

**TINJAUAN PENGETAHUAN KESEHATAN PRIBADI SISWA KELAS VII  
DI SMP NEGERI 03 PAINAN KABUPATEN PESISIR SELATAN**

**SKRIPSI**

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



**GENTA ISKANDAR  
NIM. 14086302**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLARAHAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2018**

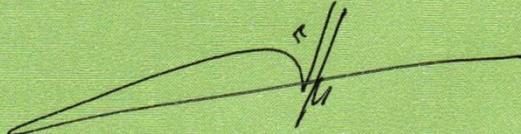
**HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI**

**TINJAUAN PENGETAHUAN KESEHATAN PRIBADI SISWA KELAS VII  
DI SMP NEGERI 03 PAINAN KABUPATEN PESISIR SELATAN**

Nama : Genta Iskandar  
BP/NIM : 2014/14086302  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, November 2018

Pembimbing,



Drs. Edwarsyah, M.Kes.  
NIP. 195912311988031019

Mengetahui,  
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Zarwan, M.Kes.  
NIP. 19591121 198602 1 006

## HALAMAN PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

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

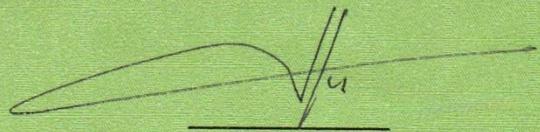
**Tinjauan Pengetahuan Kesehatan Pribadi Siswa Kelas VII di SMP Negeri 03  
Painan Kabupaten Pesisir Selatan**

Nama : Genta Iskandar  
Nim : 14086302/2014  
Jurusan : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

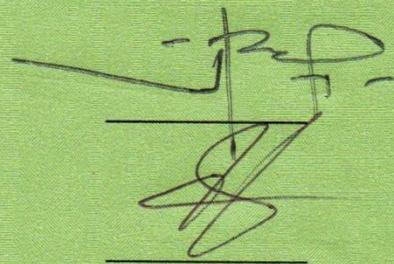
Padang, November 2018

TIM PENGUJI :

Ketua : Drs. Edwarsyah, M.Kes



Anggota : Dr. Kamal Firdaus, M.Kes.AIFO



Anggota : Drs. Deswandi, M.Kes.AIFO



## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Tinjauan Pengetahuan Kesehatan Pribadi Siswa Kelas VII Di SMP Negeri 03 Painan Kabupaten Pesisir Selatan”, adalah hasil karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian sayasendiri, 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 di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku

Padang, November 2018  
Yang membuat pernyataan



Genta Iskandar  
Nim.14086302

## ABSTRAK

### **Genta Iskandar (2018): Tinjauan Pengetahuan Kesehatan Pribadi Siswa Sekolah SMP Negeri 03 Painan Kabupaten Pesisir Selatan**

Dari gejala yang dilihat dilapangan diduga pengetahuan siswa tentang kesehatan masih kurang dan begitu juga lingkungan sekolah diamati itu kurang kebersihannya dan begitu juga observasi tentang usaha kesehatan sekolah kurang terlaksana sehingga pengetahuan kesehatan pribadi siswa kelas VII di sekolah SMP Negeri 03 Painan Kabupaten Pesisir Selatan kurang terlaksana dengan baik. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui tentang pengetahuan kesehatan pribadi siswa.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian ini seluruh siswa kelas VII sekolah SMP Negeri 03 Painan Kabupaten Pesisir Selatan yang berjumlah 160 orang. Sampel ditetapkan berdasarkan *stratified random sampling* sebesar 25% dari 160 orang siswa dengan jumlah 40 orang siswa. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan angket sampel penelitian. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan rumus analisis deskriptif yaitu  $P = \frac{F}{N} \times 100\%$ .

