

**STUDI TENTANG KESEHATAN PRIBADI PADA SEKOLAH DASAR
NEGERI 16 BATANG TUHUR KECAMATAN
DUA KOTO KABUPATEN PASAMAN**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga
Sebagai Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh :

**EPRIADI
NIM.10329**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN
DANREKREASI JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

2010

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Studi Tentang Kesehatan Pribadi Pada Sekolah Dasar Negeri 16
Batang Tuhur Kecamatan Dua Koto Kabupaten Pasaman
Nama : Epriadi
NIM : 10329
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Januari 2011

Disetujui Oleh :

Pembimbing I :

Pembimbing II :

Drs. Yulifri, M.Pd

NIP : 19590705 198503 1 002

Drs. Willadi Rasyid, M.Pd

NIP: 19591121 198602 1 006

Mengetahui,
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga
Program Studi Penjas Kesrek

Drs. Hendri Neldi, M. Kes. AIFO

NIP : 196205201987031002

HALAMAN PENGESAHAN

**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**

**J u d u l : Studi Tentang Kesehatan Pribadi Pada Sekolah Dasar
Negeri 16 Batang Tuhur Kecamatan Dua Koto
Kabupaten Pasaman**

N a m a : Epriadi

NIM : 10329

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, 25 Desember 2010

Tim Penguji

Nama		Tanda Tangan
1. Ketua	Drs. Yulifri, M.Pd	1. _____
2. Sekretaris	Drs. Willadi Rasyid, M.Pd	2. _____
3. Anggota	Drs. Nirwandi, M .Pd	3. _____
4. Anggota	Drs. Edwarsyah, M.Kes	4. _____
5. Anggota	Dra. Pitnawati , M.Pd	5. _____

ABSTRAK

Studi Tentang Kesehatan Pribadi Pada Sekolah Dasar Negeri 16 Batang Tuhur Kecamatan Dua Koto Kabupaten Pasaman.

Oleh: EPRIADI /2011

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui kesehatan pribadi yang meliputi kesehatan gigi dan kesehatan kulit siswa pada Sekolah Dasar Negeri 16 Batang Tuhur Kecamatan Dua Koto Kabupaten Pasaman melaksanakan studi tentang kesehatan pribadi yang terdiri dari kesehatan gigi dan kesehatan kulit yang sesuai dengan standar kesehatan.

Jenis penelitian adalah deskriptif, populasi dalam penelitian ini adalah siswa Sekolah Dasar Negeri. 16 Batang Tuhur Kecamatan Dua Koto Kabupaten Pasaman, sedangkan yang dijadikan sampel adalah siswa kelas IV dan kelas V berjumlah 44 orang. Data yang terkumpul dianalisis dengan menggunakan teknik prosentasi atau teknik analisis statistik deskriptif.

Dari hasil analisis data dapat diketahui bahwa pelaksanaan kesehatan gigi pada Sekolah Dasar Negeri 16 Batang Tuhur Kecamatan Dua Koto Kabupaten Pasaman, dari 44 responden sebanyak 49.51 % (305 skor jawaban "ya") dan yang menjawab "tidak" sebanyak 50.48 %, dengan demikian tergolong Cukup. Sedangkan mengenai pelaksanaan kesehatan kulit sebanyak 45.12 % (278 skor jawaban "ya") dan yang menjawab "tidak" sebanyak 54.87 %, dengan demikian pelaksanaan kesehatan kulit di Sekolah Dasar Negeri 16 Batang Tuhur Kecamatan Dua Koto Kabupaten Pasaman tergolong Cukup.

KATA PENGANTAR

Syukur alhamdulillah hirabbil'alamin penulis ucapkan kehadiran Allah Yang Maha Esa, atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **"Studi Tentang Kesehatan Pribadi Pada Sekolah Dasar Negeri 16 Batang Tuhur Kecamatan Dua Koto Kabupaten Pasaman"**.

Penulisan skripsi ini bertujuan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu penulis sangat mengharapkan kritikan dan saran yang sifatnya membangun dari semua pembaca, demi kesempurnaan tulisan ini.

Dalam pelaksanaan penelitian dan penyusunan skripsi, penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Drs.H.Syahrial B, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Drs.Hendri Neldi, M.Kes.AIFO dan Drs. Zarwan, M.Kes selaku Ketua dan Sekietaris Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah menyetujui Penulisan skripsi ini.
3. Drs.Yulifri, M.Pd, dan Drs.Willadi Rasyid, M. Kes, sebagai pembimbing I dan Pembimbing II yang telah membimbing tanpa lelah dan penuh kesabaran hingga selesai skripsi ini.

4. Drs.Nirwandi, M.Pd, Drs.Edwarsyah, M.Kes dan Dra.Pitnawati, M.Pd sebagai Tim Penguji yang telah memberikan masukan dan saran dalam penelitian ini.
5. Seluruh Staf Pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama penulis mengikuti perkuliahan.
6. .Kepala Sekolah Dasar Negeri 16 Batang Tuhur Kecamatan Dua Koto Kabupaten Pasaman yang telah membantu dan memberi izin untuk pengambilan data.
7. Buat istri tercinta Mutiara Erida Sari, S.Pd dan anakku yang tersayang Raffy Aditia Adam yang telah memberikan spirit moral kepada penulis dalam penyelesaian skripsi ini.
8. Buat teman-teman senasib seperjuangan yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu, yang telah memberikan dorongan moril dalam penyusunan skripsi ini.

