

**STUDI TENTANG KESEHATAN PRIBADI SISWA
SEKOLAH DASAR NEGERI 06 MALEPANG
KABUPATEN PESISIR SELATAN**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Dosen Penguji Pendidikan Olahraga Sebagai
Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan Setara Satu (S1)*



Oleh

**MARIATI
NIM: 16086438**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2019**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : **Studi tentang Kesehatan Pribadi Siswa SD Negeri 06 Malepang Kecamatan Basa Ampek Balai Tapan Kabupaten Pesisir Selatan**

Nama : **Mariati**

BP / NIM : **16086438**

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

Jurusan : **Pendidikan Olahraga**

Fakultas : **Ilmu Keolahragaan**

Padang, Januari 2019

Disetujui Oleh,

Mengetahui,
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



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

Pembimbing



Dr. Zalfendi, M.Kes.
NIP. 19590602 198503 1 003

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

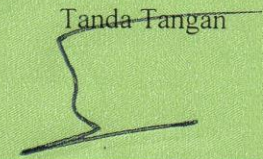
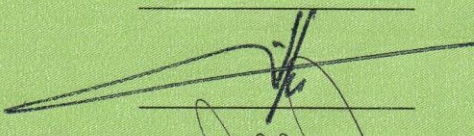
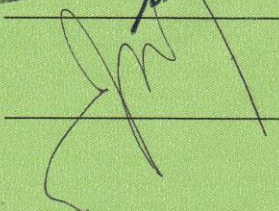
Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

Studi tentang Kesehatan Pribadi Siswa SD Negeri 06 Malepang Kecamatan
Basa Ampek Balai Tapan Kabupaten Pesisir Selatan

Nama : **Mariati**
NIM/BP : **16086438**
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Universitas : Universitas Negeri Padang

Padang, Januari 2019

Tim Penguji

Nama	Tanda Tangan
1. Ketua : Dr. Zalfendi, M.Kes.	
2. Sekretaris : Drs. Edwarsyah, M.Kes.	
3. Anggota : Dr. Nurul Ihsan, S.Pd., M.Pd	

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mariati
NIM : 16086438
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jenjang Pendidikan : Strata 1 (S.1)
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Judul : Studi Tentang Kesehatan Pribadi Siswa SD Negeri 06
Malepang Kecamatan Basa Ampek Balai Tapan Kabupaten
Pesisir Selatan
Universitas : Negeri Padang

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Studi Tentang Kesehatan Pribadi Siswa SD Negeri 06 Malepang Kecamatan Basa Ampek Balai Tapan Kabupaten Pesisir Selatan” adalah benar hasil karya sendiri.

Sepanjang pengetahuan saya, dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali sebagai acuan dalam mengikuti tata penulisan ilmiah yang lazim.

Demikian Surat pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan rasa tanggung jawab sebagai anggota masyarakat ilmiah.

Padang, 3 Februari 2019

Saya yang menyatakan



MARIATI

ABSTRAK

Mariati (2019) : Studi Tentang Kesehatan Pribadi Siswa Sekolah Dasar Negeri 06 Malepang Kecamatan Basa Ampek Balai Kabupaten Pesisir selatan

Penelitian ini berawal dari kenyataan disekolah bahwa Studi Tentang Kesehatan Pribadi Siswa SDN 06 Malepang Kecamatan Basa Ampek Balai Kabupaten Pesisir Selatan belum terlaksana dengan baik sesuai dengan yang diharapkan. Banyak sekali faktor yang menghambat terlaksananya Studi Kesehatan Pribadi Siswa, antara lain kurangnya perhatian terhadap kesehatan gigi dan kulit siswa. Untuk melihat 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 06 Malepang Kecamatan Basa Ampek Balai Kabupaten Pesisir Selatan, 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 SDN 06 Malepang Kecamatan Basa Ampek Balai Kabupaten Pesisir Selatan. Sumber data dalam penelitian ini adalah siswa kelas V dan kelas VI SDN 06 Malepang Kecamatan Basa Ampek Balai Kabupaten Pesisir Selatan data yang terkumpul dianalisis dengan menggunakan teknik prosentasi atau teknik analisis statistik deskriptif.

Dari hasil analisis data, SDN 06 Malepang Kecamatan Basa Ampek Balai Kabupaten Pesisir Selatan sub indicator: 1) kesehatan mulut dan gigi siswa berada pada kategori baik yaitu 61,7%, 2) kesehatan kesehatan kulit siswa berada pada katagori baik yaitu 72,6%, 3), kesehatan rambut siswa berada pada kategori baik yaitu 72,8 %, dan 4) kesehatan kuku siswa berada pada kategori baik yaitu 75,2%.

