

**STUDI TENTANG KESEHATAN PRIBADI PADA SISWA SEKOLAH PESANTREN
MODREN TERPADU PROF Dr HAMKA YAYASAN WAWASAN ISLAM INDONESIA
KECAMATAN BATANG ANAI KABUPATEN PADANG PARIAMAN SUMBAR**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai
Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Pada
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang*



Oleh

**INDRO JAYA
NIM. 56219**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2016**

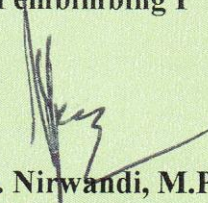
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

**STUDI TENTANG KESEHATAN PRIBADI PADA SISWA SEKOLAH
PESANTREN MODERN TERPADU PROF. DR. HAMKA YAYASAN
WAWASAN ISLAM INDONESIA KECAMATAN BATANG ANAI
KABUPATEN PADANG PARIAMAN SUMATERA BARAT**

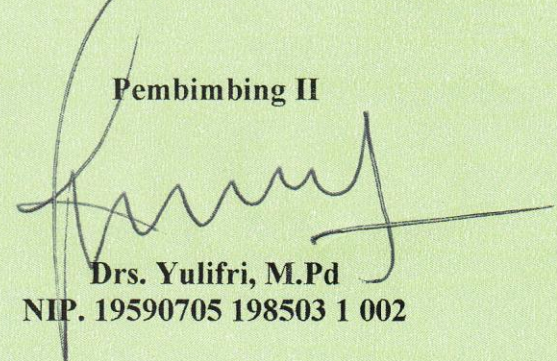
Nama : Indro Jaya
NIM : 56219
Program studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Agustus 2016

Pembimbing I


Drs. Nirwandi, M.Pd
NIP. 19580914 198102 1 001

Pembimbing II


Drs. Yulifri, M.Pd
NIP. 19590705 198503 1 002

**Mengetahui,
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga**


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

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*

Judul : Studi Tentang Kesehatan Pribadi pada Siswa Sekolah
Pesantren Modern Terpadu Prof. Dr. Hamka Yayasan
Wawasan Islam Indonesia Kecamatan Batang Anai
Kabupaten Padang Pariaman Sumatera Barat

Nama : Indro Jaya
NIM : 56219
Program studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Agustus 2016

Tim penguji

	Nama
Ketua	: Drs. Nirwandi, M.Pd
Sekretaris	: Drs. Yulifri, M.Pd
Anggota	: Drs. Zarwan, M.Kes
Anggota	: Drs. Ali Umar, M.Kes
Anggota	: Drs. Syahrastani, M.Kes AIFO

Tanda Tangan

1. 

2. 

3. 

4. 

5. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “**Studi Tentang Kesehatan Pribadi pada Siswa Sekolah Pesantren Modren Terpadu Prof. Dr. Hamka Yayasan Wawasan Islam Indonesia Kecamatan Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman**”, adalah asli karya saya sendiri;
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing;
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan didalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada keperpustakaan;
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karna karya tulis ini, serta sanksi lain nya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, September 2016
Yang membuat pernyataan



Indro Jaya
NIM. 56219/2010

ABSTRAK

Indro Jaya 56219 : Studi Tentang Kesehatan Pribadi Pada Siswa Sekolah Pesantren Modren Terpadu Prof Dr Hamka Yayasan Wawasan Islam Indonesia Kecamatan Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya hasil belajar Pada Siswa Sekolah Pesantren Modren Terpadu Prof. Dr Hamka Yayasan Wawasan Islam Indonesia Kecamatan Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman disebabkan oleh berbagai faktor salah satunya di pengaruhi oleh faktor kesehatan pribadi. penelitian ini bertujuan untuk melihat tingkat kesehatan pribadi pada siswa Pesantren Modren Terpadu Prof Dr Hamka.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. populasi penelitian ini berjumlah 218 orang. Teknik pengambilan sampel di ambil secara *porposive sampling*. sampel dalam penelitian ini berjumlah 44 orang. teknik pengambilan data dalam penelitian ini adalah menyebarkan angket dengan menggunakan *skala Guttman* kepada responden. Teknik analisis data adalah menggunakan distribusi frekuensi atau teknik presentase.

