

## HUBUNGAN ANTARA LITERASI KESEHATAN DENGAN PERILAKU HIDUP SEHAT SISWA SMA NEGERI 1 BERBEK

Achmad Bagus Firdaus\*, Faridha Nurhayati

S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya

\*achmadbagus.18086@mhs.unesa.ac.id

### Abstrak

Literasi kesehatan merupakan karakteristik pribadi dan sumber daya sosial yang diperlukan individu maupun masyarakat untuk mengakses, memahami, menilai informasi serta layanan untuk membuat keputusan kesehatan. Maksimalnya literasi kesehatan diharapkan membawa dampak pada perubahan perilaku hidup sehat seseorang dalam keseharian, khususnya untuk usia siswa SMA yang mengalami masa transisi dari remaja ke dewasa. Oleh karenanya, penelitian ini bertujuan untuk meninjau hubungan antara literasi kesehatan dengan perilaku hidup sehat siswa di SMA Negeri 1 Berbek. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Populasi dalam penelitian ini siswa kelas XI SMA Negeri 1 Berbek yang berjumlah 278 siswa dan pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* pada 176 siswa kelas XI MIPA SMA Negeri 1 Berbek. Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data berupa kuesioner HLS-EU-Q16 dan skala implementasi perilaku hidup sehat siswa. Data dianalisis menggunakan persentase dan uji korelasi gamma melalui SPSS 25. Hasil penelitian menunjukkan apabila dianalisis dari setiap dimensi, antara literasi kesehatan dengan perilaku hidup sehat dimensi konsumsi pangan menunjukkan ada hubungan yang dibuktikan nilai signifikansi ( $0,008 < 0,05$ ). Sedangkan untuk dimensi kebersihan diri sendiri, dimensi kebersihan lingkungan, dimensi tindakan pencegahan penyakit beserta dimensi kebiasaan merusak kesehatan menunjukkan tidak ada hubungan dengan literasi kesehatan yang dibuktikan nilai signifikansi  $> 0,05$ . Jika dianalisis secara keseluruhan terdapat hubungan signifikan antara literasi kesehatan dengan perilaku hidup sehat siswa ( $0,041 < 0,05$ ) dengan sumbangan sebesar 51,2%.

**Kata Kunci:** literasi kesehatan; perilaku hidup sehat; siswa SMA

### Abstract

Health literacy is a personal characteristic and social resource needed for individual and society to access, understand, evaluate information and service to make health decision. Maximum health literacy is expected to have an impact on changing person healthy living behavior in daily life, especially for high school students who are experiencing transition period from adolescence to adulthood. Therefore, this study aims to review the relationship between health literacy and healthy living behavior of students at SMA Negeri 1 Berbek. This study use a quantitative approach with the type of correlational research. The population in this study were students of class XI SMA Negeri 1 Berbek which amounts to 278 students and sampling using purposive sampling technique on 176 students of class XI MIPA SMA Negeri 1 Berbek. The instrument used for data collection was the HLS-EU-Q16 questionnaire and the implementation scale of students healthy living behavior. Data were analyzed using percentage and gamma correlation test through SPSS 25. The results showed that analyze from each dimension, between health literacy and students healthy living behavior, the dimension of food consumption showed a significant relationship ( $0,008 < 0,05$ ). While for the dimension of personal hygiene, dimension of environmental hygiene, dimension of disease prevention and dimension of health damaging habits show no relationship with health literacy which is proven by a significance value  $> 0,05$ . If analyzed as a whole, there is a significant relationship between health literacy and students healthy behavior ( $0,041 < 0,05$ ) with a contribution of 51,2%.

**Keywords:** health literacy; healthy living behavior; senior high school student

## PENDAHULUAN

Menghadapi tantangan pendidikan yang dinamis, siswa dituntut untuk menguasai ilmu dari berbagai bidang searah dengan perkembangan zaman. Adanya kurikulum pendidikan terbaru, siswa dituntut lebih aktif, punya rasa ingin tahu yang tinggi, berfikir kritis, memiliki kemampuan menyatakan pendapat serta dapat berkolaborasi dan kerjasama dengan rekannya. Semua komponen tersebut bisa dilalui siswa dengan kemampuan literasi yang baik. Literasi dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) online merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi dan pengetahuan untuk kecakapan hidup. Kegiatan literasi bisa dilakukan dimana saja, baik di dalam ruangan maupun di luar ruangan. Bagi seorang siswa sebagian besar waktu untuk aktivitas literasi dilakukan di dalam sekolah, dengan membaca buku di perpustakaan, komunikasi antar teman, maupun memperoleh informasi dari media yang dengan mudah didapatkan dari ponsel pintar mereka masing-masing.