Kata Kunci : *Kesehatan Pribadi Siswa SD*

KATA PENGHANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberi rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan judul” **Studi Kesehatan Pribadi Siswa Sekolah Dasar Negeri 06 Malepang Kecamatan Basa Ampek Balai Kabupaten Pesisir Selatan**. Dalam penulisan dan penyelesaian skripsi ini, peneliti telah berusaha semaksimal mungkin, namun peneliti menyadari bahwa dalam skripsi ini masih ada kekurangan karena masih terbatasnya kemampuan peneliti, baik pengalaman maupun pengetahuan. Untuk itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan demi kesempurnaan skripsi ini.

Dalam penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Atas bimbingan dan bantuan baik moral maupun material semua pihak yang bersangkutan, peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dekan FIK UNP Dr. Zalfendi, M.Kes yang telah memberikan dorongan untuk segera menyelesaikan skripsi ini.
2. Drs. Zarwan, M.Kes. Selaku ketua jurusan pendidikan olahraga yang telah memberikan jalan dan semangat untuk melaksanakan penelitian ini.
3. Dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk yang sangat membantu dalam penulisan skripsi iniyang telah banyak meluangkan waktu dan fikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan kepada peneliti dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Dosen penguji yang telah bersedia menjadi penguji, memberikan saran dan masukan untuk kesempurnaan skripsi ini.
5. Kepada kedua orang tua saya tidak bosan-bosannya memberikan nasihat kepada saya, sehingga dalam menyelesaikan skripsi ini saya menjadi termotivasi.
6. Bapak dan Ibu staf pengajar dan Karyawan tata usaha pendidikan olahraga.
7. Terima kasih pula kepada sahabat-sahabatku senasib dan seperjuangan yang telah memberikan waktu serta tenaganya dalam penyelesaian skripsi ini. Semoga apa yang telah mereka berikan mendapat pahala dari Allah SWT. Sehingga skripsi ini bermanfaat untuk

kemajuan pendidikan dimasa yang akan datang, Khususnya dalam Pendidikan Olahraga
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Padang, Februari 2019

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI	ii
ABSTRAK	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	iv
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian teori	7
1. Pengertian Kesehatan Pribadi	7
2. Kesehatan Gigi	10
3. Kesehatan Kulit.....	15
B. Kerangka Konseptual	19
C. Pertanyaan Penelitian	20
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	27
B. Waktu dan Tempat Penelitian	27
C. Populasi dan Sampel	27
D. Jenis dan Sumber Data	28
E. Teknik dan Alat Pengumpulam Data	29
F. Teknik Analisis Data	29
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data	31
B. Analisis Data	31
C. Pembahasan	33

BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	34
B. Saran	35
 DAFTAR KEPUSTAKAAN	

DAFTAR TABEL

1. Populasi	28
2. Sampel	28
3. Kriteria Perbandingan	30
4. Distribusi Frekuensi Kesehatan Gigi	32
5. Distribusi Frekuensi Kesehatan Kulit	33

DAFTAR GAMBAR

1. Kerangka Konseptual	20
------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

1. Kisi-kisi Angket
2. Angket Penelitian
3. Surat Izin Peneltian dari FIK UNP
4. Surat Izin Penelitian dari Sekolah bersangkutan
5. Gambar- gambar kegiatan penelitian

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. 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 06 Malepang Kecamatan Basa Ampek

Balai 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 06 Malepang Kecamatan Basa Ampek Balai Kabupaten Pesisir Selatan merupakan salah satu sekolah dasar yang ada di Tapan , 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.

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 06 Malepang Kecamatan Basa Ampek Balai 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 Mata
6. Kesehatan Hidung
7. 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 Rambut
4. 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 rambut dalam pencapaian kesehatan pribadi?
4. Bagaimanakah terlaksananya pemeliharaan dan perawatan kuku dalam pencapaian kesehatan pribadi?

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 06 Malepang Kecamatan Basa Ampek Balai Kabupaten Pesisir Selatan , diantaranya bertujuan untuk:

1. Melihat dan mengetahui kesehatan mulut dan gigi siswa Sekolah Dasar Negeri 06 Malepang Kecamatan Basa Ampek Balai Kabupaten Pesisir Selatan ?
2. Melihat dan mengetahui kesehatan kulit siswa Sekolah Dasar Negeri 06 Malepang Kecamatan Basa Ampek Balai Kabupaten Pesisir Selatan

3. Melihat dan mengetahui kesehatan Rambut siswa Sekolah Dasar Negeri 06 Malepang Kecamatan Basa Ampek Balai Kabupaten Pesisir Selatan ?
4. Melihat dan mengetahui kesehatan Kuku siswa Sekolah Dasar Negeri 06 Malepang Kecamatan Basa Ampek Balai 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