Akhirnya penulis do'akan semoga semua amal yang telah diberikan mendapat imbalan yang setimpal dari Allah SWT, dan penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua, amin.

Padang, Januari 2011

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERSEMBAHAN	
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI.....	i
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	ii
ABSTRAK.....	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. PerumusanMasalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II. TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. Kajian Teori	8

1. Pengertian Kesehatan Pribadi	8
2. Kesehatan Gigi	10
3. Kesehatan Kulit	14
B. Kerangka Konseptual	18
C. Pertanyaan Penelitian	19

BAB III. METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis, Tempat dan Waktu Penelitian	20
B. Populasi dan Sampel	20
C. Jenis dan Sumber Data	21
D. Teknik dan Alat Pengumpulan Data	21
E. Teknik Analisa Data	22

BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data	24
B. Analisa Data	24
C. Pembahasan	25

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	30
B. Saran	31

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Reformasi yang sedang berjalan di Indonesia sekarang ini menuntut manusia tidak henti-hentinya melaksanakan pembangunan, baik itu pembangunan dibidang materil maupun dibidang spiritual. Walaupun negara saat ini mengalami krisis politik, ekonomi dan lain sebagainya, namun dipihak lain masih ada yang dapat dibangun dan dibenahi.

Pembangunan yang dilaksanakan sekarang dititik beratkan pada pembangunan manusianya. Dalam hal ini membutuhkan manusia-manusia yang berkualitas baik fisik maupun mental. Agar pelaksanaan pembangunan dapat dilaksanakan dengan baik pula, salah satu usaha untuk menuju manusia-manusia yang berkualitas tersebut adalah dengan cara meningkatkan kesehatan pribadi masyarakatnya. Hal ini sesuai dengan tujuan pembangunan kesehatan yang tertera dalam GBHN yang berbunyi :

"Pembangunan kesehatan diarahkan untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia serta kualitas kehidupan dan usia harapan hidup manusia, meningkatkan kesejahteraan keluarga dan masyarakat serta untuk mempertinggi kesadaran masyarakat akan pentingnya hidup sehat. Perhatian khusus diberikan pada masyarakat yang berpenghasilan rendah, daerah kumuh perkotaan, daerah pedesaan, daerah terpencil dan kelompok masyarakat yang hidupnya masih terasing serta daerah pemukiman baru". (GHBN, 1993:287).

Berdasarkan uraian di atas bahwa pembangunan dibidang kesehatan dititik beratkan pada kesehatan pribadi manusianya. Dimana dengan tingkat kesehatan pribadi yang baik dapat pula meningkatkan kesejahteraan keluarga dan masyarakat. Hal ini dapat kita lihat pada tingkat kesehatan balita, anak-anak usia sekolah dan orang dewasa. Namun yang paling ditekankan adalah tingkat kesehatan pribadi anak sekolah karena mengingat anak-anak usia sekolah adalah merupakan generasi penerus bangsa, maka perlu kiranya mendapatkan perhatian yang serius dari semua pihak terutama dari pemerintah, juga masyarakat sekolah tersebut merupakan kelompok masyarakat yang dapat dikendalikan secara efektif dan efisien.

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 (1988:82) adalah : "Segala usaha dan tindakan yang dilakukan setiap orang untuk memelihara/menjaga kesehatan badan dan rohani sehingga merupakan kebutuhan sehari-hari".

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.

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 (Depkes RI, 1997:11)

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 SDN 16 Batang Tuhur Kecamatan Dua Koto Kabupaten Pasaman 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.

Namun kenyataan yang terjadi di lapangan, ternyata pemeliharaan kesehatan pribadi siswa tidak berjalan sebagaimana yang diharapkan. Dari hasil observasi penulis ke SDN 16 Batang Tuhur Kecamatan Dua Koto Kabupaten Pasaman masih banyak fenomena yang ditemui seperti kurangnya perhatian guru terhadap kebersihan gigi dan kulit siswa yang bisa menyebabkan terganggunya

kenyamanan siswa dalam menuntut ilmu atau belajar. Kita lihat pada, SDN 16 2/3 anak didiknya sudah menderita, kerusakan gigi. Anak didik usia SD ini, mereka senang memakan makanan seperti gula-gula/permen, coklat, roti, kue-kue lainnya secara berlebihan akan memperbesar kemungkinan terjadinya kerusakan gigi dan juga memakan makanan yang panas-panas dan minuman yang terlalu panas, dan yang terlalu dingin. Untuk itu disini perlu juga perhatian dari orang tua, namun kalau kita pandang lagi dari segi kehidupan orang tua mereka yang sebagian besar adalah petani, yang kurang memperhatikan kesehatan pribadi anaknya karena sebagian waktunya hanya untuk bekerja, kemudian alat untuk perawatan gigi anaknya bukanlah merupakan masalah yang penting bagi mereka.

Sebagian besar dari peserta didik di SDN 16 Batang Tuhur Kecamatan Dua Koto Kabupaten Pasaman masih banyak siswa yang menggosok gigi tidak memakai pasta dan sikat gigi, malah ada yang tidak gosok gigi sama sekali. Seharusnya di dalam pasta gigi itu terkandung propolis yang menjadikan gigi lebih sehat, aman dan nafas jadi segar, kemudian fluoride yang memberikan perlindungan ekstra agar gigi lebih kuat.

