

**TINJAUAN KESEHATAN PPRIADI SISWA SEKOLAH MENENGAH
PERTAMA NEGERI 18 MERANGIN KECAMATAN TABIR ILIR
KABUPATEN MERANGIN**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga
Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh:

**DANI ANANDA FRESTU
NIM. 1107179**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2017**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

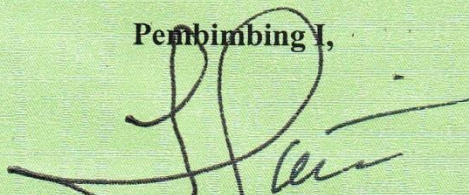
**TINJAUAN KESEHATAN PRIBADI SISWA SEKOLAH MENENGAH
PERTAMA NEGERI 18 MERANGIN KECAMATAN TABIR ILIR
KABUPATEN MERANGIN**

Nama : Dani Ananda Frestu
NIM : 1107179
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi

Disahkan oleh

Padang, Agustus 2017

Pembimbing I,



Drs. Jonni, M.Pd
NIP. 19600604 198602 1 001

Pemimbing II,



Drs. Ali Umar, M.Kes
NIP. 19550309 198603 1 006

Mengetahui
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Zarwan, M.Kes.
NIP. 19611230198803 1 003

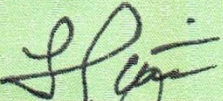
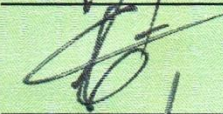
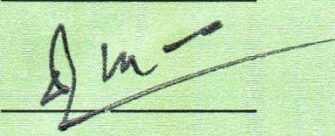
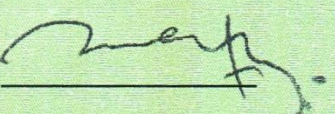
PENGESAHAN SKRIPSI

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

Judul : Tinjauan Kesehatan Pribadi Siswa Sekolah Menengah
Pertama Negeri 18 Merangin Kecamatan Tabir Ilir
Kabupaten Merangin
Nama : Dani Ananda Frestu
NIM : 1107179
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Universitas : Universitas Negeri Padang

Padang, Agustus 2017

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs. Jonni, M.Pd	1. 
2. Sekretaris	: Drs. Ali Umar, M.Kes	2. 
3. Anggota	: Drs. Zarwan, M.Kes	3. 
4. Anggota	: Dra. Darni, M.Pd	4. 
5. Anggota	: dr. Eldawaty, MH.Kes	5. 

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tesis dengan judul “Tinjauan Kesehatan Pribadi Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 18 Merangin Kecamatan Tabir Ilir Kabupaten Merangin” adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di Universitas Negeri Padang, maupun di Perguruan Tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan tim pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan pada daftar rujukan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini maka saya bersedia menerima sanksi akademik, berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, September 2017
Saya yang menyatakan,


The stamp includes the text 'KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN', 'REPUBLIK INDONESIA', and a unique identification number '2D20AEF514289595'. Below the stamp is a large handwritten signature.

DANI ANANDA FRESTU
NIM. 1107179

ABSTRAK

Dani Ananda Frestu 1107179 Tinjauan Kesehatan Pribadi Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 18 Merangin Kecamatan Tabir Ilir Kabupaten Merangin

Penelitian ini berawal dari kenyataan yang ada di SMPN 18 Merangin Kecamatan Tabir Ilir Kabupaten Merangin bahwa ada beberapa siswa yang kurang memperhatikan kesehatan pribadinya masing-masing, seperti: baju yang kumal, rambut yang tidak disisir, kuku yang panjang serba hitam, kulit ada yang panuan serta ada tukak, bahkan ada juga siswa yang tidak gosok gigi sebelum berangkat ke sekolah, oleh sebab itu peneliti sangat tertarik meneliti tentang kesehatan pribadi siswa tersebut. Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimanakah kesehatan pribadi siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 18 Merangin Kecamatan Tabir Ilir Kabupaten Merangin.

