

**TINJAUAN TENTANG KESEHATAN PRIBADI SISWA PADA  
SEKOLAH DASAR NEGERI 12 TANJUNG LOLO  
KECAMATAN TANJUNG GADANG  
KABUPATEN SIJUNJUNG**

**SKRIPSI**

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



**Oleh:**

**YOSA YULIA KARTIKA  
NIM.16086220**

**PORGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLARHAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2020**



#### HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

**Judul** : Tinjauan Tentang Kesehatan Pribadi Siswa Pada  
Sekolah Dasar Negeri 12 Tanjung Lolo Kecamatan  
Tanjung Gadang Kabupaten Sijunjung

**Nama** : Yosa Yulia Kartika

**NIM** : 16086220

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

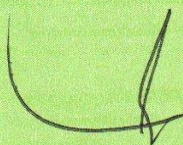
**Jurusan** : Pendidikan Olahraga

**Fakultas** : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juli 2020

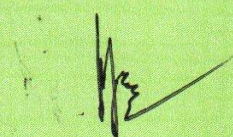
Disetujui Oleh :

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



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

Pembimbing



Drs. Nirwandi, M.Pd  
NIP. 19580914 198102 1001



## HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

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

Judul : Tinjauan Tentang Kesehatan Pribadi Siswa Pada  
Sekolah Dasar Negeri 12 Tanjung Lolo Kecamatan  
Tanjung Gadang Kabupaten Sijunjung

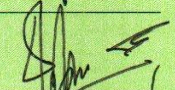
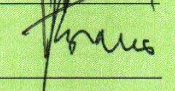
Nama : Yosa Yulia Kartika  
NIM : 16086220  
Program Studi : Pendidikan Olahraga  
Jurusan : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juli 2020

Tim Penguji :

1. Ketua : Drs. Nirwandi, M.Pd  
2. Sekretaris : Dra. Darni, M.Pd  
3. Anggota : Drs. Syamsuar, S.H., MS., AIFO., Ph.D

Tanda Tangan

1.   
2.   
3. 



## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Padang, Juli 2020  
Yang menyatakan,



Yosa Yulia Kartika  
NIM. 16086220

## ABSTRAK

**Yosa Yulia Kartika (2020): “Tinjauan Tentang Kesehatan Pribadi Siswa Pada Sekolah Dasar Negeri 12 Tanjung Lolo Kecamatan Tanjung Gadang Kabupaten Sijunjung”.**

Berdasarkan observasi yang dilakukan di Sekolah Dasar Negeri 12 Tanjung Lolo Kecamatan Tanjung Gadang Kabupaten Sijunjung, penulis melihat masih ada beberapa siswa yang kurang menjaga kesehatan pribadinya, yaitu gigi yang kuning, berkarang dan berlubang, kulit yang panuan dan tukak bahkan bernanah, rambut yang panjang serta kusam, dan kuku yang panjang serta hitam. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat kebersihan gigi dan mulut, kulit, rambut, dan kuku siswa.

Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa yaitu sebanyak 216 orang. Sampel diambil dengan menggunakan teknik “*Stratified Random Sampling*” sebesar 50% dari setiap kelas I, II, III, dan IV maka sampel dalam penelitian berjumlah 68 orang siswa. Data dikumpulkan dengan melakukan pemeriksaan menggunakan kuesioner dan wawancara dengan guru PJOK. Teknik analisis data menggunakan rumus analisis deskriptif yaitu  $P = F/N \times 100\%$ .

Berdasarkan hasil penelitian tentang kesehatan pribadi siswa pada Sekolah Dasar Negeri 12 Tanjung Lolo Kecamatan Tanjung Gadang Kabupaten Sijunjung, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan bahwa sub indikator: 1) Kebersihan gigi dan mulut siswa berada pada kategori baik yaitu 63,24 %, 2) Kebersihan kulit siswa berada pada kategori sangat baik yaitu 83,61 %, 3) Kebersihan rambut siswa berada pada kategori baik yaitu 76,05 %, 4) Kebersihan kuku siswa berada pada kategori sangat baik yaitu 82,77 %. Kesimpulan dari Kesehatan Pribadi siswa secara keseluruhan dapat dikategorikan baik yaitu 75,54 %.