Hasil penelitian ini adalah : (1) pelaksanaan pengetahuan kesehatan kulit terlaksana sebesar 51,60%, artinya kriteria berada pada klasifikasi cukup. (2) pelaksanaan pengetahuan kesehatan gigi terlaksana sebesar 51,50%, artinya kriteria berada pada klasifikasi cukup. (3) pelaksanaan pengetahuan kesehatan rambut terlaksana sebesar 51,80%, artinya kriteria berada pada klasifikasi cukup. (4) pelaksanaan pengetahuan kesehatan kuku terlaksana sebesar 51,90%, artinya kriteria berada pada klasifikasi cukup.

**Kata Kunci : Kesehatan Pribadi**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada Penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi penelitian tentang **“Tinjauan Pengetahuan Kesehatan Pribadi Siswa Kelas VII Di SMP Negeri 03 Painan Kabupaten Pesisir Selatan”**. Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam penyelesaian skripsi ini Penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Drs. Ganefri, M.Pd, Ph.D selaku Rektor Universitas Negeri Padang beserta staf yang telah memberikan izin dalam pemakaian atau fasilitas yang ada untuk menyelesaikan skripsi ini.
2. Dr. Zalfendi, M.kes.AIFO selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang (FIK UNP). Yang telah memberikan kesempatan untuk menyelesaikan Perkuliahan di Fakultas Ilmu Keolahragaan.
3. Drs. Zarwan, M.Kes selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga. Yang telah memberikan masukan kepada penulis selama ini.
4. Drs. Edwarsyah, M.Kes sebagai Pembimbing Akademik sekaligus Pembimbing I yang telah menyediakan waktu, tenaga, pikiran dan kesabaran untuk membimbing Penulis selama dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Dr. Kamal Firdaus, M.Kes, AIFO dan Drs. Deswandi M.Kes, AIFO, sebagai penguji yang telah menyediakan tenaga, fikiran dan kesabaran untuk member penulis masukan dan nasihat dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Kepada Elda Mimi dan Iskandar serta Elvira Siska yang sangat kucintai yang banyak memberikan dukungan moral dan materil serta bimbingan do'anya yang tulus dan tak kunjung henti kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.
7. Rekan-rekan mahasiswa dan semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak bisa disebutkan satu per satu.

Semoga bantuan, bimbingan dan arahan serta dorongan yang telah diberikan kepada penulis mendapat pahala dan balasan dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan, untuk itu Penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga hasil penelitian ini nantinya bermanfaat bagi kita semua. Akhir kata Penulis ucapkan terima kasih.

Padang, November 2018

Penulis

## DAFTAR ISI

<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>BABI      PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Pembatasan Masalah .....	6
D. Perumusan Masalah .....	6
E. Tujuan Penelitian .....	6
F. Manfaat Penelitian .....	7
<b>BABII     KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. KajianTeori .....	8
1. Pendidikan kesehatan .....	8
2. Kesehatan Pribadi .....	9
3. Kesehatan Kulit .....	10
4. Kesehatan Telinga .....	14
5. Kesehatan Gigi .....	16
6. Kesehatan Mata .....	21
7. Kesehatan Rambut .....	23
8. Kesehatan Hidung .....	25
9. Kesehatan Tangandan Kuku .....	27
10. Kesehatan Pakaian .....	28
B. Kerangka Konseptual .....	31
C. Pertanyaan Penelitian .....	32

<b>BAB III</b>	<b>METODE PENELITIAN</b>	
	A. Jenis Penelitian.....	33
	B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	33
	C. Defenisi Operasional.....	33
	D. Populasi dan Sampel Penelitian .....	33
	E. Jenis dan Sumber Data.....	34
	F. Alat dan Pengumpulan Data.....	35
	G. Teknik Analisis Data.....	37
<b>BAB IV</b>	<b>HASIL PENELITIAN</b>	
	A. Hasil Penelitian .....	38
	B. Pembahasan.....	44
<b>BAB IV</b>	<b>PENUTUP</b>	
	A. Kesimpulan .....	50
	B. Saran.....	50
	<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	51
	<b>LAMPIRAN</b> .....	52