Begitu juga dengan perawatan kulit, kalau dilihat dari kehidupan anak didiknya sehari-hari sangat memprihatinkan sekali karena cara hidup yang kurang sehat, musim hujan banyak air yang tergenang, itupun menjadi kesenangan bagi anak-anak seusia SD. Mereka pun senang bermain air, sampai membuka alas kaki, kapan perlu sampai mandi, sementara air yang tergenang itu mungkin saja sudah banyak bibit penyakit di dalamnya. Namun mereka tidak menyadari bahwa jika musim panas tiba jalanan berdebu, mereka bermain kejar-kejaran sehingga debu berterbangan dan hinggap di tubuh yang akan mendatangkan penyakit

kulit, seperti panu, kurap, kudis dan lain sebagainya.

Berdasarkan fenomena di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang **"Pelaksanaan Kesehatan Pribadi pada Sekolah Dasar Negeri 16 Batang Tuhur Kecamatan Dua Koto Kabupaten Pasaman "**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka identifikasi masalah penelitian ini adalah :

1. Kesehatan Gigi
2. Kesehatan Kulit
3. Kesehatan Rambut
4. Kesehatan Kuku
5. Kesehatan Mata
6. Kesehatan Badan

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 gigi
2. Kesehatan kulit

D. Perumusan Masalah

Perumusan masalah penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana kesehatan gigi para siswa SDN 16 Batang Tuhur Kecamatan Dua Koto Kabupaten Pasaman ?
2. Bagaimanakah kesehatan kulit para siswa SDN 16 Batang Tuhur Kecamatan Dua Koto Kabupaten Pasaman ?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui kesehatan gigi para siswa SDN 16 Batang Tuhur Kecamatan Dua Koto Kabupaten Pasaman.
2. Untuk mengetahui kesehatan kulit para siswa SDN 16 Batang Tuhur Kecamatan Dua Koto Kabupaten Pasaman.

F. Manfaat Penelitian

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 Kecamatan Dua Koto, sebagai bahan masukan untuk melakukan fungsi supervisi.
4. Bagi Dinas Kesehatan dan Puskesmas Cubadak Kecamatan Dua Koto , 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.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Pengertian Kesehatan Pribadi

Kesehatan merupakan unsur pokok yang di inginkan oleh setiap manusia. Tidak ada satupun manusia yang menginginkan jasmani dan rohaninya jatuh sakit, bahkan setiap individu itu mendambakan kesehatannya selalu baik, karena dengan tingkat kesehatan yang lebih baik semua aktivitas dapat terlaksana dengan baik pula, karena kita lihat arti sehat itu sendiri mencakup pengertian yang sangat luas, seperti yang dikemukakan oleh WHO, yaitu : "Health is a state of complete physical, mental, social well being an not merely the absence of decease of infirmity". ("Sehat adalah keadaan kesehatan fisik, mental dan social dan bukan hanya keadaan bebas dari penyakit dan cacat").

Berdasarkan pernyataan di atas bahwa sehat itu sangat perlu di jaga setiap saat karena kesehatan merupakan hal pokok yang tak ternilai harganya dan tak dapat ditawar-tawar. Sedangkan kesehatan pribadi itu seperti yang di tuangkan oleh Rozi(1988:82):" Segala usaha yang di lakukan setiap orang untuk memelihara/ menjaga kesehatan badan dan rohani, sehingga merupakan kebutuhan sehari-hari".

Dari pernyataan di atas dapatlah di ambil suatu kesimpulan bahwa pentingnya kesehatan bagi individu terutama sekali bagi anak-anak usia sekolah dasar, dimana mereka sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan fisik-dan mentalnya.

Anak yang sehat fisiknya merupakan harapan bagi setiap orang tua. Bila anak dalam gangguan kesehatan membuat orang tua menjadi rusuh dan panik, tapi bila anak telah terbiasa hidup sehat sejak dini maka mereka akan terbiasa hidup sehat sampai dewasa nanti.

Orang yang sehat adalah orang yang berbahagia. Mereka dapat melakukan kegiatannya sehari-hari tanpa terganggu dan dapat mengikuti kegiatan bermasyarakat dengan baik. Begitupun pada anak didik di sekolah, kalau mereka sehat kelihatan bahwa mereka itu senang bergerak, selalu gembira, tidak mudah putus asa dan senang bermain dengan teman-teman mereka. Adapun ciri-ciri anak yang sehat menurut Nadiar (1987:1) adalah : "Mempunyai badan yang tegap, dapat tidur dengan nyenyak, dapat menjalankan tugas dengan sempurna, mempunyai sikap duduk, berdiri dan berjalan yang baik".

Dari pendapat di atas bahwa sehat tidaknya seseorang tidak tergantung pada orang lain. Hanya saja kesehatan pribadi masing-masing tanggung jawab kita sendiri dan juga tergantung kepada usaha dan tindakan kita menjaga kesehatan pribadi kita sendiri.

