

**STUDI TENTANG KESEHATAN PRIBADI SISWA SEKOLAH
DASAR NEGERI 18 TANJUNG KANDIS KECAMATAN
BATANG KAPAS KABUPATEN PESISIR SELATAN**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Ujian Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai
Syarat Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana di Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang*



Oleh

**MARTON
NIM: 17086507**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2020**

ABSTRAK

Marton (2020) : Studi Tentang Kesehatan Pribadi Siswa Sekolah Dasar Negeri 18 Tanjung Kandis Kecamatan Batang Kapas Kabupaten Pesisir Selatan

Penelitian ini berawal dari kenyataan disekolah bahwa Kesehatan Pribadi Siswa Sekolah Dasar Negeri 18 Tanjung Kandis Kecamatan Batang Kapas Kabupaten Pesisir Selatan belum terlaksana dengan baik sesuai dengan yang diharapkan. Banyak sekali faktor yang menghambat terlaksananya Kesehatan Pribadi Siswa, antara lain kurangnya perhatian terhadap kesehatan mulut, gigi, kulit, pakaian dan kuku siswa. Tujuan penelitian untuk mengetahui sejauh mana pelaksanaan kesehatan pribadi terhadap siswa di Sekolah Dasar Negeri 18 Tanjung Kandis Kecamatan Batang Kapas Kabupaten Pesisir Selatan.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif, populasi dalam penelitian ini adalah siswa Sekolah Dasar Negeri 18 Tanjung Kandis Kecamatan Batang Kapas Kabupaten Pesisir Selatan. Sumber data dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 18 Tanjung Kandis Kecamatan Batang Kapas Kabupaten Pesisir Selatan data yang terkumpul dianalisis dengan menggunakan teknik prosentasi atau teknik analisis statistik deskriptif.

Dari hasil analisi data, Sekolah Dasar Negeri 18 Tanjung Kandis Kecamatan Batang Kapas Kabupaten Pesisir Selatan sub indikator: 1) kesehatan mulut dan gigi siswa berada pada kategori sedang yaitu 56,1%, 2) kesehatan kesehatan kulit siswa berada pada katagori baik yaitu 71,9%, 3) kesehatan pakaian siswa berada pada kategori baik yaitu 69,4 %, 4) kesehatan rambut siswa berada pada kategori baik yaitu 72,3 %, dan 5) kesehatan kuku siswa berada pada kategori baik yaitu 79,5%.

Kata Kunci : *Kesehatan Pribadi Siswa SD*

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : **Studi Tentang Kesehatan Pribadi Siswa Sekolah Dasar Negeri 18 Tanjung Kandis Kecamatan Batang Kapas Kabupaten Pesisir Selatan**

Nama : **Marton**

NIM/BP : **17086507**

Program Studi : **Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**

Jurusan : **Pendidikan Olahraga**

Fakultas : **Ilmu Keolahragaan**

Universitas : **Universitas Negeri Padang**

Padang, Februari 2020

Disetujui oleh:

Mengetahui,
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga

Pembimbing

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

Sepriadi, S.Si, M.Pd
NIP. 19890901201404 1 002

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 Sekolah Dasar Negeri 18 Tanjung Kandis Kecamatan Batang Kapas Kabupaten Pesisir Selatan**

Nama : **Marton**

NIM/BP : **17086507**

Program Studi : **Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**

Jurusan : **Pendidikan Olahraga**

Fakultas : **Ilmu Keolahragaan**

Universitas : **Universitas Negeri Padang**

Padang, Februari 2020

Tim Penguji

Nama

Tanda Tangan

1. Ketua : Sepriadi, S.Si., M.Pd

2. Anggota : Drs. Ali Umar, M.Kes

3. Anggota : Drs. Edwarsyah, M.Kes

KATA PENGANTAR



Dengan mengucapkan puji dan syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada penulis, sehingga telah dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul ” **Studi Tentang Kesehatan Pribadi Siswa Sekolah Dasar Negeri 18 Tanjung Kandis Kecamatan Batang Kapas Kabupaten Pesisir Selatan**”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Setara Satu pada Jurusan Penjaskesrek Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis telah banyak mendapat bantuan dan dorongan baik materi maupun moril dari berbagai pihak. Sehingga dengan itu pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Alnedral, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragan Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Drs. Zarwan, M.Kes, selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragan Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Sepriadi, S.Si., M.Pd selaku Sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
4. Dosen Pembimbing, yang tanpa kenal lelah dan kesabaran dalam membimbing penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak/ Ibu Dosen mata kuliah yang memberikan ilmu dan nilai bagi penulis selama mengikuti proses pendidikan di Universitas Negeri Padang.