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Kategori penilaian skala likert.....	36
2. Distribusi klasifikasi Skor indikator Pengetahuan Kesehatan Kulit .....	38
3. Distribusi klasifikasi Skor indikator Pengetahuan Kesehatan Gigi.....	40
4. Distribusi klasifikasi Skor indikator Pengetahuan Kesehatan Rambut.....	41
5. Distribusi klasifikasi Skor indikator Pengetahuan Kesehatan Kuku.....	42
6. Distribusi Dari Ke 4 Variabel.....	44

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1. Kerangka konseptual pengetahuan kesehatan pribadi.....	31
2. Histogram Pengetahuan Kesehatan Kulit.....	39
3. Histogram Pengetahuan Kesehatan Gigi.....	40
4. Histogram Pengetahuan Kesehatan Rambut.....	42
5. Histogram Pengetahuan Kesehatan Kuku.....	43

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
1. Kisi-kisi Angket .....	52
2. Petunjuk Pengisian Angket .....	53
3. Data Mentah Pengetahuan Kesehatan Kulit .....	58
4. Data Mentah Pengetahuan Kesehatan Gigi .....	59
5. Data Mentah Pengetahuan Kesehatan Rambut .....	60
6. Data Mentah Pengetahuan Kesehatan Kuku .....	61

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Kesehatan merupakan hal yang sangat penting yang harus dimiliki setiap orang. Dengan memiliki kesehatan yang baik maka kita dapat beraktifitas sesuai dengan keinginan kita. Untuk mendapatkan kesehatan tersebut manusia harus mempunyai kesadaran yang tinggi agar selalu sehat. Sebagaimana ditegaskan UU RI No.36 tahun 2009 tentang kesehatan BAB, II pasal 3: “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 yang produktif secara social dan ekonomis”.

Hidup sehat harus ditanamkan sejak dini. Dimulai dari pendidikan dasar baik dirumah maupun disekolah. Karena hidup sehat merupakan kebiasaan yang di butuhkan keseriusannya dalam pemahamannya hidup sehat pada setiap anak. Pemahaman hidup sehat harus diawali dari individu anak untuk dapat mengerti pengetahuan tentang kesehatan pribadi masing- masing.

Disekolah siswa harus mendapatkan pemahaman pendidikan tentang kesehatan, seperti halnya pemahaman tentang pendidikan jasmani olahraga kesehatan. Guru pendidikan jasmani olahraga kesehatan harus memahami tentang kurikulum yang akan dilaksanakannya. Pendidikan jasmani cukup besar pengaruhnya terhadap kesehatan siswa Karena dengan berolahraga

siswa akan menjadi sehat. Dalam kegiatannya siswa dituntut untuk bergerak, seperti bola kaki, silat, atletik dan senam, itu merupakan kegiatan yang membutuhkan gerak. Sejalan dengan itu dalam pendidikan jasmani olahraga kesehatan tidak cukup bergerak saja, belum tentu siswa yang giat berolahraga bisa dikatakan sehat. Pada materi pendidikan jasmani juga ada materi kesehatan yang membahas tentang gizi, makanan yang sehat, dan juga masalah kesehatan pribadi siswa, materi kesehatan ini siswa mengetahui gizi yang harus dikonsumsi tubuh, makanan yang sehat begitu juga dengan kesehatan pribadi siswa seperti kesehatan gigi, kuku, kulit, telinga, rambut dan lainnya.

Pelaksanaan pengetahuan kesehatan pada anak sekolah merupakan tugas dan tanggung jawab dari tiga unsure yaitu: guru, orang tua murid dan petugas kesehatan. Ketiga unsure ini merupakan tim yang saling menunjang dan mengisi dalam upaya kesehatan yang dilaksanakan disekolah.