Keterampilan literasi sangat penting untuk keberhasilan akademis kehidupan seseorang. Oleh sebab itu, keterampilan literasi harus dimiliki dan ditanamkan sejak dini karena merupakan senjata utama generasi Indonesia (Oktariani & Ekadiansyah, 2020). Berkaca dari pernyataan tersebut maka sudah seharusnya siswa sekolah menengah atas (SMA) menghabiskan waktunya untuk meningkatkan keterampilan literasi. Literasi menjadi tolok ukur bagi siswa dalam menguasai pengetahuan dalam berbagai bidang, sehingga mereka peka dalam mengikuti perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi. Salah satu bidang yang mutlak dikembangkan siswa saat ini yaitu kesehatan. Masih dalam bayang-bayang pandemi covid-19, dimana kesehatan menjadi harta yang tak ternilai harganya bagi setiap orang. Apabila nantinya pandemi usai pun siswa harus tetap jaga kondisi kesehatan masing-masing. Oleh karena itu, siswa diharapkan terus menggali informasi terkait literasi kesehatan agar kelak terhindar dari virus maupun gejala penyakit.

Literasi kesehatan memiliki arti definisi yang luas dan inklusif yang mengacu pada karakteristik pribadi dan sumber daya sosial yang diperlukan bagi individu dan masyarakat untuk mengakses, memahami, menilai dan menggunakan informasi dan layanan untuk membuat keputusan kesehatan atau untuk memiliki implikasi pada kesehatan (World Health Organization, 2015). Berdasarkan pengertian tersebut, indikator literasi kesehatan dibagi menjadi empat domain yang terdiri dari (mencari, memahami, mengolah atau menilai, dan mengaplikasikan atau menerapkan) informasi yang relevan dengan kesehatan (Sørensen et al., 2012).

Literasi kesehatan tersebut juga terdapat tiga dimensi yaitu perawatan kesehatan, kepedulian kesehatan, dan promosi kesehatan (Emiral et al., 2018). Pentingnya pemahaman terkait literasi kesehatan perlu dimiliki siswa dengan harapan bisa merubah perilakunya dalam menjaga kestabilan kondisi kesehatan yang dimulai dari diri sendiri, keluarga dan bahkan pada masyarakat. Masyarakat di Indonesia dinilai masih belum banyak yang melakukan kebiasaan pola hidup sehat, hal ini disebabkan salah satunya minimnya promosi kesehatan dari tenaga medis di fasilitas kesehatan masyarakat, (Diah, 2015) menambahkan jika perubahan perilaku kesehatan penting untuk menurunkan kasus penyakit. Penelitian terhadap sebuah asosiasi literasi kesehatan dan perilaku gaya hidup yang melakukan promosi kesehatan, disebutkan bahwa ketika mengendalikan faktor individu seperti derajat masalah kesehatan, tingkat literasi kesehatan berhubungan positif dengan perilaku kesehatan yang diperiksa (Yang, Luo, & Chiang, 2017). Selain itu, berdasarkan hasil studi terkait literasi kesehatan pada siswa sekolah menengah di Surabaya memperlihatkan bahwa literasi kesehatan yang baik membawa dampak pada perilaku kesehatan ke arah lebih baik dan ditegaskan pula perilaku kesehatan dipengaruhi oleh faktor sosial ekonomi yaitu prestasi akademik siswa serta pendidikan orang tua (Prihanto et al., 2021). Maka bukan tidak mungkin jika dengan kemampuan literasi kesehatan yang mumpuni akan berdampak pada perubahan pola gaya hidup mereka khususnya dalam mengimplementasikan perilaku hidup sehat sehari-hari. Perilaku adalah kegiatan atau aktivitas manusia yang ditimbulkan karena adanya rangsangan atau stimulus yang berasal dari internal maupun eksternal, serta perilaku merupakan proses perubahan tingkah laku (Sari, 2013). Dari pengertian tersebut, secara singkat (Khoiri, 2016) menyimpulkan bahwa perilaku hidup sehat adalah aktivitas seseorang terhadap stimulus yang kemudian memunculkan suatu tindakan berkaitan upaya mempertahankan atau meningkatkan kesehatannya dalam kehidupan sehari-hari. Stimulus yang berkaitan dengan hal tersebut adalah perilaku terhadap makanan dan minuman, kebersihan diri sendiri, kebersihan lingkungan, sakit dan penyakit serta kebiasaan yang merusak kesehatan (Notoatmodjo, 2007). Perilaku tersebut perlu dibudayakan oleh siswa agar terhindar dari gejala penyakit yang mungkin bisa muncul setiap saat. Tentunya perilaku hidup sehat yang dilakukan siswa saat ini membawa pengaruh terhadap persepsi kebiasaan hidup dan kondisi kesehatan dimasa yang akan datang. Mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Menengah Atas (SMA), selain memberikan materi aktivitas gerak atau olahraga, juga memberikan materi terkait dengan pendidikan

