahan (Y). Instrumen dalam penelitian ini menggunakan angket. Teknik analisis data menggunakan uji ANOVA dan uji-t. Berdasarkan hasil analisis data, dapat disimpulkan bahwa tingkat pendidikan para orang tua siswa siswi SMP di Desa Sanggrahan mayoritas pada tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA). Lebih detailnya hasil penelitian secara inferensial diperoleh korelasi  $r=0.136$ ;  $p=0.008$ . Berdasarkan hasil perhitungan tersebut maka perbedaan tingkat pendidikan orangtua terhadap pola hidup sehat siswa siswi SMP di lingkungan desa Sanggrahan dinyatakan positif atau signifikan.*

**Kata kunci:** Perbedaan, pendidikan, pola, hidup, siswa, siswi.

### PENDAHULUAN

Pembangunan kesehatan merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari pembangunan nasional guna mensukseskan Indonesia Sehat di tahun 2030. Pembangunan tersebut mempunyai tujuan untuk mewujudkan manusia yang sehat, produktif dan mempunyai daya saing yang tinggi. Kesehatan merupakan kebutuhan setiap manusia setelah dapat memenuhi kebutuhan pokoknya, pola hidup seseorang sangat mempengaruhi sehat tidaknya orang tersebut. Pola hidup sehat merupakan hal yang penting, dengan memiliki pola hidup sehat siswa ataupun anak-anak akan terbantu untuk menjaga kesehatannya karena kesehatan juga merupakan faktor yang menunjang prestasi belajar. Pola hidup sehat akan sangat mempengaruhi sehat tidaknya seseorang. Bila kita ingin sehat maka kita harus merubah pola hidup, yang tadinya tidak memperhatikan pola hidup yang baik dan benar mulai merubah ke arah yang positif.

Setiap orang tua mempunyai tanggung jawab kepada anaknya untuk dapat memenuhi kebutuhan sehari-hari yang bersifat fisik seperti makanan, sandang, peralatan sekolah, fasilitas bermain, fasilitas kesehatan, dan biaya kesehatan. Selain kebutuhan yang sifatnya fisik sebenarnya anak juga sangat memerlukan kebutuhan yang sifatnya mental, yaitu perhatian, bimbingan, asuhan dan arahan bagi proses pertumbuhan dan perkembangan anak. Hal ini disebabkan karena setiap keluarga memiliki status sosial yang berbeda-beda yang meliputi tingkat pendidikan orang tua, besar penghasilan, jenis pekerjaan, maupun kepemilikan barang berharga.

Dalam penanaman dan pembentukan pola hidup sehat sangat diperlukan adanya kerja sama dari berbagai pihak dalam memberikan pengetahuan, bimbingan, arahan dan himbauan untuk pola hidup sehat, maupun dari pihak orang tua dalam menanamkan pola hidup sehat di kehidupan sehari-hari. Karena penanaman pola hidup sehat perlu dilaksanakan sepanjang hari yaitu selama siswa berada di sekolah dan di rumah dan di lingkungan masyarakat. Kesadaran penerapan pola hidup sehat masih sangat jarang ditemui mengingat usia remaja yang sekolah di lingkungan Desa Sanggrahan tergolong masih cenderung mencoba-coba mengkonsumsi makanan, tanpa memperhatikan kebersihan tempat penjualan makanan tersebut, membuang sampah di sembarang tempat, merokok, begadang sampai larut malam, malas sarapan, tidak memperhatikan bagian tubuh yang sakit, dan lain sebagainya.

Hal yang sangat bisa dilihat sehari-hari dari sebagian siswa-siswi SMP di lingkungan Desa Sanggrahan yang kurang baik yaitu kebiasaan siswa membeli makanan berupa *cilok* yang terbuat dari tepung yang dicampur dengan sedikit daging, dan minuman dingin dengan es yang berasal dari es balok.

Dari uraian di atas dapat dikatakan bahwa pola hidup sehat anak dipengaruhi oleh status sosial orang tua, dalam hal ini tingkat pendidikan orang tua. Sehingga orang tua dituntut untuk dapat berusaha memberikan contoh penerapan pola hidup sehat yang baik secara disiplin dan bertanggung jawab. Untuk melakukan hal tersebut tidak mudah karena memerlukan bekal pengetahuan tentang kesehatan, pengalaman yang baik tentang kesehatan, fasilitas kesehatan yang cukup baik, waktu dan kesadaran tentang kesehatan yang mendukung pola hidup sehat dalam lingkungan keluarga. Jenjang pendidikan formal yang ada di Indonesia adalah mulai dari pendidikan dasar sampai dengan pendidikan di perguruan tinggi. Orang tua dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi memiliki wawasan yang lebih baik tentang kesehatan daripada orang tua dengan tingkat pendidikan yang lebih rendah.