Penelitian ini bersifat deskriptif, populasi penelitian ini adalah seluruh warga SMPN 18 Tabir Ilir, dengan berbagai pertimbangan adapun Sampel penelitian ini sebanyak 40 orang dengan menyamakan usia 13 tahun saja. Jenis data dalam penelitian ini adalah bersifat primer dan sekunder. Data pada penelitian diperoleh dengan menggunakan cara observasi, wawancara dan kuesioner atau dengan penyebaran angket.

Dari hasil penelitian ini terlihat bahwa tinjauan kesehatan pribadi siswa SMPN 18 Merangin Kecamatan Tabir Ilir Kabupaten Merangin adalah sebagai berikut : 1) pemeliharaan kesehatan kulit siswa Siswa sebesar 68 % berada pada kategori Baik, 2) Tingkat capaian indikator pemeliharaan kesehatan kuku siswa Siswa sebesar 73%, berada pada kategori Baik, 3) Tingkat capaian indikator pemeliharaan kesehatan gigi siswa Siswa sebesar 69% berada pada kategori Baik, 4) Tingkat capaian indikator pemeliharaan kesehatan rambut siswa Siswa sebesar 68%, berada pada kategori Baik.

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penullis ucapkan kehadiran Allah Yang Maha Esa, atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “TinjauanKesehatan Pribadi Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 18 Merangin Kecamatan Tabir Ilir Kabupaten Merangin”.

Penulisan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pembaca demi kesempurnaan tulisan ini.

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

1. Drs. Syafrizar, M.Pd, Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal selama mengikuti perkuliahan hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Drs. Zarwan, M.Kes Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga peneliti dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.
3. Drs. Jonni, M.Pd selaku pembimbing I dan Drs. Ali Umar, M.Kes selaku pembimbing II yang telah memberikan motivasi, dorongan, sumbangan pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti dalam penulisan skripsi ini.

4. Drs. Zarwan, M.Kes, dr. Eldawaty, MH.Kes, Dra. Darni, M.Pd selaku penguji yang telah memberikan motivasi, pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti dalam penulisan skripsi ini.
5. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama penulis mengikuti perkuliahan.
6. Kepala Sekolah Menengah Pertama Negeri 18 Merangin Kecamatan Tabir Ilir Kabupaten Merangin yang telah membantu penulis memberikan kemudahan dan izin untuk melakukan penelitian.
7. Guru staf pengajar dan pegawai tata usaha Sekolah Menengah Pertama Negeri 18 Merangin Kecamatan Tabir Ilir Kabupaten Merangin yang telah membantu penulis dalam memberikan data penelitian.
8. Kedua orangtua ku yang telah mendukung dan selalu mendoakan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, tanpa doa dan dukungan merka penulis tidak dapat apa-apa

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

Padang, Agustus 2017

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI :.....	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Pembatasan Masalah	7
D. Perumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	9
BAB II TINJUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	11
1. Kesehatan Pribadi.....	11
2. Macam-Macam Pemeliharaan Kesehatan Pribadi	12
3. Usaha Penerapan Budaya Hidup Sehat Melalui UKS.....	25
4. Pelayanan Kesehatan.....	33
5. Lingkungan Sekolah Sehat.....	36
B. Kerangka Konseptual	40
C. Pertanyaan Penelitian	41

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	43
B. Tempat dan Waktu Penelitian	43
C. Populasi dan Sampel	43
D. Jenis dan Sumber Data	45
E. Teknik dan Alat Pengumpulan Data	46
F. Teknik Analisa Data.....	46

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Penelitian.....	47
B. Pembahasan.....	55

