



Studi Kesehatan Pribadi Siswa pada Sekolah Dasar Negeri 01 Sarilamak Kecamatan Harau Kabupaten Lima Puluh Kota

Yoga Pratama Army, Willadi Rasyid, Darni, Eldawaty

¹Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang
yp290701@gmail.com, willadirasyid@fik.unp.ac.id, darni@fik.unp.ac.id, eldawaty@fik.unp.ac.id

Kata Kunci: Studi Kesehatan Pribadi Siswa pada Sekolah Dasar Negeri 01 Sarilamak Kecamatan Harau Kabupaten Lima Puluh Kota.

Abstrak : Masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahuinya studi tentang kesehatan pribadi siswa SD 01 Sarilamak Kecamatan Harau Kabupaten Lima Puluh Kota, masih banyak anak sekolah dasar belum mengetahui bagaimana menjaga kesehatan pribadi maka dari itu penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui kesehatan pribadi siswa. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan angket atau pertanyaan kuisioner. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa sekolah dasar kelas 5 sd yang berjumlah 45 siswa putra dan putri. Sampel di ambil menggunakan teknik *purposive stratified sampling*, dimana sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Penelitian dilakukan pada tanggal mei 2023. Instrument yang digunakan didalam penelitian ini adalah kuisioner. Data dianalisis dengan menggunakan rumus distribusi frekuensi. Hasil pengujian hipotesis menunjukkan: (1) hasil kesehatan pribadi siswa tentang kesehatan mulut dan gigi berada pada kategori baik 63,8% (2) hasil kesehatan pribadi siswa tentang kesehatan kulit berada pada kategori baik dengan hasil; persentase 69,9%

Keywords: *Student Personal Health Study at Sarilamak Public Elementary School 01, Harau District, Fifty City District.*

Abstract: *The problem in this research is that studies on the personal health of SD 01 Sarilamak students, Harau District, Lima Puluh Kota Regency, there are still many elementary school children do not know how to maintain personal health, therefore this research was conducted with the aim of knowing students' personal health. This type of research is quantitative by using a questionnaire or questionnaire questions. The population in this study were 5th grade elementary school students, totaling 45 male and female students. Samples were taken using a purposive stratified sampling technique, where the sample is part of the number and characteristics possessed by the population. The research was conducted on May 2023. The instrument used in this study was a questionnaire. Data were analyzed using the frequency distribution formula. The results of the hypothesis testing showed: (1) the students' personal health outcomes regarding oral and dental health were in the good category 63,8%. (2) the students' personal health outcomes regarding skin health were in the good category with results percentage 69,9%.*

PENDAHULUAN

Pendidikan di Indonesia dewasa ini kurang mendapatkan perhatian yang serius oleh pemerintah, terlihat dengan anggaran yang terdapat pada APBN untuk pendidikan sangat minim sekali. Kesehatan merupakan aset yang paling berharga di dunia. Sesuai dengan yang dicanangkan pemerintah dalam Undang-Undang Kesehatan, Pasal 79 No.36 Tahun 2009 menyatakan bahwa: "Kesehatan sekolah diselenggarakan untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat peserta didik dalam lingkungan hidup sehat sehingga peserta didik dapat belajar, tumbuh, dan berkembang secara harmonis dan setinggi-tingginya menjadi sumber daya manusia yang berkualitas". Ungkapan tersebut terucap ketika orang sudah tidak sehat lagi atau dengan kata lain orang tersebut sudah jatuh sakit. Apabila kita perhatikan kehidupan manusia di sekeliling kita ternyata banyak kita jumpai orang-orang yang begitu dipengaruhi oleh kebiasaan hidup tertentu. Ada yang memiliki kebiasaan merokok, minum-minuman keras, makan yang pedas, menggigit jari, meludah di sembarang tempat, dan ada yang biasa membuang sampah di sembarang tempat pula. Anak yang sehat fisiknya merupakan harapan bagi setiap orang tua bila anak dalam gangguan kesehatan membuat orang tua menjadi rusuh dan panik tapi bila anak telah biasa hidup sehat sejak dini maka mereka akan terbiasa hidup sehat sampai dewasa nanti (Notoatmojo & dkk. 2012). Kesehatan sekolah diselenggarakan untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat peserta didik dalam lingkungan hidup sehat sehingga peserta didik dapat belajar, tumbuh dan berkembang secara harmonis dan setinggi-tingginya menjadi sumber daya manusia yang berkualitas (Eldawaty & dkk, 2023).

