

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Sekolah Dasar

a. Definisi Pendidikan

Dalam UU Sistem Pendidikan Nasional menyatakan bahwa pendidikan adalah “Usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.” (UU Sisdiknas No 20 Tahun 2003)(8).

Dalam UU Sistem Pendidikan Nasional juga menyatakan bahwa “Pendidikan formal adalah jalur pendidikan yang terstruktur dan berjenjang yang terdiri atas pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan pendidikan tinggi.” (UU Sisdiknas No 20 Tahun 2003).

b. Definisi Sekolah Dasar

Ahmadi menyatakan bahwa Sekolah dasar merupakan tingkatan atau jenjang pendidikan yang paling dasar dalam pendidikan formal di Indonesia, pendidikan ini umumnya ditempuh selama 6 tahun dari kelas satu hingga kelas enam. Sekolah Dasar juga merupakan lembaga

dengan susunan organisasi dan seluruh aktivitasnya direncanakan dan tersusun rapi dalam kurikulum (Zarkasyi, 2019:6)(9).

c. Tujuan Pendidikan Dasar

1) Acuan Tujuan Pendidikan Dasar

Tujuan pada pendidikan sekolah dasar adalah mengacu pada Undang-Undang No 20 Tahun 2003 pasal 34 ayat 1 yang menyatakan “Setiap warga negara yang berusia 6 (enam) tahun dapat mengikuti program wajib belajar. Pemerintah dan Pemerintah Daerah menjamin terselenggaranya wajib belajar minimal pada jenjang pendidikan dasar tanpa memungut biaya”. Oleh karena itu pendidikan dasar pada sekolah dasar selama 6 tahun dapat diperoleh melalui program wajib belajar bagi setiap warga negara Indonesia (UU Sisdiknas No 20 Tahun 2003).

2) Tujuan Pendidikan Dasar

Berdasarkan UU No 20 Tahun 2003 pasal 3 menyatakan bahwa tujuan pendidikan nasional memiliki fungsi “Mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab”. Oleh karena itu diharapkan seluruh warga negara Indonesia

mendapatkan pendidikan sehingga tujuan dalam mencerdaskan kehidupan bangsa dapat tercapai (UU Sisdiknas No 20 Tahun 2003).

2. Anak Sekolah Dasar

a. Pengertian Anak Sekolah Dasar

Anak sekolah dasar adalah siswa memiliki kewajiban untuk belajar pada guru yang memiliki kewajiban untuk mendampingi siswa dalam belajar. Pada kegiatan belajar tersebut, diharapkan siswa dapat mencapai tujuan umum dan tujuan khusus dalam pembelajaran. Siswa juga merupakan pusat dalam proses pembelajaran berlangsung, sehingga tingkat keberhasilan bergantung pada capaian pengetahuan dan keterampilan siswa setelah dilakukan proses pembelajaran (Alfin, 2014:204)(10).

Pada masa perkembangan anak usia sekolah dasar merupakan satu tahap perkembangan ketika anak mulai menjauhi hubungan terhadap keluarga dan mulai mendekat pada teman atau kelompok usia yang sebaya dengan dirinya (Iklima, 2017:10)(11).

b. Karakteristik Anak Sekolah Dasar

Yatim dalam (Zarkasyi, 2019:8) menyatakan bahwa anak sekolah merupakan kelompok dengan karakteristik mulai senang dalam mencoba untuk mengembangkan kemandirian dalam dirinya dan juga menetapkan batasan-batasan norma. Karakter seorang individu seperti pada pertumbuhan dan perkembangan, pola aktivitas, kebutuhan zat

gizi, perkembangan kepribadian, serta asupan makanan dapat lebih mudah dikenali pada kelompok anak sekolah ini.

Siswa pada tingkat sekolah dasar memiliki kecenderungan berpikir konkret. Dalam proses pembelajaran kepada siswa tingkat sekolah dasar diperlukan media yang dapat bermanfaat dalam memberikan pengalaman belajar yang bersifat nyata (Alfin, n.d.2014:195)

Anak usia sekolah pada dasarnya sedang dalam periode perkembangan dimana anak dibina dan diarahkan agar mandiri, memiliki perilaku yang dapat menyesuaikan dengan lingkungan, terjadi peningkatan kemampuan dan perkembangan anak yang tentu saja memerlukan tubuh yang sehat. Oleh karena itu perkembangan anak harus didukung dengan gizi yang baik agar mencapai tumbuh kembang yang optimal. Melalui proses edukasi, pembiasaan perilaku dan juga pemenuhan kebutuhan yang disesuaikan dengan anak utamanya dalam kebutuhan makanan anak dalam sehari – hari maka tumbuh kembang anak yang optimal dapat tercapai (Merryana Adriani, 2012:246)(12).

c. Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Sekolah Dasar

1) Pengertian Pertumbuhan dan Perkembangan

Susanto (dalam Santoso 2019) menyatakan bahwa pertumbuhan merupakan proses penambahan ukuran dan juga bentuk atau anggota tubuh, seperti bertambahnya berat dan tinggi badan, bertambahnya lingkar kepala dan juga lengan, dan perubahan – perubahan pertumbuhan fisik lainnya. Sedangkan

pengertian dari perkembangan adalah suatu proses perubahan yang bersifat kualitatif dalam artian perkembangan tidak menekankan pada perubahan segi mental akan tetapi perubahan pada segi fungsionalnya.

2) Tugas Perkembangan Anak Sekolah Dasar

Menurut Havighurst dalam (Jayanti, 2019:10) menyatakan bahwa tugas perkembangan pada anak usia sekolah dasar adalah sebagai berikut dibawah ini yang meliputi:

- a) Dapat menguasai keterampilan yang berhubungan dengan fisik seperti pada permainan dan juga aktivitas fisik.
- b) Dapat melakukan hidup sehat.
- c) Dapat mulai belajar bergaul dan juga bekerja bersama dengan kelompoknya.
- d) Dapat mulai belajar melakukan tugas atau peran sosial yang berdasarkan jenis kelamin atau gender.
- e) Belajar dalam hal akademik seperti menulis, membaca, dan juga berhitung.
- f) Memahami beberapa konsep dalam berfikir secara efektif.
- g) Berkembang secara moral dan juga kata hati.
- h) Menerapkan kemandirian secara pribadi(13).

d. Karakteristik Anak Usia 9-10 Tahun

Anak memiliki karakteristik yang berbeda-beda pada tiap usianya. Peaget dalam Aeni (14) menyatakan bahwa anak pada rentang usia 6

sampai 12 tahun sedang berada pada fase tahap moralitas otonomi, sehingga anak akan menilai suatu perilaku berdasarkan tujuannya. Dan sesuatu yang dipelajarinya baik dari melihat atau berdasarkan pengalaman akan dicerna dan dimodifikasi oleh pemikiran anak itu sendiri.