Adapun usaha yang dapat dilakukan individu itu mau untuk mempertahankan kesehatan pribadinya sendiri menurut yang tertera dalam buku olahraga oleh Depkes RI (2002:9), antara lain : "a. Senantiasa memperhatikan kebiasaan hidup sehat, b. Memeriksa diri secara teratur, c. Senantiasa mengikuti nasehat dokter atau petugas kesehatan, d. Memelihara kebersihan tubuh".

Dengan menyadari akan pentingnya arti kesehatan pribadi, maka jelaslah bahwa tindakan yang harus dilakukan manusia adalah tindakan pencegahan.

2. Kesehatan Gigi

Banyak orang kurang menyadari akan pentingnya perawatan gigi. Padahal pemerintah sudah mengusahakan dalam rangka meningkatkan kesehatan gigi dan mulut, keluarga sekolah juga merupakan bagian dari UKS yaitu UKGS (Usaha Kesehatan Gigi Sekolah).

Kalau kita perhatikan program UKGS ini bertujuan untuk memberikan pertolongan kepada anak didik di sekolah agar mengerti dan menyadari pentingnya kesehatan gigi agar terhindar dari infeksi-infeksi dan penyakit serta kelainan-kelainan yang sangat merugikan. Walaupun program ini sudah terlaksana, namun kesadaran anak didik akan arti kesehatan gigi itu masih sangat kurang sekali, padahal fungsi gigi bagi manusia menurut Depkes RI (2002:9) adalah : a. Untuk mengunyah makanan, karena, tanpa gigi makanan tidak akan bisa terolah sempurna, b. Untuk mengucapkan kata-kata (berbicara), biasanya orang yang mempunyai susunan giginya bagus akan bisa berbicara lancar, tapi orang yang susunan giginya kurang rapi akan mempengaruhi pada pembicaraannya, apalagi orang yang tidak mempunyai gigi sama sekali akan terdengar kata-katanya kurang jelas, c. Untuk membentuk wajah, karna dengan pertumbuhan gigi yang baik dan teratur akan membentuk muka yang harmonis, sedangkan kalau tidak ada gigi atau gigi sudah banyak yang rusak dan banyak yang lepas akan mempengaruhi bentuk muka seseorang"

Di Indonesia Usaha Kesehatan Gigi Sekolah (UKGS) telah di mulai di Bandung sejak tahun 1952. Untuk menjalankan UKGS telah dipergunakan perawat gigi sekolah di bawah pengawasan dokter gigi sekolah. Penyakit-penyakit

dan kelainan-kelainan yang harus menjadi perhatian perawat gigi sekolah dalam pemeriksaannya adalah : "Kebersihan mulut dan gigi, penyakit-penyakit periodontal, bibir sumbing dan celah langit-langit dan tumor dalam mulut (Nasrun, 1998:20)". Penyakit gigi dan mulut khususnya penyakit caries dentis, merupakan suatu penyakit yang tersebar luas pada sebagian besar penduduk di seluruh dunia, sehingga betul-betul menjadi masalah masyarakat.

Penelitian-penelitian yang dilakukan di negara-negara Eropa dan Amerika menunjukkan bahwa 90 – 100% anak-anak umur dibawah 18 tahun di hinggapinya penyakit caries dentis. Karena itu, WHO menganjurkan berbagai usaha untuk mencegah dan memberantasnya. Salah satu usaha yang telah dilakukan di berbagai negara dan berhasil baik ialah dengan pemeliharaan gigi anak-anak sekolah secara teratur dan sistematis.

Pengaruh kehidupan modern akan berpengaruh pula pada pola makan yang biasanya akan lebih cepat ditiru oleh anak-anak dan remaja. Dewasa ini makanan instant dan makanan karbohidrat yang mudah terurai (*kariogenetic*) akan lebih banyak dikonsumsi daripada makanan berserat, jenis makanan antara lain coklat, permen, tart, biskuit dan sebagainya dikemas dalam bentuk menarik, sehingga mengundang selera terutama anak-anak dan remaja. Sayangnya, jenis makanan tersebut sangat merusak gigi dan dapat menyebabkan meningkatnya penyakit caries.

Gigi yang berlobang atau goyah tidak dapat dipakai mengunyah makanan dengan baik. Rasa sakit waktu mengunyah akan menyebabkan makanan lebih

cepat di telan sehingga mengurangi sari makanan yang diserap tubuh. Disamping itu fungsi lambung dalam mencerna makanan akan lebih berat sehingga bisa terjadi gangguan pada lambung. Gangguan fungsi pengunyahan akan menyebabkan anak cenderung memilih makanan yang lunak-lunak dan sulit makan sayuran. Akibatnya makanan menjadi tak seimbang dan hal ini berpengaruh buruk terhadap gizi anak. Kesehatan gigi juga mempengaruhi penampilan, bila kerusakan gigi terjadi pada gigi depan akan malu tersenyum, gigi yang kotor dan busuk menyebabkan bau yang tidak enak sehingga mengganggu pergaulan. Bau mulut juga bisa disebabkan oleh peradangan pada gusi. Kehilangan gigi menyebabkan orang tidak bisa berbicara dengan jelas. Kehilangan gigi seri atas menyebabkan orang berbicara dengan suara mendesis dan tidak bisa mengucapkan huruf “ T “.

