

**STUDI TENTANG KESEHATAN PRIBADI SISWA SEKOLAH
DASAR NEGERI 11 SUNGAI BEREMAS KECAMATAN
SUNGAI BEREMAS KABUPATEN PASAMAN BARAT**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Departemen Pendidikan Olahraga Sebagai Salah Satu
Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh

**RIFDA YULIA
NIM: 21086519**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2023**

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Karya tulis/ Skripsi dengan judul "*Kesehatan pribadi siswa Sekolah Dasar Negeri 11 Sungai Beremas Kecamatan Sungai Beremas Kabupaten Pasaman Barat*" adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik baik di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan Tim Pembimbing).
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, 6 Februari 2023

Saya yang menyatakan,



Rifda Yulia
Rifda Yulia

NIM. 2021/ 21086519

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : **Studi Tentang Kesehatan Pribadi Siswa Sekolah Dasar Negeri 11 Sungai Beremas Kecamatan Sungai Beremas Kabupaten Pasaman Barat**

Nama : **Rifda Yulia**

NIM/BP : 21086519

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Departemen : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Universitas : Universitas Negeri Padang

Padang, Januari 2023

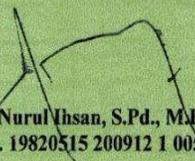
Disetujui oleh:

Mengetahui,
Kepala Departemen Pendidikan Olahraga



Sepriadi, S.Si., M.Pd
NIP. 19890901 201404 1 002

Pembimbing



Dr. Nurul Ihsan, S.Pd., M.Pd
NIP. 19820515 200912 1 005

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

**Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang**

Judul : Studi Tentang Kesehatan Pribadi Siswa Sekolah Dasar
Negeri 11 Sungai Beremas Kecamatan Sungai Beremas
Kabupaten Pasaman Barat

Nama : Rifda Yulia

NIM/BP : 21086519

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Departemen : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Universitas : Universitas Negeri Padang

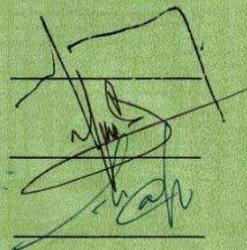
Padang, Februari 2023

Tim Penguji

Nama

Tanda Tangan

- 1. Ketua** : Dr. Nurul Ihsan, S.Pd., M.Pd
- 2. Anggota** : Dr. Zulbahri, S.Pd., M. Pd
- 3. Anggota** : Dr. Aldo Naza Putra, M. Pd



ABSTRAK

Rifda Yulia (2023) : Studi Tentang Kesehatan Pribadi Siswa Sekolah Dasar Negeri 11 Sungai Beremas Kecamatan Sungai Beremas Kabupaten Pasaman Barat

Penelitian ini berawal dari kenyataan disekolah bahwa Studi Tentang Kesehatan Pribadi Siswa Sekolah Dasar Negeri 11 Sungai Beremas Kecamatan Sungai Beremas Kabupaten Pasaman Barat belum terlaksana dengan baik sesuai dengan yang diharapkan. Banyak sekali faktor yang menghambat terlaksananya Studi Tentang Kesehatan Pribadi Siswa, antara lain kurangnya perhatian terhadap kesehatan gigi dan kulit siswa. Untuk meihat kemungkinan faktor-faktor penghambat dalam pelaksanaan Studi Tentang Kesehatan Pribadi Siswa dan juga untuk mengetahui sejauh mana pelaksanaan kesehatan pribadi terhadap siswa di Sekolah Dasar Negeri 11 Sungai Beremas Kecamatan Sungai Beremas Kabupaten Pasaman Barat, melaksanakan studi tentang kesehatan pribadi yang terdiri dari kesehatan gigi dan kulit yang sesuai dengan standar kesehatan.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif, populasi dalam penelitian ini adalah siswa Sekolah Dasar Negeri 11 Sungai Beremas Kecamatan Sungai Beremas Kabupaten Pasaman Barat. Sumber data dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV dan kelas V Sekolah Dasar Negeri 11 Sungai Beremas Kecamatan Sungai Beremas Kabupaten Pasaman Barat data yang terkumpul dianalisis dengan menggunakan teknik prosentasi atau teknik analisis statistik deskriptif.

Dari hasil analisi data, Sekolah Dasar Negeri 11 Sungai Beremas Kecamatan Sungai Beremas Kabupaten Pasaman Barat sub indikator: 1) kesehatan mulut dan gigi siswa berada pada kategori Kurang yaitu 33,9%, 2) kesehatan kesehatan kulit siswa berada pada katagori Sangat Baik yaitu 99,8%, 3) kesehatan pakaian siswa berada pada kategori baik yaitu 80%, 4) kesehatan rambut siswa berada pada kategori Sangat baik yaitu 88,6 %, dan 5) kesehatan kuku siswa berada pada kategori Sangat Baik yaitu 100%.