Aeni juga menyatakan bahwa anak pada usia 9 sampai 10 berada dalam fase peduli baik itu dengan diri sendiri, teman, maupun pada lingkungannya (14). Oleh karena itu perlu sekali dukungan baik dari orang tua atau guru dalam memberikan edukasi atau informasi yang benar dan cara yang tepat sehingga karakter dari anak usia 9 – 10 tahun ini dapat terarah dengan baik, terutama pada bidang kesehatan.

3. PHBS Di Sekolah

a. Pengertian PHBS

PHBS adalah singkatan dari Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Sedangkan pengertian Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah segolongan perilaku yang dilakukan atau diterapkan dengan atas dasar kesadaran dan kemauan dalam hal ini merupakan hasil pembelajaran, yang bertujuan untuk menjadikan individu, kelompok, keluarga, serta masyarakat mampu secara mandiri menolong dirinya dalam bidang kesehatan dan turut serta berperan aktif dalam mencapai tujuan peningkatan kesehatan masyarakat (15)(Kementerian Kesehatan RI, 2011:7).

PHBS sendiri memiliki 5 tatanan yang meliputi tatanan di rumah tangga, tatanan di institusi pendidikan atau sekolah, tatanan di tempat kerja, tatanan di tempat umum, dan yang terakhir tatanan di fasilitas pelayanan kesehatan.

b. Tujuan PHBS

Tujuan dari pelaksanaan PHBS adalah untuk meningkatkan derajat kesehatan melalui proses edukasi sehingga sadar dan tahu sehingga menjadi titik awal dari kontribusi yang dilakukan oleh tiap individu dalam kehidupan sehari – hari dengan pola hidup bersih dan juga sehat(15).

c. Manfaat PHBS

Manfaat penerapan PHBS ialah dapat meningkatkan kesadaran dan kemauan masyarakat dalam menjalankan pola hidup bersih dan juga sehat. Yang pada akhirnya masyarakat secara mandiri dapat mencegah dan mengatasi masalah-masalah kesehatan di masyarakat itu sendiri. Dan jika PHBS diterapkan secara maksimal maka terciptalah lingkungan yang sehat serta dapat meningkatkan kualitas hidup masyarakat (Promkes Kemenkes, 2016)(16).

d. PHBS Di Sekolah

Di dalam tatanan institusi pendidikan seperti pada tatanan sekolah, sasaran primer harus menerapkan perilaku-perilaku sehat sehingga menciptakan sekolah Ber-PHBS, adapun indikatornya adalah mencuci tangan dengan sabun, mengkonsumsi jajanan sehat, membuang sampah

pada tempatnya, menggunakan jamban yang sehat, memberantas jentik-jentik nyamuk, tidak merokok, tidak mengonsumsi NAPZA atau Narkoba, Alkohol, Psikotropika dan Zat Adiktif lainnya, dan tidak meludah di sembarangan tempat (Kementrian Kesehatan RI, 2011:11)(15).

e. Manfaat PHBS di Sekolah

Manfaat PHBS di Sekolah adalah mampu dalam menciptakan lingkungan sehat dan bersih sehingga dapat meningkatkan dalam proses belajar dan juga mengajar yang hasilnya warga sekolah, baik para siswa, guru hingga masyarakat lingkungan sekolah pun menjadi sehat (15).

4. Indikator PHBS Di Sekolah

a. Mencuci Tangan

Menurut Kementrian Kesehatan RI mencuci tangan pakai sabun merupakan suatu perilaku atau kegiatan membersihkan kedua tangan menggunakan sabun dan juga air bersih yang mengalir (17). Tujuan cuci tangan untuk membersihkan kedua tangan dari debu, kuman, dan kotoran.

Dengan mencuci tangan secara baik dan benar dengan memanfaatkan sabun dan juga air bersih yang mengalir bertujuan untuk menjaga kebersihan dan juga mencegah bakteri dan kuman penyebab penyakit dari tangan berpindah ke makanan. Perilaku hidup bersih dan sehat atau PHBS harus dilakukan berdasarkan kesadaran pada seluruh anggota keluarga dengan tujuan agar terhindar dari berbagai penyakit,

dan salah satunya adalah dengan mencuci tangan karena 45% penyakit diare dapat dicegah melalui rajin mencuci tangan (Permenkes RI, 2014)(18).

Pada tanggal 15 Oktober diperingati sebagai Hari Cuci Tangan Sedunia Pakai Sabun sebagai salah satu cara untuk menurunkan angka kematian anak dengan usia dibawah lima tahun dan juga untuk mencegah penularan penyakit melalui tangan yang dikemukakan oleh PBB (Jayanti, 2019:13)(13).

1) Langkah Mencuci Tangan

Langkah - langkah untuk mencuci tangan yang baik dan benar dengan durasi 60 detik menurut Promkes Depkes (17): Sebelum cuci tangan basahi telapak tangan terlebih dahulu dengan air yang mengalir dan beri sabun cair atau gosokkan sabun batang ke telapak tangan.

- a) Langkah pertama: gosok sabun dengan kedua telapak tangan dengan merata.
- b) Langkah kedua: gosok telapak tangan di atas punggung tangan lainnya dan menggosok punggung tangan baik tangan kanan maupun tangan kiri.
- c) Langkah ketiga: gosok telapak tangan kanan dan kiri dan pada sela-sela jari tangan.
- d) Langkah keempat: jari-jari bagian dalam tangan kanan dan kiri saling mengunci.

- e) Langkah kelima: menggosok ibu jari dengan cara diputar dalam gengaman tangan lainnya baik tangan kanan maupun tangan kiri.
- f) Langkah keenam: menggosok dengan memutar ujung jari-jari atau kuku jari baik tangan kanan maupun tangan kiri.

Kemudian dilanjutkan dengan membilas tangan dengan air mengalir dan keringkan dengan handuk atau tisu kering.

2) Waktu Anjuran Mencuci Tangan

Waktu yang dianjurkan atau waktu yang tepat untuk mencuci tangan dalam PHBS menurut Kemenkes adalah pada saat Sebelum dan setelah makan, sebelum memegang makanan, sebelum melakukan kegiatan apapun yang memasukkan jari-jari ke dalam mulut atau mata, setelah menyentuh hewan/unggas termasuk hewan peliharaan, sebelum mengobati luka, sebelum masuk kelas, setelah memegang sarana umum, setelah memegang sarana umum, setelah memegang uang, setelah bermain atau berolahraga, setelah buang air kecil dan buang air besar, setelah membuang ingus, dan setelah membuang sampah (Kemenkes RI, 2011)(15).