Penyakit gigi banyak diderita siswa sekolah dasar adalah caries gigi (gigi berlubang) dan peradangan gusi (*gingivitis*)

- a. Caries gigi dimulai dengan demineralisasi (lepasnya kalsium) lapisan luar (email) gigi sehingga gigi menjadi keropos dan berlubang tanpa perawatan, proses penyakit akan berjalan terus sampai ke bagian syaraf gigi, lama-lama gigi akan mati dan membusuk. Pada tahap awal tidak akan terasa sakit atau hanya rasa linu bila kena, makanan/minuman dingin, manis, asam. Lubang semakin timbul rasa sakit bila terkena makanan yang dingin panas dan 'akhimya titr.').) rasa sakit berdenyut siang dan malam. Bila di biarkan rasa sakit akan hilang karena syaraf gigi mati, gigi menjadi busuk dan lama-lama bengkak.

- b. Radang gusi Radang gusi jarang disertai rasa sakit, sehingga dapat gejala bertahun-tahun tanpa disadari. Gusi menjadi bengkak, berwarna lebih merah dan mudah berdarah jika disentuh atau menggosok gigi. Biasanya mulut kotor dan banyak karang gigi. Karang gigi berwarna kuning, coklat atau hijau. Anak-anak yang menderita radang gusi mempunyai bau mulut yang kurang enak.

Hasil-hasil penelitian membuktikan bahwa penyebab penyakit caries dan radang gusi adalah plaque (plak) gigi. Plak adalah endapan lunak yang menutupi dan melekat pada permukaan gigi terdiri dari semacam bahan perekat dan aneka ragam bakteri. Bila plak dibiarkan menempel pada gigi, makin lama makin menebal, bakteri yang tumbuh pada plak akan mengalami mineralisasi (perkapuran) dan air ludah dan makanan menjadi karang gigi (Depkes, 1997:27).

Plak tidak berwarna dan dapat dilihat dengan bantuan zat pewarna. Bakteri pada plak memerlukan karbohidrat yang mengandung sukrosa dan mudah dicerna oleh bakteri. Bakteri dalam sekejap akan merubah sukrosa menjadi energi sambil memproduksi asam organik, terutama asam susu dan asam cuka. Asam inilah yang akan menyebabkan terlepasnya (demineralisasi) lapisan email hingga menjadi keropos.

Pada umumnya anak-anak sekolah dasar tidak memperhatikan kebersihan dan kesehatan gigi dan mulutnya. Mana makanan yang dapat merusak gigi, mereka tidak tahu. Akibatnya anak-anak usia sekolah dasar inilah yang

banyak mengalami kerusakan pada gigi dan rongga mulut. Kelainan-kelainan rongga mulut yang sering terjadi pada usia sekolah dasar diantaranya: a. Luka-luka pada gusi atau jaringan lunak bibir dan pipi karena tertembus akar gigi susu, b. Bisul-bisul pada gusi, c. Sariawan, d. Sumbing bibir, e. Gigi bejejal, f. Gigi mendongos (karena kebiasaan menghisap jari). (Depkes, 1995:53)

3. Kesehatan Kulit

Seluruh bagian tubuh kita ditutupi kulit atau dengan perkataan lain kulit adalah jaringan paling kuat dari tubuh sebagai pembungkus tubuh. Dilihat dari segi fungsi dan kegunaan kulit sangat banyak sekali dampaknya, salah satunya kulit itu sebagai pembungkus tulang, otot dan daging makhluk hidup. Sedangkan pada manusia ada fungsi ada fungsi lain dari kulit. Menurut (Depkes, 2002:53) bahwa kulit berfungsi sebagai : a. Menerima rangsangan dari luar, b. Melindungi badan dari faktor yang merugikan, c. Sebagai alat pengatur suhu tubuh, d. Sebagai tempat menyimpan kelebihan lemak, e. Sebagai tempat pembuatan vitamin D.

Berdasarkan pendapat di atas bahwa kulit perlu sekali pemeliharaannya agar tidak mudah dihindangi penyakit. Kulit yang kurang terawat dan kurang kebersihannya, maka akan sering dihindangi penyakit seperti penyakit kulit yaitu: panu, kurap, kudis dan sebagainya. Oleh sebab itu perlu diketahui cara membersihkan kulit yang benar antara lain:

- a. Mandi adalah cara yang terbaik untuk membersihkan kulit.

Mandi sekurang-kurangnya dilakukan 2 kali sehari, yaitu pada pagi dan sore, bila perlu misalnya badan menjadi kotor karena melakukan suatu pekerjaan, mandi perlu dilakukan lebih dari 2 kali, yang penting badan/kulit harus diupayakan selalu bersih. Mandi yang benar harus memakai sabun serta dibersihkan dengan air yang bersih. Yang berguna untuk: 1) Menghilangkan kotoran yang melekat pada permukaan kulit, 2) Menghilangkan bau badan/keringat, 3) Merangsang peredaran darah, 4) Mengembalikan kesegaran tubuh

- b. Sehabis mandi badan dikeringkan dengan handuk yang bersih

Setiap orang harus memakai handuk milik sendiri, jangan handuk orang lain karena penyakit dapat ditularkan melalui handuk tersebut.

