

**GAMBARAN PERILAKU KESEHATAN SISWA YANG MENGIKUTI  
PEMBELAJARAN DARING SELAMA PANDEMI**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan  
Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun oleh:

**FX PRABANDARU**

182201091

**PROGRAM SUDI KEPERAWATAN (S-1)  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA  
2022**

## HALAMAN PENGESAHAN

### GAMBARAN PERILAKU KESEHATAN SISWA YANG MENGIKUTI PEMBELAJARAN DARING SELAMA PANDEMI

Dijjukan oleh:

**FX PRABANDARU**  
182201091

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji dan Dinyatakan Sah Sebagai Salah  
Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan di Fakultas  
Kesehatan Unicersitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Tanggal: 21 November 2022

Mengesahkan,

Penguji,



Agus Warseno, S.Kep., Ns., M.Kep  
NIDN: 0526068301

Pembimbing,



Suwarno, S.Kep., Ns., MNS  
NIDN: 0507108703

Keprodi,



Dewi Utari, MNS  
NPP: 2010.13.0033

## HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, adalah mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,

Nama : FX Prabandaru

NPM : 182201091

Program Studi : Keperawatan (S-1)

Judul Skripsi : Gambaran Perilaku Kesehatan Siswa yang Mengikuti Pembelajaran Daring Selama Pandemi

menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut di atas adalah asli karya saya sendiri dan bukan hasil *plagiarisme*. Semua referensi dan sumber terkait yang diacu dalam karya ini telah ditulis sesuai kaidah penulisan ilmiah yang berlaku. Dengan surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa adanya paksaan dari pihak mana pun. Apabila terdapat kekeliruan atau ditemukan adanya pelanggaran akademik di kemudian hari, maka saya bersedia menerima konsekuensi yang berlaku sesuai ketentuan akademik.

Yogyakarta, 10 November 2022



FX Prabandaru

## PRAKATA

Salam sejahtera bagi kita semua.

Puji dan syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi tepat pada waktunya. Skripsi dalam penelitian ini berjudul, **“Gambaran Perilaku Kesehatan Siswa yang Mengikuti Pembelajaran Daring Selama Pandemi”**. Laporan skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat kelulusan pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

Penyusunan skripsi ini dilakukan dengan lancar dan tepat waktu yang didasarkan atas kegigihan dari diri sendiri dalam menyelesaikan serta mendapatkan dorongan dan bantuan dari dosen pembimbing. Oleh karena itu, dalam kesempatan kali ini saya mengucapkan terima kasih kepada:

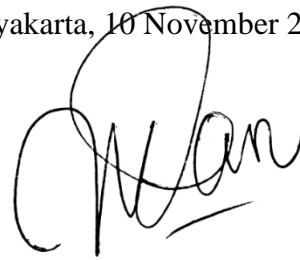
1. Bapak Dr. Drs. Djoko Susilo, ST., MT selaku Rektor Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
2. Ibu Ida Nursanti, S.Kep., Ns., MPH selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
3. Ibu Dewi Utari, MNS selaku ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
4. Bapak Suwarno, S.Kep., Ns., MNS selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, pendapat, dan saran dengan maksimal untuk kelancaran penulisan skripsi ini.
5. Bapak Agus Warseno, S.Kep.,Ns., M.Kep selaku dosen penguji yang telah memberikan bimbingan, saran, dan pendapat pada skripsi ini.
6. Seluruh dosen Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang turut membantu memberikan ilmu dan pengalamannya dalam mendidik penulis, sehingga penulis dapat menyusun tugas skripsi ini dengan baik.
7. Orang tua tercinta penulis yang tidak pernah lupa melantunkan doa, dukungan, dan materi selama penyusunan tugas skripsi ini.

8. Teman-teman angkatan tahun 2018 Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang ikut serta memberikan saran dan dorongan kepada penulis.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis menyadari bahwa masih terdapat kekurangan dan jauh dari kesempurnaan karena kesempurnaan hanya milik Tuhan Yang Maha Esa. Kemudian penulis mengucapkan permohonan maaf jika dalam penyusunan skripsi ini terdapat kesalahan. Dengan demikian, saya selaku penulis mengharapkan kritik dan saran apabila terdapat kesalahan. Semoga dengan adanya penelitian ini dapat memberikan ilmu yang bermanfaat bagi penulis dan semua pihak.

Terima kasih. Salam sejahtera untuk kita semua.

Yogyakarta, 10 November 2022



FX Prabandaru

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	ii
<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	iii
<b>PRAKATA</b> .....	iv
<b>DAFTAR ISI</b> .....	vi
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	ix
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	x
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xi
<b>INTISARI</b> .....	xii
<b>ABSTRAK</b> .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	14
<b>A. Latar Belakang</b> .....	14
<b>B. Rumusan Masalah</b> .....	3
<b>C. Tujuan Penelitian</b> .....	4
<b>D. Manfaat Penelitian</b> .....	4
<b>BAB II TINJAUAN TEORI</b> .....	5
<b>A. Definisi Pendidikan</b> .....	5
<b>B. Metode Pembelajaran</b> .....	8
<b>C. Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan</b> .....	10
1. Definisi pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan .....	10
2. Sarana dan prasarana.....	12
3. Tujuan PJOK.....	13
<b>D. Perilaku Kesehatan di Sekolah Menengah Atas</b> .....	14
<b>E. Materi Edukasi Perilaku Kesehatan dalam PJOK</b> .....	16
1. Pergaulan sehat pada remaja.....	16
2. Narkoba.....	18
3. Aktivitas fisik teratur .....	21
4. HIV/AIDS .....	23
5. Penyakit menular seksual (PMS).....	29
<b>F. Kerangka Teori</b> .....	33
<b>G. Kerangka Konsep</b> .....	34
<b>H. Pertanyaan Penelitian</b> .....	34