3) Akibat Tidak Mencuci Tangan

Dampak atau akibat yang ditimbulkan karena tidak mencuci tangan yaitu dapat mengakibatkan terjadinya beberapa penyakit yaitu cacangan, typhus, flu burung, diare/mencret, hepatitis, dan

juga infeksi saluran pernapasan (ISPA) (Promkes Depkes, 2016:6). Pentingnya mencuci tangan adalah untuk menghindari penyakit - penyakit yaitu terutama pada penyakit yang mudah menular melalui tangan.

b. Jajanan Sehat

Jajanan menurut FAO merupakan makanan dan minuman dengan wadah atau dapat diartikan juga sarana tempat berjualan pinggir jalan, tempat umum dan lain-lain, yang sudah dimasak terlebih dahulu dirumah atau langsung pada tempat berjualan. Makanan tersebut biasanya dapat langsung dikonsumsi pembeli tanpa mengolahnya lebih lanjut (Adriani & Wirjatmadi, 2012:302)(12).

Jajanan yang sehat adalah jajanan yang bersih dari paparan bakteri dan kuman, tidak mengandung bahan atau zat berbahaya, mengandung zat lengkap yang baik bagi tubuh seperti vitamin, protein, karbohidrat, serat, lemak, dan mineral.

1) Cara Mengenali Makanan Jajanan Anak yang Aman

Menurut Badan POM RI (2013) pangan atau jajanan anak sekolah yang dikatakan aman, bermutu dan juga bergizi dapat dipilih dengan cara sebagai berikut:

a) Mengenali dan memilih jajanan atau makanan yang aman

Yang dikatakan jajanan yang aman adalah makanan atau jajanan yang terbebas dari bahaya baik biologis, kimia, maupun benda lain. Jajanan yang aman tentunya bersih, telah melalui proses

pemasakan, tidak berbau asam maupun tengik, dan disajikan serta disimpan dalam kondisi baik.

b) Menjaga kebersihan

Selalu menjaga kebersihan dengan mencuci tangan sebelum dan sesudah makan dengan menggunakan sabun dan juga air mengalir agar terhindar dari kuman atau bahan berbahaya.

c) Membaca label dengan seksama

Pada jajanan kemasan perlu diperhatikan mengenai nama dan jenis produk, tanggal kadaluarsa yang tertera, komposisi produk, dan juga informasi mengenai nilai gizi.

d) Mengetahui kandungan atau nilai gizinya

Membaca label informasi nilai gizi dalam makanan kemasan untuk mengetahui nilai lemak, protein, karbohidrat, dan juga energi dalam produk pangan olahan. Dan untuk jajanan siap saji yang perlu diperhatikan adalah mengenai pemenuhan energi dalam konsumsi setiap jajanan.

e) Mengonsumsi air dengan jumlah yang cukup

Air utamanya dapat bersumber dari air minum atau air mineral, dan dapat juga bersumber dari minuman olahan seperti jus, susu, sirup, pada makanan seperti kuah sayur dan sop, dan juga terdapat pada buah.

f) Memperhatikan warna, rasa dan juga aroma pada jajanan

Menghindari jajanan, makanan, dan minuman yang terlihat berwarna mencolok, rasa yang terlalu asam, manis, asin, dan juga aroma jajanan yang tengik.

- g) Membatasi minuman yang berwarna dan beraroma

Misalnya minuman berperisa dan minuman ringan lainnya.

- h) Membatasi dalam mengkonsumsi panganan cepat saji (*fast food*)

Mengkonsumsi panganan cepat saji dengan jumlah berlebih dan intensitas terlalu sering dapat menyebabkan obesitas dan kegemukan. Makanan cepat saji biasanya mengandung tinggi lemak, tinggi garam, dan rendah serat.

- i) Membatasi konsumsi makanan ringan

Makanan ringan biasanya mengandung garam yang tinggi, rendah serat dan rendah nilai gizinya.

- j) Memperbanyak dalam mengonsumsi makanan yang berserat

Makanan yang tinggi serat sangat baik bagi tubuh contohnya adalah buah dan juga sayur.

- k) Bagi anak yang dikatakan gemuk atau obesitas harus membatasi konsumsi pangan yang mengandung tinggi gula, garam dan juga lemak

Konsumsi asupan yang baik yaitu gula, garam, dan lemak dalam sehari. Konsumsi gula tidak boleh lebih dari 4 sendok makan, konsumsi garam tidak lebih dari 1 sendok teh, dan konsumsi lemak atau minyak tidak lebih dari 5 sendok makan(19).

2) Bahaya Jajanan Tidak Sehat

Jajanan yang tidak sehat dapat mengakibatkan gangguan kesehatan pada tubuh menurut Adriani & Wirjatmadi Tahun 2012 antara lain yaitu:

- a) Infeksi saluran pencernaan yang diakibatkan oleh mikroba yang ada pada jajanan masuk kedalam tubuh dan berkembang biak
- b) Keracunan yang dikarenakan oleh hasil mikroba akan tetapi kejadian intoksikasi biasanya tidak selalu dikarenakan mikroba masuk dalam tubuh.
- c) Mual, muntah, pusing yang diakibatkan oleh bahan kimia dan juga unsur alami pada makanan
- d) Pusing, muntah, atau bahkan kematian dikarenakan bahan kimia langsung memberikan efek pada kesehatan
- e) Secara kronis jika bahan kimia dikonsumsi secara terus menerus dan terakumulasi pada tubuh sehingga efek yang ditimbulkan akan terjadi setelah bertahun – tahun kemudian.

(Adriani & Wirjatmadi, 2012:299)

c. Membuang Sampah Pada Tempatnya

Sampah merupakan tempat berkembangnya bakteri dan juga kuman penyebab penyakit. Dengan membuang sampah sesuai pada tempatnya maka akan mengurangi resiko untuk tertular penyakit serta dapat menjaga kebersihan lingkungan sekolah.

- 1) Akibat Membuang Sampah Sembarangan

- a) Sampah dapat menjadi tempat serangga dan juga tikus berkembangbiak. Bau yang menyengat dari sampah yang tidak dikelola dengan baik akan mengundang tikus dan juga serangga seperti lalat untuk tinggal dan dapat menularkan bakteri dan kuman yang dibawanya.
 - b) Sampah dapat menjadi sumber pencemaran tanah, udara, dan juga air. Sampah berbahan dasar kimia seperti plastik dan styrofoam akan lebih sulit untuk diurai sehingga dapat merusak tanah, dan jika sampah plastik dan styrofoam dibakar, maka akan menyebabkan polusi udara. Sampah plastik yang terbawa aliran sungai dan laut tentunya juga akan mencemari air.
 - c) Sampah menjadi tempat hidup kuman berbahaya bagi kesehatan. Sampah yang dibiarkan maka akan mengakibatkan bakteri dan kuman berkembangbiak sehingga dapat mengakibatkan permasalahan kesehatan.
 - d) Sampah dapat menimbulkan kecelakaan dan juga kebakaran. Sampah kulit pisang yang dibuang di sembarang tempat akan menjadi resiko kecelakaan jatuh. Sampah yang tidak dikelola dengan benar juga dapat mengakibatkan kebakaran (Promkes Depkes, 2016:14)(17).
- 2) Memilah Sampah
 - a) Sampah Anorganik

