

**STUDI TENTANG KESEHATAN PRIBADI SISWA KELAS IV DAN V  
DI SEKOLAH DASAR NEGERI 191/VIII KECAMATAN  
RIMBO BUJANG KABUPATEN TEBO**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai  
Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



**Oleh**

**M. RIZAL LUBIS  
NIM. 14086349**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2018**

## HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Studi Tentang Kesehatan Pribadi Siswa Kelas IV dan V di Sekolah Dasar Negeri 191 Kecamatan Rimbo Bujang Kabupaten Tebo

Nama : M. Rizal lubis

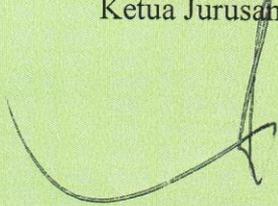
NIM : 14086349

Program studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

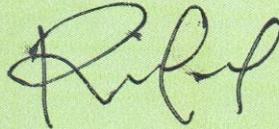
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Mengetahui  
Ketua Jurusan



**Drs. Zarwan, M.Kes**  
NIP. 19611230 198803 1 003

Padang, Juli 2018  
Pembimbing



**Rika Sepriani, M.Farm, Apt**  
NIP.19860904 201012 2 003

## HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Jurusan  
Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang

**Judul** : Studi Tentang Kesehatan Pribadi Siswa Kelas IV dan V di Sekolah Dasar Negeri 191 Kecamatan Rimbo Bujang Kabupaten Tebo

**Nama** : M.Rizal Iubis  
**NIM** : 14086349  
**Program Studi** : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
**Jurusan** : Pendidikan Olahraga  
**Fakultas** : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

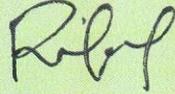
Padang, Juli 2018

Tim Penguji :

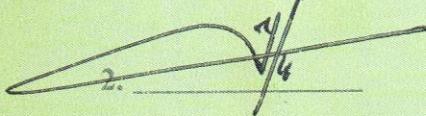
**Nama**

**Tanda Tangan**

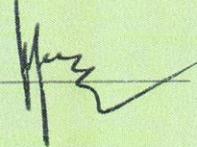
1. Ketua : Rika Sepriani, M.Farm, Apt

1. 

2. Sekretaris : Drs. Edwarsyah, M.Kes

2. 

3. Anggota : Drs. Nirwandi, M.Pd

3. 

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : M. Rizal lubis  
NIM/BP : 14086349/2014  
Program Studi : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan  
Judul Skripsi : Studi Tentang Kesehatan Pribadi Siswa Kelas IV dan V  
Di Sekolah Dasar Negeri 191 Kecamatan Rimbo Bujang  
Kabupaten Tebo.

Dengan ini saya menyatakan bahwa Skripsi ini benar-benar karya saya sendiri, sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti penulisan karya ilmiah.

Padang, Juli 2018  
Yang menyatakan



M. Rizal Lubis  
NIM 14086349

## ABSTRAK

### **M. RIZAL LUBIS (2018): Studi Tentang Kesehatan Pribadi Siswa Kelas IV dan V di Sekolah Dasar Negeri 191 Kecamatan Rimbo Bujang Kabupaten Tebo.**

Masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahuinya baik atau tidak kesehatan pribadi siswa Kelas IV dan V di Sekolah Dasar Negeri 191/VIII Kecamatan Rimbo Bujang Kabupaten Tebo, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kesehatan pribadi siswa Kelas IV dan V di Sekolah Dasar Negeri 191/VIII Kecamatan Rimbo Bujang Kabupaten Tebo.

Penelitian ini bersifat deskriptif. penelitian ini dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri 191 Kecamatan Rimbo Bujang Kabupaten Tebo. Populasi dalam penelitian berjumlah 38 siswa Sampel penelitian ini adalah siswa kelas IV dan V yang berjumlah 38 orang. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah menggunakan angket atau kuesioner dengan menggunakan skala likert. Teknik Analisis data dalam penelitian ini dengan menggunakan Teknik distribusi frekuensi dengan perhitungan persentase  $P = \frac{F}{N} \times 100\%$ .

Dari penelitian di dapatkan hasil bahwa kesehatan gigi berada pada kategori cukup dengan persentase 50,75%, Kesehatan Kulit berada pada kategori baik dengan persentase 70,78%, Kesehatan Rambut juga berada pada kategori baik dengan persentase 65,25%, dan di dapatkan hasil kesehatan pribadi pada Siswa Kelas IV dan V yang meliputi kesehatan gigi, kulit, rambut yang berada pada kategori baik dengan hasil persentase 62,35%.

