

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut Pancasila dan Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945, kesehatan merupakan hak asasi manusia dan salah satu komponen kesejahteraan yang harus dicapai sesuai dengan cita-cita bangsa Indonesia. Sehubungan dengan itu, Pasal 1 Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan berbunyi untuk meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya, sebagai investasi bagi pembangunan sumber daya yang produktif secara sosial dan ekonomis (undang-undang RI 2009).

Peningkatan kesehatan secara umum menghasilkan sejumlah kemajuan yang signifikan. Angka harapan hidup masyarakat Indonesia (UHH) meningkat sejalan dengan tren peningkatan angka harapan hidup di seluruh dunia. UHH penduduk Indonesia mencapai 71,5 tahun pada tahun 2017, dengan UHH perempuan 5 tahun lebih tinggi dibandingkan laki-laki (perempuan 74 tahun, laki-laki 69 tahun). Metode terbaru untuk mempertimbangkan kualitas tahun hidup, bukan hanya UHH tetapi juga kualitas tahun hidup (Healthy Adjusted Life Expectancy/HALE). Rata-rata HALE orang Indonesia adalah 62,65 tahun, yang berarti 8,85 tahun hilang karena penyakit dan kualitas hidup yang buruk terkait kecacatan. Kesenjangan angka inilah yang harus diperhatikan dalam menciptakan sumber daya manusia yang hebat.

Kesehatan bagi setiap individu merupakan hal yang sangat penting, khususnya berkaitan dengan produktivitas seseorang. Seseorang yang dikatakan sehat jika orang tersebut tidak memiliki gangguan apapun pada psikisnya. Untuk menjadi sehat diperlukan adanya pengetahuan dan perilaku yang menjang, menurut teori *Bluum* faktor *Lifestyle* dan perilaku berpengaruh hingga 30% dari pada kesehatan seseorang khususnya di masyarakat (Irwan 2017). Namun faktanya banyak dari generasi muda kurang menjalankan dan bahkan meremehkan perilaku.

Berkaitan dengan pemeliharaan dan peningkatan kesehatan. Perilaku hidup sehat pada hakekatnya merupakan tindakan positif yang dilakukan sebagai pribadi yang didukung oleh kondisi sehat dan sempurna baik itu tubuh maupun lingkungan, sehingga terbangun keselarasan antara individu dan lingkungan.

Perilaku merupakan masalah yang sulit di kontrol karena perilaku merupakan kesadaran dan kebiasaan dari setiap individu dan masyarakat. Perilaku juga merupakan suatu reaksi psikis (aksi dan reaksi) seseorang terhadap lingkungannya dimana perilaku dapat dibagi menjadi dua yaitu perilaku alami (*innate behavior*) yaitu perilaku yang sudah ada dari semenjak manusia itu terlahir (insting dan refleks) merupakan perilaku yang terbentuk saat menjalani kehidupannya yang bisa terbentuk karena proses belajar (Irwan 2017). Oleh karena proses belajar tersebut seorang individu akan membentuk perilaku sehat, hal ini pun berkaitan dengan pengetahuannya.

Perilaku hidup bersih dan sehat seharusnya diterapkan oleh berbagai kalangan. Perilaku seseorang biasanya dapat terlihat dari pengetahuan yang dimilikinya, Namun kenyataannya yang biasanya seseorang dengan tingkat pengetahuan yang baik melakukan perbuatan buruk karena mereka tidak dapat menerapkan ilmunya

untuk digunakan dalam kehidupan sehari-hari. Tidak semua orang yang berilmu tinggi berperilaku sesuai dengan perilakunya.

Perilaku hidup bersih dan sehat seharusnya dapat dilakukan oleh siapapun tidak terkecuali oleh mahasiswa. Hal ini karena mahasiswa sebagai seseorang yang sedang menimba ilmu dianggap memiliki pengetahuan dan keterampilan yang baik, hal ini harusnya menjadi dasar agar mahasiswa memiliki sikap dan perilaku kesehatan yang positif. Mahasiswa merupakan orang-orang yang terdidik yang mengerti tentang manfaat dari perilaku hidup sehat. Perilaku hidup bersih dan sehat menggabungkan dasar-dasar dasar seperti kebersihan diri dan lingkungan, tingkat asupan makanan sehat, dan berpartisipasi dalam aktivitas fisik yang direkomendasikan (Giles 2011).