Sampah anorganik adalah sampah kering yang tidak dapat membusuk secara alami. Sampah anorganik perlu disendirikan dan didaur ulang agar tidak mencemari lingkungan. Contohnya seperti plastik makanan, kaleng minuman, botol plastik, logam, dan besi.

b) Sampah Organik

Sampah organik merupakan sampah yang dapat membusuk secara alami. Sampah organik dapat diubah menjadi pupuk yang baik bagi kesuburan tanah. Contohnya adalah sisa buah dan sayur, sisa makanan, daun-daun kering dan lain-lain.

c) Sampah Berbahaya

Sampah berbahaya harus diolah dengan cara yang khusus sehingga tidak boleh membuang sampah berbahaya kedalam tempat sampah biasa karena dapat membahayakan kesehatan dan keselamatan. Contohnya adalah baterai, jarum suntik bekas pakai, botol spray anti nyamuk, pecahan kaca (Promkes Depkes, 2016:16)(17).

d. Olahraga Teratur

1) Tujuan Olahraga Teratur

Tujuan olahraga teratur adalah supaya tubuh menjadi lebih bugar, sehingga siswa semangat dalam belajar. Selain itu untuk memelihara kesehatan baik fisik dan juga mental agar senantiasa sehat dan tidak gampang jatuh sakit. Dengan olahraga yang

dilakukan secara teratur maka pertumbuhan dan perkembangan anak atau siswa dapat optimal (Promkes Depkes, 2016:18).

2) Manfaat Olahraga Teratur

- a) Berat badan lebih terkendali.
- b) Otot menjadi lebih lentur dan tulang menjadi lebih kuat.
- c) Dapat membentuk tubuh sehingga ideal dan lebih proporsional.
- d) Meningkatkan percaya diri.
- e) Meningkatkan kebugaran dan tenaga.
- f) Daya tahan tubuh semakin kuat terhadap penyakit.
- g) Terhindar dari berbagai penyakit misalnya stroke, jantung, tekanan darah tinggi, kanker dan masih banyak lagi.

(Promkes Depkes, 2016:18)

3) Cara olahraga yang benar

- a) Memakai pakaian olahraga yang menyerap keringat. Pakaian yang menyerap keringat seperti berbahan kaos yang nyaman, sehingga olahraga juga lebih maksimal.
- b) Memakai sepatu olahraga yang sesuai dengan ukuran kaki. Menggunakan sepatu dengan ukuran terlalu kecil dapat menyebabkan kaki lecet, sedangkan menggunakan sepatu terlalu besar juga dapat menyebabkan jatuh karena tersandung.

c) Melakukan pemanasan sebelum olahraga dimulai.

Pemanasan bermanfaat untuk merelaksasikan otot-otot yang tegang sehingga saat olahraga otot tidak kaku dan tidak terjadi kram otot.

Mengikuti arahan guru olahraga dengan baik. Setiap gerakan olahraga memiliki teknik dan juga manfaat yang berbeda-beda, ikuti arahan guru agar hasil olahraga yang dilakukan dapat optimal (Promkes Depkes, 2016:20).

e. Menimbang Berat dan Mengukur Tinggi Badan Secara Teratur

Menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan yang dilakukan secara teratur setiap 3-6 bulan sekali bertujuan untuk mengetahui pertumbuhan serta perkembangan badan dan juga status gizi siswa termasuk baik, kurang atau lebih. Dengan mengetahui pertumbuhan tinggi dan berat badan dari waktu ke waktu maka dapat dilihat perkembangan kesehatan siswa.

Untuk mengetahui tumbuh kembang siswa dapat dilakukan pencatatan secara rutin dan teratur setiap 3-6 bulan sekali hasil pengukuran tinggi badan dan berat badan di KMS-AS atau Kartu Menuju Sehat Anak Sekolah (Promkes Depkes, 2016:22).

1) Tanda Siswa Dengan Gizi Buruk

a) Badan sangat kurus, sehingga tulang iga tampak dengan jelas.

b) Wajah terlihat lebih tua dan kulit keriput.

- c) Memiliki rambut yang tipis, kusam, warna rambut seperti rambut jagung dan jika rambut dicabut tidak merasa sakit.
 - d) Perut buncit atau cekung.
 - e) Apatis atau tidak bereaksi terhadap rangsangan yang diberikan.
 - f) Bengkak yang terdapat pada punggung kaki dan berisi cairan, dan jika ditekan akan kembali dalam waktu yang sedikit lama.
 - g) Terdapat bercak berwarna merah kehitaman yang terletak pada tungkai dan juga pantat (Promkes Depkes, 2016:24).
- 2) Tanda Siswa Dengan Gizi Lebih
- a) Berat badan berada jauh di atas berat normal siswa seusia.
 - b) Bentuk badan tidak seimbang.
 - c) Sulit untuk bergerak bebas.
 - d) Saat melakukan kegiatan, nafas menjadi mudah tersengal-sengal.
 - e) Mudah merasa lelah dan malas untuk berkegiatan (Promkes Depkes, 2016:24).

f. Tidak Merokok

1) Kandungan Berbahaya dalam Rokok

Di dalam 1 batang rokok terdapat sebanyak 4000 bahan kimia dan juga 43 senyawa yang dapat menyebabkan kanker. Rokok berbahan utama nikotin, tar, dan juga karbon monoksida (CO).

- a) Nikotin dapat menyebabkan jantung rusak, dan mengganggu aliran dalam darah sehingga dapat terjadi penyempitan

pembuluh darah, mengerasnya pembuluh darah, terjadi penggumpalan darah, dan meningkatnya denyut jantung. Nikotin adalah penyebab kecanduan pada perokok.

- b) Tar adalah salah satu bahan kimia beracun yang dapat menyebabkan kanker terutama kanker paru dan dapat memicu kerusakan pada sel paru-paru.
- c) Karbon Monoksida adalah gas yang beracun yang dapat mengakibatkan berkurangnya kemampuan darah untuk membawa oksigen sehingga dapat mengakibatkan organ penting dalam tubuh seperti jantung dan otak menjadi kekurangan oksigen (Promkes Depkes, 2016:26).