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	63
B. Saran.....	63

DAFTAR PUSTAKA.....	65
----------------------------	-----------

LAMPIRAN	66
-----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Sampel.....	44
2. Sample Penelitian.....	45
3. Tingkat Pembandingan Kriteria	46
4. Frekuensi Jawaban Kesehatan Kulit	48
5. Distribusi Hasil Data Penelitian.....	48
6. Frekuensi Jawaban Pemeliharaan Kesehatan Kuku.....	50
7. Distribusi Hasil Data Penelitian.....	50
8. Frekuensi Jawaban Kesehatan Gigi	52
9. Distribusi Hasil Data Penelitian.....	52
10. Frekuensi Jawaban Kesehatan Rambut.....	54
11. Distribusi Hasil Data Penelitian.....	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual	41
2. Histogram Kesehatan Kulit	49
3. Histogram kesehatan kuku	51
4. Histogram Kesehatan Gigi	53
5. Histogram Kesehatan Rambut.....	55

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kisi-kisi Angket	66
2. Instrumen Penelitian.....	67
3. Data Mentah Kesehatan Pribadi Siswa (Kulit) Smpn 18 Merangin Kecamatan Tabir Ilir	70
4. Hasil Pengolahan Data	74
5. Foto Penelitian	75

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kesehatan merupakan dasar untuk peningkatan dan pembinaan kesegaran jasmani. Salah satu modal bentuk pembangunan adalah sumber daya manusia yang sehat, yaitu fisik, mental, dan sosial. Agar manusia Indonesia berproduktifitas yang optimal diperlukan derajat kesehatan yang tinggi. Supaya hidup sehat kita harus membiasakan makanan yang cukup dan baik mutunya, menjaga kesehatan diri (badan dan pakaian) dan lingkungannya. Hal ini tercantum didalam 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 sumberdaya manusia yang produktif secara social dan ekonomis”.

Pengertian sehat menurut World Health Organization (WHO) tahun 1945 dalam Mariyati Sukarni (1989:1) adalah sebagai berikut: “*Health is state of complete physical mental and social well-being and not merely the absence of disease and infirmity*”, sedangkan menurut Hanlon dalam Mariyati Sukarni (1989:1) menyatakan bahwa sehat itu mencakup keadaan pada diri seseorang secara menyeluruh untuk tetap mempunyai kemampuan melakukan tugas fisiologis maupun psikologis penuh.

Pada hakekatnya derajat kesehatan dipengaruhi oleh empat faktor penentu yaitu: faktor bawaan, pelayanan kesehatan, perilaku dan faktor

lingkungan (fisik, biologik dan kemasyarakatan). Dua faktor tersebut terakhir merupakan faktor penentu yang sangat besar pengaruhnya terhadap derajat kesehatan masyarakat. Faktor-faktor penentu ini berada di dalam kondisi interaksi dinamik dengan faktor-faktor kependudukan (jumlah, jenis, distribusi dan rehabilitasi), sosial budaya, ekologi, sumber daya alam dan ekonomi

Berdasarkan uraian diatas bahwa pembangunan dibidang kesehatan dititik beratkan pada kesehatan pribadi manusianya. Kesehatan yang tidak baik sangat sulit bagi seseorang mengembangkan potensinya, memelihara kesehatan pribadi merupakan langkah awal untuk mengusahakan masyarakat yang baik. Melalui pendidikan kesehatan, siswa dapat mengetahui bagaimana berperilaku yang baik dan pencegahan penyakit.

Dalam pendidikan kesehatan meliputi kesehatan pribadi, kesehatan lingkungan dan pelayanan kesehatan. Dasarnya kesehatan pribadi dapat disebut juga sebagai kesehatan perorangan. Menurut Depkes RI (1995:7) kesehatan pribadi dibagi dalam ruang lingkup kesehatan yang mempelajari mengenai beberapa hal, yaitu:

- 1)Memelihara kesehatan kulit, 2) memelihara kebersihan rambut, 3) memelihara kebersihan mata, 4) memelihara kebersihan kuku, 5) memelihara kebersihan hidung, 6) memelihara kebersihan telinga, 7) memelihara kebersihan mmulut dan gigi, 8) memelihara kebersihan kaki, 9) memelihara kebersihan pakaian, 10) memelihara kebersihan sesudah buang air besar dan buang air kecil, 11)pemeriksaan kesehatan.