Edwarsyah & Suganda (2021) menyatakan pendidikan kesehatan meliputi pelayanan kesehatan, kesehatan lingkungan dan kesehatan pribadi. Pitnawati & Luthfi (2019) kesehatan pribadi merupakan bagian dari pendidikan kesehatan dan hal itu seharusnya ditanamkan sejak dini dengan melalui peran orang tua maupun di sekolah. Pendidikan Kesehatan menurut Rika Sepriani (2019), "Pendidikan kesehatan merupakan salah satu jalur untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilan peserta didik dalam melaksanakan perilaku hidup sehat agar dapat berkembang dengan baik". Kesehatan pribadi yang meliputi pemeliharaan kesehatan kulit, pemeliharaan kesehatan mata, kesehatan telinga, pemeliharaan kesehatan hidung, pemeliharaan kesehatan gigi, dan pemeliharaan kesehatan pakaian (Yulia R. 2023). Pendidikan kesehatan berkaitan dengan membiasakan pola hidup sehat dari usia dini peserta didik melalui materi mata pelajaran IPA dan Penjasorkes. Eldawaty, & Hasan (2019) kesehatan pribadi yaitu usaha untuk menjaga kesehatan diri sendiri. Willadi (2017) yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan adalah upaya yang diberikan berupa bimbingan dan atau tuntunan kepada peserta didik tentang kesehatan yang meliputi seluruh aspek kesehatan pribadi (fisik, mental dan sosial) agar kepribadiannya dapat tumbuh dan berkembang secara harmonis.

Kesehatan pribadi merupakan hal yang wajib dijaga setiap manusia. Menerapkan prinsip-prinsip proses selama belajar merupakan cara agar supaya wawasan pengetahuan siswa tentang kesehatan pribadi akan bertambah, sehingga diharapkan siswa mampu menelaah dan menafsirkan sesuatu yang ada dihadapannya sehingga anak-anak mampu untuk menerapkan dan mempraktekkan

dengan baik tentang kesehatan pribadi (Rahayuningsih, 2016). Usaha kesehatan sekolah merupakan kesehatan pribadi yang dijalankan di sekolah-sekolah agar anak didik dapat meningkatkan derajat kesehatan melalui pembinaan, pengembangan nilai, sikap dan tingkah laku menuju pembinaan hidup sehat. Kesehatan adalah suatu unsur pokok yang di inginkan oleh setiap manusia di muka bumi, Tidak ada satupun manusia yang menginginkan jasmani dan rohaninya jatuh sakit, bahkan setiap individu itu mendambakan kesehatannya selalu baik, karena dengan tingkat kesehatan yang lebih baik semua aktivitas dapat terlaksana dengan baik pula, karena kita lihat arti sehat itu sendiri mencakup pengertian yang sangat luas, seperti yang dikemukakan oleh WHO, yaitu :Sehat adalah keadaan sempurna baik keadaan sehat, fisik, mental, dan sosial, dan bukan hanya keadaan bebas dari penyakit dan cacat.

