



## Pengetahuan Siswa Tentang Kesehatan Pribadi Kelas V Sekolah Dasar Negeri 14 Olo Padang Barat

Muhamad Adnan Luthfi<sup>1</sup>, Pitnawati<sup>2</sup>

Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang

[adnanluthfi07@gmail.com](mailto:adnanluthfi07@gmail.com)

Kata Kunci : Kesehatan Pribadi

Abstrak : 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 V sekolah dasar negeri 14 olo Padang Barat kurang terlaksana dengan baik. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan angket sampel penelitian. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan rumus analisis deskriptif yaitu  $P = F/N \times 100\%$ . Hasil penelitian ini adalah : (1) pelaksanaan pengetahuan kesehatan gigi dan mulut berada pada klasifikasi cukup. (2) pelaksanaan pengetahuan kesehatan kulit berada pada klasifikasi cukup. (3) pelaksanaan pengetahuan kesehatan kuku berada pada klasifikasi baik. (4) pelaksanaan pengetahuan kesehatan rambut berada pada klasifikasi baik. 5) pelaksanaan pengetahuan kesehatan telinga pada klasifikasi baik.

Keywords : *Personal Health*

Abstract : *From the symptoms seen in the field it is thought that students' knowledge of health is still lacking and so is the school environment observed that lack of cleanliness and so are observations about school health efforts that are less implemented so that the personal health knowledge of fifth grade public elementary school 14 West Padang is less well implemented.. Data collection was carried out using questionnaires in the study sample. The data obtained is analyzed using the descriptive analysis formula, namely  $P = F / N \times 100\%$ . The results of this study are: (1) the implementation of dental and oral health knowledge is in sufficient classification. (2) the implementation of skin health knowledge is classified as sufficient. (3) implementation of nail health knowledge is implemented is criteria are in good classification. (4) the implementation of hair health knowledge is in good classification. 5) implementation of ear health knowledge in good classification.*

### PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan hal terpenting dalam kehidupan. Hal tersebut dapat dilihat dari peran kesehatan bagi seseorang. Seseorang dengan tubuh yang sehat dapat melakukan kegiatan sehari-hari dengan maksimal. Sehat tidak dapat diperoleh secara langsung, tetapi memerlukan pemeliharaan dan pembinaan secara berkesinambungan. Seseorang akan memahami pentingnya kesehatan dalam keadaan sakit. Pemeliharaan kesehatan dan pencegahan penyakit harus diupayakan agar tubuh selalu sehat dan terhindar dari berbagai macam penyakit. Salah

satu cara memelihara kesehatan yaitu dengan cara menjaga kesehatan pribadi. Kesehatan pribadi merupakan bagian dari pendidikan kesehatan dan hal itu seharusnya ditanamkan pada anak sejak dini, dengan melalui peran orang tua maupun di sekolah. Berdasarkan undang-undang No 36 tahun 2009 dalam Induniasih (2017:12) kesehatan sebagai keadaan sehat baik secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomi . Hal ini senada dengan pendapat Notoatmodjo dalam Induaniasih (2017:12)

menyatakan bahwa kesehatan bersifat holistic atau menyeluruh“.

Zarwan (2018) mengatakan pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani. Pengetahuan tentang kesehatan dapat diperoleh melalui mata pelajaran Pendidikan Jasmani tidak hanya bertujuan untuk membuat siswa bugar dan aktif, tetapi juga dapat memiliki peranan dalam penanaman tentang Pendidikan Kesehatan. Pendidikan Kesehatan merupakan kombinasi pengalaman belajar yang mempengaruhi pikiran, perasaan dan perbuatan dalam kaitan dengan pencapaian kehidupan yang sejahtera baik secara diri pribadi maupun masyarakat. Anak yang sehat dapat melaksanakan kegiatan dengan lancar di sekolah maupun di lingkungan lainnya. Siswa harus memiliki pengetahuan tentang kesehatan agar dapat menjaga kesehatan pribadi maupun lingkungannya. Kesehatan pribadi misalnya kesehatan gigi, telinga, mata, rambut, hidung, pakaian, kulit dan kuku. Menjaga kesehatan pribadi itu sangatlah penting terutama pada anak sekolah dasar karena pada masa itulah anak bisa dibimbing dan dibina dalam masalah kesehatan nya agar kelanjutan di masa depan bisa tertanam pola hidup sehat dan menjadi kebiasaan dalam diri siswa untuk membiasakan pola hidup sehat.