2) Pengertian Perokok Aktif dan Pasif

a) Perokok Aktif

Perokok aktif merupakan orang yang mengisap rokok rutin dengan jumlah minimal 1 batang rokok dalam sehari, atau merokok menghembuskan asap rokok atau seseorang yang merokok untuk mencoba saja.

b) Perokok Pasif

Sedangkan Perokok pasif merupakan orang yang tidak merokok atau bukan perokok akan tetapi menghirup asap rokok orang lain yang disekitarnya dalam satu ruangan dengan orang yang merokok. Perokok pasif memiliki risiko penyakit yang sama

dengan perokok aktif dan bahkan lebih berisiko daripada perokok aktif (Promkes Depkes, 2016:28).

3) Cara Agar Terhindar dari Merokok

- a) Jangan mencoba-coba untuk menghisap rokok.
- b) Berani mengatakan “tidak” jika ada seseorang yang menawarkan untuk merokok.
- c) Jangan terbujuk ajakan teman atau seseorang untuk merokok.
- d) Berani untuk menegur seseorang yang merokok dalam lingkungan sekolah.
- e) Memilih teman bergaul yang tidak merokok.

(Promkes Depkes, 2016:28)

g. Memberantas Jentik Nyamuk

Memberantas jentik nyamuk merupakan kegiatan untuk memeriksa serta membersihkan tempat penampungan air bersih di sekolah yang bertujuan agar bebas jentik nyamuk, sehingga siswa maupun warga sekolah yang lain dapat terhindar dari berbagai penyakit yang disebabkan dan ditularkan nyamuk seperti malaria, demam berdarah dan juga kaki gajah. Selain itu memberantas jentik nyamuk juga membuat lingkungan di sekolah menjadi lebih bersih dan juga sehat (Promkes Depkes, 2016:30).

- 1) Tempat perkembangbiakan jentik nyamuk

- a) Pada tempat-tempat penampungan air bersih yang digunakan untuk keperluan dalam sehari-hari, contohnya drum, bak mandi/WC, tangki reservoir, ember dan masih banyak lagi.
 - b) Pada tempat-tempat penampungan air yang tidak digunakan untuk keperluan dalam sehari-hari, contohnya : botol, tempat minum burung, kaleng, vas bunga, plastik dan masih banyak lagi.
 - c) Pada tempat-tempat penampungan air alami contohnya lubang pada pohon, pelepah daun, lubang batu dan lain-lain (Promkes Depkes, 2016:30).
- 2) Cara Memberantas Jentik Nyamuk
- Dengan melakukan cara 3M yaitu:
- a) Menguras dan menyikat dinding pada tempat penampungan air minimal satu kali dalam satu minggu.
 - b) Menutup tempat penampungan air dengan rapat.
 - c) Mengubur, mengumpulkan dan mendaur ulang atau juga menyingkirkan benda bekas pakai yang kemungkinan dapat menampung air hujan, seperti plastik bekas, kaleng bekas, botol bekas, dan masih banyak lagi (Promkes Depkes, 2016:32).
- 3) Cara Melakukan Pemeriksaan Jentik Berkala
- a) Menggunakan senter atau alat bantu pencahayaan untuk melihat keberadaan jentik di bak mandi atau tempat penampungan air lainnya. .

- b) Apabila terdapat jentik nyamuk, warga sekolah sesegera mungkin memberantas jentik nyamuk dengan melakukan 3M dan plus.
 - c) Dan yang terakhir memeriksa hasil pemeriksaan jentik nyamuk (Promkes Depkes, 2016:32).
- 4) Waktu dilakukan pemeriksaan jentik berkala dan 3M
- Pemeriksaan jentik nyamuk secara berkala dan 3 M sebaiknya dilakukan secara rutin setiap satu kali dalam satu minggu minggu di sekolah. Adapun cara plus lainnya adalah sebagai berikut:
- a) Dengan rutin mengganti air vas bunga, minuman burung dan juga tempat yang dapat menampung air lainnya setidaknya satu kali dalam seminggu.
 - b) Menutup lubang yang terdapat pada pohon, potongan bambu dengan tanah ataupun yang lainnya.
 - c) Memperbaiki talang air dan saluran air yang tidak lancar/rusak
 - d) Membersihkan dan juga mengeringkan tempat yang kemungkinan dapat menampung air hujan.
 - e) Menaburkan bubuk abate yaitu bubuk pembunuh jentik nyamuk pada tempat yang susah untuk dikuras atau untuk daerah yang kesusahan mendapat air.
 - f) Memelihara ikan yang memakan jentik nyamuk pada tempat penampungan air.
 - g) Ventilasi dan juga pencahayaan ruang kelas memadai.

- h) Mencegah gigitan nyamuk dengan memakai obat nyamuk
(Promkes Depkes, 2016:34)

h. Buang Air Kecil dan Besar di Jamban

Buang air kecil dan besar di jamban bertujuan untuk menjaga lingkungan terutama lingkungan sekolah agar senantiasa bersih, sehat dan juga tidak berbau. Buang air di jamban juga merupakan salah satu upaya untuk tidak mencemari sumber air yang ada di lingkungan sekitar. Selain itu buang air di jamban dilakukan agar tidak mengundang datangnya serangga misalnya lalat yang dapat menularkan penyakit seperti diare, disentri, tipus, kolera, cacingan, penyakit kulit, penyakit infeksi saluran pencernaan dan juga keracunan (Promkes Depkes, 2016:36).

1) Jamban Yang Sehat

- a) Tidak mencemari sumber air minum dan jarak antara sumber air minum dengan lubang penampungan sekurang-kurangnya 10 meter dan tidak mencemari tanah di sekitarnya.
- b) Mudah untuk dibersihkan dan juga aman untuk digunakan.
- c) Dilengkapi dinding dan atap pelindung.
- d) Penerangan cukup, ventilasi cukup dan tidak berbau.
- e) Kotoran tidak bisa dijamah oleh serangga maupun tikus.
- f) Lantai yang kedap air dan luas kamar mandi yang memadai.
- g) Tersedia air yang memadai, sabun dan juga alat pembersih
(Promkes Depkes, 2016:36).

2) Cara Menggunakan Jamban Dengan Benar

- a) Buang air kecil dan air besar di jamban dengan benar adalah dengan ketika menggunakan jamban duduk jangan berjongkok karena hal tersebut dapat mengotori jamban.
- b) Menyiram dengan air hingga bersih dan tidak berbau setelah buang air kecil maupun besar.
- c) Tidak membuang sampah di jamban, agar jamban tidak tersumbat (Promkes Depkes, 2016:38).