Pendidikan sangat dibutuhkan untuk mencerdaskan kehidupan berbangsa dan bernegara. Oleh karena itu setiap individu atau masyarakat perlu mendapatkan pendidikan untuk memperbaiki taraf hidup dan derajatnya. Dengan makin majunya tingkat pendidikan diharapkan makin maju pula pengetahuan dan teknologi. Menurut Mulyadi (2015: 78) jenjang pendidikan yang telah ditempuh oleh orang tua berpengaruh terhadap sikap, tingkah laku sehingga timbul perbedaan sikap dan kepribadian sesuai dengan jenjang pendidikan yang telah ditempuh orang tua adalah sebagai berikut:

- a) Lulusan SD akan selalu memaksakan apa yang menjadi kehendaknya, tidak peduli itu benar atau salah.
- b) Lulusan SMP dalam mengarahkan ada kebiasaan yang ragu-ragu, selalu khawatir, takut kalau salah, dan banyak memakan waktu, karena sikap skeptis dan birokratis.
- c) Lulusan SMU dalam mengarahkan anak akan banyak pertimbangan tetapi keputusan terakhir selalu mereka putuskan sendiri.

d) Lulusan PT biasanya akan banyak memberikan kebebasan tetapi tidak sama sekali melepasnya malah sebaliknya akan membimbing, pengawasan, komentar dan hukuman tetapi dengan cara yang demokratis.

Dari sifat kepribadian tersebut tercermin pula sikap, tingkah laku, dan cara bertindak seseorang. Dengan demikian dapat diketahui bahwa tingkat pendidikan orang tua memegang peran yang cukup penting dalam pembentukan pribadi dan perkembangan anak. Orang tua dengan tingkat pendidikan yang tinggi berarti memiliki wawasan yang cukup luas, wawasan untuk mendidik anaknya sampai kependidikan yang tinggi, termasuk wawasan tentang kesehatan dalam pembentukan pola hidup sehat untuk keluarga.

Pada dasarnya pola hidup sehat adalah suatu program yang menyeluruh meliputi kesehatan, kesegaran jasmani, gizi dan rekreasi. Pola hidup sehat ini, bila dilaksanakan dengan baik dan benar tentunya akan sangat mendukung pencapaian produktivitas belajar dan kerja yang maksimal, dimulai dengan adanya pembiasaan pola hidup sehat yang dapat dicapai melalui proses peningkatan pendidikan dan pembudayaan disiplin. Sebab tanpa adanya peningkatan pendidikan dan pembudayaan disiplin dalam kehidupan sehari-hari maka pola hidup sehat akan sangat sulit dicapai secara maksimal. Sebaliknya bagi orang yang melakukannya dengan disiplin yang tinggi tentunya akan membuahkan hasil seperti yang diharapkan yaitu peningkatan kualitas fisik dan tubuh akan tetap sehat yang meliputi perbaikan.

Pola hidup sehat bila diterapkan dan dilaksanakan dengan baik dan benar dalam kehidupan sehari-hari tentu akan sangat mendukung pencapaian produktivitas kerja yang tinggi. Kesehatan pribadi adalah kesehatan bagian tubuh kita masing-masing yaitu meliputi: kesehatan kulit, rambut dan kuku, kesehatan mata, hidung, telinga, mulut dan gigi, tangan dan kaki, juga memakai pakaian yang bersih dan melakukan gerakan dan istirahat.

Masa usia sekolah menengah bertepatan dengan masa remaja. Masa remaja merupakan masa yang banyak menarik perhatian karena sifat khasnya dan perannya yang menentukan dalam kehidupan individu dalam masyarakat orang dewasa.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian diskriptif komparatif, yaitu untuk mendeskripsikan ada tidaknya perbedaan tingkat pendidikan orang tua terhadap pola hidup sehat siswa-siswi di lingkungan Desa Sanggrahan, Kebonagung Kabupaten Pacitan, Jawa Timur. Pendekatan penelitian ini menggunakan metode survey. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan angket. Ada 2 variabel yang akan diungkap dalam penelitian ini yaitu variabel bebas berupa tingkat pendidikan orang tua (X) dan variabel terikat pola hidup sehat siswa-siswi SMP di lingkungan Desa Sanggrahan (Y). Teknik analisis data menggunakan uji ANOVA dan uji-t.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Proses penelitian telah dilakukan dan didapatkan data mengenai perbedaan tingkat pendidikan orangtua terhadap pola hidup sehat siswa siswi SMP di lingkungan desa Sanggrahan. Dari data kasar, kemudian dilakukan tabulasi data untuk lebih memudahkan peneliti dalam melakukan analisis data. Untuk lebih jelasnya, hasil analisis data dapat di lihat pada beberapa tabel di bawah ini.

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pola Hidup Sehat**

Kategori	Frekuensi	Persentase
Baik	4	8%
Cukup Baik	43	87%
Kurang Baik	3	6%
Tidak Baik	0	0%
Total	50	100%

Berdasarkan tabel di atas, dapat dideskripsikan 0% (0 siswa) masuk dalam kategori Tidak Baik, 6% (3 siswa) mempunyai pola hidup sehat Kurang Baik, 87% (43 siswa) termasuk dalam kategori Cukup Baik, sedangkan 8% (4 siswa) masuk dalam kategori Baik.