**Kata Kunci : Kesehatan Pribadi Siswa**

## **KATA PENGANTAR**

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan atas berkat rahmat dan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan hidayahnya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Tinjauan Tentang Kesehatan Pribadi Siswa Pada Sekolah Dasar Negeri 12 Tanjung Lolo Kecamatan Tanjung Gadang Kabupaten Sijunjung”. Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana Pendidikan (S1) pada jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam pelaksanaan penelitian dan penulisan skripsi ini, penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Drs. H. Ganefri, M.Pd.Ph.D sebagai Rektor Universitas Negeri Padang beserta staf.
2. Bapak Dr. Alnedral, M.Pd sebagai Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang beserta staf yang telah memberikan kemudahan dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Drs. Zarwan, M.Kes sebagai Ketua Jurusan beserta staf pengajar jurusan pendidikan olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Drs. Nirwandi, M.Pd sebagai Dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, saran, masukan, pengarahan, motivasi dan perbaikan dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada Ibu Dra. Darni, M.Pd dan Bapak Drs. Syamsuar, S.H,MS. AIFO.Ph.D selaku tim penguji yang telah memberikan banyak kritikan, saran, bimbingan, masukan yang posistif dan perbaikan dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Seluruh Staf Pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
7. Ibu Kepala Sekolah dan wakil serta Bapak Kepala Urusan Kantor beserta staf Sekolah Dasar Negeri 12 Tanjung Lolo Kecamatan Tanjung Gadang Kabupaten Sijunjung yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian dalam mengambil data dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Siswa-siswi Sekolah Dasar Negeri 12 Tanjung Lolo Kecamatan Tanjung Gadang Kabupaten Sijunjung yang telah bersedia meluangkan waktu dan mau diajak bekerjasama dalam proses pengambilan data.
9. Ayah dan Ibu tercinta yang telah banyak berkorban serta memberikan dukungan, motivasi dan saran baik moril maupun materil demi terselesaikannya pendidikan anaknya ini.
10. Kakak dan Abang yang selalu memberikan semangat dan motivasi yang begitu berarti bagi penulis dalam penyusunan skripsi ini.
11. Sahabat-sahabat ku, yang tidak pernah bosan dalam memotivasi dan membantu penulis mencari bahan dan melakukan penelitian demi keperluan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga apa yang Bapak, Ibu, Saudara, Saudari serta semua pihak yang telah mau berikan bantuan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini mendapatkan balasan yang setimpal dari Allah SWT.

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini jauh dari kesempurnaan, untuk itu kritik dan saran yang sifatnya membantu sangat diharapkan dimasa yang akan datang. Semoga skripsi ini memberikan manfaat baik untuk penulis sendiri maupun untuk kemajuan ilmu pengetahuan.

Padang, Juni 2020

Yosa Yulia Kartika



## DAFTAR ISI

|                                          | <b>Halaman</b> |
|------------------------------------------|----------------|
| <b>ABSTRAK.....</b>                      | <b>i</b>       |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>               | <b>ii</b>      |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>                   | <b>v</b>       |
| <b>DAFTAR TABEL.....</b>                 | <b>vii</b>     |
| <b>DAFTAR GAMBAR.....</b>                | <b>viii</b>    |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>              | <b>ix</b>      |
| <b>BAB I PENDAHULUAN</b>                 |                |
| A. Latar Belakang Masalah.....           | 1              |
| B. Identifikasi Masalah .....            | 6              |
| C. Pembatasan Masalah .....              | 7              |
| D. Perumusan Masalah.....                | 7              |
| E. Tujuan Penelitian.....                | 8              |
| F. Manfaat Penelitian.....               | 8              |
| <b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>             |                |
| A. KajianTeori.....                      | 10             |
| 1. Pengertian Kesehatan Pribadi.....     | 10             |
| 2. Manfaat Kesehatan Pribadi.....        | 12             |
| 3. Ruang Lingkup Kesehatan Pribadi ..... | 13             |
| B. Kerangka Konseptual.....              | 36             |
| C. Pertanyaan Penelitian .....           | 38             |
| <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>     |                |
| A. Jenis Penelitian.....                 | 39             |
| B. Tempat dan Waktu Penelitian .....     | 39             |
| C. Populasi dan Sampel .....             | 39             |
| D. Jenisdan Sumber Data .....            | 41             |
| E. Teknik Pengumpulan Data .....         | 42             |
| F. Instrumen Penelitian.....             | 43             |
| G. Teknik Analisis Data.....             | 44             |

#### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

|                         |    |
|-------------------------|----|
| A. Deskripsi Data ..... | 46 |
| B. Pembahasan.....      | 52 |

#### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

|                    |    |
|--------------------|----|
| A. Kesimpulan..... | 67 |
| B. Saran.....      | 68 |

|                            |           |
|----------------------------|-----------|
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b> | <b>69</b> |
|----------------------------|-----------|

## DAFTAR TABEL

| <b>Tabel</b>                                            | <b>Halaman</b> |
|---------------------------------------------------------|----------------|
| 1. Populasi Penelitian.....                             | 40             |
| 2. Sampel Penelitian.....                               | 41             |
| 3. Tingkat Perbandingan Kriteria.....                   | 45             |
| 4. Distribusi Hasil Data Kebersihan Gigi dan Mulut..... | 47             |
| 5. Distribusi Hasil Data Kebersihan Kulit.....          | 48             |
| 6. Distribusi Hasil Data Kebersihan Rambut.....         | 50             |
| 7. Distribusi Hasil Data Kebersihan Kuku.....           | 51             |



## DAFTAR GAMBAR

| <b>Gambar</b>                               | <b>Halaman</b> |
|---------------------------------------------|----------------|
| 1. Kerangka Konseptual.....                 | 37             |
| 2. Histogram Kebersihan Gigi dan Mulut..... | 47             |
| 3. Histogram Kebersihan Kulit.....          | 49             |
| 4. Histogram Kebersihan Rambut.....         | 50             |
| 5. Histogram Kebersihan Kuku.....           | 52             |

## DAFTAR LAMPIRAN

| <b>Lampiran</b>                                           | <b>Halaman</b> |
|-----------------------------------------------------------|----------------|
| 1. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian.....                    | 72             |
| 2. Kuesioner Penelitian.....                              | 73             |
| 3. Panduan Wawancara.....                                 | 74             |
| 4. Tabulasi Penelitian.....                               | 76             |
| 5. Data Penelitian.....                                   | 78             |
| 6. Dokumentasi Penelitian.....                            | 82             |
| 7. Surat Izin Penelitian dari FIK UNP.....                | 90             |
| 8. Surat Izin Penelitian dari Kantor KESBANGPOL.....      | 91             |
| 9. Surat Izin Penelitian dari Camat Tanjung Gadang.....   | 92             |
| 10. Surat Keterangan setelah Penelitian dari Sekolah..... | 93             |

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Kesehatan merupakan salah satu hal yang paling penting dalam kehidupan manusia. Kesadaran akan kesehatan perlu diterapkan oleh setiap individu karena dengan tubuh yang sehat seseorang dapat melakukan berbagai aktivitas sehari-hari dengan maksimal. Menjaga kesehatan merupakan langkah awal dalam membangun upaya agar tubuh selalu sehat dan terhindar dari berbagai penyakit. Hal ini sesuai dengan yang tercantum dalam UU RI NO. 36 Tahun 2009 Pasal 1 Ayat 1 tentang kesehatan yaitu, “Kesehatan adalah keadaan sehat baik secara fisik, mental, spiritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis.”

Berdasarkan hal di atas, seseorang dapat beraktivitas dengan baik apabila dalam keadaan sehat. Kebersihan diri merupakan suatu upaya untuk menjaga kesehatan tubuh karena kebersihan diri merupakan awal dari kesehatan fisik. Keadaan tubuh yang sehat dan fisik yang kuat sangat memungkinkan seseorang dapat melakukan berbagai kegiatan dan aktivitas sehari-hari dengan semangat dan tidak merasakan kelelahan yang berlebihan. Kesehatan tubuh akan terjaga jika pemeliharaan sesuai dengan anjuran pakar kesehatan.

Dalam rangka meningkatkan sumber daya manusia, pemerintah telah melakukan berbagai upaya dalam bidang kesehatan, terutama kesehatan anak

usia sekolah seperti pemeriksaan kesehatan dan pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan sangat penting bagi anak usia sekolah mengingat banyaknya aktivitas yang menguras fisik dan mental. Untuk mencapai hidup sehat dalam lingkungan sekolah diperlukan adanya upaya atau program-program untuk meningkatkan kesehatan peserta didik, dan Usaha Kesehatan Sekolah merupakan salah satu wahana untuk meningkatkan kemampuan hidup yang dapat meningkatkan kesehatan siswa secara optimal serta berperilaku hidup sehat.