5. Pengetahuan

a. Pengertian Pengetahuan

Pengertian pengetahuan adalah merupakan sebuah hasil dari penginderaan manusia, atau dapat disebut juga hasil tahu pada seseorang terhadap suatu objek yang didapatkan melalui indra yang dimiliki seperti mata, telinga, hidung, dan lain – lain. Proses penginderaan tersebut menghasilkan sebuah pengetahuan, intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek tentunya berpengaruh besar terhadap pengetahuan yang didapat. Mata dan telinga merupakan indera yang sebagian besar digunakan dalam memperoleh pengetahuan (Notoatmodjo, 2014:144)(20).

b. Tingkatan dalam Pengetahuan

Tingkatan dalam pengetahuan menurut Notoatmodjo (2014:27) dibagi menjadi 6 tingkatan yaitu sebagai berikut:

1) Tahu (*know*)

Tahu merupakan tingkatan yang paling rendah atau tingkatan paling awal dalam pengetahuan. Tahu didefinisikan hanya sebagai recall

sebuah memori yang sebelumnya telah ada pada saat setelah mengamati sesuatu.

2) Memahami (*comprehension*)

Memahami sebuah objek bukan hanya sekedar tahu dan dapat menyebutkan objek tersebut akan tetapi seseorang tersebut haruslah dapat menggambarkan atau menginterpretasikan objek tersebut dengan benar.

3) Aplikasi (*application*)

Aplikasi adalah ketika seseorang yang sudah mengetahui dan memahami suatu objek yang dimaksud dan seseorang tersebut menggunakan prinsip objek tersebut pada kondisi lain.

4) Analisis (*analysis*)

Analisis merupakan kemampuan seseorang dalam menjabarkan dan mencari suatu hubungan diantara komponen yang ada dalam suatu objek yang diketahui. Seseorang dapat dikatakan pada tingkatan analisis jika seseorang tersebut dapat mengelompokkan, membedakan, memisahkan, dan membuat suatu diagram atas pengetahuan terhadap suatu objek tersebut.

5) Sintesis (*synthesis*)

Sintesis merupakan kemampuan seseorang merangkum komponen – komponen pengetahuan dan pemahaman yang ia miliki dalam suatu hubungan yang logis.

6) Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi merupakan kemampuan seseorang dalam melakukan penilaian pada suatu objek. Penilaian yang dilakukan berdasarkan pada kriteria menurut seseorang tersebut atau norma yang ada di masyarakat.

e. Cara Mengukur Pengetahuan

Dalam mengukur pengetahuan dapat dilakukan dengan cara diantaranya adalah wawancara atau angket yang isinya menanyakan tentang poin - poin materi yang diukur pada responden. Dan untuk kedalaman pengetahuan yang akan diukur dapat disesuaikan dengan 6 tingkatan pengetahuan yang terdiri dari tahu, memahami, aplikasi, analisis, sintesis, dan evaluasi (Notoatmodjo, 2014:141).

Standar nilai pengetahuan menurut Arikunto dan Safruddin (dalam Jayanti, 2019, p. 45) dibagi menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Dikatakan kategori tinggi jika interval persentase pengetahuannya diatas 85%. Dikatakan kategori sedang jika interval persentase pengetahuannya 70% - 85%. Dan dikatakan kategori rendah jika interval persentase pengetahuannya dibawah 70%.

f. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Notoatmodjo (dalam Zarkasyi , 2019:13) menyatakan bahwa faktor – faktor yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan adalah sebagai berikut:

- 1) Tingkat Pendidikan

Jika semakin tinggi tingkat pendidikan pada seseorang, maka akan semakin mudah seseorang tersebut dalam memahami suatu hal dan juga semakin mudah dalam menyelesaikan permasalahan.

2) Informasi

Jika seseorang memiliki informasi yang banyak atau luas, maka seseorang tersebut akan memberikan pengetahuan yang lebih banyak dan jelas.

3) Budaya

Pengaruh budaya pada tingkat pengetahuan biasanya segala informasi akan disaring berdasarkan kebudayaan atau norma yang mengikatnya terlebih dahulu.

4) Pengalaman

Umur dan pendidikan seseorang berkaitan dengan pengalaman sehingga pendidikan yang tinggi akan memiliki banyak pengalaman seiring dengan bertambahnya usia.

5) Sosial Ekonomi

Tingkatan seseorang dalam mencukupi kebutuhan hidup tentu saja menyesuaikan dengan penghasilan yang diperoleh, oleh karena itu pengetahuan yang dimiliki seseorang tersebut harus digunakan sebaik-baiknya dalam mencari pelayanan kesehatan yang disesuaikan dengan pendapatan dirinya.

6. Promosi Kesehatan

a. Pengertian Promosi Kesehatan

Definisi promosi kesehatan berdasarkan Konferensi Internasional di Ottawa, Kanada tahun 1986 adalah proses yang memungkinkan seseorang untuk mengontrol dan meningkatkan kesehatannya. Dalam hal ini dapat dipahami bahwa untuk meningkatkan dan memelihara dan melindungi kesehatan pada masyarakat ataupun individu perlu dilakukan upaya promosi kesehatan dalam bentuk kegiatan pemberdayaan masyarakat (Ira Nurmala, *et al* , 2018:1–2)(21).

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia dalam Peraturan Menteri Kesehatan No. 74 tahun 2015 yang berisi tentang Upaya Peningkatan Kesehatan dan Pencegahan Penyakit, menyatakan bahwa promosi kesehatan merupakan proses yang bertujuan untuk memberdayakan masyarakat dengan melalui kegiatan seperti menginformasikan, mempengaruhi dan juga turut membantu masyarakat berperan aktif dalam mendukung perubahan perilaku pada masyarakat dan lingkungan, dan juga turut menjaga dan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat agar mencapai kesehatan masyarakat yang optimal (Notoatmodjo, 2012:95)(22).

b. Peran Promosi Kesehatan dalam Pengetahuan

Pendidikan kesehatan atau promosi kesehatan bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, memberi dan meningkatkan pengetahuan kepada masyarakat tentang menjaga kesehatan dan meningkatkan

kesehatan dirinya sendiri, keluarga, dan masyarakat. Promosi kesehatan juga memaparkan tentang mitos, tradisi atau kepercayaan yang ada di masyarakat, baik yang bermanfaat bagi kesehatan ataupun yang buruk bagi kesehatan. Promosi kesehatan atau pendidikan ini dapat berbentuk penyuluhan atau edukasi kesehatan, pameran kesehatan, iklan layanan masyarakat tentang kesehatan, spanduk, dan masih banyak lagi (Notoatmodjo, 2014:20).

c. Peran Promosi Kesehatan dalam Perilaku

Promosi kesehatan atau pendidikan kesehatan mengupayakan agar masyarakat mengetahui cara untuk menjaga kesehatannya, cara untuk mencegah terjadi hal yang berdampak buruk pada kesehatan dirinya maupun orang lain, dan cara untuk memperoleh pengobatan jika sudah sakit. Selain itu pendidikan kesehatan atau yang sering disebut dengan promosi kesehatan ini bukan hanya mencapai kesadaran masyarakat tentang kesehatan, akan tetapi yang lebih penting adalah untuk mencapai perilaku kesehatan pada masyarakat. Hingga pada tujuan akhir dari pendidikan kesehatan atau promosi kesehatan ini adalah bertujuan agar masyarakat mempraktikkan pola perilaku hidup sehat pada dirinya, keluarga, dan masyarakat pada kehidupan sehari-hari (Notoatmodjo, 2014: 21).