**Tabel 2. Distribusi Tingkat Pendidikan Orang Tua**

Tingkat Pendidikan	Ibu		Ayah	
	Frekuensi	Dalam %	Frekuensi	Dalam (%)
SD	10	21%	8	16%
SMP	14	28%	12	25%
SMA	22	44%	23	47%
Pendidikan Tinggi	4	7%	7	12%
<b>Jumlah</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

Dari tabel di atas dapat memberikan informasi bahwa tingkat pendidikan Ibu siswa siswi SMP di desa sanggrahan 10 orang (21%) berpendidikan Sekolah Dasar, 14 orang (28%) berpendidikan SMP, 22 orang (44%) berpendidikan SMA, dan 4 orang (7%) berpendidikan Tinggi. Sedangkan tingkat pendidikan Ayah siswa siswi SMP di desa Sanggrahan 8 orang (16%) berpendidikan Sekolah Dasar, 12 orang (25%) berpendidikan SMP, 23 orang (47%) berpendidikan SMA, dan 7 orang (12%) berpendidikan Tinggi.

Dapat disimpulkan bahwa tingkat pendidikan para orang tua siswa siswi SMP di Desa Sanggrahan mayoritas pada tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA). Lebih detailnya hasil penelitian secara inferensial diperoleh korelasi  $r=0.136$ ;  $p=0.008$ . Berdasarkan hasil perhitungan tersebut maka perbedaan tingkat pendidikan orangtua terhadap pola hidup sehat siswa siswi SMP di lingkungan desa Sanggrahan dinyatakan positif atau signifikan.

Hal tersebut tidak terlepas dari semakin tingginya tingkat pendidikan orang tua, maka kebiasaan hidup bersih dan sehat juga semakin baik di terapkan pada para anak-anaknya di lingkungan keluarga. Di tengah pandemi virus covid-19 ini justru tingkat kesadaran untuk selalu menerapkan pola hidup sehat malah semakin meningkat. Tidak bisa dipungkiri walaupun kondisi geografis Desa Sanggrahan termasuk dalam kategori pegunungan dan jauh dari perkotaan, tetapi nyatanya para orangtua siswa sangat antusias untuk terus melakukan tindakan dan perilaku hidup sehat.

Penekanan pada pola pemeliharaan kesehatan pribadi selalu dilakukan oleh para orang tua agar sang buah hati menjadi semakin terbiasa dengan hal-hal yang dapat menyehatkan dirinya. Sajian makanan juga menjadi semakin bervariasi diberikan orangtua kepada anak-anaknya. Gizi seimbang merupakan penekanan utama yang diberikan para orangtua untuk menunjang aktivitas sehari-hari sang buah hati.

Walaupun hasil penelitian menunjukkan hasil yang positif, akan tetapi pola hidup sehat pada siswa siswi juga masih perlu dan selalu ditingkatkan dari waktu ke waktu. Tingkat pendidikan orangtua memegang peranan penting dalam menentukan cara pandang, cara berfikir, pekerjaan dan tentunya berdampak pada upah yang akan digunakan untuk hidup sehari-hari. Logikanya dengan gaji yang memadai maka kebutuhan-kebutuhan lainnya seperti kesehatan, pakaian, rumah, maupun makan dapat terpenuhi dengan maksimal. Makanan yang baik tentu akan berimbas pada kehidupan yang penuh gizi yang layak. Pada intinya dengan kondisi tingkat pendidikan orang tua yang tinggi maka juga akan berdampak pada pola hidup sehat yang dijalani dan diterapkan di lingkungan keluarga.

## KESIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa tingkat pendidikan para orang tua siswa siswi SMP di Desa Sanggrahan mayoritas pada tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA). Lebih detailnya hasil penelitian secara inferensial diperoleh korelasi  $r=0.136$ ;  $p=0.008$ . Berdasarkan hasil perhitungan tersebut maka perbedaan tingkat pendidikan orangtua terhadap pola hidup sehat siswa siswi SMP di lingkungan desa Sanggrahan dinyatakan positif atau signifikan. Pada intinya dengan kondisi tingkat pendidikan orang tua yang tinggi maka juga akan berdampak pada pola hidup sehat yang dijalani dan diterapkan di lingkungan keluarga.

## DAFTAR PUSTAKA

- Departemen Kesehatan RI. 2005. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Indonesia . Jakarta.
- Mulyadi. 2015. Upaya meningkatkan Kesehatan. Jakarta: PT raja Grafindo Persada.
- Notoatmodjo, S. 2007. Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sendy. 2013. Permasalahan Perilaku Kesehatan Pada Anak. Jakarta: Trans Info.
- Sugiyono. 2010. Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Zaviera. 2008. Gizi dan Kesehatan Masyarakat. Jakarta: KATAHATI