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa studi tentang kesehatan pribadi Variabel (1) tingkat kesehatan gigi pada siswa pada PMT hamka masih perlu di perbaiki dan di tingkatkan lagi. karena masih berada pada kategori sedang dengan presentase 49,51 %. (2) Kesehatan Kulit siswa pada PMT Hamka berada pada kategori sedang dengan presentase 45,12 %.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis sampaikan kehadirat Allah SWT, karena berkat limpahan rahmat dan karunia-NYA lah penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini yang berjudul ” **Studi Tentang kesehatan Pribadi Pada Siswa Sekolah Pesantren Modren Terpadu Prof Dr Hamka Yayasan Wawasan Islam Indonesia Kecamatan Btang Anai Kabupaten Padang Pariaman**”.

Adapun tujuan penulisan skripsi ini adalah dalam rangka menyelesaikan program studi untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan Jenjang Program Strata (S1) pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam penulisan skripsi ini penulis telah berusaha semaksimal mungkin dengan kemampuan yang ada untuk mendapatkan hasil yang terbaik, namun sebagai manusia penulis menyadari tidak terlepas dari keterbatasan dan kekurangan sesuai dengan ilmu pengetahuan yang dimiliki. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun, demi kesempurnaan isi dari penelitian ini.

Dalam penulisan skripsi ini penulis banyak menemukan permasalahan mulai dari persiapan, pengambilan data, pengolahan data sampai penyusunan laporan, akan tetapi berkat rahmat dan hidayahnya Allah SWT, serta bantuan dari berbagai pihak, alhamdulillah skripsi ini dapat diselesaikan. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Orang tua yang telah memberikan dorongan moril maupun materil sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

2. Drs. Syafrizar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Drs. Zarwan, M.Kes selaku ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Universitas Negeri Padang
4. Nurul Ikhsan, S.Pd,M.Pd selaku Sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga
5. Drs. Nirwandi, M.Pd dan Bapak Drs.Yulifri, M.Pd sebagai pembimbing I dan Pembimbing II.
6. Drs. Zarwan,M.Kes, Drs. Ali Umar, M.Kes dan drs. Syahrastani, M.Kes AIFO selaku Tim Penguji Skripsi
7. Seluruh Staf pengajar di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
8. Bapak / Ibuk Guru Pondok Pesantren Modern Terpadu Prof. Dr. Hamka
9. Sahabat seperjuangan teman-teman BP 2010 Penjaskesrek

Semoga bimbingan, saran petunjuk serta bantuan yang telah diberikan kepada penulis, akan menjadi amal ibadah dan diridhoi oleh Allah SWT, Amin ya Robbal A'lamin.

Penulis, Agustus 2016

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERSETUJUAN	
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	5
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Kajian Teori.....	7
1. Pengertian Kesehatan Pribadi.....	7
2. Kesehatan Gigi	10
3. Kesehatan Rambut.....	15
4. Kesehatan Kuku	16
5. Kesehatan Mata.....	17
6. Kesehatan Kulit	17
B. Kerangka Konseptual	23
C. Pertanyaan penelitian	23
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis, Tempat dan Waktu Penelitian	24
B. Populasi dan Sampel	24
C. Jenis dan Sumber Data	26
D. Teknik dan Alat Pengumpulan Data	26
E. Teknik Analisis Data.....	26

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data.....	28
B. Analisa Data	28
C. Pembahasan.....	30