kesehatan. Dalam hal ini, seorang guru berperan penting membina karakter dan perilaku siswa untuk menerapkan pola hidup sehat di lingkungan sekolah kemudian ditanamkan dalam diri siswa untuk menerapkannya di luar sekolah. Menanamkan perilaku hidup sehat pada siswa perlu adanya suatu pembiasaan atau budaya sekolah (Anisa & Ramadan, 2021). Salah satu perwujudan budaya tersebut terdapat dalam fasilitas Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) yang membina praktik kegiatan hidup sehat siswa di sekolah.

Indikator pelaksanaan perilaku hidup sehat di sekolah yaitu; mencuci tangan dengan air dan sabun, mengonsumsi makanan sehat dan tidak merokok di sekolah, membuang sampah pada tempatnya, menggunakan toilet dengan bersih serta olahraga yang teratur dan terukur (Kementerian Kesehatan, 2012). Namun semuanya berbanding terbalik ketika di luar sekolah, peneliti memandang perilaku hidup sehat siswa tidak dilakukan semestinya, ada kebiasaan buruk yang masih dilakukan setiap harinya yaitu kurangnya waktu untuk beristirahat. Siswa masih membiasakan belajar semalam penuh lalu besoknya ujian, ada yang menyelesaikan tugas hingga larut malam mengejar batas pengumpulan tugas dan ada juga yang menghabiskan waktu mereka hanya untuk bermain game online hingga mengabaikan kesehatan mata dan kebugaran tubuh mereka. Usia siswa SMA menjadi masa transisi dari remaja ke dewasa, yang mana seseorang mengalami perubahan perilaku pendewasaan diri. Usia ini dianggap sebagai kondisi fisik paling baik seseorang secara jasmani. Hal ini berdampak pada perilaku siswa yang cenderung meremehkan dan mengabaikan kondisi tubuhnya serta kurangnya rasa ingin tahu mengenai informasi kesehatan. SMA Negeri 1 Berbek sendiri salah satu lembaga pendidikan menengah atas yang terletak di dataran tinggi dan siswanya mayoritas bertempat tinggal di lereng Gunung Wilis. Dengan ini peneliti menganggap jika literasi kesehatan belum maksimal apabila tidak adanya sosialisasi tentang perilaku hidup sehat yang diadakan oleh lembaga atau pihak terkait menuju tempat tinggal siswa yang terkendala jarak jangkauan dari pusat wilayah Kabupaten Nganjuk. Berdasarkan berbagai alasan di atas menjadi dasar peneliti ingin mengetahui tingkat literasi kesehatan dan hubungannya dengan perilaku hidup sehat pada siswa SMA Negeri 1 Berbek.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional yang menghubungkan dua variabel. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara literasi kesehatan dengan perilaku hidup sehat siswa di SMA Negeri 1 Berbek. Penelitian ini dilakukan pada tanggal

25 Mei sampai dengan 3 Juni 2022. Populasi yang dipilih peneliti siswa kelas XI SMA Negeri 1 Berbek berjumlah 278 siswa dengan sampel yang difokuskan pada kelas XI MIPA berjumlah 176 siswa. Pengambilan sampel pada penelitian ini dengan metode *purposive sampling* yang merupakan teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2016). Alasan menggunakan teknik ini disebabkan siswa kelas MIPA dinilai punya kemampuan literasi yang lebih baik dan penguasaan ilmu pengetahuan bidang kesehatan bila dilihat dari mata pelajaran yang diampu.