Mahasiswa keolahragaan merupakan jurusan yang mana mahasiswanya memiliki aktivitas jasmani yang tinggi. Mahasiswa olahraga cenderung memiliki tingkat aktivitas jasmani hingga 3-5 kali lipat jika dibandingkan dengan mahasiswa non-olahraga (Ashadi 2020). Namun hal ini akan menjadi pedang bermata dua jika tidak diimbangi oleh perilaku hidup bersih dan sehat yang tidak seimbang. Individu yang memiliki tingkat aktivitas jasmani yang tinggi memiliki kerentanan terhadap stress fisik dan lingkungan yang berulang yang mengakibatkan rentan untuk tertular penyakit. Salah satu masalah yang sering menyerang individu dengan tingkat jasmani yang tinggi adalah penyakit kulit (*Sport dermatology*) hal ini dikarenakan oleh adanya paparan kontak fisik dengan lingkungan yang terjadi secara berulang (Emer 2015)

Berdasarkan observasi hasil survei awal pada mahasiswa program studi Penjaskesrek Universitas Pendidikan Ganesha yaitu berupa wawancara dengan mahasiswa terkait dengan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) menunjukkan

bahwa hasil penerapan PHBS tergolong Kurang. Karena masih ada mahasiswa yang belum memperhatikan hidup bersih dengan melakukan mencuci tangan dengan air bersih, belum memperhatikan pola makan sehat, masih terdapat mahasiswa yang merokok dan yang belum melakukan 7 indikator PHBS di lingkungan kampus yang telah di buat pemerintah. Berdasarkan hasil wawancara awal dengan 8 orang responden, 62% dari responden mengaku tidak tahu apa itu PHBS, dan 37% dari responden lainnya mengaku tahu apa itu PHBS tetapi dari wawancara peneliti dengan responden, responden mengaku belum memenuhi 7 indikator PHBS di lingkungan kampus yang telah ditetapkan.

Dengan demikian peneliti mengambil judul “Gambaran Pengetahuan dan Sikap Terhadap Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Mahasiswa PENJASKESREK Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha” dengan tujuan untuk mengetahui seberapa besar respon yang diberikan mahasiswa serta seberapa tingkat pengetahuan dan sikap terhadap perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan kampus.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang ada dapat diidentifikasi rumusan masalah sebagai berikut:

- a. Bagaimana gambaran tingkat pengetahuan mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Rekreasi Fakultas Keolahragaan dan Kesehatan terhadap perilaku hidup bersih dan sehat.
- b. Bagaimana sikap mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Rekreasi Fakultas Keolahragaan dan Kesehatan terhadap perilaku hidup bersih dan sehat.

1.3 Tujuan Penelitian

Dengan rumusan masalah tersebut maka tujuan penelitian adalah untuk mendeskripsikan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Perilaku hidup bersih dan sehat pada Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Universitas Pendidikan Ganesha.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini bisa menjadi bahan kajian bagi peneliti lainnya termasuk perguruan tinggi serta lembaga pendidikan lainnya dalam meningkatkan kesadaran masyarakat untuk mau menjalankan hidup bersih dan sehat. Hal tersebut agar masyarakat bisa mencegah dan menanggulangi masalah kesehatan. Selain itu, dengan menerapkan PHBS masyarakat mampu menciptakan lingkungan yang sehat dan meningkatkan kualitas hidup.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Instansi atau Lembaga

Penelitian ini merupakan kegiatan memberdayakan mahasiswa, tenaga pengajar dan masyarakat lingkungan kampus untuk mau melakukan pola hidup sehat untuk menciptakan kampus sehat. Manfaat PHBS di di kampus mampu menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat, meningkatkan proses belajar mengajar dan mahasiswa, tenaga pengajar dan masyarakat lingkungan kampus menjadi sehat.

1.4.2.2 Bagi Mahasiswa

Mahasiswa membangkitkan kesehatan yang bersumber dari diri sendiri, menciptakan suasana sehat, menghentikan penyebaran penyakit, memanfaatkan pelayanan fasilitas kesehatan, dan lain-lain.

1.4.2.3 Bagi Masyarakat

Memberikan Informasi Mengenai Pengetahuan dan Sikap Perilaku Hidup Bersin dan Sehat yang baik dan benar untuk menciptakan lingkungan yang sehat dan mencegah penyebaran penyakit.