Namun yang terjadi dilapangan terutama pada siswa sekolah menengah pertama negeri 3 Painan Kabupaten Pesisir Selatan, pengetahuan kesehatan pribadi kurang berjalan sebagaimana diharapkan, dimana guru dan orang tua murid belum terlalu menyadari pentingnya pengetahuan kesehatan anak. Setelah penulis lihat dilapangan banyak siswa yang kesehatannya terabaikan atau kurang diperhatikan. Seperti dirumah orang tua kurang memperhatikan kesehatan anaknya, para orang tua hanya mengetahui bila seorang anak sudah terbaring ditempat tidur barulah bisa menyimpulkan kalau seorang anak kurang sehat atau demam, tetapi bagaimana dengan

kesehatan pribadi siswa, seperti ini: kesehatan kulit, gigi, telinga, mata, rambut dan lain-lain.

Begitu juga dengan kesehatan lainnya, orang tua membiarkan saja anaknya tidak mandi sebelum pergi sekolah, kemudian membiarkan anak tidak menukar seragam sepulang sekolah, rambutnya yang panjang atau di cat, dan membiarkan anak tidak menggosok gigi sebelum tidur, ditambah lagi disekolah, guru juga tidak mengingatkan dan tidak begitu peduli dengan kesehatan. Pada jam istirahat siswa sering memakan makanan yang dingin, yang terlalu panas, coklat, permen sehingga siswa banyak yang sakit gigi, seperti gigi berlobang. Begitu pula dengan aktifitas siswa ada yang berlarian, melakukan permainan yang mengeluarkan keringat yang banyak, sehingga debu sudah menempel dan bercampur dengan keringat mengakibatkan gatal-gatal, dan menggarutnya dengan tangan atau kuku yang tidak bersih mengakibatkan infeksi pada organ tubuh lainnya. Pada umumnya guru hanya lebih mementingkan pencapaian materi, sehingga Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) tidak dapat terlaksana dengan semestinya.

Dewasa ini sekolah banyak kita lihat adanya Usaha Kesehatan Sekolah (UKS), namun pelaksanaan UKS disekolah rata-rata kurang maksimal dan kurang mendapatkan perhatian yang lebih. Padahal dengan adanya UKS disekolah sangat membantu bagi siswa untuk mengerti dan belajar tentang bagaimana hidup yang sehat terutama dengan kesehatan pribadi.

Kesehatan pribadi siswa harus diperhatikan karena kurang sehatnya siswa tersebut maka akan berdampak pada proses PBM (Proses Belajar Mengajar)

disekolah. Ada beberapa kesehatan pribadi siswa dengan ini penulis menitik beratkan pada kesehatan kulit, telinga, mulut, gigi, mata, rambut, hidung, tangan, kuku, pakaian dan makanan.

Berdasarkan observasi yang dilakukan pada siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Painan Pesisir Selatan, kesehatan siswa banyak yang terganggu seperti kesehatan pribadi. Dalam hal ini peserta didik berisiko terkena gangguan penyakit, ini terlihat dari aktifitas yang dilakukan setelah proses belajar yakni bermain di area yang kotor atau kumuh, bila hal ini dibiarkan akan berisiko terkena penyakit kulit. Hal lain yang ditemukan kurang menjaga kebersihan diri, ini kelihatan sehabis bermain dilapang yang tergenang air yang membuat tangan, kaki, pakaian terkena dengan lumpur, selain itu juga ditemukan siswa tersebut jajan setelah bermain tanpa mencuci tangan terlebih dahulu, sehingga lumpur yang ada menempel pada kuku akan masuk bersamaan dengan makananan yang dimakan, serta ditemukannya mulut dan gigi siswa yang tidak bersih, bila hal ini dibiarkan berlarut-larut akan menjadi media bagi bibit penyakit.