Namun yang terjadi dilapangan terutama pada siswa Kelas V SD Negeri 14 Olo Padang Barat, 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, cokelat, 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.

Hal lain yang ditemukan kurang menjaga kebersihan diri, ini kelihatan sehabis bermain dilapangan 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 makanannya yang dimakan, serta ditemukannya mulut dan gigi siswa yang tidak bersih, bila hal ini dibiarkan berlarut-larut akan menjadi media bagi bibit penyakit.

Menurut Soekidjo Notoatmodjo (2007:4) sehat adalah terwujudnya seseorang maupun berhubungan dengan orang lain dengan baik, ataupun berinteraksi dengan orang atau kelompok lain tanpa membeda-bedakan ras, suku, agama atau kepercayaan, status sosial, ekonomi, dan politik.

Kesehatan pribadi adalah kesehatan yang dimiliki oleh seseorang untuk dapat membina keluarga dan masyarakat yang sehat, dan kesehatan pribadi merupakan dasar untuk melakukan berbagai kegiatan atau perbuatan yang positif selama hidup (Aip Syarifuddin, 1997:75). Tujuan kesehatan pribadi bagi siswa disekolah agar mampu menerapkan masalah dan kebutuhan mereka sendiri, mampu memahami apa yang mereka lakukan terhadap masalahnya, dengan sumber daya yang ada pada mereka ditambah dengan dukungan dari luar, dan mampu

memutuskan kegiatan yang tepat guna untuk meningkatkan taraf hidup sehat dan kesejahteraan masyarakat (Erwin Setyo Kriswanto, 2012:6

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian komparatif kuantitatif, artinya penelitian yang bersifat membandingkan atau perbedaan. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Batusangkar dan siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 12 Padang. Banyaknya populasi dalam penelitian ini maka, Menurut Suharsimi Arikunto (2012: 117), “Sampel adalah bagian dari populasi (sebagian atau wakil populasi yang diteliti)” sampel yang akan diambil hanya kelas VIII saja. Maka jumlah populasi dalam penelitian ini 584 orang. dalam penelitian ini sampel diambil kelas VIII saja. Jadi yang menjadi sampel adalah dari siswa putri kelas VIII. Instrumen yang digunakan untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Batusangkar dengan Sekolah Menengah Pertama negeri 12 padang adalah tes lari 2,4 kilometer dari Kenneth H.Cooper. Untuk mengolah data mengenai perbedaan tingkat kesegaran jasmani antara siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Batusangkar dan Sekolah Menengah Pertama Negeri 12 Padang maka dilakukan dengan teknik uji “t” .

## HASIL

### Hasil Penelitian

#### 1. Kesehatan Gigi Dan Mulut

Tabel 1. Distribusi klasifikasi Skor indikator Pengetahuan Kesehatan Gigi dan Mulut

Klasifikasi	Jumlah responden	Presentase(%)
Sangat Baik	-	-
Baik	18	90
Cukup	2	10
Rendah	-	-
<b>Jumlah</b>	20	100

Pada tabel 1 menunjukkan pengetahuan kesehatan pribadi siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 14 Olo Padang Barat indikator yang telah dijabarkan sebelumnya melalui distribusi presentase didapat klasifikasi baik sebanyak 18 dari 20 responden dengan rata tingkatan responden sebesar 90%, klasifikasi cukup sebanyak 2 dari 20 responden

dengan rata tingkatan responden sebesar 10%, sedangkan klasifikasi sangat baik dan rendah tidak ditemukan.