Usaha Kesehatan Sekolah menurut Notoatmodjo dalam Nirwandi (2012) adalah “segala usaha yang dilakukan untuk meningkatkan kesehatan anak usia sekolah pada setiap jalur, jenis, dan jenjang pendidikan. Selain itu Usaha Kesehatan Sekolah juga merupakan sebuah bentuk implementasi promosi kesehatan di Sekolah.” Oleh sebab itu, pembelajaran kesehatan pada anak sangat penting diterapkan guna meningkatkan pengetahuan anak tentang kesehatan yaitu dengan cara menjaga kesehatan pribadi.

Menurut Tiglao dalam Iskandar dkk (2019) “pendidikan kesehatan bukan hanya sekadar memberitahukan kepada orang-orang bagaimana caranya untuk mempertinggi kesehatan. Akan tetapi, mereka seharusnya menciptakan suatu keadaan untuk mendapatkan kesempatan dalam belajar dengan dan untuk mereka sendiri. Akibatnya, mereka dapat mengubah cara hidupnya yang kurang baik untuk kesehatan pribadinya dan untuk masyarakat dengan cara hidup sehat.”

Pribadi dikatakan sehat apabila badan diri seseorang bersih dari segala penyakit baik berasal dari dalam maupun luar tubuh manusia tersebut. Menurut Rozi dalam Mahdalinda dan Zarwan (2019) “Kesehatan pribadi adalah segala usaha dan tindakan yang dilakukan setiap orang untuk



memelihara atau menjaga kesehatan badan dan rohani sehingga merupakan kebutuhan sehari-hari.”

Untuk mengubah perilaku menuju perilaku sehat, yaitu interaksi antara manusia dan lingkungannya untuk mengubah perilaku itu sendiri. Proses ini dilakukan dengan cara menyesuaikan lingkungan sesuai dengan yang diinginkan dengan tujuan untuk mengubah perilaku sesuai dengan yang diinginkan. Dalam hal ini perilaku sehat juga mencakup mengenai kesehatan reproduksi. Menurut Fatimah, dkk (2019) mengatakan “Kesehatan reproduksi anak sebagai salah satu komponen kesehatan reproduksi masih menjadi masalah kesehatan di Indonesia. Selain berdampak secara fisik, masalah ini juga dapat mempengaruhi kesehatan mental dan emosi, keadaan ekonomi, serta kesejahteraan sosial dalam jangka panjang.” Orang tua sebagai lembaga pendidikan utama anak dan sekolah sebagai tempat dimana memperoleh ilmu pengetahuan serta pembentukan karakter anak idealnya memiliki kualitas yang memadai untuk memberikan pendidikan kesehatan reproduksi kepada anak.

Menurut Anggraini (2019) “Sekolah merupakan lingkungan pendidikan, pemberdayaan, dan pembudayaan yang strategis bagi proses promosi pendidikan dan kesehatan lingkungan.” Upaya penyelenggaraan kesehatan lingkungan sekolah telah diatur dalam keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 1429 tahun 2006 tentang pedoman penyelenggaraan kesehatan lingkungan sekolah. Terdapat empat satuan analisis kesehatan lingkungan yang bisa dikembangkan untuk mengukur dan

mengevaluasi kesehatan lingkungan sebuah satuan pendidikan yaitu, tingkat ekologi sekolah, lingkungan kelas, kantin, dan perilaku sehat dalam tingkat individu.

Mata pelajaran PJOK di sekolah bertujuan untuk mengembangkan kebugaran jasmani siswa. Permendiknas No. 22 dalam Nashruddin dan Nurhayati (2019) menyatakan bahwa “Tujuan pendidikan jasmani untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, dan aspek pola hidup sehat.”

