

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh perilaku hidup bersih dan sehat siswa Smk Swasta It Marinah Al-Hidyah sebagian besar berada pada kategori baik dengan persentase sebesar 60,19%. Hasil tersebut dapat disimpulkan perilaku hidup bersih dan sehat siswa Smk Swasta It Marinah Al-Hidyah adalah baik.

#### 5.2 Implikasi

Hasil penelitian di atas ini diharapkan dapat menjadi informasi dan acuan sehingga kedepannya dari pihak sekolah lebih memperhatikan dan memperbaiki perilaku hidup bersih dan sehat siswa Smk Swasta It Marinah Al-Hidyah, kemudian diketahui faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat yang meliputi makanan dan minuman, kebersihan tubuh dan pakaian, kebersihan lingkungan, sikap terhadap sakit dan penyakit, olahraga yang teratur dan teratur, dan perilaku yang merusak kesehatan.

#### 5.3 Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan sebaik-baiknya, tetapi masih memiliki keterbatasan dan kekurangan, diantaranya:

1. Peneliti tidak dapat mengetahui kesungguhan responden dalam mengisi angket. Usaha yang dilakukan untuk memperkecil kesalahan yaitu dengan memberi gambaran tentang maksud dan tujuan

penelitian ini

2. Pengambilan data ini menggunakan angket tertutup, akan lebih baik lagi seandainya disertai dengan pengambilan data menggunakan angket terbuka atau wawancara.

3. Peneliti tidak mengontrol kebiasaan kesemua peserta didik tentang apa yang dilakukan setiap harinya serta latar belakang kondisi ekonomi.

4. Peneliti tidak melakukan kroscek kesemua peserta didik secara langsung kepada sehingga peneliti tidak mampu mengetahui kebenaran peserta didik dalam mengisi angket.

#### **5.4. Saran**

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Bagi peserta didik yang masih mempunyai perilaku hidup bersih dan sehat dibawah kategori kurang agar memperhatikan perilaku hidup bersih dan sehat seperti: memilih makanan dan minuman yang dibungkus atau masih tersegel dan selalu mencermati tanggal kadaluarsanya, menyapu halaman sekolah dan rumah, olahraga yang cukup, perhatikan kondisi tubuh dengan menjaga kebersihan pakaian dan hindari kebiasaan yang negatif.
2. Bagi peneliti selanjutnya hendaknya digunakan dengan populasi yang lebih luas, sehingga diharapkan faktor yang memengaruhi perilaku hidup sehat dapat teridentifikasi secara luas.
3. Bagi orang tua dan guru agar selalu memperhatikan anak didiknya, agar dapat mengarahkan perilaku hidup bersih dan sehat.