#### 2. Kesehatan Kulit

Tabel 2. Distribusi klasifikasi Skor indikator Pengetahuan kesehatan kulit

No	Klasifikasi	Responden	Presentase (%)
1	Sangat Baik	-	-
2	Baik	16	80
3	Cukup	4	20
4	Rendah	-	-
<b>Jumlah</b>		20	100

Pada tabel 2 menunjukkan pengetahuan kesehatan pribadi siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 14 Olo Padang Barat Selatan indikator yang telah dijabarkan sebelumnya melalui distribusi presentase didapat klasifikasi baik sebanyak 16 dari 20 responden dengan rata tingkatan responden sebesar 80%, klasifikasi cukup sebanyak 4 dari 20 responden dengan rata tingkatan responden sebesar 20%, sedangkan klasifikasi sangat baik dan tidak baik sekali tidak ditemukan. Rincian rekap data hasil penelitian dapat dilihat pada lampiran.

#### 3. Kesehatan Kuku

Tabel 3. Distribusi klasifikasi Skor indikator Pengetahuan Kesehatan Kuku

No	Klasifikasi	responden	Presentase (%)
1	Sangat Baik	-	-
2	Baik	19	95
3	Cukup	1	5
4	Rendah	-	-
<b>Jumlah</b>		20	100

Pada tabel 3 menunjukkan pengetahuan kesehatan pribadi siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 14 Olo Padang Barat indikator yang telah dijabarkan sebelumnya melalui distribusi presentase didapat klasifikasi baik sebanyak 19 dari 20 responden dengan rata tingkatan responden sebesar 95%, klasifikasi cukup sebanyak 1 dari 20 responden dengan rata tingkatan responden sebesar 5%, sedangkan klasifikasi sangat baik dan rendah tidak ditemukan. Rincian rekap data hasil penelitian dapat dilihat pada lampiran.

#### 4. Kesehatan Rambut

Tabel 4. Distribusi klasifikasi Skor indikator Pengetahuan Kesehatan Rambut

No	Klasifikasi	Jumlah responden	Presentase (%)
1	Sangat Baik	-	-

2	Baik	17	85
3	Cukup	3	15
4	Rendah	-	-
	<b>Jumlah</b>	20	100

Pada tabel 4 menunjukkan pengetahuan kesehatan pribadi siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 14 Olo Padang Barat indikator yang telah dijabarkan sebelumnya melalui distribusi presentase didapat klasifikasi baik sebanyak 17 dari 20 responden dengan rata tingkatan responden sebesar 85%, klasifikasi cukup sebanyak 3 dari 20 responden dengan rata tingkatan responden sebesar 15%, sedangkan klasifikasi sangat baik dan rendah tidak ditemukan. Rincian rekap data hasil penelitian dapat dilihat pada lampiran.

### 5. Kesehatan Telinga

Tabel 5. Distribusi klasifikasi Skor indikator Pengetahuan Kesehatan Telinga

No	Klasifikasi	Jumlah responden	Presentase (%)
1	Sangat Baik	-	-
2	Baik	15	75
3	Cukup	5	25
4	Rendah	-	-
	<b>Jumlah</b>	20	100

Pada tabel 5 menunjukkan pengetahuan kesehatan pribadi siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 14 Olo Padang Barat indikator yang telah dijabarkan sebelumnya melalui distribusi presentase didapat klasifikasi baik sebanyak 15 dari 20 responden dengan rata tingkatan responden sebesar 75%, klasifikasi kurang sebanyak 5 dari 20 responden dengan rata tingkatan responden sebesar 25%, sedangkan klasifikasi sangat baik dan rendah tidak ditemukan. Rincian rekap data hasil penelitian dapat dilihat pada lampiran.