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	35
B. Saran	36

DAFTAR PUSTAKA	37
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN	39
-----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Table	Halaman
1. Populasi Penelitian tingkat SMP	25
2. Populasi Penelitian tingkat SMA	25
3. Sampel Penelitian	25
4. Kriteria Perbandingan untuk Menentukan Tingkat Kesehatan Pribadi Siswa	27
5. Distribusi Frekuensi Kesehatan Gigi	29
6. Distribusi Frekuensi Kendala yang Berhubungan dengan Kesehatan Kulit	30

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konsep Kesehatan Pribadi	23

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kisi-Kisi Angket	39
2. Angket Penelitian	41
3. Dokumentasi penelitian	43
4. Surat izin penelitian dari fakultas	50
5. Surat izin penelitian dari dinas pendidikan	51
6. Surat keterangan telah melakukan penelitian di SMP Pesantren Modern terpadu Prof. Dr. Hamka	51

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. Pembangunan yang dilaksanakan sekarang dititik beratkan pada pembangunan manusianya. Dalam hal ini membutuhkan manusia-manusia yang berkualitas baik fisik maupun mental.

Belajar akan menghasilkan perubahan-perubahan dalam diri seseorang. Untuk mengetahui sampai seberapa jauh perubahan yang terjadi, perlu adanya penilaian. Begitu juga dengan yang terjadi pada seorang siswa yang mengikuti suatu pendidikan selalu diadakan penilaian dari hasil belajarnya. Penilaian terhadap hasil belajar seorang siswa untuk mengetahui sejauh mana telah mencapai sasaran belajar inilah yang disebut sebagai prestasi belajar

Hal ini sesuai dengan tujuan Penyelenggaraan pembangunan di sekolah-sekolah dalam sistem pendidikan Nasional yang sedang berlangsung mengacu pada Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 tahun 2003 adalah sebagai berikut:

“Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan yang maha esa, berakhlak mulia, sehat dan beriman, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab”

Belajar merupakan suatu aktifitas yang dilakukan secara sadar atau mendapatkan sejumlah kesan dari bahan yang telah dipelajari, sehingga terjadilah perubahan dalam diri individu. Artinya belajar dikatakan berhasil bila terjadi perubahan dalam diri individu". Menurut Sardiman, (2007:26) hasil belajar tersebut meliputi: "a) hal ikhwal keilmuan dan pengetahuan, konsep atau fakta (kognitif), b) hal ikhwal personal, kepribadian atau sikap (afektif), c) hal ikhwal kelakuan, keterampilan atau penampilan (psikomotorik)".

Seorang siswa untuk dapat memperoleh hasil belajar dengan nilai baik, banyak faktor yang mempengaruhinya, antara lain adalah kemampuan guru dalam mengajar, metoda dan media pembelajaran, motivasi siswa dalam belajar, sarana dan prasarana, kesegaran jasmani, lingkungan belajar yang kondusif, sosial ekonomi orang tua, status gizi siswa, tingkat kesegaran jasmani, lingkungan belajar siswa, kesehatan pribadi siswa dan sebagainya.

Kesehatan pribadi merupakan suatu salah satu faktor yang berpengaruh terhadap hasil belajar seorang siswa, karena jika seorang siswa memiliki kesehatan pribadi yang baik maka aktifitas yang di lakukan siswa tersebut akan menghasilkan suatu nilai yang baik juga begitu juga pada Sekolah Pesantren Modren Terpadu Prof Dr Hamka Yayasan Wawasan Islam Indonesia Kecamatan Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman dalam memperoleh hasil belajar yang baik sangat di pengaruhi oleh faktor kesehatan pribadi

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 karna sangat berpengaruh terhadap aktifitas yang mereka lakukan.

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).