Dari uraian diatas jelas Kesehatan pribadi siswa perlu mendapat perhatian dari pihak-pihak yang berkompeten. Berdasarkan pengamatan penulis mengenai kesehatan pribadi siswa belum banyak mendapat perhatian dari pihak sekolah. Berdasarkan observasi yang Peneliti temui di lapangan ketika aktivitas berlangsung terdapat banyak gigi siswa tersebut yang berlobang, mulutnya berbau, tidak mandi ke sekolah, memakai pakaian kotor, rambut tidak di sisir, jarang keramas, dan lain lain.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode penelitian deskriptif dimana penelitian bertujuan untuk mengungkap tentang

kesehatan pribadi siswa mengenai gigi dan mulut serta kesehatan kulit . Populasi merupakan sekumpulan objek yang diteliti yang memiliki minimal satu karakteristik yang sama dari seluruh anggotanya (Ihsan, Sepriadi, & Suwirman, 2018). Populasi yang akan di teliti di dalam penelitian ini adalah siswa kelas I sampai VI SD Negeri 01 Sarilamak Kecamatan Harau Kabupaten Lima Puluh Kota yang berjumlah kurang lebih 374 orang. Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Barlian, 2016). Adapun teknik penarikan sampel pada penelitian ini menggunakan *purposive stratified sampling* yakni kelas lima yang berjumlah 47 orang, sementara, kelas I, II,III, IV dan VI tidak diikuti. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi pengisian angket/ kuisioner.

HASIL

Penelitian dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri 01 Sarilamak Kecamatan Harau Kabupaten Lima Puluh Koto.

1. Analisis Data Hasil Penelitian Evaluasi hasil Tes kesehatan gigi dan mulut mengenai pengetahuan kesehatan pribadi siswa kelas V di SD Negeri 01 Sarilamak Kecamatan Harau Kabupaten Lima Puluh Kota Deskripsi tingkat pengetahuan kesehatan pribadi siswa kelas V di SD Negeri 01 Sarilamak Kecamatan Harau Kabupaten Lima Puluh Kota dengan menggunakan kuisioner.

Table 1. distribusi frekuensi study tentang kesehatan pribadi siswa kelas kesehatan gigi dan mulut Negeri 01 Sarilamak Kecamatan Harau Kabupaten Lima Puluh Kota

No	Klasifikasi	Skor	Kesehatan mulut dan gigi									
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Selalu	5	21	19	1	5	6	10	10	10	12	2
2	Sering	4	23	13	3	3	14	10	7	6	11	0
3	Jarang	3	0	9	17	7	16	15	17	15	18	10
4	Kadang – kadang	2	0	4	19	13	6	10	7	8	2	15
5	tidak pernah	1	1	0	5	17	3	0	4	6	2	18
	Jumlah		45	45	45	45	45	45	45	45	45	45

No	Klasifikasi	Jumlah	Skor capaian	f%	Kesimpulan
1	Selalu	96	480	33.4	Skor capaian/ skor ideal x 100) 1436/ 2250x100= 63,8%
2	Sering	90	360	25.1	
3	Jarang	124	372	25.9	
4	Kadang – kadang	84	168	11.7	
5	tidak pernah	56	56	3.9	
	Jumlah	450	1436	100	

2. Analisis Data Hasil Penelitian

Evaluasi hasil belajar kesehatan kulit mengenai pengetahuan kesehatan pribadi siswa kelas V di SD Negeri 01 Sarilamak Kecamatan Harau Kabupaten Lima Puluh Kota Deskripsi tingkat pengetahuan kesehatan pribadi siswa kelas V di SD Negeri 01 Sarilamak Kecamatan Harau Kabupaten Lima Puluh Kota dengan menggunakan kuisisioner.

Table 2. distribusi frekuensi study tentang kesehatan pribadi siswa tentang kesehatan kulit kelas 5 SD Negeri 01 Sarilamak Kecamatan Harau Kabupaten Lima Puluh Kota

no	Klasifikasi	skor	Kesehatan Kulit									
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Selalu	5	13	12	4	4	22	33	21	35	17	5
2	Sering	4	11	1	2	4	15	12	9	7	11	5
3	Jarang	3	7	9	13	11	5	0	13	2	12	8
4	kadang-kadang	2	7	11	17	15	3	0	2	0	5	8
5	tidak pernah	1	7	12	9	11	0	0	0	1	0	19
	jumlah		45	45	45	45	45	45	45	45	45	45