Pemeliharaan kesehatan pribadi yang dimulai dari usia dini atau pada usia Sekolah Dasar (SD) akan memberikan dampak yang baik untuk kelanjutan masa depan peserta didik, serta penanaman pola hidup sehat dari usia dini akan membiasakan diri dengan kehidupan yang sehat pula. Masa pertumbuhan pada anak berusia enam sampai dua belas tahun dan ini merupakan usia yang rawan terhadap penyakit. Pola pembinaan menuju terbentuknya perilaku hidup sehat merupakan bagian penting dari pembinaan usia Sekolah Dasar. Sekolah juga memberikan pelayanan kesehatan kepada peserta didiknya, pelayanan yang dilakukan dengan cara mendatangkan petugas kesehatan puskesmas yang bekerja sama dengan sekolah. Pelayanan kepada semua peserta didik dilakukan secara periodik sehingga dapat terpantau keluhan dari peserta didik itu sendiri. Kegiatan tersebut menjurus kepada peningkatan kebersihan pribadi siswa diharapkan memiliki

pengetahuan, sikap, dan keterampilan untuk menerapkan kebersihan pribadi itu dalam kehidupan sehari-hari sebagai hasil belajar.

Penerapan pembelajaran kesehatan pribadi seharusnya berjalan sebagaimana yang diharapkan karena kesehatan pribadi siswa mempunyai peran yang sangat penting dalam rangka mewujudkan tujuan dan pendidikan dasar seperti yang telah dikemukakan yaitu memelihara kesehatan jasmani dan rohani melalui pemahaman dan penerapan gaya hidup sehat. Dengan demikian diharapkan siswa tumbuh dan berkembang secara wajar dalam aspek jasmani, mental, sosial, dan emosionalnya. Pola pembinaan menuju terbentuknya perilaku hidup sehat merupakan bagian penting dari pembinaan usia sekolah dasar.

Dalam kenyataan sehari-hari masih banyak siswa yang kurang menjaga kesehatan pribadi, misalnya pemeliharaan kebersihan gigi dan mulut, pemeliharaan kebersihan kulit, pemeliharaan kebersihan rambut, pemeliharaan kebersihan kuku, pemeliharaan kebersihan pakaian, pemeliharaan kebersihan telinga, dan pemeliharaan kebersihan hidung. Dengan kondisi tersebut tentunya dapat mengganggu proses belajar mengajar siswa di sekolah dan memberikan dampak yang buruk terhadap hasil belajar siswa.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di Sekolah Dasar Negeri 12 Tanjung Lolo Kecamatan Tanjung Gadang Kabupaten Sijunjung, penulis melihat masih ada beberapa siswa yang kurang menjaga kesehatannya yaitu gigi yang kuning serta berkarang dan berlubang dikarenakan faktor

makanan dan jarang menggosok gigi, bahkan tidak ada yang melakukan pemeriksaan gigi ke dokter minimal satu kali dalam enam bulan. Kulit yang panuan dan tukak bahkan bernanah, serta kulit yang kering salah satunya bisa dikatakan karena mandi yang tidak teratur dan kurangnya mengkonsumsi makanan yang mengandung vitamin. Rambut yang panjang dan tidak rapi serta kusam karena jarang dicuci atau keramas dan tidak memakai minyak rambut. Kuku yang panjang serta hitam dikarenakan jarang dipotong dan dirawat. Berdasarkan informasi dari kepala sekolah untuk menjaga kesehatan pribadi siswa, sekolah bekerjasama dengan puskesmas untuk melakukan pemeriksaan kebersihan pribadi siswanya, namun dalam kenyataannya masih ada siswa yang belum memahami dan menjaga kesehatan pribadi mereka masing-masing.

Berdasarkan permasalahan tersebut penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian dengan Judul “Tinjauan Tentang Kesehatan Pribadi Siswa Pada Sekolah Dasar Negeri 12 Tanjung Lolo Kecamatan Tanjung Gadang Kabupaten Sijunjung”. Penelitian ini penting dilakukan sebagai upaya untuk mengoptimalkan kesehatan pribadi siswa, karena kesehatan pribadi sangat berperan penting dalam menentukan keberhasilan siswa dalam segenap aspek kehidupan mereka.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas banyak faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan pribadi siswa yang diidentifikasi sebagai berikut:

1. Kebersihan Gigi dan Mulut
2. Kebersihan Kulit
3. Kebersihan Rambut
4. Kebersihan Kuku
5. Kebersihan Pakaian
6. Kebersihan Hidung
7. Kebersihan Telinga

### **C. Pembatasan Masalah**

Mengingat banyaknya permasalahan yang dikemukakan pada identifikasi masalah di atas oleh sebab itu karena berbagai keterbatasan baik waktu, sarana, biaya dan kemampuan yang dimiliki peneliti, maka tidak semua masalah yang diidentifikasi di atas dapat diteliti secara menyeluruh, melainkan dibatasi pada:

1. Kebersihan Gigi dan Mulut
2. Kebersihan Kulit
3. Kebersihan Rambut
4. Kebersihan Kuku

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang terdapat dalam penelitian ini, maka penulis dapat merumuskan masalah sebagai berikut.