d. Media Promosi Kesehatan

1) Pengertian Media Promosi Kesehatan

Media promosi kesehatan adalah alat bantu pendidikan yang dipakai dalam memaparkan materi atau topik kesehatan oleh petugas. Media atau alat bantu dalam pendidikan kesehatan ini sering juga disebut alat peraga karena media atau alat bantu ini digunakan untuk memperagakan atau membantu memperjelas suatu proses edukasi kesehatan. Media atau alat bantu atau alat peraga tentunya disusun berdasarkan prinsip panca indera yang dimiliki oleh manusia dalam menangkap pengetahuan. Untuk mencapai peningkatan pengetahuan yang maksimal tentu dibutuhkan juga media yang menyentuh banyak panca indera yang dimiliki oleh manusia (Notoatmodjo, 2014: 64).

2) Manfaat Media Promosi Kesehatan

Menurut (Notoatmodjo, 2014:68) manfaat alat bantu peraga dalam edukasi adalah sebagai berikut:

- a) Meningkatkan minat pada sasaran pendidikan
- b) Sasaran yang dicapai lebih banyak
- c) Hambatan dalam pemahaman dapat diminimalisir dengan alat bantu
- d) Sasaran dapat distimulasi dengan alat bantu agar dapat meneruskan pesan dari edukasi yang diterima kepada orang lain
- e) Memudahkan pemaparan informasi kesehatan

- f) Informasi dapat lebih mudah diterima oleh sasaran
- g) Dapat memunculkan motivasi atau dorongan untuk mengetahui dan mendalami sehingga pesan dapat diterima dengan lebih baik
- h) Dapat menegaskan pengertian yang sebelumnya, sehingga dapat lebih lama disimpan dalam ingatan

3) Macam dan Jenis Media Promosi Kesehatan

Tiga macam alat bantu atau media dalam promosi kesehatan menurut Notoatmodjo (2014:65) adalah sebagai berikut:

- a) Alat bantu lihat atau visual yang tujuannya adalah untuk memberikan stimulasi pada indera mata pada saat berlangsungnya proses pesan tersebut disampaikan. Misalnya slide, gambar peta, bola dunia, boneka, dan masih banyak lagi.
- b) Alat bantu dengar atau audio yang tujuannya adalah untuk memberikan stimulasi pada indera pendengar yaitu telinga pada saat berlangsungnya proses pesan tersebut disampaikan. Misalnya radio, piringan hitam, kaset CD, dan lain sebagainya.
- c) Alat bantu dengar dan lihat atau audio-visual misalnya televisi, video, dan lain – lain.

Menurut pembuatan dan penggunaannya alat peraga atau media promosi kesehatan dibagi menjadi 2 macam menurut Notoatmodjo (2014:67) adalah sebagai berikut:

- a) Media yang rumit, misalnya seperti film, slide, dan lain – lain yang memerlukan listrik dan juga proyektor dalam penggunaan dan pembuatannya.
- b) Media yang sederhana adalah media yang mudah dibuat dari bahan – bahan yang mudah didapat seperti kertas, karton, bambu, dan lain – lain. Misalnya poster, leaflet, spanduk, dan lain - lain.

7. Media Visual Menggunakan *Power Point*

a. Pengertian *Power Point*

Yang dimaksud dengan *Power Point* adalah sebuah program aplikasi dalam bentuk presentasi yang dalam hal ini adalah salah satu dari program aplikasi pada perangkat komputer dibawah naungan *Microsoft Office*. Program *Power Point* ini adalah program yang disediakan bertujuan untuk membuat tampilan presentasi yang dalam hal ini dapat dijadikan alat bantu dalam media pembelajaran (Muthoharoh, 2019:23)(23).

b. Media Visual Peraga dengan *Power Point* dalam Pembelajaran

Dengan menggunakan media visual peraga dengan *Power Point* dalam pembelajaran, maka akan memudahkan bagi siswa. Dengan menggunakan media ini akan dapat mengurangi bahasa verbal sehingga materi yang disampaikan dapat lebih jelas ditangkap dan tentunya menarik perhatian dan juga motivasi belajar pada siswa. Media *Power Point* dapat diterima oleh indra penglihatan dan juga pendengaran

sehingga proses pembelajaran dapat dilakukan dengan maksimal (Muthoharoh, 2019:24).

c. Kelebihan Media Visual Peraga dengan *Power Point*

Kelebihan media visual peraga dengan *Power Point* adalah dapat menggabungkan beberapa unsur media seperti animasi, gambar, teks, video, grafik, dan juga suara satu tampilan. Sehingga dapat mewedahi berbagai karakteristik siswa dalam belajar seperti gaya belajar visual, audio, ataupun juga kinestetik. Media visual peraga dengan *Power Point* dengan bantuan *LCD* digunakan dalam pembelajaran dapat menjangkau cakupan audiens yang cukup besar (Muthoharoh, 2019:25).

8. Media *E-book*

a. Pengertian *E-book*

Electronic Book atau biasa disingkat *e-book* merupakan salah satu jenis media elektronik yang dalam hal ini berupa *softcopy* yang dapat dibuka dan dibaca dengan mudah melalui smartphone, laptop, maupun perangkat elektronik lainnya. Contoh format file tersebut seperti PDF, Mobi, HTML, TXT, XML, dan lainnya. Umumnya format file yang digunakan untuk *e-book* adalah PDF. Di dalam ebook terdapat memuat banyak informasi dapat berupa teks dan juga gambar. *E-book* mempunyai bermacam-macam *format file* yang dapat disesuaikan dengan kebutuhan(24).

b. Media *E-book* dalam Pembelajaran

Buku digital atau *e-book* dalam media pembelajaran memiliki fungsi sebagai media yang efisien. Karena dapat diakses dengan mudah melalui smartphone maka pelajar yang mudah bosan dapat memanfaatkan buku elektronik ini sebagai salah satu media pembelajaran yang mudah digunakan. Dengan *e-book* maka para pelajar akan lebih tertarik karena media yang digunakan sudah mengikuti zaman yang modern (idcloudhost, 2020)(24).

c. Kelebihan Media *E-book*

Kelebihan media *e-book* daripada media yang lain adalah mudah digunakan dan mudah didapatkan. Media *e-book* juga lebih ramah lingkungan karena tidak menggunakan kertas, walaupun tidak menggunakan kertas, informasi yang terdapat pada ebook juga sama seperti buku pada umumnya. Media ini juga tidak memerlukan banyak biaya dalam mendapatkannya, sehingga sangat menarik dan efisien untuk masa sekarang yang modern dengan elektronik.