- c. Sesudah mandi harus memakai pakaian yang bersih, pakaian yang dipakai sebelumnya harus diganti dengan yang bersih, jangan memakai pakaian yang sudah dipakai sebelumnya terutama untuk pakaian dalam, karena pakaian yang kotor akan mengotori badan yang sudah bersih (Depkes, 1995:8-9)

Kulit yang tidak dirawat, maka akan mudah dihindangi oleh penyakit, diantaranya yaitu :

- 1. Kudis

Kudis disebabkan oleh parasit, yang penularannya bisa secara kontak langsung.

Adapun gejala-gejalanya adalah :

- a. Gatal-gatal terutama pada malam hari

- b. Gatal lebih sering pada daerah lipatan jari tangan, telapak tangan, siku, kaki, bokong, daerah perut.
- c. Tempat yang gatal terdapat benjolan kecil, sering menjadi koreng yang bernanah.

Tindakan pada penderita :

- a. Penderita mandi yang bersih memakai sabun, kemudian dikeringkan.
- b. Bagian yang gatal dioleskan obat salep 2-4 kali sehari selama 3 hari berturut-turut, selama 3 hari tersebut jangan mandi.
- c. Bila perlu pengobatan diulangi lagi setelah 1 minggu
- d. Obati anggota keluarga yang serumah selama 3 hari berturut-turut

Pencegahan yang dilakukan : a. Menjaga kebersihan kulit, b. Menghindari kontak dengan penderita, c. Menghindari memakai barang-barang yang telah dipakai oleh penderita, d. Pakaian yang telah dipakai penderita direbus, kemudian dicuci dan dijemur di panas matahari, e. Perangkat tidur penderita setiap hari harus dibersihkan dan dijemur di panas matahari. (Mukrifah, dkk 1992:34)

2. Kadas

Kadas juga disebabkan oleh jamur yang menempel pada tubuh, jika tubuh tidak terjaga kebersihan dan kesehatannya. Anak-anak usia sekolah dasar paling suka main kotor-kotoran, seperti bermain tanah, bermain air hujan, dan

sebagainya, sehingga jamur mudah menempel di tubuh, ditambah lagi jika mandinya tidak bersih. Akibatnya penyakit kadas mudah menempel di tubuh. Adapun gejala-gejala penyakit kadas yaitu : a. Gatal-gatal pada kulit, b. Terdapat bercak-bercak putih pada kulit, bersisik dan berbatas jelas, terdapat di seluruh tubuh atau lipatan. (Depkes, 1995:72)

Bila ada yang menderita penyakit kulit, maka tindakan yang dapat dilakukan antara, lain :

- 1) Kulit yang sakit diolesi salisil spiritus 3% atau salep 3-4 atau yodium tinctur 1%, berangsur-angsur sampai kadas hilang kecuali pada kulit muka.
- 2) Bila dalam sebulan tidak ada perubahan kirim ke puskesmas

Pencegahan:

Pencegahan penyakit kulit agar tidak bersarang di tubuh kita, ada beberapa hal yang dapat dilakukan : Menjaga kebersihan badan yang baik, mandi setiap hari dengan air yang bersih, hindari kontak dengan penderita, hindari memakai pakaian atau barang-barang bekas yang dipakai oleh penderita (Depkes, 1995:73-74)

3. Panu

Penyakit panu disebabkan oleh jamur, Jamur ini dapat bersarang di tubuh disebabkan oleh cara hidup yang kurang sehat, dimana kalau musim hujan banyak air yang tergenang, itupun menjadi kesenangan bagi anak-anak seusia sekolah dasar, kapan perlu mereka mandi air hujan. Padahal air yang tergenang itu banyak mengandung bibit penyakit. Namun mereka tidak

menyadari hal itu, sehingga penyakit panu mudah bersarang di kulit mereka.

Adapun gejala-gejala penyakit panu antara lain :

- a. Bercak-bercak putih pada kulit
- b. Tersebar di seluruh tubuh
- c. Kadang-kadang terasa gatal terutama saat berkeringat

Tindakan pada penderita :

Jika ada yang menderita penyakit panu, maka tindakan yang dapat dilakukan antara lain :

- a. Kulit yang sakit diolesi salisil Spiritus 3% atau salep 2-4 atau yodium tinctur 1%, berangsur-angsur sampai panu hilang
- b. Bila dalam sebulan tidak ada perubahan, maka bawalah ke rumah sakit

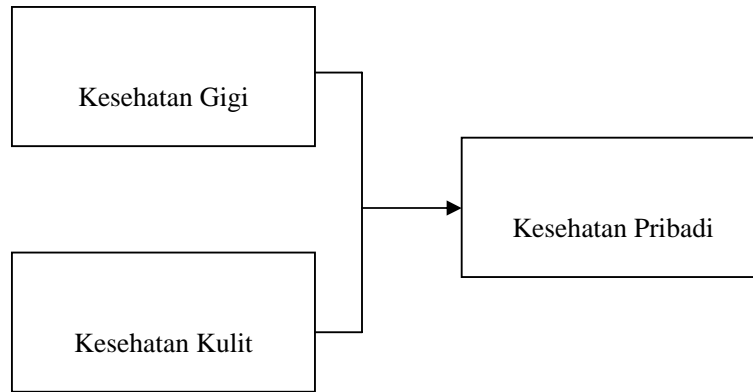
Pencegahan:

- a. Menjaga kebersihan badan
- b. Hindari kontak secara langsung dengan penderita
- c. Hindari memakai barang-barang bekas yang dipakai oleh penderita.

