

**PEMELIHARAAN KESEHATAN PRIBADI SISWA PADA SEKOLAH  
DASAR NEGERI 05 KAMPUNG PONDOK KOTA PARIAMAN**

**SKRIPSI**

*Diajukan kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga  
sebagai salah satu persyaratan Guna memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



**Oleh**

**ABRAHAM LINCOLN  
NIM: 16833**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2015**

**HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI**

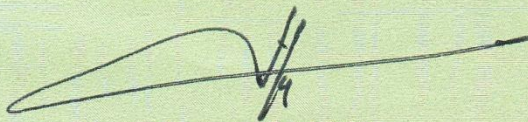
**Pemeliharaan Kesehatan Pribadi Siswa Pada Sekolah Dasar Negeri 05  
Kampung Pondok Kota Pariaman**

**Nama : Abraham Lincoln**  
**Nim : 16833**  
**Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**  
**Jurusan : Pendidikan Olahraga**  
**Fakultas : Ilmu Keolahragaan**

**Padang, September 2015**

**Disetujui oleh**

**Pembimbing I,**



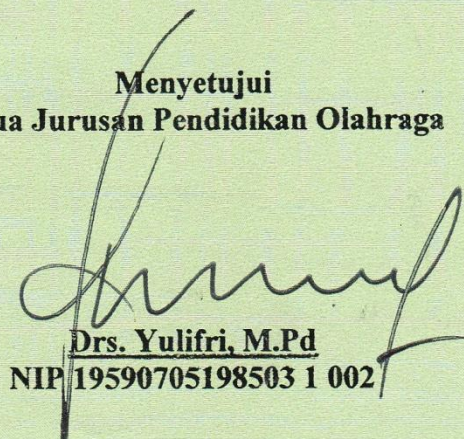
**Drs. Edwarsyah, M.Kes**  
**NIP. 195912311988031019**

**Pembimbing II,**



**Drs. Darni, M.Pd**  
**NIP. 196012251984032001**

**Menyetujui**  
**Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga**



**Drs. Yulifri, M.Pd**  
**NIP. 19590705198503 1 002**

## HALAMAN PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

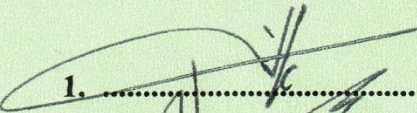
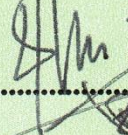

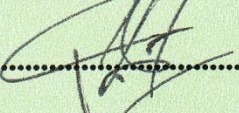
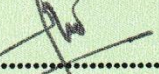
Dinyatakan Lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

**Judul** : **Pemeliharaan Kesehatan Pribadi Siswa Pada Sekolah Dasar Negeri 05 Kampung Pondok Kota Pariaman**

**Nama** : **Abraham Lincoln**  
**NIM** : **16833**  
**Program Studi** : **Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**  
**Jurusan** : **Pendidikan Olahraga**  
**Fakultas** : **Ilmu Keolahragaan**

Padang, September 2015

### Tim Penguji

No Jabatan	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs. Edwarsyah, M. Kes	1. 
2. Sekretaris	: Dra. Darni, M. Pd	2. 
3. Anggota	: Dra. Pitnawati, M. Pd	3. 
4. Anggota	: Drs. Ali Umar, M. Kes	4. 
5. Anggota	: Drs. Suwirman, M. Pd	5. 

## SURAT PERNYATAAN

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

Padang, September 2015  
Yang menyatakan



**ABRAHAM LINCOLN**  
**NIM.16833/2010**

## ABSTRAK

### **Abraham Lincoln: Pemeliharaan Kesehatan Pribadi Siswa Pada Sekolah Dasar Negeri 05 Kampung Pondok Kota Pariaman**

Masalah dalam penelitian ini adalah berawal dari dugaan peneliti yaitu rendahnya derajat kesehatan pribadi siswa SDN 05 Kampung Pondok Kota Pariaman, karena masih banyak anak yang berpakaian kotor, tidak menggosok gigi dengan teratur, kuku yang tidak dipotong, rambut yang tidak rapi dan juga aang mengalami penyakit kulit. Untuk itu perlu dilakukan Penelitian yang bertujuan untuk mengungkapkan, melihat dan mengetahui Pemeliharaan tentang kesehatan pribadi siswa di SD Negeri 05 Kampung Pondok Kota Pariaman yang ditinjau dari kebersihan mulut dan gigi, kebersihan kulit, kebersihan pakaian, kebersihan rambut, dan kebersihan kuku.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Populasi penelitian adalah seluruh siswa SD Negeri05 Kampung Pondok Kota Pariaman, yang berjumlah 161 orang siswa. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara teknik purposive sampling, dengan demikian jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 63 orang. Instrumen penelitian ini yang digunakan berupa angket yang disusun dalam skala likert dengan kategori Selalu, Sering, Kadang-Kadang, Jarang dan Tidak pernah. Data dianalisis menggunakan rumus distribusi frekuensi dalam persentase.