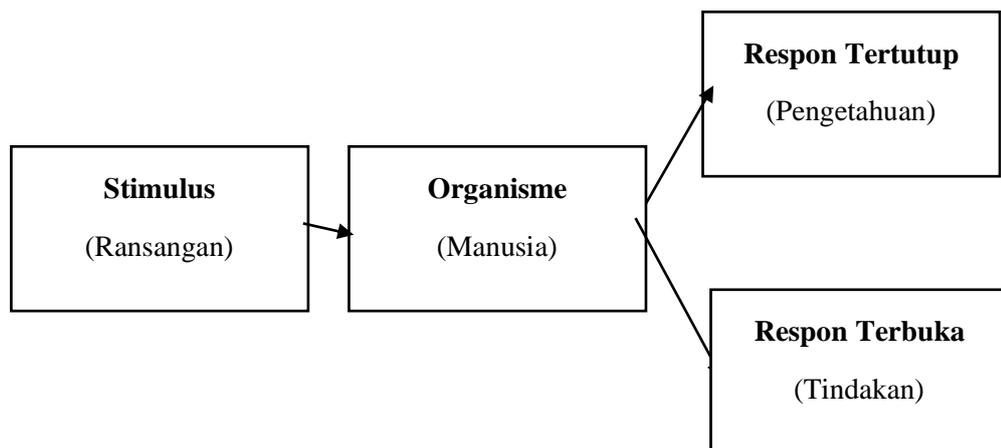
B. Kerangka Teori

Skinner (Prof. Dr. Soekidjo Notoatmodjo, 2018:100)(25) menyatakan jika suatu perilaku adalah respon atau reaksi oleh seseorang terhadap suatu stimulasi. Dan Skinner juga menyatakan bahwa terdapat dua respon atau reaksi yaitu antara lain yaitu responden respons atau refleksif yang merupakan respon dalam hal ini ditimbulkan oleh sebuah rangsangan tertentu dan operant response atau instrumental respons yang merupakan respon yang dalam hal ini

timbul dan juga berkembangnya yang nantinya akan diikuti oleh rangsangan yang lainnya. Kemudian stimulus yang terakhir dapat juga disebut sebagai reinforcing stimuli atau reinforce, karena stimulus ini berfungsi sebagai penguat respons.

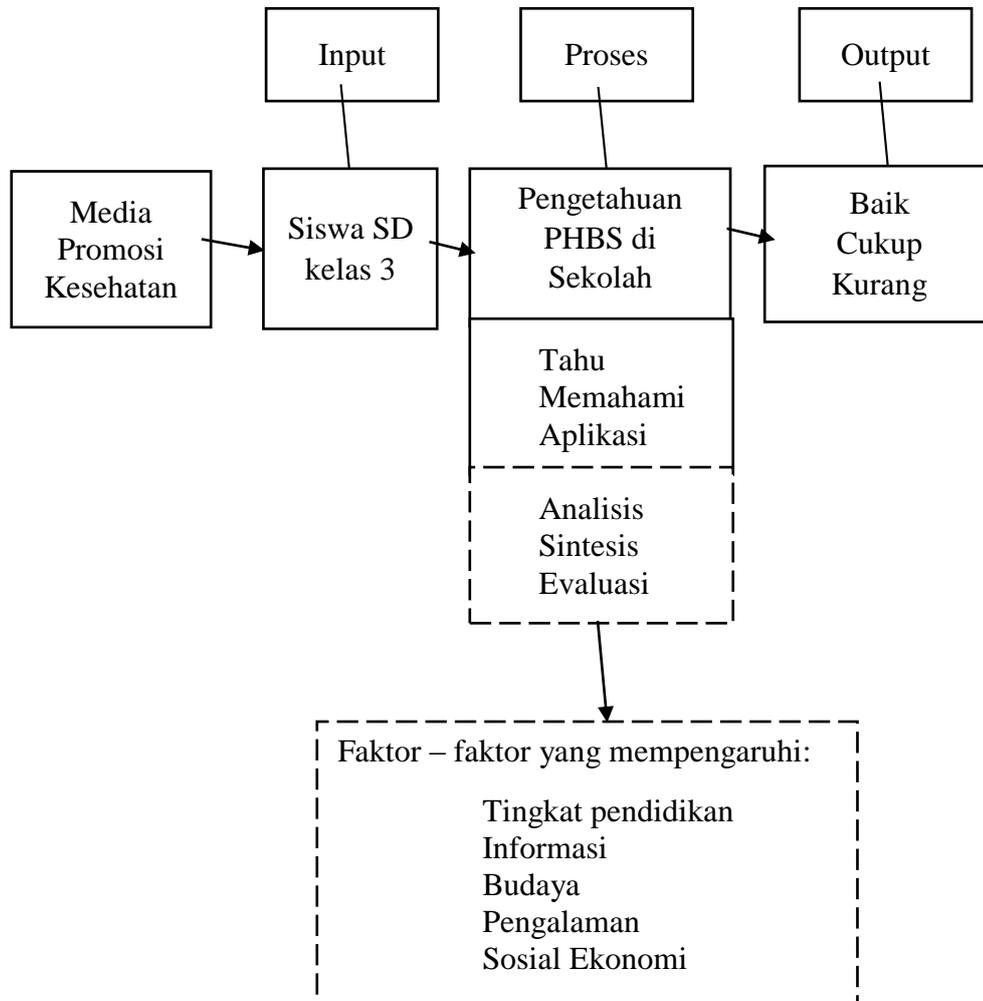
Menurut Notoatmodjo, 2010 dalam teori “S-O-R” perilaku manusia ini bisa dikelompokkan dalam 2 kelompok diantaranya yaitu perilaku tertutup yang merupakan perilaku yang akan terjadi jika respon pada stimulus tidak dapat atau masih belum bisa diamati dari luar oleh orang lain dan yang kedua adalah perilaku terbuka yang merupakan perilaku yang terjadi jika dalam hal ini respon kepada stimulus dapat dilihat berupa tindakan.

Teori S-O-R :



Gambar 2.1 Teori SOR

C. Kerangka Konsep



Gambar 2.2 Kerangka Konsep

Keterangan : ----- merupakan variabel yang tidak akan diteliti.

D. Hipotesis

H0 : Tidak ada pengaruh edukasi kesehatan PHBS di sekolah terhadap peningkatan pengetahuan siswa kelas 3 di SDN Bakalan Krajan 2 Kota Malang

H1 : Ada pengaruh edukasi kesehatan PHBS di sekolah terhadap peningkatan pengetahuan siswa kelas 3 di SDN Bakalan Krajan 2 Kota Malang