1. Bagaimanakebersihan gigi dan mulut siswa SD Negeri 12 Tanjung Lolo Kecamatan Tanjung Gadang Kabupaten Sijunjung?

2. Bagaimanakebersihan kulit siswa SD Negeri 12 Tanjung Lolo Kecamatan Tanjung Gadang Kabupaten Sijunjung?
3. Bagaimanakebersihan rambut siswa SD Negeri 12 Tanjung Lolo Kecamatan Tanjung Gadang Kabupaten Sijunjung?
4. Bagaimanakebersihan kuku siswa SD Negeri 12 Tanjung Lolo Kecamatan Tanjung Gadang Kabupaten Sijunjung?

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

Berdasarkan rumusan masalah penelitian yang di kemukakan di atas maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Untuk melihat kebersihan gigi dan mulut siswa SD Negeri 12 Tanjung Lolo Kecamatan Tanjung Gadang Kabupaten Sijunjung
2. Untuk melihat kebersihan kulit siswa SD Negeri 12 Tanjung Lolo Kecamatan Tanjung Gadang Kabupaten Sijunjung
3. Untuk melihat kebersihan rambut siswa SD Negeri 12 Tanjung Lolo Kecamatan Tanjung Gadang Kabupaten Sijunjung
4. Untuk melihat kebersihan kuku siswa SD Negeri 12 Tanjung Lolo Kecamatan Tanjung Gadang Kabupaten Sijunjung

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

Manfaat dari penelitian ini adalah:

1. Bagi penulis sebagai suatu persyaratan dalam menyelesaikan tugas akhir untuk meraih gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.



2. Bagi kepala sekolah sebagai bahan masukan untuk pengembangan program kesehatan pribadi siswa.
3. Guru mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, sebagai bahan untuk meningkatkan dan perbaikan pembelajaran tentang budaya hidup sehat.
4. Bagi siswa Sekolah Dasar Negeri 12 Tanjung Lolo, sebagai bahan guna membiasakan diri dan membudayakan kebersihan diri untuk menciptakan kesehatan pribadi.
5. Bagi dinas kesehatan dan puskesmas kabupaten Sijunjung, sebagai bahan masukan untuk perumusan program kegiatan kerjasama dengan sekolah.
6. Bagi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, sebagai bahan pertimbangan dalam meningkatkan mutu perkuliahan pendidikan kesehatan sekolah.
7. Bahan bacaan bagi mahasiswa di perpustakaan Universitas Negeri Padang.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian tentang kebersihan pribadi siswa di Sekolah Dasar Negeri 12 Tanjung Lolo Kecamatan Tanjung Gadang Kabupaten Sijunjung dan pembahasan yang telah diuraikan pada bagian terdahulu, maka dalam bab ini akan dikemukakan kesimpulan dan saran. Adapun kesimpulan dan saran tersebut adalah:

#### **A. KESIMPULAN**

1. Indikator kebersihan gigi dan mulut siswa Sekolah Dasar Negeri 12 Tanjung Lolo Kecamatan Tanjung Gadang Kabupaten Sijunjung diperoleh tingkat capaian sebesar 63,24 % berada dalam kategori baik.
2. Indikator kebersihan kulit siswa Sekolah Dasar Negeri 12 Tanjung Lolo Kecamatan Tanjung Gadang Kabupaten Sijunjung diperoleh tingkat capaian sebesar 83,61 % berada dalam kategori sangat baik.
3. Indikator kebersihan rambut siswa Sekolah Dasar Negeri 12 Tanjung Lolo Kecamatan Tanjung Gadang Kabupaten Sijunjung diperoleh tingkat capaian sebesar 76,05 % berada dalam kategori baik.
4. Indikator kebersihan kuku siswa Sekolah Dasar Negeri 12 Tanjung Lolo Kecamatan Tanjung Gadang Kabupaten Sijunjung diperoleh tingkat capaian sebesar 82,77 % berada dalam kategori sangat baik.
5. Kesimpulan dari Kesehatan Pribadi Siswa Sekolah Dasar Negeri 12 Tanjung Lolo Kecamatan Tanjung Gadang Kabupaten Sijunjung berdasarkan pemeriksaan terhadap kebersihan gigi dan mulut, kebersihan

kulit, kebersihan rambut, dan kebersihan kuku siswa diperoleh tingkat capaian sebesar 75,54 % berada dalam kategoribaik.