Dari analisis data diperoleh hasil penelitian sebagai berikut: 1). Tingkat capaian kesehatan pribadi dari indikator kesehatan mulut dan gigi sebesar 62,13%, berada pada kategori Baik. 2). Tingkat capaian kesehatan pribadi dari indikator kesehatan kulit sebesar 62,10%, berada pada kategori Baik. 3). Tingkat capaian kesehatan pribadi dari indikator pakaian sebesar 59,52%, berada pada kategori Sedang. 4).Tingkat capaian kesehatan pribadi dari indikator kesehatan rambut sebesar 62,67%, berada pada kategori Baik. 4). Tingkat capaian kesehatan pribadi dari indikator kuku sebesar 58,79%, berada pada kategori Sedang. 5). Tingkat capaian kesehatan pribadi tanpa membedakan indikator sebesar 61,04%, berada pada kategori Baik

## KATA PENGANTAR



Puji Syukur Alhamdulillah peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pemeliharaan Kesehatan Pribadi Siswa Pada Sekolah Dasar Negeri 05 Kampung Pondok Kota Pariaman”**

Skripsi ini ditulis untuk memenuhi sebagai persyaratan dalam memperoleh gelar sarjana pendidikan pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis telah banyak mendapatkan bantuan, dorongan, bimbingan dan arahan serta kemudahan baik secara moril maupun materil, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang tidak terhingga kepada :

1. Bapak Drs. H. Syafrizar, M. Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang (FIK UNP) yang telah memberikan peluang bagi penulis untuk melanjutkan studi di Fakultas Ilmu Keolahragaan.
2. Bapak Drs. Yulifri selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Drs. Edwarsyah, M. Kes selaku pembimbing I yang telah membantu dan membimbing dalam penyelesaian skripsi ini.

4. Bapak Dra. Darni, M.Pd selaku pembimbing II yang juga telah membantu dan membimbing dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Ibu Dra.Pitnawati, M.Pd, Bapak Drs. Ali umar, M.Kes, dan Bapak Drs. Suwirman, M. Pd selaku dosen penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam skripsi ini.
6. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
7. Kedua orang tua tercinta, Ayahanda (Haslipar) dan Ibunda (Ermawati AB) yang selalu memberikan semangat, doa dan dukungan baik secara moril dan materil sehingga anaknya berhasil mencapai sukses dan menggapai cita-cita.
8. Febiola Cornelia yang telah memberi semangat dalam penulisan skripsi
9. Keluarga besar yang telah memberikan semangat dan dukungan.
10. Rekan-rekan seperjuangan yang turut memberikan dukungan dalam penulisan skripsi ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Akhir kata penulis mendo'akan semoga semua bantuan yang diberikan mendapat imbalan yang setimpal dari Allah SWT. Amin Ya Robbal Alamin.

Padang, 10 November 2015

ABRAHAM LINCOLN

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b>	
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b>	
<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	viii
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah .....	6
D. PerumusanMasalah .....	6
E. Tujuan Penelitian .....	7
F. Manfaat Penelitian .....	8
<b>BAB II. TINJAUAN KEPUSTAKAAN</b>	
A. Kajian Teori .....	9
1. Kesehatan Pribadi.....	9
2. Kesehatan Gigi .....	10
3. Kesehatan Kulit.....	17
4. Kesehatan Pakaian .....	23
5. Kesehatan Rambut .....	27
6. Kesehatan Kuku .....	30