Berdasarkan kutipan diatas diharapkan dengan pemberian materi ini dapat meningkatkan poertumbuhan dan perkembangan anak yang harmonis dan tidak mengalami gangguan kesehatan. Terlihat bahwa kesehatan yang

diutamakan pada peningkatan kehidupan manusia karna tanpa kesehatan yang baik manusia akan sulit beraktifitas, kesehatan adalah kesehatan badan, rohani (mental) dan social, bukan keadaan yang bebas dari penyakit cacat, kelemahan. Dalam semboyan olahraga “dalam tubuh yang sehat terdapat otak yang cerdas” semboyan itu memiliki arti bahwa seseorang memiliki jasmani yang sehat akan memiliki pikiran yang sehat pula., dengan kesehatan seseorang akan mampu berfikir secara kritis dan kreatif. Untuk menilai kesehatan seseorang kita tidak terlepas dari kesehatan, kebersihan dan kerapian semua aspek yang ada dalam individu tersebut.

Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) adalah sebuah program pemerintah untuk meningkatkan pelayanan kesehatan, pendidikan kesehatan dan pembinaan lingkungan sekolah sehat atau kemampuan hidup sehat bagi warga sekolah. Menurut Notoatmojo (2007) pendidikan kesehatan dapat menghasilkan perubahan atau peningkatan dan akan berpengaruh pada sikap dan perilaku, sementara menurut Depkes RI (2006) Usaha Kesehatan Sekolah adalah wahana untuk belajar mengajar meningkatkan kemampuan hidup sehat, sehinggameningkatkan pertumbuhan dan perkembangan peserta didik harmonis dan optimal agar menjadi sumber daya manusia yang berkualitas.

Adapun pembinaan UKS pada tingkat kabupaten dan kecamatan dibentuk dengan membentuk tim pembina usaha kesehatan sekolah (TPUKS) adapun macam-macam dari kegiatannya antara lain : pembinaan sarana keteladanan gizi seperti kantin sekolah, pembinaan keteladanan lingkungan dan wawasan pengelola sampah, SPAL, WC, Kamar mandi, kebersihan

kantin sekolah, ruang UKS, ruang kelas, usaha mencegah pengendalian vector penyakit, pembinaan keteladanan pembinaan personal peserta didik dengan pemeriksaan rutin kebersihan kuku, telinga, rambut gigi serta dengan mengajarkan cara gosok gigi yang benar, forum komunikasi terpadu dan pencatatan serta pelaporan rutin.

Adapun kegiatan yang dilakukan di UKS tersebut meliputi : a) pemeriksaan kesehatan (gigi, mulut mata, telinga, tenggorokan, kulit, dan rambut), b) pemeriksaan perkembangan kecerdasan, c) pemberian imunisasi, d) penemuan kasus-kasus dini, d)pemberian imunisasi, e) pengobatan sederhana, f) pertolongan pertama dan g) rujukan.

Betapa perlunya penjagaan kesehatan pribadi yang dimulai dari usia dini atau sekolah akan memberikan dampak yang baik untuk kelanjutan masa depan peserta didik, serta membiasakan diri dengan kehidupan yang sehat. Sekolah juga memberikan pelayanan kesehatan pada peserta didiknya dengan cara mendatangkan petugas kesehatan puskesmas yang bekerja sama dengan sekolah. Pelayanan pada semua peserta didik dilakukan secara periodic sehingga dapat terpantau keluhan dari peserta didik itu sendiri, kegiatan tersebut menjurus pada peningkatan kebersihan pribadi siswa diharapkan memiliki pengetahuan, sikap, dan keterampilan untuk menerapkan kebersihan pribadi itu dalam kehidupan sehari-hari sebagai hasil belajar.