## **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan yang telah dikemukakan di atas, maka saran-saran yang dapat ditujukan kepada:

1. Siswa hendaknya senantiasa untuk lebih memperhatikan kebersihan pribadi mereka masing-masing dan senantiasa meningkatkan kebersihannya menjadi lebih baik lagi agar mereka dapat terhindar dari berbagai macam penyakit yang disebabkan oleh kondisi tubuh yang tidak bersih.
2. Guru PJOK agar dapat meningkatkan lagi kinerja dan tanggung jawabnya dalam memperhatikan kebersihan pribadi siswa, guru hendaknya senantiasa memberikan bimbingan kepada siswa nya agar menyadari bahwa menjaga kebersihan pribadi sangatlah penting.
3. Kepala sekolah sebagai pengambil keputusan danagar dapat meningkatkan lagi pengayoman dan pemerhatian terhadap kebersihan pribadi siswa.
4. Dinas terkait, agar dapat memperhatikan tentang pengadaan fasilitas baik untuk kegiatan pembelajaran maupun kegiatan olahraga disekolah yang menyangkut tentang kesehatan siswa, guna meningkatkan mutu pendidikan dan pengembangan serta pembinaan kesehatan siswa di sekolah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, I. M. (2019). "Analisis Tingkat Pemahaman Siswa Sekolah Dasar tentang Kesehatan Lingkungan Sekolah". *Jurnal Majalah Kesehatan Masyarakat Aceh*. Volume 2 nomor 3.
- Apriyani, D. dan Marwiyah (2014). "Pengaruh Nanas (*Ananas Comosus*) terhadap Rambut Berketombe (*Dandruff*) pada Mahasiswa Pendidikan Tata Kecantikan". *Journal Of Beauty and Beauty Health Education*. Volume 3 nomor 1.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arsil. (2017). *Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Malang: Wineka Media.
- Bungin, B. (2011). *Metodologi Penelitian Kuantitatif: Komunikasi, Ekonomi, dan Kebijakan Publik serta Ilmu-Ilmu Sosial lainnya*. Jakarta: Prenada Media
- Darsi, H. (2016). Studi Tentang Kesehatan Pribadi pada Sekolah Dasar Negeri 117 Koto Datuak Kabupaten Kerinci". *Jurnal FKIP e-PROCEEDING*. Volume 1 nomor 1.
- Fatimah. S., dkk. (2019). "Pengaruh Pembentukan Peer Educator terhadap Pengetahuan Kespro pada Remaja". *Jurnal Prosiding Seminar Poltekkes Karya Husada*. Volume 1 nomor 1
- Hidayat, A.A.A. (2009). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia: Aplikasi, Konsep, dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Iskandar, G., Edwarsyah, Hilmainur Syampurma. (2019). "Tinjauan Pengetahuan Kesehatan Pribadi Siswa Kelas VII di SMP Negeri 03 Painan Kabupaten Pesisir Selatan". *Jurnal Pendidikan dan Olahraga*. Volume 2 nomor 1.
- Isro'in, L. dan Sulisty Andarmoyo. (2012). *Personal Hygiene: Konsep, Proses, dan Aplikasi dalam Praktik Keperawatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Kemenkes. (2012). *Buku Panduan Pelatihan Kader Kesehatan Gigi dan Mulut di Masyarakat*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes. (2019). *Petunjuk Teknis Penjaringan Kesehatan dan Pemeriksaan Berkala Anak Usia Sekolah dan Remaja*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Mahdalinda, S. dan Zarwan. (2019). "Studi Tentang Kesehatan Pribadi Siswa SDN 12 Kuamang Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman". *Jurnal Pendidikan dan Olahraga*. Volume 2 nomor 1.