B. Kerangka Konseptual .....	34
C. Pertanyaan Penelitian .....	35
<b>BAB III. METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis, Tempat dan Waktu Penelitian .....	36
B. Populasi dan Sampel .....	36
C. Jenis dan Sumber Data .....	38
D. Teknik dan Alat Pengumpulan Data .....	38
E. Teknik Analisa Data.....	39
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN</b>	
A. Deskripsi Data.....	41
B. Pembahasan .....	52
<b>BAB V. PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	57
B. Saran .....	58
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>59</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>60</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Populasi Penelitian .....	37
2. Sampel Penelitian.....	37
3. Kriteria Perbandingan untuk Menentukan Tingkat Kesehatan Pribadi Siswa .....	40
4. Indikator Kesehatan Gigi .....	41
5. Pengkategorian Skor Kesehatan Pribadi Siswa Dengan Indikator Kesehatan Gigi .....	42
6. Indikator Kesehatan Kulit .....	43
7. Pengkategorian skor kesehatan pribadi siswa dengan indikator kesehatan kulit .....	43
8. Indikator Kesehatan Pakaian .....	45
9. Pengkategorian skor kesehatan pribadi siswa dengan indikator kesehatan pakaian .....	45
10. Indikator Kesehatan Rambut.....	47
11. Pengkategorian skor kesehatan pribadi siswa dengan indikator kesehatan rambut .....	47
12. Indikator Kesehatan Kuku.....	49
13. Pengkategorian skor kesehatan pribadi siswa dengan indikator kesehatan kuku.....	49
14. Kesehatan Pribadi.....	50
15. Pengkategorian Skor Kesehatan Pribadi Siswa Dengan Indikator Kesehatan Pribadi.....	51

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1. Kerangka Konsep Kesehatan Pribadi.....	34
2. Grafik Kategori Pencapaian Indikator Kesehatan Gigi .....	42
3. Grafik Kategori Pencapaian Indikator Kesehatan Kulit.....	44
4. Grafik Kategori Pencapaian Indikator Kesehatan Pakaian .....	46
5. Grafik Kategori Pencapaian Indikator Kesehatan Rambut .....	48
6. Grafik Kategori Pencapaian Indikator Kesehatan Kuku .....	50
7. Grafik Kategori Pencapaian Indikator Kesehatan Pribadi .....	51

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
1. Kisi- Kisi Angket .....	62
2. Angket Penelitian.....	63
3. Output SPSS.....	67
4. Master tabel .....	76
5. Tabel r Product Moment .....	78
6. Dokumentasi penelitian .....	79
7. Surat izin penelitian dari UNP .....	82
8. Surat balasan rekomendasi penelitian Kesbangpol .....	83

## **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 Pemeliharaan kesehatan pribadi siswa di SDN 05 Kampung Pondok Kota Pariaman 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.

SDN 05 Kampung Pondok Kota Pariaman merupakan salah satu sekolah dasar yang ada di Kota Pariaman, 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 “Pemeliharaan kesehatan Pribadi siswa di SDN 05 Kampung Pondok Kota Pariaman”. 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 pencapai kesehatan pribadi?

5. Bagaimanakah terlaksananya pemeliharaan dan perawatan kuku dalam pencapaian kesehatan pribadi?
6. Bagaimanakah terlaksananya kebersihan pribadi siswa sekolah dasar negeri 05 Kampung Pondok Kota Pariaman?

#### **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 13 Lohong Kota Pariaman , diantaranya bertujuan untuk:

1. Melihat dan mengetahui Pemeliharaan kesehatan gigi siswa SDN 05 Kampung Pondok Kota Pariaman?
2. Melihat dan mengetahui Pemeliharaan kesehatan kulit siswa SDN 05 Kampung Pondok Kota Pariaman?
3. Melihat dan mengetahui Pemeliharaan kesehatan Pakaian siswa SDN 05 Kota Pariaman?
4. Melihat dan mengetahui Pemeliharaan kesehatan Rambut siswa SDN 05 Kampung Pondok Kota Pariaman?
5. Melihat dan mengetahui Pemeliharaan kesehatan Kuku siswa SDN 05 Kampung Pondok Kota Pariaman?
6. Mengetahui Pemeliharaan Kesehatan Pribadi siswa SDN 05 Kampung Pondok Kota pariaman?