B. Kerangka Konseptual

Pelaksanaan kesehatan pribadi di sekolah merupakan salah satu hal yang sangat penting untuk meningkatkan taraf hidup sehat peserta didik sedini mungkin dan sangat mempengaruhi siswa dalam mengalami proses belajar mengajar di sekolah serta dalam peningkatan prestasi belajar siswa. Pelaksanaan kesehatan pribadi perlu diperhatikan secara seksama dengan memperhatikan kendala-kendala, pelaksanaan kesehatan pribadi, seperti kesehatan gigi dan kesehatan kulit.

Maka dapat digambarkan kerangka konseptual dari penelitian ini yaitu sebagai berikut :



Gambar 1. Kerangka Konsep Kesehatan Pribadi

C. Pertanyaan Penelitian

Untuk mengungkapkan hasil penelitian ini, maka digunakan beberapa pertanyaan penelitian sebagai berikut :

1. Sejauhmanakah pelaksanaan kesehatan gigi di SDN 16 Batang Tuhur kecamatan Dua Koto Kabupaten Pasaman ?
2. Bagaimanakah pelaksanaan kesehatan kulit di SDN 16 Batang Tuhur kecamatan Dua Koto Kabupaten Pasaman ?

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat dikemukakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Sekolah Dasar Negeri 16 Batang Tuhur Kecamatan Dua Koto Kabupaten Pasaman peserta didiknya banyak sekali mengalami kerusakan pada gigi, seperti gigi berlubang (karies gigi), radang gusi dan sebagainya. Itu disebabkan karena kurangnya kesadaran peserta didik/siswa untuk memelihara dan merawat kesehatan giginya.

Kesehatan gigi siswa di SDN 16 Batang Tuhur Kecamatan Dua Koto Kabupaten Pasaman yang telah memenuhi persyaratan gigi sehat hanya sekitar 49,51%. sedangkan 50,49 % kesehatan gigi siswa belum memenuhi persyaratan gigi yang sehat. Jadi kesehatan gigi siswa di SDN 16 Batang Tuhur Kecamatan Dua Koto Kabupaten Pasaman termasuk kedalam, kategori kurang terlaksana.

2. Peserta didik Sekolah Dasar Negeri 16 Batang Tuhur Kecamatan Dua Koto Kabupaten Pasaman sangat kurang sekali memperhatikan kesehatan kulitnya, sehingga pada waktu belajar mereka tidak konsentrasi dalam mengikuti pelajaran karena kulit mereka terasa gatal-gatal. Itu disebabkan oleh kurang bersih ketika mandi dan bisa juga disebabkan oleh kotoran yang menempel di badan, dan bermain air yang kotor.

Kesehatan kulit di SDN 16 Batang Tuhur Kecamatan Dua Koto Kabupaten Pasaman yang telah memenuhi standar kesehatan kulit hanya sekitar 45,12 % dan 54,88 % kesehatan kulit siswa tidak memenuhi standar kesehatan kulit, terlihat dari sebagian siswa ada yang menderita penyakit kulit, seperti panu, kurap, dll.

B. Saran

Sesuai dengan kesimpulan di atas, maka penulis menyarankan :

1. Kepada siswa disarankan menggosok gigi dan mandi minimal 2 x sehari, jangan memakan makanan yang dapat merusak gigi, seperti permen, coklat, es dan jangan memakan makanan yang panas-panas dan meminum minuman yang terlalu panas dan yang terlalu dingin.
2. Orang tua murid harus lebih memperhatikan kebersihan dan kesehatan anaknya sendiri, agar terhindar dari berbagai penyakit.
3. Disarankan kepada seluruh warga sekolah, guru pembina UKS dan guru-guru yang lainnya agar memperhatikan kebersihan dan kesehatan badan para siswanya.
4. Disarankan kepada puskesmas agar mengadakan kunjungan rutin atau berkala ke sekolah, mengirimkan tenaga medis dan memeriksa kesehatan peserta didik.
5. Disarankan kepada Departemen Kesehatan agar memberikan bantuan, baik itu berupa dana, sarana prasarana yang dapat menunjang untuk meningkatkan kesehatan peserta didik di sekolah.

Lampiran 1.

KISI-KISI ANGKET

Variabel	Sub Variabel	Indikator	No. Pertanyaan
Studi tentang kesehatan pribadi pada SDN 16 Batang Tuhur Kecamatan Dua Koto Kabupaten Pasaman	Kesehatan Gigi	a. Sarana	1,2
		b. Sumber	3,4
		c. Dana	5,6
		d. Kondisi	8,9,10,11,12
		e. Perawatan	7,13,14
	Kesehatan Kulit	a. Sarana	15, 16,17,
		b. Sumber	18,19,20,21
		c. Kondisi	22,23,24,25,
		d. Perawatan	26,27,28

SURAT PENGANTAR ANGKET PENELITIAN

Dua Koto, Desember 2010

Kepada :

Sdr. Siswa Sekolah Dasar Negeri 16
Batang Tuhur Kecamatan Dua
Koto Kabupaten Pasaman

Di

Tempat

Assalamu'alaikum, wr, wb.