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur senantiasa penulis ucapkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan Hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi berjudul **“Studi Tentang Kesehatan Pribadi Siswa Kelas IV dan V di Sekolah Dasar Negeri 191 Kecamatan Rimbo Bujang Kabupaten Tebo”** yang merupakan salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Pendidikan Olahraga Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam penyusunan Skripsi ini, penulis menyadari bahwa tanpa bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak, penulis belumlah tentu dapat menyelesaikan skripsi ini. Untuk itu pada kesempatan ini dengan rasa hormat dan terima kasih yang tulus penulis sampaikan kepada

1. Bapak Dr. Zalfendi, M,Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan izin kuliah di FIK UNP.
2. Bapak Drs.Zarwan, M,Kes selaku ketua jurusan Pendidikan Olahraga Universitas Negeri Padang yang telah memberikan kemudahan dan pelayanan yang optimal.
3. Kepada ibu Rika Sepriani. M.Farm.Apt selaku dosen pembimbing saya yang telah banyak membantu dan membimbing saya untuk menyelesaikan tugas akhir skripsi saya ini.
4. Serta Dosen Penguji Yaitu Bapak Drs. Edwarsyah,M.Kes dan Bapak Drs. Nirwandi,M.Pd yang telah memberikan kritikan dan saran dalam penyelesaian skripsi ini.

5. Kepala Sekolah Dasar Negeri 191 Kecamatan Rimbo Bujang Kabupaten Tebo
6. Kepada Orang Tua Saya Yaitu Erwin Lubis (Ayah), Siti Fatimah Nst (Mamak) yang telah memberi suport dan doa nya .
7. Sahabat terbaik saya Rediansyah, Ilham Seprian, Ravitra Ulya, Muhammad Dio Fajri, Budi utama, Indra Guntara, Rafi Andesta, Muhammad Iqbal, Raka Avron, M.Roni, Arie Sefrizni dan tidak lupa pula teman wanita terspesial saya Suhaibatul aslamia nasution yang telah memberi semangat pada saya untuk menyelesaikan skripsi saya ini.
8. Teman-teman seperjuangan Bp 2014 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam pembuatan skripsi ini masih terdapat kekurangan dan kesalahan karena keterbatasan kemampuan, pengetahuan dan pengalaman yang dimiliki penulis. Untuk itu penulis mengharapkan segala kritik dan saran yang bersifat membangun.

Akhir kata penulis mengucapkan banyak terima kasih, Semoga Skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca pada umumnya dan bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang khususnya.

Padang, April 2018

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	viii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Pembatasan Masalah .....	4
D. Rumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian .....	5
F. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori .....	7
1. Penegertian Kesehatan Pribadi .....	7
2. Kesehatan Gigi .....	9
3. Kesehatan kulit.....	15
4. Kesehatan Rambut .....	25
B. Kerangka Konseptual .....	34
C. Pertanyaan Penelitian .....	35
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis penelitian .....	36
B. Tempat dan waktu penelitian .....	36

C. Populasi dan Sampel .....	36
D. Jenis dan Sumber Data .....	37
E. Teknik pengumpulan data .....	38
F. Instrumen Penelitian.....	38
G. Teknik Analisa Data.....	39
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Data.....	41
B. Analisis Deskriptif .....	41
C. Pembahasan.....	48
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	69
B. Saran.....	70
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>71</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>72</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Populasi Penelitian .....	37
2. Sampel Penelitian.....	37
3. Pernyataan Skala Likert .....	39
4. Kriteria Perbandingan Untuk Menentukan Tingkat Kesehatan Pribadi Siswa .....	40
5. Distribusi frekuensi kesehatan gigi siswa kelas IV-V Sekolah Dasar Negeri 191 Kecamatan Rimbo Bujang Kabupaten Tebo.....	42
6. Distribusi frekuensi kesehatan kulit siswa kelas IV-V Sekolah Dasar Negeri 191 Kecamatan Rimbo Bujang Kabupaten Tebo.....	43
7. Distribusi frekuensi kesehatan Rambut siswa kelas IV-V Sekolah Dasar Negeri 191 Kecamatan Rimbo Bujang Kabupaten Tebo.....	45
8. Distribusi frekuensi kesehatan pribadi siswa kelas IV-V Sekolah Dasar Negeri 191 Kecamatan Rimbo Bujang Kabupaten Tebo.....	46

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1. Struktur Gigi .....	10
2. Fungsi Gigi .....	12
3. Struktur Kulit .....	17
4. Skema Bagian-bagian Rambut.....	26
5. Kerangka konsep .....	35
6. Histogram Kesehatan Gigi .....	43
7. Histogram Kesehatan Kulit .....	44
8. Histogram Kesehatan Rambut .....	46
9. Kesehatan Pribadi .....	47

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
1. Kisi-Kisi Angket .....	72
2. Instrumen Penilaian Kesehatan Pribadi .....	73
3. Tabulasi Penelitian .....	75
4. Dokumentasi Penelitian .....	77
5. Surat izin penelitian dari FIK UNP .....	81
6. Surat izin penelitian dari dinas .....	82
7. Surat keterangan telah melaksanakan uji coba angket penelitian .....	83
8. Surat keterangan telah melaksanakan penelitian .....	84

## **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 dalam M.Arif (2016). 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 rambut, kesehatan telinga, pemeliharaan kesehatan hidung, pemeliharaan kesehatan gigi, dan pemeliharaan kesehatan pakaian.