Pengumpulan data dilakukan langsung di lokasi penelitian SMA Negeri 1 Berbek melalui pengisian *google form* yang berisi angket ke responden. Instrumen yang digunakan untuk mengukur literasi kesehatan dalam penelitian ini yaitu angket (HLS-EU-Q16) terdapat sejumlah 16 pertanyaan, yang diadopsi dari *European Commission and the national partners in the HLS-EU Consortium* (HLS EU-Q Consortium, 2012) serta angket untuk mengukur perilaku hidup sehat berjumlah 32 pertanyaan yang diadopsi dari penelitian berjudul implementasi perilaku hidup sehat mahasiswa Prodi PGSD Penjas Universitas Negeri Yogyakarta, dimana angket sudah diuji dengan nilai reliabilitas sebesar 0,90 (Melinda & Kriswanto, 2019). Data yang terkumpul diolah melalui SPSS 25 dan dianalisis menggunakan persentase dan uji korelasi gamma.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut hasil analisis data yang dilakukan peneliti berdasarkan data dari kuesioner HLS-EU-Q16 dan skala implementasi perilaku hidup sehat pada siswa kelas XI MIPA di SMA Negeri 1 Berbek, sehingga dapat disajikan sebagai berikut :

**Tabel 1. Data Kategori Literasi Kesehatan**

Jenis Kelamin	Kategori			Total
	Rendah	Cukup	Tinggi	
Laki-laki	0 (0%)	4 (2.3%)	55 (31.3%)	59 (33.5%)
Perempuan	1 (0.6%)	5 (2.8%)	111 (63%)	117 (66.5%)
Total	1 (0.6%)	9 (5.1%)	166 (94.3%)	176 (100%)

Mengacu pada hasil tabel 1, menunjukkan bahwa hampir seluruh siswa kelas XI MIPA di SMA Negeri 1 Berbek masuk dalam tingkat literasi kesehatan kategori tinggi dengan jumlah 166 siswa dan jika ditinjau dari jenis kelamin terdiri dari 55 (31.3%) siswa laki-laki dan 111 (63%) siswa perempuan. Kemudian 9 siswa tergolong dalam kategori cukup dengan 4 (2.3%) siswa laki-laki dan 5 (2.8%) siswa perempuan, serta dalam kategori rendah terdapat 1 (0.6%) siswa perempuan saja.

**Tabel 2. Data Kategori Domain Literasi Kesehatan**

Domain	Kategori		
	Rendah	Cukup	Tinggi
Mencari	8 (4.5%)	131 (74.4%)	37 (21%)
Memahami	11 (6.3%)	127 (72.2%)	38 (21.6%)
Menilai	8 (4.5%)	126 (71.6%)	42 (23.9%)
Mengaplikasikan	10 (5.7%)	130 (73.9%)	36 (20.5%)

Mengacu pada hasil tabel 2, menunjukkan bahwa kategori literasi kesehatan siswa SMA Negeri 1 Berbek mayoritas berada pada kategori cukup pada semua domain dengan persentase lebih dari 70%.

**Tabel 3. Data Kategori Perilaku Hidup Sehat Siswa Secara Keseluruhan**

Kategori	Frekuensi	(%)
Sangat Tinggi	12	6.8 %
Tinggi	47	26.7 %
Cukup	70	39.8 %
Rendah	36	20.5 %
Sangat Rendah	11	6.3 %

Mengacu pada hasil tabel 3, menunjukkan perilaku hidup sehat siswa SMA Negeri 1 Berbek mayoritas dalam kategori cukup dengan frekuensi 70 (39.8%) siswa. Sedangkan kategori sangat tinggi 12 siswa, kategori tinggi 47 siswa, kategori rendah 36 siswa dan kategori sangat rendah 11 siswa.

**Tabel 4. Data Kategori Perilaku Hidup Sehat Siswa Dimensi Konsumsi Pangan**

Kategori	Frekuensi	(%)
Sangat Tinggi	17	9.7 %
Tinggi	61	34.7 %
Cukup	51	29 %
Rendah	40	22.7 %
Sangat Rendah	7	4 %

Dari hasil tabel 4, peneliti mengambil kesimpulan bahwa perilaku hidup sehat siswa SMAN 1 Berbek terhadap konsumsi pangan merata masuk kategori tinggi, cukup dan rendah dengan frekuensi siswa 40 keatas.