## **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 Pariaman, sebagai bahan masukan untuk melakukan fungsi supervisi.
4. Bagi Dinas Kesehatan dan Puskesmas Kota Pariaman, 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 V PENUTUP**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang Pemeliharaan kesehatan pribadi Siswa Sekolah Dasar Negeri 05 Kampung Pondok Kota Pariaman. Dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Kesehatan pribadi siswa SDN 05 Kampung Pondok Kota Pariaman yang dilihat dari indikator kesehatan gigi dan mulut berada pada kategori Baik dengan persentase 62,13%
2. Kesehatan pribadi siswa SDN 05 Kampung Pondok Kota Pariaman yang dilihat dari indikator kesehatan kulit berada pada kategori Baik dengan persentase 62,10%.
3. Kesehatan pribadi siswa SDN 05 Kampung Pondok Kota Pariaman yang dilihat dari indikator kesehatan pakaian berada pada kategori sedang dengan persentase 59,52%.
4. Kesehatan pribadi siswa SDN 05 Kampung Pondok Kota Pariaman yang dilihat dari indikator kesehatan rambut berada pada kategori baik dengan persentase 62,67%.
5. Kesehatan pribadi siswa SDN 05 Kampung Pondok Kota Pariaman yang dilihat dari indikator kesehatan kuku berada pada kategori sedang dengan persentase 58,79%.
6. Kesehatan pribadi siswa SDN 05 Kampung Pondok Kota Pariaman yang dilihat secara keseluruhan tanpa membedakan indikator berada pada kategori baik dengan persentase 61,04%.

## **B. Saran**

### 1. Bagi Peneliti

Diharapkan hasil penelitian ini bisa memotivasi peneliti untuk mengadakan penelitian lebih lanjut tentang kesehatan pribadi anak usia sekolah dasar dengan variabel yang berbeda

### 2. Bagi Kepala Sekolah

Diharapkan Kepala Sekolah meningkatkan pembinaan murid khususnya tentang kesehatan dan juga mengaktifkan kembali peran dokter kecil dalam kegiatan UKS untuk membantu pemantauan kesehatan murid

### 3. Bagi Dinas Pendidikan dan Pengajaran Kota Pariaman.

Diharapkan adanya supervisi terhadap pelaksanaan UKS di sekolah secara berkala

### 4. Bagi Dinas Kesehatan dan Puskesmas Kota Pariaman.

Diharapkan ada kerjasama dengan setiap sekolah dasar secara berkesinambungan dan mengadakan pemeriksaan rutin terhadap kesehatan anak setiap bulan ke sekolah-sekolah

### 5. Bagi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Diharapkan adanya peningkatan materi perkuliahan pendidikan kesehatan sekolah

### 6. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti faktor-faktor lain, seperti sarana dan prasarana, motivasi, dukungan petugas kesehatan yang dapat mempengaruhi kesehatan pribadi anak usia sekolah dasar

**DAFTAR PUSTAKA**

- Anas. (1991). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta : Rajawali
- Depkes. (2002). *Cara Melaksanakan UKS di Sekolah Dasar*. Jakarta: Erlangga.
- Depkes RI. (2005). *Perilaku Hidup Sehat*. Jakarta: Pusat Promosi Kesehatan.
- Kus irianto. (2004). *Gizi dan Pola Hidup Sehat*. Bandung: CV. YramaWidya.
- Lenita. (2006). *Memelihara Kesehatan Gigi dan Mulut*. Jakarta: CV. Indradjaya.
- Lukman Ali. (2005). *Kamus Besar Bahasa Indonesia* Jakarta: Balai Pustaka.
- Mu'rifah .(2001). *Pendidikan Kesehatan*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi.
- Purnomo Ananto. (2006). *Usaha Kesehatan Sekolah Di Sekolah Dasar dan Madrasah Ibtidaiyah*. Bandung: CV. Yrama Widya.
- Ramadhani. (2014). *Pelaksanaan Kegiatan Usaha Kesehatan Sekolah Di Sekolah Dasar Negeri 32 Air Batumbuk Kecamatan Gunung Talang Kota Solok*. Skripsi: FIK UNP.
- Rositawaty dan Aris Muharam. (2008). *Senang Belajar Ilmu Pengetahuan Alam*. Jakarta: Pusat Perbukuan.
- Rozi. (2000). *Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Intan Pariwara.
- Riduwan. (2005). *Skala Pengukuran Variabel-variabel Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi, Arikunto (2006) *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Santoso, Anne (2009). *Dasar-dasar Keperawatan Masyarakat Edisi 2*. Jakarta: EGC Kedokteran.
- Sekaran Uma, 2006, *Metodologi Penelitian untuk Bisnis*, Edisi 4, Buku 1, Jakarta: Salemba Empat.
- Undang-Undang RI NO. 36 Tahun 2009 *Tentang Kesehatan Bersama Penjelasannya*. Sulawesi Barat.