### 6. Pengetahuan Siswa Tentang Kesehatan Pribadi

Tabel 6. Distribusi klasifikasi Skor Pengetahuan Siswa Tentang Kesehatan Pribadi

No	Klasifikasi	Jumlah responden	Presentase (%)
1	Sangat Baik	12	60
2	Baik	8	40
3	Cukup	-	-
4	Rendah	-	-
	<b>Jumlah</b>	20	100

Pada tabel 6 menunjukkan pengetahuan kesehatan pribadi siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 14 Olo Padang Barat indikator yang telah dijabarkan sebelumnya melalui distribusi presentase didapat klasifikasi sangat baik sebanyak 12 dari 20 responden dengan rata tingkatan responden sebesar 60%, klasifikasi baik sebanyak 8 dari 20 responden dengan rata tingkatan responden sebesar 40%, sedangkan klasifikasi cukup, dan rendah tidak ditemukan. Rincian rekap data hasil penelitian dapat dilihat pada lampiran.

## PEMBAHASAN

### a. Kesehatan Gigi dan Mulut

Berdasarkan hasil analisis data tentang kesehatan pribadi siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 14 Olo Padang Barat yang dilihat dari indikator kesehatan gigi dan mulut berada pada kategori cukup dengan persentase 45,89%.

### b. Kesehatan Kulit

Berdasarkan hasil analisis data tentang pengetahuan kesehatan pribadi siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 14 Olo Padang Barat yang dilihat dari indikator kesehatan kulit berada pada kategori cukup dengan persentase 44,82%.

### c. Kesehatan Kuku

Berdasarkan hasil analisis data tentang pengetahuan kesehatan pribadi siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 14 Olo Padang Barat yang dilihat dari indikator kesehatan kuku berada pada kategori baik dengan persentase 51,00%.

### d. Kesehatan Rambut

Berdasarkan hasil analisis data tentang pengetahuan kesehatan pribadi siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 14 Olo Padang Barat yang dilihat dari indikator kesehatan rambut berada pada kategori baik dengan persentase 51,46%.

### e. Kesehatan telinga

Berdasarkan hasil analisis data tentang pengetahuan kesehatan pribadi siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 14 Olo Padang Barat yang dilihat dari indikator kesehatan telinga berada pada kategori baik dengan persentase 56,00%.

### f. Kesehatan Pribadi

Berdasarkan hasil analisis data tentang pengetahuan kesehatan pribadi siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 14 Olo Padang Barat berada pada kategori Baik dengan persentase 49,00%.

## SIMPULAN

1. Kesehatan pribadi siswa kelas V dilihat dari indikator kesehatan gigi dan mulut berada pada kategori cukup.
2. Kesehatan pribadi siswa kelas V dilihat dari indikator kesehatan kulit berada pada kategori cukup.
3. Kesehatan pribadi siswa kelas V dilihat dari indikator kesehatan kuku berada pada kategori baik.
4. Kesehatan pribadi siswa kelas V dilihat dari indikator kesehatan rambut berada pada kategori baik.
5. Kesehatan pribadi siswa kelas V dilihat dari indikator kesehatan telinga berada pada kategori baik.
6. Kesehatan pribadi siswa kelas V dilihat secara keseluruhan tanpa membedakan indikator berada pada kategori cukup.

## DAFTAR RUJUKAN

- Aip Syarifuddin. 1996. *Belajar Aktif Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Untuk Sekolah Dasar kelas I sampai kelas V*. Jakarta: Penerbit PT. Gramedia.
- Depkes.(2002). *Materi Tentang Kesehatan Untuk Guru UKS*. Jakarta: Depkes RI
- Erwin Setyo Kriswanto,.2012 *Konsep, Proses dan Aplikasi Dalam Pendidikan Kesehatan*.Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Induniasih, 2017. *Promosi Kesehatan Pendidikan Kesehatan Dalam Keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Notoatmodjo, S. 2012. *Promosi Kesehatan di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suharsimi Arikunto . 2010. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Triyana, Y. D., & Zarwan, Z. (2018). Pelaksanaan Kegiatan Ekstra Kurikuler Sepak Bola Siswa SMPN 1 Kubung Kabupaten Solok. *Jurnal JPDO*, 1(1), 119-124.