**Tabel 5. Data Kategori Perilaku Hidup Sehat Siswa Dimensi Kebersihan Diri Sendiri**

Kategori	Frekuensi	(%)
Sangat Tinggi	1	0.6 %
Tinggi	76	43.2 %
Cukup	48	27.3 %
Rendah	39	22.2 %
Sangat Rendah	12	6.8 %

Dari hasil tabel 5, peneliti mengambil kesimpulan bahwa perilaku hidup sehat siswa SMAN 1 Berbek terhadap kebersihan diri sendiri terdapat frekuensi tertinggi dalam kategori tinggi sejumlah 76 (43.2%) siswa.

**Tabel 6. Data Kategori Perilaku Hidup Sehat Siswa Dimensi Kebersihan Lingkungan**

Kategori	Frekuensi	(%)
Sangat Tinggi	25	14.2 %
Tinggi	44	25 %
Cukup	64	36.4 %
Rendah	30	17 %
Sangat Rendah	13	7.4 %

Dari hasil tabel 6, menunjukkan perilaku hidup sehat siswa SMAN 1 Berbek terhadap kebersihan lingkungan merata di semua kategori dengan frekuensi tertinggi di kategori cukup dengan jumlah 64 (36.4%) siswa.

**Tabel 7. Data Kategori Perilaku Hidup Sehat Siswa Dimensi Tindakan Pencegahan Penyakit**

Kategori	Frekuensi	(%)
Sangat Tinggi	10	5.7 %
Tinggi	59	33.5 %
Cukup	69	39.2 %
Rendah	20	11.4 %
Sangat Rendah	18	10.2 %

Dari hasil tabel 7, peneliti menyimpulkan perilaku hidup sehat siswa SMAN 1 Berbek terhadap tindakan pencegahan penyakit terdapat frekuensi tertinggi pada kategori cukup sejumlah 69 (39.2%) siswa disusul dengan kategori tinggi sejumlah 59 (33.5%) siswa.

**Tabel 8. Data Kategori Perilaku Hidup Sehat Siswa Dimensi Kebiasaan Merusak Kesehatan**

Kategori	Frekuensi	(%)
Sangat Tinggi	21	11.9 %
Tinggi	72	40.9 %
Cukup	50	28.4 %
Rendah	27	15.3 %
Sangat Rendah	6	3.4 %

Dari hasil tabel 8, menunjukkan perilaku hidup sehat siswa SMAN 1 Berbek terhadap kebiasaan buruk merusak kesehatan dominan dalam kategori tinggi 72 (40.9%) siswa dan kategori cukup 50 (28.4%) siswa.

**Tabel 9. Uji Gamma Literasi Kesehatan dengan Setiap Dimensi Perilaku Hidup Sehat**

Dimensi Perilaku Hidup Sehat	Value	Sig.	Keterangan
Konsumsi Pangan	0.685	0.008	Ada hubungan signifikan
Kebersihan Diri	0.278	0.292	Tidak ada

Dimensi Perilaku Hidup Sehat	Value	Sig.	Keterangan
Sendiri			hubungan signifikan
Kebersihan Lingkungan	0.350	0.145	Tidak ada hubungan signifikan
Tindakan Pencegahan Penyakit	0.352	0.089	Tidak ada hubungan signifikan
Kebiasaan Merusak Kesehatan	0.437	0.058	Tidak ada hubungan signifikan

Dari hasil uji korelasi pada tabel 9, antara literasi kesehatan dengan dimensi perilaku hidup sehat terhadap konsumsi pangan menunjukkan ada hubungan signifikan dibuktikan nilai signifikansi  $< 0,05$ . Berbanding terbalik hasil uji korelasi antara literasi kesehatan dengan dimensi kebersihan diri sendiri, dimensi kebersihan lingkungan, dimensi tindakan pencegahan penyakit dan dimensi kebiasaan merusak kesehatan yang menunjukkan tidak ada hubungan signifikan dibuktikan nilai signifikansi  $> 0,05$ .

**Tabel 10. Uji Gamma Literasi Kesehatan dengan Perilaku Hidup Sehat**

Variabel	Value	Sig.	Keterangan
Literasi Kesehatan Perilaku Hidup Sehat	0.512	0.041	Ada hubungan signifikan

Dari hasil uji korelasi di tabel 10, menunjukkan ada hubungan antara literasi kesehatan dengan perilaku hidup sehat siswa, yang dibuktikan nilai signifikansi 0,041 dan terdapat hubungan kuat dengan sumbangan sebesar 51,2%. Hal ini dikarenakan siswa sudah mendapatkan pengetahuan lebih tentang literasi kesehatan seperti terlihat pada tabel 1 yang menunjukkan tingginya tingkat literasi kesehatan di hampir seluruh siswa SMA Negeri 1 Berbek. Dengan tingginya kemampuan literasi siswa dalam memanfaatkan informasi seputar kesehatan dapat membawa dampak positif pada perubahan perilaku siswa dalam menerapkan pola hidup sehat sehari-harinya.

Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian yang berjudul “Hubungan Literasi Kesehatan dengan Pola Hidup Sehat Siswa SMP di Masa Pandemi Covid-19”, menyatakan bahwa terdapat hubungan antara literasi kesehatan dengan pola hidup sehat siswa dengan nilai sebesar 22% (Rohman & Nurhayati, 2021). Hasil setara juga ditunjukkan dari penelitian yang menganalisa pengaruh literasi kesehatan terhadap gaya hidup sehat. Disebutkan bahwa literasi kesehatan secara signifikan dan positif membawa pengaruh terhadap perilaku hidup sehat dengan nilai 0,496. Peneliti tersebut memberikan anjuran meningkatkan literasi tentang kesehatan dalam

lingkup masyarakat dengan dukungan dari tenaga kesehatan serta fasilitas kesehatan. Pelatihan dari tenaga kesehatan kepada masyarakat bisa diwujudkan dengan berkomunikasi lebih baik, menginformasikan setiap prosesnya dan bekerja sama mendengar keluhan masalah kesehatan yang dihadapi (Cal-Kayitmazbatir, 2021).

Jika melihat hasil korelasi antara literasi kesehatan dengan setiap dimensi perilaku hidup sehat yaitu pada dimensi kebersihan diri sendiri, kebersihan lingkungan, tindakan pencegahan penyakit, serta kebiasaan merusak kesehatan yang menunjukkan tidak memiliki hubungan signifikan, hal ini dapat digaribawahi bahwa kemampuan literasi kesehatan siswa yang baik tidak semua membawa perubahan perilakunya dalam membiasakan gaya hidup sehat karena ada beberapa faktor yang mempengaruhinya.

Berdasarkan penelitian yang berjudul “Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Siswa Sekolah Dasar Negeri 37 Kecamatan Tampan Kota Pekanbaru”, disebutkan terdapat beberapa faktor yaitu pengetahuan, sikap, fasilitas, dukungan sekolah dan dukungan orang tua. Dari hasil penelitian tersebut menunjukkan hasil bahwa fasilitas menjadi faktor paling dominan mempengaruhi perilaku hidup sehat siswa dengan nilai *Ratio Prevalens* (RP) sebesar 11 dan nilai  $p$  0,000 (Suryani, 2017). Jadi, semakin lengkap fasilitas yang tersedia, siswa akan lebih baik dalam mengimplementasikan perilaku hidup sehat. Peneliti menambahkan jika semua pihak terjalin kerjasama baik untuk meningkatkan literasi kesehatan dan memenuhi faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku hidup sehat, bukan tidak mungkin masalah kesehatan terminimalisir.

## PENUTUP

### Simpulan

Berdasarkan hasil analisis di atas peneliti dapat menyimpulkan literasi kesehatan berhubungan dengan perilaku hidup sehat dimensi konsumsi pangan yang dibuktikan nilai signifikansi  $< 0,05$ . Sedangkan untuk perilaku hidup sehat dimensi kebersihan diri sendiri, kebersihan lingkungan, tindakan pencegahan penyakit dan kebiasaan merusak kesehatan menunjukkan tidak ada hubungan dengan literasi kesehatan yang dibuktikan nilai signifikansi  $> 0,05$ . Ada hubungan signifikan antara literasi kesehatan dengan perilaku hidup sehat siswa SMA Negeri 1 Berbek dengan besar sumbangan 51,2%.