No	Klasifikasi	Jumlah	Skor capaian	f%	kesimpulan
1	Selalu	166	830	52.8	Skor capaian/ skor ideal x 100 (1573/ 2250x100=69,9%)
2	Sering	77	308	19.6	
3	Jarang	80	240	15.3	
4	kadang-kadang	68	136	8.6	
5	tidak pernah	59	59	3.8	
	jumlah	450	1573	100	

PEMBAHASAN

Berdasarkan penjelasan penelitian yang di deskripsikan apa yang kurang dan apa yang harus di benahi dalam kategori tersebut. Penelitian ini di lakukan dengan tujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan kesehatan pribadi siswa kelas V di SD Negeri 01 Sarilamak Kecamatan Harau Kabupaten Lima Puluh Kota. Kesehatan pribadi adalah Kesehatan pribadi adalah kondisi atau keadaan seseorang yang bebas dari kotoran dan bebas dari sakit. Kesehatan merupakan salah satu faktor utama dan juga sangat penting dalam perkembangan dan juga pertumbuhan anak. Untuk menjaga agar gigi dan gusi tetap sehat hindari makanan yang manis seperti tebu, gula-gula, kue, dan minuman yang banyak mengandung gula yang dapat merusak gigi dengan cepat, menggosok gigi dengan baik setiap hari, dan gunakan pasta gigi yang mengandung flour (Ridho Aulia Rahmadi. 2021).

1) Kesehatan mulut dan gigi siswa SD Negeri 01 Sarilamak Kecamatan Harau Kabupaten 50 Kota

Berdasarkan hasil analisis data tentang kesehatan pribadi siswa Sekolah Dasar Negeri 01 Sarilamak Kecamatan Harau Kabupaten 50 Kota yang dilihat dari indikator kesehatan gigi dan mulut berada pada kategori **BAIK** dengan persentase **63,8%**. Banyak orang yang menyadari akan pentingnya perawatan mulut dan gigi. Mulut dan gigi beserta lainnya dalam rongga mulut seperti : Lidah merupakan satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan, karena pencernaan pertama dari makanan yang akan berlangsung dimulut, dipotong-potong dihancurkan oleh gigi, kemudian dilumatkan oleh enzyme yang ada dimulut. Hasil ini masih belum mencapai kata maksimal, ini perlu ditingkatkan lagi. Karena jika siswa tidak memiliki pengetahuan yang baik tentang kesehatan gigi dan mulut maka siswa dengan mudah di serang oleh beberapa penyakit kalo siswa lalai dalam menjaga kesehatan giginya. Diantara penyakit yang sering terjadi pada gigi dan mulut yaitu : 1) sakit gigi yaitu salah satu penyakit penyakit yang tidak dapat ditahan oleh dewasa, orang tua, maupun anak-anak yang disebabkan oleh sisa makanan dan kuman yang melekat pada gigi. 2) gigi yang berlobang merupakan salah satu penyakit penyebab awal menderita sakit gigi. 3) gusi berwarna merah dan mudah berdarah saat sikat gigi akibat menggigit makanan yang keras. 4) sariawan adalah penyakit yang disebabkan karena kurangnya vitamin C pada tubuh atau terbentur sikat gigi saat menggosok gigi (Haziq, 2023).

2) Kesehatan kulit siswa SD Negeri 01 Sarilamak Kecamatan Harau Kabupaten 50 Kota

Berdasarkan hasil analisis data tentang kesehatan pribadi siswa Sekolah Dasar Negeri 01 Sarilamak Kecamatan Harau Kabupaten 50 Kota yang dilihat dari indikator kesehatan kulit berada pada kategori **BAIK** dalam persentase **69,9%**. Permukaan tubuh dilapisi oleh kulit, pada kulit terdapat lubang-lubang halus yang disebut pori-pori. Pori-pori merupakan saluran pembuangan keringat, pada saat berolahraga atau melakukan aktivitas fisik tubuh kita menjadi panas dan pori-pori kita mengeluarkan keringat, jika keringat tidak dibersihkan akan membentuk kotoran atau daki, kulit yang berdaki adalah kulit yang kotor.