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 dini 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 pada siswa di Sekolah Dasar Negeri 191/VIII Kecamatan Rimbo bujang Kabupaten Tebo 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. Anak usia Sekolah Dasar belum memahami betul arti dari pentingnya kesehatan lingkungan dan kesehatan pada dirinya sendiri. Sehingga hal tersebut tergambar dengan jelas pada perilaku dalam kehidupan mereka sehari-hari. Diantaranya dalam berpakaian walaupun pakaian tersebut sudah sangat kotor dan baunya yang sudah agak busuk tetapi masih dipakai selain itu dalam memilih jajanan, mereka tidak pilih-pilih mana yang baik dan kurang baik untuk kesehatannya, mereka membeli makanan atau jajanan hanya melihat dari segi kesukaan dan ketertarikan saja dengan harga yang murah, dan tidak rajin untuk memotong kuku ketika sudah panjang yang menjadi tempat bakteri menempel.

Jadi masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahui baik atau tidak kesehatan pribadi yang meliputi kesehatan gigi, kesehatan kulit dan kesehatan rambut siswa Kelas IV dan V di Sekolah Dasar Negeri 191/VIII Kecamatan Rimbo Bujang Kabupaten Tebo

Berdasarkan hal diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian untuk mengetahui penyebabnya serta mencari permasalahan dari masalah kesehatan pribadi yang ada di Sekolah Dasar Negeri 191/VIII kecamatan Rimbo bujang Kabupaten Tebo.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang terjadi di Sekolah Dasar Negeri 191 Kecamatan Rimbo bujang Kabupaten Tebo sudah dikemukakan diatas, maka dapat diidentifikasi masalah masalah dari penelitian ini adalah.

1. Kesehatan gigi dan mulut.
2. Kesehatan kulit.
3. Kesehatan rambut.
4. Kesehatan mata.
5. Kesehatan telinga.
6. Kesehatan kuku.
7. Kesehatan hidung.

## **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasai masalah diatas maka, terdapat faktor bebrapa faktor yang mempengaruhi program pelaksanaan kesehatan pribadi pada

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

1. Kesehatan gigi dan mulut.
2. Kesehatan kulit.
3. Kesehatan rambut

#### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah pada bagian yang terdahulu maka rumusan masalah penelitian ini adalah

1. Bagaimana kesehatan gigi dan mulut siswa Kelas IV dan V di Sekolah Dasar Negeri 191/VIII Kecamatan Rimbo bujang Kabupaten Tebo?
2. Bagaimana kesehatan kulit siswa Kelas IV dan V di Sekolah Dasar Negeri 191/VIII Kecamatan Rimbo bujang Kabupaten Tebo?
3. Bagaimana kesehatan rambut siswa Kelas IV dan V di Sekolah Dasar Negeri 191/VIII Kecamatan Rimbo bujang Kabupaten Tebo?
4. Bagaimana kesehatan pribadi siswa Kelas IV dan V di Sekolah Dasar Negeri 191/VIII Kecamatan Rimbo bujang Kabupaten Tebo?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan yang ingin dicapai pada penelitian adalah sebagai berikut;

1. Untuk mengetahui kesehatan gigi dan mulut siswa Kelas IV dan V di Sekolah Dasar Negeri 191/VIII Kecamatan Rimbo bujang Kabupaten Tebo.

2. Untuk mengetahui kesehatan kulit siswa Kelas IV dan V di Sekolah Dasar Negeri 191/VIII Kecamatan Rimbo bujang Kabupaten Tebo.
3. Untuk mengetahui kesehatan rambut para siswa Kelas IV dan V di Sekolah Dasar Negeri 191/VIII Kecamatan Rimbo bujang Kabupaten Tebo.
4. Untuk mengetahui kesehatan pribadi para siswa Kelas IV dan V di Sekolah Dasar Negeri 191/VIII Kecamatan Rimbo bujang Kabupaten Tebo.

#### **F. Manfaat Penelitian**

1. Bagi peneliti, manfaat nya adalah untuk mendapat gelar sarjana pendidikan di universitas negeri padang.
2. Bagi siswa di Sekolah Dasar Negeri 191/VIII Kecamatan Rimbo bujang Kabupaten Tebo, agar dapat meningkatkan motivasi bahwa kesehatan itu penting bagi setiap manusia.
3. Bagi kepala sekolah dan guru sebagai bahan pembelajaran dan bahan masukan untuk pengembangan program kesehatan pribadi siswa.
4. Bacaan bagi mahasiswa di perpustakaan Universitas Negeri Padang.
5. Bacaan bagi mahasiswa jurusan pendidikan olahraga.