Perkenankan saya menyampaikan kepada siswa, bahwa saya bermaksud untuk mengadakan penelitian di Sekolah Dasar Negeri 16 Batang Tuhur Kecamatan Dua Koto Kabupaten Pasaman. Penelitian ini dilakukan untuk memperoleh bahan penulisan Skripsi sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Untuk itu dimohonkan kepada siswa, agar dapat mengisi pertanyaan yang ada pada angket seperti terlampir. Berilah tanda silang (X) pada jawaban Ya atau Tidak pada tempat yang telah disediakan. Informasi yang siswa berikan tidak ada kaitannya dengan penilaian di Sekolah. Begitupun juga kerahasiaan informasi yang diberikan akan dijaga sepenuhnya.

Atas bantuan dan kerjasamanya diucapkan terimakasih.

Wassalam,

Peneliti

Lampiran 2.

ANGKET PENELITIAN

**JUDUL : Studi Kesehatan Pribadi pada Sekolah Dasar Negeri 16 Batang
Tuhur Kecamatan Dua Koto Kabupaten Pasaman .**

Petunjuk pengisian angket :

- Jawablah dengan keadaan yang sebenarnya dan yang anda ketahui
- Pilihlah salah satu jawaban yang sesuai dengan pendapat anda dan berilah tanda.
(X) pada kolom yang tersedia, Ya atau Tidak.

No	Pertanyaan	Alternatif Jawabab	
		Ya	Tidak
	A. Kesehatan Gigi		
1	Apakah di sekolah anda memiliki sarana untuk menunjang kesehatan gigi ?		
2	Apakah di sekolah anda, sarana penunjang untuk perawatan gigi sudah mencukupi ?		
3	Apakah makanan yang dijual di lingkungan sekolah anda ada yang bisa menyebabkan kerusakan pada gigi ?		
4	Apakah minuman yang dikonsumsi di sekolah anda seperti es dapat menyebabkan kerusakan pada gigi ?		
5	Apakah di sekolah anda ada anggaran dana untuk penyediaan sarana dan prasarana kesehatan gigi setiap tahun ?		
6	Apakah di sekolah anda memiliki dana untuk penyediaan sarana kesehatan gigi seperti: obat-obatan, alat pemeriksa, gigi, dll ?		
7	Apakah pelayanan kesehatan gigi di sekolah anda, sudah berjalan sesuai dengan yang diharapkan ?		
8	Apakah di sekolah anda ada murid yang mengalami kerusakan gigi ?		
9	Apakah di sekolah anda ada murid yang mengalami penyakit caries gigi ?		

10	Apakah di sekolah anda ada yang mengalami radang jaringan pada penyangga gigi ?		
11	Apakah anda mengalami karang gigi ?		
12	Apakah mulut anda banyak yang berbau tidak sedap ?		
13	Apakah ada dilakukan perawatan terhadap kesehatan gigi di sekolah Anda ?		
14	Apakah di sekolah anda dilakukan pemeriksaan gigi secara berkala ?		
15	B. Kesehatan Kulit Apakah di sekolah anda memiliki sarana untuk menunjang perawatan kulit ?		
16	Apakah di sekolah anda sudah ada sarana untuk menjaga kesehatan kulit ?		
17	Apakah dipekarangan sekolah anda banyak terdapat kotoran Hewan ?		
18	Apakah dipekarangan sekolah anda banyak kotoran anjing ?		
19	Apakah anda sering memakai pakaian basah untuk bermain?		
20	Apakah anda di dalam bermain dengan teman tidak memakai alas kaki ?		
21	Apakah anda ada mengalami penyakit kulit?		
22	Penyakit kulit yang anda alami panu?		
23	Apakah anda mengalami penyakit kurap?		
24	Apakah anda mengalami penyakit kudis?		
25	Apakah sekolah anda dikunjungi oleh tenaga medis dari puskesmas secara berkala ?		
26	Apakah di sekolah Anda tersedia betadin?		
27	Apakah disekolah anda tersedia pembalut luka atau handiplas?		
28	Apakah disekolah anda tersedia kalpanak atau untuk obat panu ?		

DAFTAR PUSTAKA

- A. Muri, Yusup. (1986). *Metodologi Penelitian*. Padang : FIP IKIP Padang.
- Depdikbud (1993) GBHN TAP-TAP MPR Bahan Penatan dan Bahan Referensi Penataran. Jakarta
- Depkes (2002). Cara Melaksanakan UKS di Sekolah Dasar. Jakarta
- _____ (1995). *Materi Tentang Kesehatan untuk Guru UKS*. Jakarta: Depkes RI
- _____ (1997). *Pedoman Pelayanan Kesehatan untuk Sekolah Tingkat Dasar*, Jakarta : Depkes RI.
- Mukrifah, Dkk (1992) Pendidikan Kesehatan. Jakarta: Depdikbud
- Nasrun, Efendi (1998) Dasar-dasar Keperawatan Masyarakat Edisi 2. Jakarta: EGC Kedokteran
- Nadiar. (1987). *Pendidikan Kesehatan*. Padang : FIK IKIP.
- Ridwan. (2005). *Skala Pengukuran Variabel-variabel Penelitian*. Bandung Alfabeta.
- Rozi. (1988). *Pendidikan Jasmani*. Jakarta : Intan Pariwara.
- Suharsimi, Arikunto (2006) Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis. Jakarta: Rineka Cipta
- Sudijono. 1991. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta : Rajawali.
- Sudjana. 1996. *Metode Statistik*. Bandung : Tarsito.