Kata Kunci : ***Kesehatan Pribadi Siswa SD***

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “ **Studi Tentang Kesehatan Pribadi Siswa Sekolah Dasar Negeri 11 Sungai Beremas Kecamatan Sungai Beremas Kabupaten Pasaman Barat**”.

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP).

Penulis menyadari skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui ini penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Alnedral, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.
2. Sepriadi, S.Si., M.Pd selaku Kepala Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga

penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.

3. Dosen Pembimbing, yang telah memberikan bimbingan dan dorongan, semangat, pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti dalam penulisan skripsi ini.
4. Dosen Penguji yang telah memberikan masukan, saran, motivasi, sumbangan pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti baik dalam penulisan maupun dalam menguji skripsi ini.
5. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama penulis mengikuti perkuliahan.
6. Buat keluarga dan teman-teman yang senasib dan seperjuangan yang tidak disebutkan namanya satu persatu yang telah memberikan bantuan dan dorongan baik moril maupun materil dalam penyusunan skripsi ini.

Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Februari 2023

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI	
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI	
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian.....	8

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian teori	9
1. Pengertian Kesehatan Pribadi	9
2. Kesehatan Gigi	10
3. Kesehatan Kulit	16
4. Kesehatan Pakaian	24
5. Kesehatan Rambut.....	27
6. Kesehatan Kuku	31
B. Kerangka Konseptual	34
C. Pertanyaan Penelitian	35

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Waktu dan Tempat Penelitian	37
B. Populasi dan Sampel	37
C. Jenis dan Sumber Data	39
D. Instrumen Penelitian	39
E. Teknik Analisis Data	40

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data	42
B. Pembahasan	50
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	50
B. Saran	56
DAFTAR KEPUSTAKAAN	

DAFTAR TABEL

1. Populasi Penelitian.....	38
2. Sampel Penelitian.....	39
3. Kriteria Pembanding	41
4. Indikator Kesehatan Gigi& Mulu	42
5. Indikator Kesehatan Kulit	44
6. Indikator Kesehatan Pakaian	44
7. Indikator Kesehatan Rambut	47
8. Indikator Kesehatan Kuku.....	49

DAFTAR GAMBAR

1. Kerangka Konseptual.....	35
2. Histogram Sub Variabel Kes Mulut& Gigi.....	43
3. Histogram Sub Variabel Kulit	45
4. Histogram Sub Variabel Pakaian.....	47
5. Histogram Sub Variabel Rambut.....	48
6. Histogram Sub Variabel Kuku	50

DAFTAR LAMPIRAN

1. Kisi- kisi Angket	58
2. Angket Penelitian.....	59
3. Data Penelitian.....	63
4. Surat Izin Penelitian dari FIK.....	69
5. Surat Izin Penelitian dari Dinas	70
6. Surat Izin Penelitian dari Sekolah.....	71
7. Dokumen Penelitian.....	72

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kebersihan diri merupakan suatu upaya untuk menjaga kesehatan tubuh karena kebersihan diri merupakan awal dari kesehatan fisik. Menjaga kesehatan merupakan langkah awal dalam pembangunan kesehatan yang pada hakikatnya merupakan bagian integral dari pembangunan nasional. Salah satu tujuan pembangunan kesehatan adalah untuk mempertinggi derajat kesehatan masyarakat dalam upaya peningkatan kualitas sumber daya manusia. Hal ini sesuai dengan UU RI NO. 36 Tahun 2009 tentang kesehatan BAB II pasal 3 yang menyatakan: "Pembangunan kesehatan bertujuan 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 manusia produktif secara sosial dan ekonomis".

Berdasarkan hal di atas, tujuan akhir pembangunan di bidang kesehatan adalah untuk menghasilkan sumber daya manusia yang produktif dalam bidang sosial dan ekonomi. Dengan demikian diharapkan bahwa tingkat produktivitas dan efisiensi pekerjaan yang dilakukan akan selalu meningkat. Sehingga pelaksanaan dan hasil pembangunan nasional yang dilakukan oleh negara dapat dioptimalkan.

Kebersihan pribadi yang tidak baik mengakibatkan kesulitan dalam mengembangkan dan mengusahakan masyarakat yang sehat. Sehingga

menjaga kebersihan pribadi merupakan langkah yang tepat untuk mewujudkan masyarakat yang sehat. Melalui pendidikan kesehatan siswa sebagai anggota masyarakat dapat mengetahui dan melakukan cara menjaga kebersihan pribadi sehingga dapat mencegah timbulnya penyakit. Pendidikan kesehatan meliputi kebersihan pribadi, kesehatan lingkungan dan pelayanan kesehatan. Kesehatan pribadi dapat disebut sebagai kesehatan perseorangan.