Menurut asumsi peneliti adanya sebagian kecil responden yang memiliki kesehatan kulit yang tidak baik disebabkan karena mereka tidak memperhatikan kebiasaan membersihkan kulit dengan baik seperti mandi dengan bersih, selain itu responden juga sering bermain tanah, dan berkeringat. Apabila kebersihan kulit tidak terjaga tentu akan menyebabkan mereka mudah terinfeksi berbagai penyakit kulit seperti panu, kurap, ataupun penyakit lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Barlian, E. (2016). *Metodologi Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. Padang: Sukabina Press.
- Depkes RI. 2009. Undang-Undang No. 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan. Jakarta: Depkes RI.
- Eldawaty, & dkk. (2023). Pelaksanaan Usaha Kesehatan Sekolah di Sekolah Dasar Negeri Gugus 1 Kecamatan Silungkang

- Kota Sawahlunto. *Jurnal Pendidikan dan Olahraga*, 87-93.
- Hasan, A., & Eldawaty, E. (2019). Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) Di Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Bungo Dani. *Jurnal MensSana*, 4(2), 124-131.
- Haziq, R., Edwarsyah, E., Darni, D., & Eldawaty, E. (2023). Gambaran Tentang Kesehatan Pribadi Siswa Di Sekolah Dasar Negeri 11 Lawang Mandahiling Kecamatan Salimpaung. *Jurnal JPDO*, 6(4), 100-105.
- Ihsan, N., Sepriadi, S., & Suwirman, S. (2018). Hubungan Status Gizi dan Motivasi Berprestasi dengan Tingkat Kondisi Fisik Siswa PPLP Cabang Pencak Silat Sumatera Barat. *Jurnsl Sporta Saintika*, 410-422.
- Iskandar, G., Edwarsyah, E., & Syampurma, H. (2019). *Tinjauan Pengetahuan Kesehatan Pribadi Siswa Kelas VII di SMP Negeri 03 Painan Kabupaten Pesisir Selatan*. *Jurnal JPDO*, 2(1), 220-225
- Luthfi, M., & Pitnawati, P. (2019). *Pengetahuan Siswa Tentang Kesehatan Pribadi Kelas V Sekolah Dasar Negeri 14 Olo Padang Barat*, *Jurnal JPDO*, 2(2), 1-5
- Notoatmojo, S., & dkk. (2012). *Promosi Kesehatan di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rahayuningsih, A. (2016). *Tingkat Pengetahuan Tentang Kesehatan Pribadi Siswa Kelas 4 Dan 5 Sekolah Inklusi Sd Negeri Gadingan Kecamatan Wates Kabupaten Kulonprogo Tahun 2015 / 2016*. *Skripsi Universitas Negeri Yogyakarta*, 1-101.
- Rasyid Willadi. 2017. *Pendidikan Kesehatan dan Gizi Anak Sekolah*. Padang : Jurusan Pendidikan Olahraga FIK UNP
- Ridho Aulia Rahmadi. 2021. *Tinjauan Tentang Kesehatan Pribadi Siswa Sekolah Dasar Negeri 23 Jawi-Jawi Kecamatan Gunung Talang Kabupaten Solok*. Skripsi FIK UNP
- Sepriani, Rika. 2019. *Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) di Sekolah di Kabupaten Pesisir Selatan*. *Jurnal Mensana*. Volume 4 Nomor 2, hal 1, hal 39-34. TIM Pembina UKS PUSAT 2010
- Suganda, S., & Edwarsyah, E. 2021. *Tinjauan Pelaksanaan Pemeliharaan Kesehatan Pribadi Siswa Sekolah Dasar Negeri 15 Kecamatan Tualang Kabupaten Siak*. *Jurnal JPDO*, 3(10), 17-24
- Yulia, R. (2023). *Studi tentang Kesehatan Pribadi Siswa Sekolah Dasar Negeri 11 Sungai Beremas Kecamatan Sungai Beremas*. *Jurnal JPDO*, 6(1), 115-119.