Namun kenyataan yang di temukan pada Sekolah PMT Hamka Yayasan Islam Indonesia Padang Pariaman Sumbar belum seperti yang di harapkan, karena pada kenyataannya masih banyaknya siswa yang mengalami masalah pada kesehatan pribadinya seperti banyaknya siswa yang mengalami sakit gigi, sakit kulit, sakit mata, dan kesehatan tubuh yang sering terganggu, sehingga hal ini sangat berpengaruh kepada hasil belajar Siswa di sekolah tersebut. Pelaksanaan kesehatan pribadi siswa mempunyai andil yang sangat penting dalam rangka mewujudkan hasil belajar yang baik dan pendidikan dasar seperti yang telah dikemukakan yaitu memelihara kesehatan jasmani dan rohani.

Berdasarkan fenomena di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "**Studi Tentang Kesehatan Pribadi Pada Siswa Sekolah Pesantren Modren Terpadu Prof Dr Hamka Yayasan Wawasan Islam Indonesia Kecamatan Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman Sumbar**".

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 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 gigi
2. Kesehatan kulit

D. Perumusan Masalah

Rurumusan masalah penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana kesehatan gigi para siswa PMT Yayasan Wawasan Islam Indonesia Kecamatan Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman Sumbar
2. Bagaimanakah kesehatan kulit para siswa Yayasan Wawasan Islam Indonesia Kecamatan Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman Sumbar

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui kesehatan gigi siswa PMT Hamka Yayasan Wawasan Islam Indonesia Padang Pariaman Sumbar .
2. Untuk mengetahui kesehatan kulit siswa PMT Hamka Yayasan Wawasan Islam Indonesia Padang Pariaman Sumbar.

F. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti, untuk mendapat gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Bagi siswa sebagai bahan masukan agar lebih memelihara Kesehatan Pribadinya.
3. Bagi Kepala Sekolah sebagai bahan masukan untuk pengembangan program kesehatan pribadi siswa.
4. Bagi Pengurus Asrama sebagai bahan masukan Untuk lebih memperhatikan hal-hal yang akan mengganggu kesehatan pribadi siswa, terutama dilingkungan Asrama.

5. Bagi Dinas Kesehatan dan Puskesmas setempat , 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 UNP.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat dikemukakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Sekolah PMT Hamka Yayasan Wawasan Islam Kecamatan Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman 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 Sekolah PMT Hamka Yayasan Wawasan Islam Kecamatan Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman 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 Sekolah PMT Hamka Yayasan Wawasan Islam Kecamatan Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman termasuk kedalam, kategori kurang terlaksana.

2. Peserta didik di Sekolah PMT Hamka Yayasan Wawasan Islam Kecamatan Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman 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 Sekolah PMT Hamka Yayasan Wawasan Islam Kecamatan Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman 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.

DAFTAR PUSTAKA

- Depkes. (1995). *Materi Tentang Kesehatan untuk Guru UKS*. Jakarta: Depkes RI
- Depkes (2002). *Cara Melaksanakan UKS di Sekolah Dasar*. Jakarta
- Depkes (1997). *Pedoman Pelayanan Kesehatan untuk Sekolah Tingkat*
- 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
- Sugiono. 2012. *Metodologi Penelitian*. Bandung: Alfa Beta.
- Sonti MS. 1997. *Kesehatan Remaja*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Pusat Kesegaran Jasmanii dan Rekreasi
- <http://penjasfok.blogspot.com/p/kesehatan.htm>. diakses 11 November 2014
- <http://aselhudangmanagement.blogspot.com/2013/04/kesehatan-pribadi-personal-hygene.html> diakses 11 November 2014
- <http://smagasmagetan.blogspot.com/2010/11/kesehatan-pribadi-personal-hygiene.html>. diakses 11 November 2014
- <http://blogspot.com.mamfaat-kesehatan-pribadi.html>.diakses 11 November 2014
- <http://childroaddotnet.wordpress.com/2012/02/07/sap-kesehatan-gigi-dan-mulut/>. Diakses 16 November 2014
- <http://unsur.kesehatan.pribadi.blogspot.com/2016.cps>. diakses Agustus 2016
- Ridwan. (2005). *Skala Pengukuran Variabel-variabel Penelitian*. Bandung Alfabeta.