Adapun konteks Kesehatan meliputi: kesehatan lingkungan dan kesehatan pribadi. Kesehatan lingkungan meliputi kesehatan sekitar tempat tinggal seperti pemukiman masyarakat yang tinggal di pemukiman kumuh

atau yang rentan akan penyakit ataupun sekitar sekolah yang biasanya disebut dengan Unit Kesehatan Sekolah (UKS). Kesehatan lingkungan ini sangat mempengaruhi kesehatan pribadi seseorang karena seseorang yang memiliki daya tahan tubuh lemah berada pada lingkungan yang kumuh/kotor maka akan mudah terserang penyakit. Telah disinggung sebelumnya bahwa angka kesakitan dan angka kematian masih tinggi, yang disebabkan oleh karena terserang oleh penyakit menular. Berdasarkan penyebarannya, penyakit menular dibedakan menjadi dua, yaitu:

1. Secara langsung dari orang ke orang (*person to person*) secara ini disebabkan oleh kontak langsung, melalui ludah, semburan dari hidung atau mulut dan lainnya.
2. Cara lain adalah adalah cara yang tidak langsung yaitu:
 - a. Melalui benda-benda yang telah terkontaminasi misalnya alat-alat makan, alat-alat masak, makanan, minuman, susu dan lainnya.
 - b. Melalui vektor, secara mekanis yaitu misalya melalui sayap, kaki serangga yang membawa bibit penyakit dan secara biologis yaitu bibit penyakit akan berkembang biak di dalam tubuh serangga atau hewan lain kemudian menular kepada manusia melalui gigitan, cakaran atau luka. Kemudian cara melalui udara, yaitu bibit penyakit yang diudara masuk kedalam tubuh manusia melalui alat pernapasan melalui debu, lantai dan tanah.

Kesehatan dibagi menjadi enam, yaitu:(1) Kesehatan lingkungan, (2)Kesehatan ibu dan anak, (3) Kesehatan Remaja, (4) Kesehatan Keluarga,

(5) Kesehatan Lansia dan (6)Kesehatan Pribadi. Dalam pembahasan ini peneliti khusus akan membahas tentang kesehatan pribadi saja.

Adapun beberapa faktor yang mampu mempengaruhi kesehatan pribadi seseorang adalah: konsumsi makanan 4 sehat 5 sempurna seperti lauk pauk, buah-buahan yang mengandung gizi yang berguna untuk mencukupi gizi yang dibutuhkan oleh tubuh dan olahraga yang dilakukan secara sehat dan teratur guna membangun tubuh yang bugar serta istirahat yang cukup demi memperbaiki jaringan sel yang rusak.

Berdasarkan pengamat dan observasi peneliti di SMPN 18 Merangin Kec. Tabir Ilir Kab. Merangin bahwa ada siswa yang kurang memperhatikan kesehatan pribadi mereka masing-masing, seperti: Rambut yang panjang kurang rapi karna tidak disisir serta kusam karna jarang dicuci atau keramas, kuku hitam serta panjang dikarenakan jarang dipotong dan dirawat. Pakaian yang kumal (tidak bersih), bahkan ada yang tidak di gosok. Gigi yang kuning serta berkarang dikarenakan salah satunya jarang menggosok gigi disaat mandi bahkan tidak ada yang melakukan kontrol ke dokter minimal 6 bulan sekali. Kulit ada juga kulitnya yang panuan, tukak bahkan bernanah, serta kulitnya yang kering bisa dikatakan salah satunya karena kurangnya konsumsi makanan yang mengandung vitamin.

Dari beberapa faktor yang telah diperoleh dari pengamatan yang telah dilakukan peneliti masih ada faktor pendukung lainnya yang menjadi salah satu faktor tersebut adalah: kurangnya perhatian dari keluarga bahkan dari sekolah tentang kesehatan pribadi sehingga anak kurangnya pengetahuan tentang kesehatan pribadi, kurangnya anak mengkonsumsi makanan yang

bergizi seperti buah-buahan dan sayur-sayuran,dll. Maka berdasarkan penjelasan yang telah diamati oleh peneliti diatas maka penelititertarik sekali ingin mengetahui Tinjauan Kesehatan Pribadi SMPN 18 Merangin Kecamatan Tabir Ilir Kabupaten Merangin.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Kesehatan kulit
2. Kesehatan kuku
3. Kesehatan rambut
4. Kesehataan gigi
5. Pengetahuan siswa tentang kesehataan pribadi
6. Perhatian guru dalam pelayanan siswa tentang kesehatan pribadi
7. Kerja sama pihak sekolah dengan puskesmas

C. Faktor-faktor Masalah

1. Kesehatan kulit : Kulit area tubuh (badan, kaki, tangan dan dll)

Faktor dari kulit : kurangnya mengkonsumsi vitamin A, B, E, C , kurangnya kesadaran individu dalam merawat kulit sendiri, terlalu sering berada dibawah terik matahari, dll.