<b>BAB III</b>	<b>METODE PENELITIAN</b>	35
<b>A.</b>	<b>Desain Penelitian</b>	35
<b>B.</b>	<b>Lokasi dan Waktu</b>	35
<b>C.</b>	<b>Populasi dan Sampel</b>	35
1.	Populasi	35
2.	Sampel Penelitian	36
<b>D.</b>	<b>Variabel Penelitian</b>	38
<b>E.</b>	<b>Definisi Operasional</b>	39
<b>F.</b>	<b>Alat dan Metode Pengumpulan Data</b>	40
1.	Alat pengumpulan data	40
2.	Metode pengumpulan data	40
<b>G.</b>	<b>Validitas dan Reliabilitas</b>	41
1.	Validitas	41
2.	Reliabilitas	41
<b>H.</b>	<b>Metode Pengelolaan dan Analisis Data</b>	41
1.	Pengolahan data	42
2.	Analisis data	43
<b>I.</b>	<b>Etika Penelitian</b>	43
1.	<i>Informed consent</i> (persetujuan)	43
2.	<i>Confidentiality</i> (kerahasiaan)	44
3.	<i>Justice</i> (adil)	44
4.	<i>Benefit</i> (manfaat)	44
<b>J.</b>	<b>Pelaksanaan Penelitian</b>	44
1.	Persiapan penelitian	44
2.	Pelaksanaan penelitian	45
3.	Penyusunan laporan penelitian	46
<b>BAB IV</b>	<b>PEMBAHASAN</b>	47
<b>A.</b>	<b>Gambaran Lokasi Penelitian</b>	47
<b>B.</b>	<b>Hasil</b>	49
1.	Gambaran Perilaku Penyalahgunaan Narkoba Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 2 Bantul	49
2.	Gambaran Distribusi Jawaban Per Item Pernyataan Perilaku Pencegahan Penyalahgunaan Narkoba Siswa Kelas XI SMA Negeri 2 Bantul	49
3.	Gambaran Perilaku Aktivitas Fisik Teratur	51

4. Gambaran persentase jawaban per item pernyataan kuesioner perilaku aktivitas fisik teratur .....	52
<b>C. Pembahasan</b> .....	61
1. Perilaku mencegah perilaku penyalahgunaan narkoba .....	61
2. Aktivitas fisik teratur .....	63
<b>D. Keterbatasan Penelitian</b> .....	66
<b>BAB V PENUTUP</b> .....	67
<b>A. Kesimpulan</b> .....	67
<b>B. Saran</b> .....	67
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	69
<b>LAMPIRAN</b> .....	73

PEPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA



## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Perbedaan Pergaulan Sehat dan Tidak Sehat .....	17
Tabel 3.1 Definisi Operasional .....	39
Tabel 3.2 Kisi-kisi kuesioner sikap dan perilaku siswa terhadap Narkoba.....	40
Tabel 4.1 Perilaku Pencegahan Penyalahgunaan Narkoba .....	49
Tabel 4.2 Distribusi Jawaban Per Item Pernyataan Perilaku Pencegahan Penyalahgunaan Narkoba (n=167) .....	49
Tabel 4.3 Perilaku Aktivitas Fisik Teratur Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Bantul (n=167) .....	51
Tabel 4.4.1 Distribusi Jawaban Pernyataan Tentang Aktivitas Olahraga yang Dilakukan .....	52
Tabel 4.4.2 Distribusi Jawaban Pernyataan Tentang Keaktifan Mengikuti Pelajaran PJOK.....	53
Tabel 4.4.3 Distribusi Jawaban Pernyataan Tentang Aktivitas Saat jam Istirahat di Sekolah .....	54
Tabel 4.4.4 Distribusi Jawaban Pernyataan Tentang Aktivitas Fisik di Setelah Pulang Sekolah .....	55
Tabel 4.4.5 Distribusi Jawaban Pernyataan Tentang Keaktifan Saat Berolahraga	56
Tabel 4.4.6 Distribusi Jawaban Pernyataan Tentang Aktivitas pada Akhir Pekan	56
Tabel 4.4.7 Distribusi Jawaban Pernyataan Tentang Frekuensi Aktivitas Satu Pekan Terakhir .....	57
Tabel 4.4.8 Distribusi Jawaban Pernyataan Tentang Aktivitas Harian.....	58
Tabel 4.4.9 Distribusi Jawaban Pernyataan Tentang Hambatan Melakukan Aktivitas Fisik .....	60

## DAFTAR GAMBAR

Bagan 2.1 Kerangka Teori .....	33
Bagan 2.2 Kerangka Konsep.....	34

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
PEPUSTAKAAN  
YOGYAKARTA

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Etik Penelitian.....	73
Lampiran 2 Surat Ijin Penelitian .....	75
Lampiran 3 Permohonan Menjadi Responden.....	76
Lampiran 4 Pernyataan Kesiediaan Menjadi Responden.....	77
Lampiran 5 Kuesioner Penelitian.....	78
Lampiran 6 Uji SPSS .....	83
Lampiran 7 Jadwal Penelitian .....	84
Lampiran 8 Kartu Bimbingan .....	85
Lampiran 9 Hasil Cek Plagiarism .....	88

PEPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA