

SURVEY PERILAKU HIDUP SEHAT PADA SISWA SMP NEGERI 2 BRINGIN SATU ATAP DIMASSA PANDEMI COVID 19 TAHUN 2021

*(Survey Of Healthy Living Behavior In Students Of Public Junior High School 2 Bringin One
Roof During The Covid 19 Pandemic In 2021)*

Josef Pianto Pandiangan *, **Usman Nasution ****

**, ** Sekolah Tinggi Olahraga dan Kesehatan Bina Guna, Medan – Sumatera Utara*

*** Universitas Negeri Medan, Medan – Sumatera Utara*

josefpiantopandiangan@gmail.com

Abstract

This research is descriptive research with a quantitative approach. The method used is the survey method. The research instrument used was a questionnaire with 52 statement items. This research method is a survey method and quantitative descriptive data analysis technique. Data collection is done by direct observation with instruments in the form of observation sheets or through direct observation, interviews and documentation. From the results of the healthy living behavior questionnaire on the sickness and disease category data, the range between the average value is 78.8-62, the ideal mean (M) is 70 and the standard deviation (SD) is 5.1. From these results it can be categorized, as many as 3 students or 6% are categorized as very less, as many as 15 students or 34% are categorized as less, as many as 14 students or 31% are in the moderate category, as many as 13 students or 24% are in the good category and as many as 2 students or 4% are in the excellent category. The following can be seen in the category table according to the number and percentage. From the results of this questionnaire it can be categorized that the level of healthy living behavior of students, as a whole, is said to have a dominant level of healthy living behavior in the moderate and good categories, so that it is necessary to socialize and provide material in certain subjects, especially PE, so that the level of healthy living behavior of students is high, so that it can support government programs in reducing the transmission of the covid 19 virus.

Keywords: Survey, Healthy Living Behavior.

Abstrak

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Metode yang digunakan adalah metode *survey*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah angket dengan 52 butir pernyataan. Metode penelitian ini adalah metode *survey* dan teknik analisis data deskriptif kuantitatif. Pengumpulan data dilakukan observasi langsung dengan instrumen berupa lembar observasi atau melalui pengamatan langsung, wawancara dan dokumentasi. Dari hasil kuisioner perilaku hidup sehat pada data katagori sakit dan penyakit diperoleh rentang antara nilai rata-rata 78,8-62, Mean ideal (M) 70 dan standar deviasi (SD) 5,1. Dari hasil ini dapat dikategorikan, sebanyak 3 siswa atau 6% katagori Sangat kurang, sebanyak 15 siswa atau 34% katagori kurang, sebanyak 14 siswa atau 31% katagori sedang, sebanyak 13 siswa atau 24% katagori baik dan sebanyak 2 siswa atau 4% katagori baik sekali. Berikut ini dapat dilihat table kategori sesuai dengan jumlah dan persentasenya. Dari hasil kuisioner ini dapat dikategorikan bahwa tingkat perilaku hidup sehat siswa, secara keseluruhan dikatakan memiliki dominanan tingkat perilaku hidup sehat dengan kategori sedang dan baik, sehingga perlu adanya sosialisasi maupun pemberian materi pada matapelajaran tertentu khususnya penjas, agar tingkat perilaku hidup sehat siswa tinggi, sehingga dapat mendukung program pemerintah dalam mengurangi penularan virus covid 19.

Kata Kunci : Survei, Perilaku Hidup Sehat.

PENDAHULUAN

Pendidikan kesehatan merupakan salah satu strategi yang dapat dilakukan untuk menghasilkan kemandirian peserta didik di bidang kebersihan dan kesehatan baik di lingkungan sekolah, lingkungan keluarga maupun di lingkungan masyarakat (Bajri et al., 2022). Sehat adalah kebutuhan dasar bagi kehidupan manusia, akan tetapi hidup sehat tidak bisa diperoleh secara instan. Sehat memerlukan pemeliharaan dan pembinaan semua faktor yang secara universal mempengaruhinya. Sehat juga merupakan karunia tuhan yang harus disyukuri, sebab

dengan kesehatan segalanya akan tampak indah, serta tanpa kesehatan segalanya akan sia-sia. Kondisi sehat dapat dicapai bila mengubah perilaku dari yang tidak sehat menjadi perilaku sehat dan menciptakan keadaan lingkungan sekolah yang sehat (Saputra et al., 2021).

Pendidikan kesehatan sekolah adalah suatu proses pelayanan kesehatan disekolah melalui Pendidikan (Ibrahim, 2022). Pendidikan kesehatan itu sendiri adalah suatu proses bimbingan kesehatan. Tujuan umum pendidikan kesehatan sekolah adalah meningkatkan kemampuan hidup sehat. Dan tujuan khusus dari pendidikan peserta didik memiliki pengetahuan, sikap dan keterampilan untuk berperilaku hidup sehat. Gangguan kesehatan sering sekali muncul yang disebabkan oleh perilaku dari orang itu sendiri sehingga menimbulkan masalah kesehatan yang memerlukan penanggulangan yang serius, secara garis besar masalah kesehatan yang timbul disebabkan oleh kurang kesadaran pribadi itu sendiri akan pentingnya arti sehat dan pengetahuan yang kurang tentang arti hidup sehat (D. Setiawan, 2022).

Pendidikan kesehatan memberikan pengalaman belajar yang mempengaruhi pikiran, perasaan dan perbuatan siswa dalam kaitannya untuk mencapai tujuan kehidupan yang lebih baik, lebih sehat dan lebih produktif. Seperti upaya lainnya yang bersifat mendidik, proses pendidikan kesehatan berlangsung secara sistematis, berulang-ulang dan memiliki tujuan jangka Panjang (Saruksuk et al., 2022). Hal ini penting diperhatikan karena keberhasilan dari pendidikan kesehatan bukan pada banyaknya pengetahuan tentang kesehatan yang dimiliki siswa, tetapi pada kebiasaan sehat yang dilaksanakan dalam kehidupan sehari-hari. Perilaku hidup sehat merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang dapat menolong diri sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat (Rahmat & Isnawati, 2022).

Anak sekolah sebagai sasaran promosi perilaku hidup sehat terutama tingkat pendidikan dasar (SD dan SMP) salah satunya yaitu SMP Negeri 2 bringin satu atap (Anugrah & Dermawan, 2022). Di usia remaja anak SMP lebih mampu menerima informasi baru, maka dari itu anak SMP sasaran paling tepat untuk diajarkan pentingnya arti hidup sehat. Anak sekolah merupakan generasi penerus selanjutnya, yang akan mengganti orang-orang sebelumnya, maka dari itu wajib bagi kita untuk meningkat kan pendidikan kesehatan anak, karena kesehatan anak merupakan aset yang paling berharga dan anak sehat akan bertumbuh dan berkembang menjadi anak yang sehat pula. Salah satu cara yang sangat efektif untuk meningkatkan perilaku kebiasaan hidup sehat terutama kepada anak yaitu dengan cara memberikan pendidikan kesehatan disekolah (Prasetyo & Muhafid, 2022).

Mengingat pentingnya anak sekolah sebagai aset terciptanya sumber daya manusia yang lebih baik untuk masa depan, maka perlu ditanamkan sikap dan perilaku yang baik pada anak (Shiddiq & Rahayu, 2022). Sekolah merupakan perpanjangan tangan keluarga dalam meletakkan dasar perilaku untuk kehidupan anak selanjutnya, termasuk perilaku kesehatan peran guru maupun orang tua sangat penting dalam merencanakan, mengawasi, membina serta mengembangkan berbagai potensi yang dimiliki anak, sehingga dapat tercapai keadaan yang harmonis dan setiap peserta didik mempunyai kesempatan tumbuh dan belajar secara optimal (Abdurrahman et al., 2022).

Pandemic virus covid 19 yang dialami oleh seluruh masyarakat di dunia mempengaruhi hampir semua aspek kehidupan tak luput pula aspek Pendidikan (Ali & Yanto, 2022). Para guru harus mendidik dan memberikan materi melalui berbagai aplikasi pembelajaran berbasis jaringan. Salah satu materi yang terdapat dalam penjas adalah pola hidup sehat. Hal ini sejalan dengan protocol covid 19 yang harus diterapkan oleh seluruh lapisan masyarakat. Keadaan ini juga mendorong guru-guru pendidikan jasmani untuk memberikan pemahaman yang lebih kepada siswa-siswa tentang pentingnya pola hidup sehat dimasa pandemic covid 19 (Jahrir & Yusuf, 2022).

Namun usaha dalam menanamkan perilaku hidup sehat pada siswa bukanlah suatu hal yang mudah, tanpa adanya pembiasaan dalam kehidupan sehari-hari maka impian untuk

terwujudnya hidup yang sehat akan sulit tercapai (Lubis & Nugroho, 2020). Mengingat bahwasanya waktu anak-anak dihabiskan lebih banyak di sekolah, maka sekolah menduduki tempat yang paling strategis dalam meletakkan dasar yang kuat bagi kualitas hidup sehat generasi di masa yang akan datang. Lingkungan sekolah memberikan berbagai pengalaman yang dibutuhkan anak dalam belajar menerapkan perilaku hidup sehat yang telah dipelajari. Namun tentu saja hal ini bukan berarti sekolah terbebas dari permasalahan begitu saja. Ditambah lagi, pada masa pandemic covid ini, anak-anak harus belajar dari rumah melalui media daring maupun luring. Hal ini menjadi permasalahan bagi guru, untuk mengetahui seberapa besar pemahaman siswa-siswa mengenai perilaku hidup sehat pada masa pandemic covid 19 (F. E. Setiawan et al., 2022).

Dari hasil pengamatan yang peneliti lakukan di kecamatan bringin, selama peneliti berada disana, peneliti sering menemukan tidak berjalannya protocol covid 19 di tempat-tempat umum seperti di bank, dan tempat-tempat pelayanan umum lainnya. Dari data tersebut, dapat disimpulkan sementara bahwa salah satu penyebab tingginya kasus covid 19, diakibatkan karena pemahaman pola hidup sehat masyarakat terhadap protokoler covid masih rendah. Peneliti menganggap bahwa siswa-siswa terutama siswa sekolah menengah atas, merupakan salah satu garda terdepan untuk memberikan contoh yang baik kepada masyarakat tentang pentingnya pola hidup sehat. Hal ini bertujuan agar anak menjadi pelaksana perubahan dibidang kesehatan. Selain itu diharapkan anak mampu mensosialisasikan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-harinya. Berdasarkan latar belakang masalah di atas, hal ini menjadi ketertarikan peneliti untuk mengetahui informasi secara keseluruhan mengenai Pemahaman Perilaku Hidup Sehat Pada Siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Bringin Dimassa Pandemi Covid 19.

METODE

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Metode penelitian yang digunakan adalah survey dengan teknik angket yang dirancang untuk mengumpulkan informasi tentang keadaan yang sekarang. Menurut Suharsimi Arikunto (2010: 3), penelitian deskriptif adalah penelitian yang dimaksudkan untuk menyelidiki keadaan, kondisi atau hal-hal lain yang sudah disebutkan, yang hasilnya dipaparkan dalam bentuk laporan penelitian. Penelitian ini untuk mengungkapkan perilaku hidup sehat siswa SMP N 2 Bringin. Dalam penelitian ini instrument yang digunakan adalah angket. Jenis angket yang digunakan adalah angket tertutup berupa pertanyaan tertulis yang bertujuan untuk mengetahui informasi mengenai hal-hal yang diketahui dan dilaksanakan oleh responden, tentang Perilaku Hidup pada masa pandemic covid 19.

Menurut Suharsimi Arikunto (2010 : 195), "angket tertutup adalah angket yang disajikan sudah di sediakan jawabannya sehingga responden tinggal memilih dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden tinggal memberikan tanda *check list* (√) pada kolom atau tempat yang sesuai, dengan angket langsung menggunakan skala bertingkat". Menurut Arikunto (2002 : 85), angket adalah serangkaian pertanyaan yang ditulis dan disampaikan kepada responden/sampel untuk memperoleh sesuatu informasi yang diharapkan sesuai dengan pertanyaan yang diajukan dimana dalam lembaran angket tersebut tersedia jawaban. Penelitian ini bersifat deskriptif. Penulis berusaha mendeskripsikan hasil survey yang dilaksanakan. Jadi instrument ini adalah mengenai kisi-kisi angket hasil survey perilaku hidup sehat.

Defenisi konseptual merupakan batasan terhadap masalah-masalah variabel yang dijadikan pedoman dalam penelitian sehingga akan memudahkan dalam mengoperasionalkannya dilapangan. Untuk memahami dan memudahkan dalam menafsirkan banyak teori yang ada didalam penelitian ini, maka akan ditentukan beberapa defenisi konseptual yang berhubungan dengan yang akan diteliti, antara lain: Perilaku terhadap kebersihan diri, Perilaku terhadap makanan dan minuman, Perilaku terhadap sakit dan penyakit, Perilaku terhadap kebersihan lingkungan, Perilaku yang dapat merusak Kesehatan, Perilaku terhadap hidup yang teratur.

Defenisi operasional merupakan petunjuk tentang bagaimana suatu variabel di ukur. Dengan melihat defenisi operasional suatu penelitian, maka seorang peneliti akan dapat mengetahui suatu variabel yang akan diteliti. Untuk menghindari salah pengertian, terlebih dahulu akan ditulis definisi operasional yang berkaitan dengan penelitian. Definisi operasional variabel dalam penelitian ini adalah segala aktivitas siswa yang diterapkan atas kesadaran dari hasil pembelajaran dan pengalaman, sehingga secara mandiri siswa mampu meningkatkan kualitas kesehatan dirinya serta berperan aktif dalam mewujudkan kesadaran lingkungan yang sehat, yang dituangkan dalam bentuk angket yang hasilnya berupa skor.

Untuk memperoleh pengelolaan data dalam penelitian ini menggunakan kuisisioner yang terdiri dari 52 butir pernyataan dengan 4 alternatif jawaban, untuk setiap jawaban pertanyaan dengan mengadopsi skala dari Likert. Setelah angket tersusun maka dilakukan uji coba angket. Angket sebelum diujicobakan, terlebih dahulu dilakukan *expert judgment*/dosen ahli dan kompeten dalam bidangnya untuk validasi angket.. Sebelum instrumen digunakan sebagai alat ukur pengumpulan data, maka diperlukan uji instrumen untuk menguji validitas dan reliabilitas instrumen yang digunakan. Uji coba dilakukan di sekolah yang berdekatan dengan objek penelitian, lokasi tersebut berada di kecamatan tanjung bringin yang berjumlah sama dengan sempel penelitian dengan jumlah 62 siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian yang berjudul ““ Survei Perilaku Hidup Sehat Pada Siswa SMP Negeri 2 Bringin Satu Atap Dimassa Pandemi Covid 19”.” telah dilaksanakan bulan Agustus – September 2021. Uji coba angket dilakukan pada tanggal 02 Agustus 2021 yang diambil dari Sekolah Swasta Menengah beringin berjumlah 44 siswa, dan pengambilan sampel dilakukan pada tanggal 24 Agustus 2021 dengan sample dengan jumlah 45 siswa.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan instrumen angket atau kuisisioner, dengan cara membagikan angket kepada siswa Siswa SMP Negeri 2 Bringin Satu Atap. Angket prilaku hidup sehat di masa pandemi covid-19 pada penelitian ini terdiri dari 5 faktor motivasi berprestasi antara lain, kebersihan diri, Makanan dan minuman, kebersihan lingkungan, sakit dan penyakit, dan kebersihan lingkungan.

Jumlah pernyataan sebanyak 52 butir pernyataan, dan dari setiap indikator terdapat 12, 10, dan 6 butir pernyataan yang terdiri dari pernyataan positif dan negatif. Pengelompokan gejala yang diamati dari masing-masing penilaian responden terhadap indikator indikator dalam angket prilaku hidup sehat siswa di masa pandemi covid-19 dibedakan menjadi empat kategori yaitu selalu (SS), sesuai (SL), Sering (SR), Jarang (JR) dan tidak pernah (TP). Pengelompokan didasarkan pada mean ideal dan standar deviasi ideal yang diperoleh.

Deskripsi data keseluruhan yaitu prilaku hidup sehat disajikan meliputi mean, skor minimum, skor maksimum, standar deviasi, selain itu juga disajikan tabel distribusi frekuensi dan grafik histogram masing-masing faktor. Berikut ini disajikan statistik deskriptif hasil jawaban responden secara keseluruhan:

Tabel 1. Hasil Kuisisioner Prilaku Hidup Sehat

Nil Xi	Fr	fixi	fixi2	Kategori	Skor	Nilai
62	3	186	11532	Sangat Kurang	$X \leq M - 1,5 S$	$X \leq 62,35$
63,5	5	317,5	20161,25	Kurang	$M - 1,5 S < X \leq M - 0,5 S$	$62,35 < X \leq 67,65$
65,4	4	261,6	17108,64	Kurang	$M - 1,5 S < X \leq M - 0,5 S$	$62,35 < X \leq 67,65$
65,9	2	131,8	8685,62	Kurang	$M - 1,5 S < X \leq M - 0,5 S$	$62,35 < X \leq 67,65$
66,3	4	265,2	17582,76	Kurang	$M - 1,5 S < X \leq M - 0,5 S$	$62,35 < X \leq 67,65$
70,2	3	210,6	14784,12	Sedang	$M - 0,5 S < X \leq M + 0,5 S$	$67,45 < X \leq 72,55$
70,7	3	212,1	14995,47	Sedang	$M - 0,5 S < X \leq M + 0,5 S$	$67,45 < X \leq 72,55$
71,6	5	358	25632,8	Sedang	$M - 0,5 S < X \leq M + 0,5 S$	$67,45 < X \leq 72,55$
72,1	3	216,3	15595,23	Sedang	$M - 0,5 S < X \leq M + 0,5 S$	$67,45 < X \leq 72,55$

74,2	2	148,4	11011,28	Baik	$M + 0,5 S < X \leq M + 1,5 S$	$72,55 < X \leq 77,65$
75,5	3	226,5	17100,75	Baik	$M + 0,5 S < X \leq M + 1,5 S$	$72,55 < X \leq 77,65$
76	3	228	17328	Baik	$M + 0,5 S < X \leq M + 1,5 S$	$72,55 < X \leq 77,65$
77,4	3	232,2	17972,28	Baik	$M + 0,5 S < X \leq M + 1,5 S$	$72,55 < X \leq 77,65$
78,8	2	157,6	12418,88	Sangat Baik	$M + 1,5 S < X$	$77,65 < X$
Jumlah	45	3151,8	221909,08			

Dari hasil kuisioner prilaku hidup sehat pada data katagori sakit dan penyakit diperoleh rentang antara nilai rata-rata 78,8-62, Mean ideal (M) 70 dan standar deviasi (SD) 5,1. Dari hasil ini dapat dikategorikan, sebanyak 3 siswa atau 6% katagori Sangat kurang, sebanyak 15 siswa atau 34% katagori kurang , sebanyak 14 siswa atau 31% kategori sedang, sebanyak 13 siswa atau 24% kategori baik dan sebanyak 2 siswa atau 4% katagori baik sekali. Beriku ini dapat dilihat table kategori sesuai dengan jumlah dan persentasenya.

Pembahasan

Pembahasan hasil analisis data penelitian dimaksudkan untuk mempermudah dalam menarik kesimpulan hasil penelitian. Dari hasil kuisioner prilaku hidup sehat pada data katagori kebersihan diri diperoleh rentang antara nilai rata-rata 83,3-66,7, Mean ideal (M) 71,9 dan standar deviasi (SD) 5. Dari hasil ini dapat dikategorikan, sebanyak 11 siswa atau 24% katagori sangat kurang, sebanyak 18 siswa atau 41% katagori kurang, sebanyak 5 siswa atau 11% kategori sedang, sebanyak 9 siswa atau 20% kategori baik dan sebanyak 2 siswa atau 4% katagori baik sekali. Beriku ini dapat dilihat table kategori sesuai dengan jumlah dan persentasenya.

Dari hasil kuisioner prilaku hidup sehat pada data katagori sakit dan penyakit diperoleh rentang antara nilai rata-rata 79,2-62,5, Mean ideal (M) 70,8 dan standar deviasi (SD) 5,6. Dari hasil ini dapat dikategorikan, sebanyak 19 siswa atau 41% katagori kurang, sebanyak 14 siswa atau 31% katagori sedang, sebanyak 6 siswa atau 14% kategori Baik, dan sebanyak 6 siswa atau 14% katagori baik sekali. Beriku ini dapat dilihat table kategori sesuai dengan jumlah dan persentasenya.

Dari hasil kuisioner prilaku hidup sehat pada data katagori makanan dan minuman diperoleh rentang antara nilai rata-rata 79,58,3, Mean ideal (M) 68,7 dan standar deviasi (SD) 6. Dari hasil ini dapat dikategorikan, sebanyak 3 siswa atau 7% katagori sangat kurang, sebanyak 16 siswa atau 35% katagori kurang , sebanyak 14 siswa atau 31% katagori sedang, sebanyak 6 siswa atau 14% kategori Baik, dan sebanyak 6 siswa atau 14% katagori baik sekali. Beriku ini dapat dilihat table kategori sesuai dengan jumlah dan persentasenya.

Dari hasil kuisioner prilaku hidup sehat pada data katagori makanan dan minuman diperoleh rentang antara nilai rata-rata 79,2-57,7, Mean ideal (M) 68,35 dan standar deviasi (SD) 6,2. Dari hasil ini dapat dikategorikan, sebanyak 3 siswa atau 7% katagori sangat kurang, sebanyak 16 siswa atau 35% katagori kurang , sebanyak 14 siswa atau 31% katagori sedang, sebanyak 6 siswa atau 14% kategori Baik, dan sebanyak 6 siswa atau 14% katagori baik sekali. Beriku ini dapat dilihat table kategori sesuai dengan jumlah dan persentasenya.

Dari hasil kuisioner prilaku hidup sehat pada data katagori sakit dan penyakit diperoleh rentang antara nilai rata-rata 83,3-66,7, Mean ideal (M) 75 dan standar deviasi (SD) 4,8. Dari hasil ini dapat dikategorikan, sebanyak 11 siswa atau 24% katagori Sangat kurang, sebanyak 18 siswa atau 41% katagori kurang , sebanyak 5 siswa atau 11% kategori sedang, sebanyak 9 siswa atau 20% kategori baik dan sebanyak 2 siswa atau 4% katagori baik sekali. Beriku ini dapat dilihat table kategori sesuai dengan jumlah dan persentasenya.

Dari hasil kuisioner prilaku hidup sehat pada data katagori sakit dan penyakit diperoleh rentang antara nilai rata-rata 78,8-62, Mean ideal (M) 70 dan standar deviasi (SD) 5,1. Dari hasil ini dapat dikategorikan, sebanyak 3 siswa atau 6% katagori Sangat kurang, sebanyak 15 siswa atau 34% katagori kurang , sebanyak 14 siswa atau 31% kategori sedang, sebanyak 13

siswa atau 24% kategori baik dan sebanyak 2 siswa atau 4% katagori baik sekali. Beriku ini dapat dilihat table kategori sesuai dengan jumlah dan persentasenya.

Dari hasil kuisioner ini dapat dikategorikan bahwa tingkat prilaku hidup sehat siswa, secara keseluruhan dikatakan memiliki dominanan tingkat prilaku hidup sehat dengan kategori sedang dan baik, sehingga perlu adanya sosialisasi maupun pemberian materi pada matapelajaran tertentu khususnya penjas, agar tingkat prilaku hidup sehat siswa tinggi, sehingga dapat mendukung program pemerintah dalam mengurangi penularan virus covid 19.

KESIMPULAN

Berdasarkan data hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa hari hasil kuisioner ini dapat dikategorikan bahwa tingkat prilaku hidup sehat siswa, secara keseluruhan dikatakan memiliki dominanan tingkat prilaku hidup sehat dengan kategori sedang dan baik, sehingga perlu adanya sosialisasi maupun pemberian materi pada matapelajaran tertentu khususnya penjas, agar tingkat prilaku hidup sehat siswa tinggi, sehingga dapat mendukung program pemerintah dalam mengurangi penularan virus covid 19.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman, E., Sebayang, H. L. L., & Ramadhan, F. (2022). Korelasi Frekuensi Dan Panjang Langkah Serta Kekuatan Tungkai Dengan Kemampuan Lari (Sprint). *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 3(1). <https://doi.org/10.55081/joki.v3i1.733>
- Ali, M., & Yanto, A. H. (2022). ANALISIS TEKNIK DASAR BOWLING OLAHRAGA KRIKET. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 2(2). <https://doi.org/10.55081/joki.v2i2.594>
- Anugrah, R. R., & Dermawan, D. F. (2022). Kontribusi Permainan Tradisional Terhadap Motivasi Belajar Siswa. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 3(1). <https://doi.org/10.55081/joki.v3i1.723>
- Bajri, F. N., Suherman, A., Dimiyati, A., & Achmad, I. Z. (2022). Analisis Praktik Program Unit Kesehatan Sekolah (UKS) dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 3(1). <https://doi.org/10.55081/joki.v3i1.749>
- Ibrahim, A. E. L. (2022). Students' Perceptions Towards Learning of Health and Health Instructions in the Time of the Covid-19 Pandemic in Private Junior High School Students in Binjai Utara District TA 2020/2021. *Journal of Positive School Psychology*, 613–624.
- Jahrir, A. S., & Yusuf, A. (2022). KONTRIBUSI KEKUATAN DAN KELINCAHAN TERHADAP BANTINGAN PINGGANG OLAHRAGA GULAT. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 2(2). <https://doi.org/10.55081/joki.v2i2.592>
- Lubis, A. E., & Nugroho, A. (2020). First Aid Training Model for Physical Education Teachers. *TEGAR: Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, 4(2), 73–80.
- Prasetyo, T. A., & Muhafid, E. A. (2022). Profil Keterampilan Gerak Guling Depan (Senam Lantai) Siswa. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 3(1). <https://doi.org/10.55081/joki.v3i1.776>
- Rahmat, M. Y., & Isnawati, N. (2022). KONTRIBUSI PERMAINAN BOWLING TERHADAP MOTORIK KASAR SISWA. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 2(2). <https://doi.org/10.55081/joki.v2i2.588>
- Saputra, M. F., Awaluddin, A., Rusli, K., & Ismail, A. (2021). PROFIL KEBUGARAN JASMANI SISWA PASCA PANDEMI. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 2(1). <https://doi.org/10.55081/joki.v2i1.546>
- Saruksuk, D. S., Sari, D. M., Karo, A. A. P. K., & Lubis, A. E. (2022). Kontribusi Daya Ledak Tungkai dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Lompat Jauh Pada Murid SMP Negeri 1 Pasaribu Tobing. *Jumper: Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga*, 3(1). <https://doi.org/10.55081/jumper.v3i1.720>

- Setiawan, D. (2022). PERSEPSI SISWA TERHADAP PENCEGAHAN DAN PERAWATAN CEDERA DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 2(2). <https://doi.org/10.55081/joki.v2i2.600>
- Setiawan, F. E., Luhurningtyas, F. P., & Sofia, A. (2022). KORELASI STATUS GIZI DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN TINGKAT KEBUGARAN JASMANI MAHASISWA. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 2(2). <https://doi.org/10.55081/joki.v2i2.537>
- Shiddiq, F. I. A., & Rahayu, E. T. (2022). Kontribusi Model Personalized System for Instruction (PSI) terhadap Passing Bawah Bola Voli Siswa. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 3(1). <https://doi.org/10.55081/joki.v3i1.777>