

Universitas Ngudi Waluyo Ungaran
Fakultas Keperawatan
Skripsi, Februari 2021
Indah Nur Safitri
012191014

**GAMBARAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA REMAJA
DALAM TATANAAAN RUMAH TANGGA DI DUSUN SURUH DESA
GENTAN KECAMATAN KRANGGAN KABUPATEN TEMANGGUNG
(xiv + 56 halaman + 2 gambar + 8 tabel + 11 lampiran)**

ABSTRAK

Latar Belakang: Kelompok remaja memiliki risiko yang berkaitan dengan masalah kesehatannya hal ini terjadi karena menurut remaja penyakit akan menyerang apabila mereka sudah memasuki usia tua, pemikiran seperti inilah yang memicu remaja menerapkan perilaku hidup yang kurang sehat seperti sering tidur larut malam, mengkonsumsi makanan *instan*, jarang sarapan dipagi hari, olahraga yang kurang teratur serta kurangnya mengkonsumsi makanan yang sehat dan bergizi seimbang. Kurang sadarnya remaja akan pentingnya PHBS sering menimbulkan masalah kesehatan, seperti Diare, penyakit kulit, DHF (*Dengue Hemmoragik fever*), dan kecacingan.

Metode: Metode penelitian dengan pendekatan *deskriptif kuantitatif*. Populasi adalah Remaja usia 12-18 tahun di Dusun Suruh Desa Gentan Kecamatan Kranggan Kabupaten Temanggung dengan teknik *total sampling* dengan jumlah sampel yaitu 38 responden. *Instrumen* penelitian berupa kuesioner perilaku hidup bersih dan sehat yang mencakup variabel yang akan diteliti. Analisis yang digunakan adalah *analisis univariat* dengan distribusi frekuensi.

Hasil: hasil penelitian menemukan bahwa remaja yang menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat tidak merokok di dalam rumah kategori baik 28 orang (73,7%), perilaku mengkonsumsi buah dan sayur setiap hari baik 5 orang (13,2%), perilaku melakukan aktifitas fisik baik 5 orang (13,2%), perilaku mencuci tangan menggunakan sabun dan air bersih baik 35 orang (92,1%), perilaku menggunakan jamban sehat 26 orang (68,4%), perilaku memberantas jentik dan nyamuk seminggu sekali 8 orang (21,1%).

Kesimpulan: Gambaran perilaku hidup bersih dan sehat pada remaja di Dusun suruh desa gentan kecamatan kranggan kabupaten temanggung sebagian besar dalam kategori cukup.

Saran: Diharapkan pada remaja agar dapat menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dengan baik dalam kehidupan sehari-hari untuk mencapai tingkat kesehatan yang lebih optimal.

Kata Kunci : perilaku hidup bersih dan sehat, remaja
Daftar Pustaka : 40(2010-2020)

**Universitas Ngudi Waluyo
Faculty of Health
S1 Nursing Study Program
Final Project, February 2021
Indah Nur Safitri
012191014**

**THE IMPLEMENTATION OF CLEAN AND HEALTHY LIFESTYLE
BEHAVIOR IN TEENAGERS IN HOUSEHOLD AT DUSUN SURUH
GENTAN VILLAGE, KRANGGAN DISTRICT, TEMANGGUNG
REGENCY**

(xiv + 56 page + 2 pictures+ 8 tables + 11 attachments)

ABSTRACT

Background : This group of adolescents has a risk related to their health problems because according to adolescents the disease will attack them at their age, this kind of thinking is what places teenagers to adopt unhealthy life behaviors such as sleeping late at night, consuming instant food, rarely in the morning, exercising that is less healthy. less regular and consume healthy and nutritionally balanced foods. Adolescents' lack of awareness of the importance of clean and healthy lifestyle behavior often causes health problems, such as diarrhea, skin diseases, dengue fever, and worms.

Methods : The research method used was analytical survey with a quantitative approach. The population was adolescents aged 12-18 years in Suruh, Gentan Village, Kranggan District, Temanggung Regency taken with a total sampling technique with a sample size were 38 respondents. The research instrument was a questionnaire which includes the variables to be studied. The analysis used was univariate analysis with frequency distribution.

Results : The research result find out that 28 respondents (73.7%) apply clean and healthy living habits and do not smoke in the house, 5 people (13.2%) have good behavior to consume fruits and vegetables), 5 people (13.2%) do good physical activity behavior, 35 people (92.1%) have good behavior of washing hands using soap and running water, 26 people (68.4%) have the behavior of using healthy latrines , 8 people (21.1%) have the behavior of spraying larvae and mosquitoes once a week.

Conclusions : It can be described that clean and healthy living behavior among adolescents in Suruh, Gentan village, Kranggan district, Temanggung Regency, is mostly bad.

Suggestion: It is hoped that adolescents can apply hygiene and healthy living habits properly in their daily lives to achieve a more optimal level of health.

Keywords : Clean And Healthy Lifestyle Behavior , Adolescents

References : 40 (2010-2020)