### Saran

Peneliti memberikan saran untuk siswa diharapkan meningkatkan kemampuan literasi kesehatan sehingga dapat membuat keputusan kesehatan yang tepat. Bagi guru PJOK diharap memperluas pendalaman

materi pendidikan kesehatan dalam mata pelajaran serta menanamkan karakter berperilaku hidup sehat. Sedangkan untuk sekolah beserta Dinas terkait, hasil penelitian ini dapat menjadi acuan untuk membina siswa dalam penyaringan informasi berkaitan kesehatan, menambah kegiatan promosi pola hidup sehat dan sosialisasi mengenai perilaku hidup sehat. Peneliti punya besar harap agar kedepannya ada penelitian lebih lanjut lagi mengenai literasi kesehatan dan perilaku hidup sehat siswa dalam jumlah yang lebih besar di lingkungan sekolah terutama wilayah Kabupaten Nganjuk.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Anisa, N., & Ramadan, Z. H. (2021). Peran Kepala Sekolah dan Guru dalam Menumbuhkan Perilaku Hidup Sehat pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 5(4), 2263–2269.
- Cal-Kayitmazbatir, S. (2021). Türk Fen ve Sağlık Dergisi Turkish Journal of Science and Health. *Turkish Journal of Science and Health*, 2(1), 84–91.
- Diah, U. (2015). Masyarakat Indonesia Masih Belum Berperilaku Hidup Sehat. Diakses 30 Juni 2022, dari <https://www.cnnindonesia.com/nasional/20150304080142-20-36521/masyarakat-indonesia-masih-belum-berperilaku-hidup-sehat>
- Emiral, G. O., Aygar, H., Isiktekin, B., Göktas, S., Dagtekin, G., Arslantas, D., & Unsal, A. (2018). Health literacy scale-European union-Q16: a validity and reliability study in turkey. *Int Res J Medical Sci*, 6(1), 1–7.
- HLS EU-Q Consortium. (2012). *HLS-EU-Q Measurement of health literacy in Europe: HLS-EU-Q47; HLS-EU-Q16; HLS-EU-Q86*.
- Literasi (Def. 3) (n.d). Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) online. Diakses 16 Mei 2022, dari <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/literasi>
- Kementerian Kesehatan. (2012). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah. Diakses 16 Mei 2022, dari <https://promkes.kemkes.go.id/PHBSdiSekolah&Menacucitangandanair,Olahragayangteraturdanterukur>
- Khoiri, A. (2016). Hubungan Antara Pengetahuan Siswa Tentang Kesehatan Reproduksi Dan Locus Of Control Dengan Perilaku Hidup Sehat. *Jurnal Green Growth Dan Manajemen Lingkungan*, 5(1), 56–72.
- Melinda, V., & Kriswanto, E. S. (2019). Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Mahasiswa Prodi PGSD Penjas Universitas Negeri Yogyakarta. *PGSD Penjaskes*, 8(7).
- Notoatmodjo, S. (2007). *Promosi kesehatan & ilmu perilaku*.
- Oktariani, O., & Ekadiansyah, E. (2020). Peran Literasi dalam Pengembangan Kemampuan Berpikir Kritis. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 1(1), 23–33.
- Prihanto, J. B., Nurhayati, F., Wahjuni, E. S., Matsuyama, R., Tsunematsu, M., Kakehashi, M., & Guzek, D. (2021). Associated Factors in Surabaya High School Students. *Indonesia. Int. J. Environ. Res. Public Health*, 18. Retrieved from <https://doi.org/10.3390/ijerph18158111>
- Rohman, A., & Nurhayati, F. (2021). Hubungan Literasi Kesehatan Dengan Pola Hidup Sehat Siswa Smp Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 09(01), 101–106.
- Sari, I. P. T. P. (2013). Pendidikan kesehatan sekolah sebagai proses perubahan perilaku siswa. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 9(2).
- Sørensen, K., Van den Broucke, S., Fullam, J., Doyle, G., Pelikan, J., Slonska, Z., & Brand, H. (2012). Health literacy and public health: a systematic review and integration of definitions and models. *BMC Public Health*, 12(1), 1–13.
- Sugiyono, P. (2016). Metode Penelitian Manajemen (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi (Mixed Methods), Penelitian Tindakan (Action Research, dan Penelitian Evaluasi). *Bandung: Alfabeta Cv*.
- Suryani, L. (2017). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Siswa/i Sekolah Dasar Negeri 37 Kecamatan Tampan Kota Pekanbaru. *J Keperawatan Abdurrah*, 1(2), 17–28.
- World Health Organization. (2015). Optimizing health literacy: Improving health and reducing health inequities. Retrieved May 31, 2022, from <http://www.who.int/iris/handle/10665/205594>
- Yang, S.-C., Luo, Y.-F., & Chiang, C.-H. (2017). The associations among individual factors, eHealth literacy, and health-promoting lifestyles among college students. *Journal of Medical Internet Research*, 19(1), e5964.