Orang yang sehat adalah orang yang berbahagia. Mereka dapat melakukan kegiatannya sehari-hari tanpa terganggu dan dapat mengikuti kegiatan masyarakat dengan baik. Untuk dapat mempertahankan kesehatan pribadi bahwa sehat tidaknya seseorang bukanlah tergantung kepada orang lain dan juga tidak tergantung kepada banyaknya pengetahuan yang kita miliki tentang kesehatan, namun sangatlah erat kaitannya dengan seberapa jauh kita mau dan mempraktekkan serta memanfaatkan pengetahuan yang kita miliki dalam hidup kita sehari-hari atau juga kesehatan pribadi adalah tanggung jawab kita masing-masing tergantung usaha untuk menjaga kesehatan diri.

Sedangkan kesehatan pribadi itu sendiri yang dituangkan oleh Rozi (2000:50) adalah: "Segala usaha dan tindakan yang dilakukan setiap orang untuk memelihara/menjaga kesehatan badan dan rohani sehingga merupakan kebutuhan sehari-hari". Kesehatan pribadi yang meliputi pemeliharaan kesehatan kulit, pemeliharaan kesehatan mata, kesehatan telinga, pemeliharaan kesehatan hidung, pemeliharaan kesehatan gigi, dan pemeliharaan kesehatan pakaian. Sejalan dengan pendapat diatas Kus Irianto (2004: 15) menyatakan

“Usaha Kebersihan pribadi adalah daya upaya dari seorang demi seorang untuk memelihara dan mempertinggi derajat kesehatan”.

Dari pernyataan di atas dapatlah diambil suatu kesimpulan bahwa pentingnya kesehatan bagi setiap individu, terutama sekali bagi anak-anak usia sekolah dasar (SD), dimana mereka sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan fisik dan mentalnya. Dengan memelihara kesehatan pribadi sejak sekolah dasar akan memberi manfaat pada kelangsungan masa depan anak.

Menurut Depkes RI (2002: 9) mengemukakan bahwa

Usaha yang dapat dilakukan untuk mempertahankan kesehatan pribadi antara lain: 1. Senantiasa memperhatikan kebiasaan hidup sehat, 2. Memeriksa diri secara teratur, 3. Senantiasa mengikuti nasehat dokter atau petugas kesehatan, 4. Menghindari diri dari kecelakaan-kecelakaan yang tidak perlu terjadi, 5. Pemeliharaan kesehatan tubuh.

Berdasarkan pendapat diatas dapat ditarik kesimpulan yaitu usaha untuk mempertahankan kesehatan pribadi adalah selalu melakukan kebiasaan hidup sehat seperti mandi dua kali sehari menggunakan sabun, menggosok gigi sebelum dan sesudah makan, memeriksakan diri secara teratur ke Puskesmas/dokter, senantiasa mengikuti nasehat dokter atau petugas kesehatan dan memelihara kebersihan tubuh agar terhindar dari penyakit.

Peningkatan kesehatan pribadi yang dimulai pada usia sekolah dasar (SD) akan memberikan arti yang sangat penting untuk kelanjutan masa depan peserta didik serta penanaman pola hidup sehat dari usia dini akan membiasakan diri dengan kehidupan yang sehat pula. Pelaksanaan kesehatan pribadi siswa di Sekolah Dasar Negeri 11 Sungai Beremas Kecamatan Sungai

Beremas Kabupaten Pasaman Barat seharusnya berjalan sebagaimana yang diharapkan, karena kesehatan pribadi siswa mempunyai andil yang sangat penting dalam rangka mewujudkan tujuan dan pendidikan dasar seperti yang telah dikemukakan yaitu memelihara kesehatan jasmani dan rohani.

Sekolah Dasar Negeri 11 Sungai Beremas Kecamatan Sungai Beremas Kabupaten Pasaman Barat merupakan salah satu sekolah dasar yang ada di Pasaman, dari hasil observasi penulis kesekolah ini ditemukan siswanya yang sering jajan es dan coklat padahal es dan coklat dapat menyebabkan kerusakan pada gigi, dan Hasil wawancara peneliti terhadap sepuluh orang siswa ditemukan bahwa lima orang dari mereka menyatakan tidak menggosok gigi dengan rutin dua kali setiap hari dan ketika akan tidur mereka jarang menggosok gigi. dan beberapa siswa yang nampak pakaiannya terkena kuah bakwan dan kerupuk sehingga tidak enak dipandang mata dan kalau dibiarkan akan menyebabkan bakteri pada pakaian Pada saat jam istirahat juga ditemukan anak-anak yang bekejar-kejaran di pekarangan sekolah sehingga debu-debu beterbangan dan hinggap di pakaian mereka.

Pengamatan lebih lanjut peneliti, peneliti melihat kuku mereka panjang dan hitam, ini sangat memprihatinkan karena kuku yang tidak bersih apabila kita makan maka otomatis bakteri masuk bersama makanan tersebut, bahkan ada juga diantara mereka yang berketombe, anak terlihat sering menggaruk kepala.