6. Selaku Dosen dan Staf Tata Usaha Fakultas Ilmu Keolahragan Universitas Negeri Padang yang telah memotivasi dan membantu dalam penyelesaian skripsi ini.
7. Suami tercinta, beserta seluruh keluarga penulis yang telah membantu memberikan semangat selama masa perkuliahan dan penyelesaian skripsi ini.
8. Seluruh sahabat- sahabat yang telah memberikan bantuan moril/ dan materil dalam penyelesaian proposal penelitian ini.

Semoga bantuan Pembimbing dan arahan yang diberikan kepada penulis menjadi ibadah disisi-Nya, dan mendapatkan balasan setimpal dari Allah SWT.

Akhirnya penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari semua pihak, sehingga proposal penelitian ini bermanfaat bagi perkembangan pendidikan yang akan datang.

Padang, Februari 2020

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x

BAB I PENDAHULUAN

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

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 Penelitian, Waktu dan Tempat Penelitian	37
B. Populasi dan Sampel	37
C. Jenis dan Sumber Data	39

D. Teknik dan Alat Pengumpul Data	39
E. Teknik Analisis Data	40
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data	41
B. Pembahasan	49
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	55
B. Saran	56
DAFTAR PUSTAKA	

DAFTAR TABEL

1. Populasi	38
2. Sampel	39
3. Kriteria Perbandingan	41
4. Distribusi Frekuensi Kesehatan Gigi dan Mulut.....	43
5. Distribusi Frekuensi Kesehatan Kulit	44
6. Distribusi Frekuensi Kesehatan Pakaian.....	45
7. Distribusi Frekuensi Kesehatan Rambut.....	47
8. Distribusi Frekuensi Kesehatan Kuku.....	48

DAFTAR GAMBAR

1. Kerangka Konseptual	35
2. Histogram Kesehatan Mulut dan Gigi	43
3. Histogram Kesehatan Kulit.....	45
4. Histogram Kesehatan Pakaian	46
5. Histogram Kesehatan Rambut	47
6. Histogram Kesehatan Kuku	49

DAFTAR LAMPIRAN

1. Kisi-kisi Angket	58
2. Angket Penelitian	59
3. Data Mentah Penelitian.....	63
4. Surat Izin Peneltian dari FIK UNP	65
5. Surat Izin Penelitian dari Sekolah bersangkutan	66
6. Foto penelitian	67

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 18 Tanjung Kandis Kecamatan Batang

Kapas Kabupaten Pesisir Selatan 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 18 Tanjung Kandis Kecamatan Batang Kapas Kabupaten Pesisir Selatan 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 18 Tanjung Kandis Kecamatan Batang Kapas Kabupaten Pesisir Selatan”. 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 pencapain kesehatan pribadi?

5. Bagaimanakah terlaksananya pemeliharaan dan perawatan kuku dalam pencapaian kesehatan pribadi?
6. Bagaimanakah terlaksananya kebersihan pribadi siswa Sekolah Dasar Negeri 18 Tanjung Kandis Kecamatan Batang Kapas Kabupaten Pesisir Selatan?

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 18 Tanjung Kandis Kecamatan Batang Kapas Kabupaten Pesisir Selatan, diantaranya bertujuan untuk:

1. Melihat dan mengetahui kesehatan mulut dan gigi siswa Sekolah Dasar Negeri 18 Tanjung Kandis Kecamatan Batang Kapas Kabupaten Pesisir Selatan?
2. Melihat dan mengetahui kesehatan kulit siswa Sekolah Dasar Negeri 18 Tanjung Kandis Kecamatan Batang Kapas Kabupaten Pesisir Selatan?
3. Melihat dan mengetahui kesehatan Pakaian siswa Sekolah Dasar Negeri 18 Tanjung Kandis Kecamatan Batang Kapas Kabupaten Pesisir Selatan?
4. Melihat dan mengetahui kesehatan Rambut siswa Sekolah Dasar Negeri 18 Tanjung Kandis Kecamatan Batang Kapas Kabupaten Pesisir Selatan?
5. Melihat dan mengetahui kesehatan Kuku siswa Sekolah Dasar Negeri 18 Tanjung Kandis Kecamatan Batang Kapas Kabupaten Pesisir Selatan?

6. Mengetahui Kesehatan Pribadi siswa Sekolah Dasar Negeri 18 Tanjung Kandis Kecamatan Batang Kapas Kabupaten Pesisir Selatan?

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 Kota Padang, sebagai bahan masukan untuk melakukan fungsi supervisi.
4. Bagi Dinas Kesehatan dan Puskesmas Kota Padang, 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