Kebiasaan seperti yang telah penulis ungkapkan diatas, maka wawasan peserta didik di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Painan Kabupaten Pesisir Selatan, tentang kesehatan pribadi masih sangat minim. Sehingga membutuhkan upaya-upaya tertentu dari pihak yang berkompeten dibidang kesehatan, untuk memberikan pembelajaran demi tercapainya tingkat pengetahuan yang luas tentang kesehatan berperilaku hidup sehat.

Kesehatan pribadi dapat disebut juga sebagai kesehatan perorangan. Kesehatan pribadi dibagi dalam ruang lingkup kesehatan yang mempelajari mengenai beberapa hal, yaitu: (1) Bekerja gerak badan, tidur, istirahat dan bersantai atau rekreasi, (2) Penampilan pribadi, (3) Keadaan kesehatan perorangan, (4) Pengetahuan kesehatan panca indra, (5) Pengetahuan kulit, (6) Pengetahuan telinga, (7) Pengetahuan mulut dan gigi. (8) Pengetahuan mata, (9) Pengetahuan rambut, (10), Pengetahuan hidung, (11) Pengetahuan tangan dan kuku, (12) Pengetahuan makanan, (13) Pengetahuan kesehatan pakaian, (14) Penyakit ringan dan bentuk tubuh, (15) Fungsi alat-alat tubuh, (16) Pertumbuhan ( Depkes, 1995: 13).

Dengan demikian, untuk mendapatkan data dan informasi yang mendekati kebenaran ilmiah mengenai tinjauan pengetahuan kesehatan pribadi Siswa Kelas VII Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Painan Kabupaten Pesisir Selatan, maka peneliti tertarik untuk melakukan suatu penelitian.

## **B. Identifikasi Masalah**

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

1. Pengetahuan siswa tentang kesehatan pribadi
2. Guru kurang memperhatikan masalah kesehatan siswa.
3. Perhatian orang tua yang kurang terhadap kesehatan siswa atau anaknya.
4. Lingkungan yang kurang bersih.
5. Kebiasaan siswa sehari-hari

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah yang dikemukakan di atas dan arena keterbatasan waktu, dana dan tenaga, maka penelitian ini hanya meneliti tinjauan pengetahuan kesehatan pribadi Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Painan Kabupaten Pesisir Selatan.

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah diatas, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti, yaitu: “Bagaimana pengetahuan kesehatan pribadi siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Painan Kabupaten Pesisir Selatan?”

### **E. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan rumusan masalah diatas, maka penelitian bertujuan untuk:

1. Mengetahui pengetahuan kesehatan kulit siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Painan Kabupaten Pesisir Selatan.
2. Mengetahui pengetahuan kesehatan gigi siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Painan Kabupaten Pesisir Selatan.
3. Mengetahui pengetahuan kesehatan rambut siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Painan Kabupaten Pesisir Selatan.
4. Mengetahui pengetahuan kesehatan tkuku siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Painan Kabupaten Pesisir Selatan.

## **F. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian yang dilakukan ini diharapkan memberikan manfaat pada pengembangan ilmu pengetahuan dan dibidang kesehatan, oleh karena itu penelitian ini diharapkan berguna untuk:

1. Bagi penulis sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan (SPD).
2. Sebagai bahan pertimbangan dan sumber data bagi guru dan peningkatan untuk memotivasi siswa mengikuti kegiatan pengetahuan kesehatan pribadi di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Painan Kabupaten Pesisir Selatan.
3. Menambah pengetahuan siswa dalam peningkatan kesehatan pribadinya dan menjaga kebersihan lingkungan sekolahnya.
4. Bagi sekolah sebagai bahan masukan untuk melihat keadaan pengetahuan kesehatan pribadi siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Painan Kabupaten Pesisir Selatan.
5. Bagi pustaka, sebagai bahan tambahan untuk referensi dan informasi bagi peneliti selanjutnya.
6. Sebagai bahan literatur bagi mahasiswa fakultas ilmu keolahragaan