Berdasarkan permasalahan yang ditemukan di atas maka Penulis berasumsi rendahnya derajat kesehatan pribadi siswa di sekolah ini, maka

dari itu penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian disekolah ini mencakup kebersihan pribadi saja dan peneliti beri Judul “Studi tentang kesehatan Pribadi siswa di Sekolah Dasar Negeri 11 Sungai Beremas Kecamatan Sungai Beremas Kabupaten Pasaman Barat ”. Penelitian ini penting dilakukan sebagai upaya untuk optimalisasi kesehatan Pribadi siswa, karena kesehatan Pribadi sangat menentukan keberhasilan siswa dalam segenap aspek kehidupan mereka.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan diatas, maka faktor atau variabel yang dapat mempengaruhi kesehatan pribadi di sekolah di antaranya:

1. Kesehatan Mulut dan Gigi
2. Kesehatan Kulit
3. Kesehatan Rambut
4. Kesehatan Kuku
5. Kesehatan Pakaian
6. Kesehatan Mata
7. Kesehatan Hidung
8. Kesehatan Alat kelamin
9. Kesehatan Telinga

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi program pelaksanaan kesehatan pribadi pada penelitian ini ,

tetapi karena keterbatasan waktu, dana dan tenaga maka penelitian ini dibatasi pada aspek:

1. Kesehatan Mulut dan gigi
2. Kesehatan Kulit
3. Kesehatan Pakaian
4. Kesehatan Rambut
5. Kesehatan Kuku

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan Latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka dapat dikemukakan rumusan masalah penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimanakah terlaksananya pemeliharaan dan perawatan mulut dan gigi dalam pencapaian kesehatan pribadi?
2. Bagaimanakah terlaksananya pemeliharaan dan perawatan kulit dalam pencapaian kesehatan pribadi?
3. Bagaimanakah terlaksananya pemeliharaan dan perawatan pakaian dalam pencapaian kesehatan pribadi?
4. Bagaimanakah terlaksananya pemeliharaan dan perawatan rambut dalam pencapaian kesehatan pribadi?
5. Bagaimanakah terlaksananya pemeliharaan dan perawatan kuku dalam pencapaian kesehatan pribadi?

6. Bagaimanakah terlaksananya kebersihan pribadi siswa Sekolah Dasar Negeri 11 Sungai Beremas Kecamatan Sungai Beremas Kabupaten Pasaman Barat ?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai pada penelitian ini adalah untuk dapat melihat segala sesuatu yang berhubungan dengan pelaksanaan kesehatan pribadi di Sekolah Dasar Negeri 11 Sungai Beremas Kecamatan Sungai Beremas Kabupaten Pasaman Barat , diantaranya bertujuan untuk:

1. Melihat dan mengetahui kesehatan mulut dan gigi siswa Sekolah Dasar Negeri 11 Sungai Beremas Kecamatan Sungai Beremas Kabupaten Pasaman Barat ?
2. Melihat dan mengetahui kesehatan kulit siswa Sekolah Dasar Negeri 11 Sungai Beremas Kecamatan Sungai Beremas Kabupaten Pasaman Barat?
3. Melihat dan mengetahui kesehatan Pakaian siswa Sekolah Dasar Negeri 11 Sungai Beremas Kecamatan Sungai Beremas Kabupaten Pasaman Barat ?
4. Melihat dan mengetahui kesehatan Rambut siswa Sekolah Dasar Negeri 11 Sungai Beremas Kecamatan Sungai Beremas Kabupaten Pasaman Barat ?
5. Melihat dan mengetahui kesehatan Kuku siswa Sekolah Dasar Negeri 11 Sungai Beremas Kecamatan Sungai Beremas Kabupaten Pasaman Barat?

6. Mengetahui Kesehatan Pribadi siswa Sekolah Dasar Negeri 11 Sungai Beremas Kecamatan Sungai Beremas Kabupaten Pasaman Barat ?

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi Peneliti, untuk mendapat gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Bagi Kepala Sekolah sebagai bahan masukan untuk pengembangan program kesehatan pribadi siswa.
3. Bagi Dinas Pendidikan dan Pengajaran Kab. Pasaman Barat, sebagai bahan masukan untuk melakukan fungsi supervisi.
4. Bagi Dinas Kesehatan dan Puskesmas Kab. Pasaman Barat, sebagai bahan masukan untuk perumusan program kegiatan kerjasama dengan sekolah.
5. Bagi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, sebagai bahan pertimbangan dalam meningkatkan mutu perkuliahan Pendidikan Kesehatan Sekolah.
6. Bahan bacaan bagi mahasiswa di perpustakaan Universitas Negeri Padang.