2. Kesehatan kuku : kuku kaki dan kuku tangan

Faktor dari kuku : kurangnya mengkonsumsi zat besi, seng dan vitamin B12, kurangnya kesadaran individu dalam merawat kukunya, sering

bermain area lumpur dan tanah serta jarang memotong kuku jika sudah panjang dan hitam.

3. Kesehatan rambut : rambut di kepala, area tubuh dll.

Faktor dari rambut : kurangnya kesadaran individu untuk merawat rambut, keramas jarang menggunakan shampoo, kurang mengkonsumsi vitamin A,C dan E.

4. Kesehatan gigi

Faktor dari gigi : kurangnya kesadaran diri dalam merawat gigi, kurangnya mengkonsumsi vitamin C, D dan kalsium serta terlalu sering mengkonsumsi yang manis-manis apalagi jarang menggosok gigi.

D. Pembatasan Masalah

Karena banyaknya penyebab masalah dan juga keterbatasan dana, waktu, serta literatur yang ada pada penulis, maka penulis membatasi yang akan diteliti hanya pada pemeliharaan kesehatan pribadi siswa, yang meliputi:

1. Pemeliharaan kesehatan kulit
2. Pemeliharaan kesehatan kuku
3. Pemeliharaan rambut
4. Pemeliharaan gigi

E. Perumusan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimanakah pemeliharaan kesehatan kulit siswa di SMPN 18 Merangin Kecamatan Tabir Ilir Kabupaten Merangin sudah baik?

2. Apakah pemeliharaan kesehatan kuku siswa di SMPN 18 Merangin Kecamatan Tabir Ilir Kabupaten Merangin sudah baik?
3. Bagaimanapemeliharaan kesehatan gigi siswa di SMPN 18 Merangin Kecamatan Tabir Ilir Kabupaten Merangin?
4. Apakah pemeliharaan kesehatan rambut siswa diSMPN 18 Merangin Kecamatan Tabir Ilir Kabupaten Merangin sudah baik?

F. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pelaksanaan pemeliharaan kesehatan pribadi siswa di SMPN 18 Merangin Kecamatan Tabir Ilir Kabupaten Merangin yang meliputi:

1. Pemeliharaan kesehatan kulit siswa di SMPN 18 Merangin Kecamatan Tabir Ilir Kabupaten Merangin.
2. Pemeliharaan kesehatan kuku pemeliharaan kesehatan kuku siswa di SMPN 18 Merangin Kecamatan Tabir Ilir Kabupaten Merangin
3. Pemeliharaan kesehatan gigi siswa diSMPN 18 Merangin Kecamatan Tabir Ilir Kabupaten Merangin
4. Pemeliharaan kesehatan rambut siswa di SMPN 18 Merangin Kecamatan Tabir Ilir Kabupaten Merangin.

G. Manfaat Penelitian

Penelitian diharapkan berguna untuk:

1. Penulis untuk memperoleh gelar sarjana pendiddikan (SPd) pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negri Padang.

2. Salah satu bahan masukan bagi pengelola UKS di SMPN 18 Merangin Kecamatan Tabir Ilir Kabupaten Merangin
3. Memberikan pedoman bagaimana menjaga kesehatan pribadi Bagi siswa SMPN 18 Merangin Kecamatan Tabir Ilir Kabupaten Merangin
4. Sebagai bahan perpustakaan dalam pengembangan ilmu pengetahuan bagi mahasiswa FIK UNP