



Studi Tentang Kesehatan Pribadi Siswa SDN 12 Kuamang Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman

Sri Mahdalinda¹, Zarwan²

Jurusan Pendidikan olahraga, fakultas ilmu keolahragaan universitas negeri padang

srimahlinda134@gmail.com

Kata kunci: Kesehatan Pribadi Siswa SD

Abstrak: Artikel ini bertujuan untuk melihat dan mengetahui kesehatan mulut dan gigi, kulit, pakaian, rambut, kuku dan pribadi siswa Sekolah Dasar Negeri 12 Kuamang Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif, populasi dalam penelitian ini adalah siswa SDN 12 Kuamang Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman. Sumber data dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV dan kelas V SDN 12 Kuamang Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman data yang terkumpul dianalisis dengan menggunakan teknik prosentasi atau teknik analisis statistik deskriptif. Dari hasil analisis data, SDN 12 Kuamang Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman sub indikator: 1) kesehatan mulut dan gigi siswa berada pada kategori baik yaitu 61,7%, 2) kesehatan kesehatan kulit siswa berada pada katagori baik yaitu 72,6%, 3) kesehatan pakaian siswa berada pada kategori baik yaitu 73,1 %, 4) kesehatan rambut siswa berada pada kategori baik yaitu 72,8 %, dan 5) kesehatan kuku siswa berada pada kategori baik yaitu 75,2%.

Keywords : *Personal Health Students*

Abstract: *This article aims to look at and know the health of the mouth and teeth, skin, clothes, hair, nails and a private elementary school students Affairs 12 Kuamang sub-district of Panti Pasaman. Type of this research is descriptive research, the population in this study are students Kuamang Sub-district of Panti 12 SDN Pasaman. The source of the data in this study are students of class IV and class V SDN Kuamang 12 Sub Parlors Pasaman collected data were analyzed using prosentasi techniques or analytical techniques descriptive statistics. From the results of the analysis of data, Kuamang Sub-district of Panti 12 SDN Pasaman sub indicator: 1) oral health and dental students are on both categories namely 61.7%, 2) health skin health students are on both categories namely 72.6%, 3) health clothing students both categories are at 73.1%, i.e. 4) hair health students are on good category i.e. 72.8%, and 5) nail health students are on both categories namely 75.2%.*

PENDAHULUAN

Orang yang sehat adalah orang yang berbahagia. Mereka dapat melakukan kegiatannya sehari-hari tanpa terganggu dan dapat mengikuti kegiatan masyarakat dengan baik. Untuk dapat mempertahankan kesehatan pribadi bahwa sehat tidaknya seseorang bukanlah tergantung kepada orang lain dan juga tidak tergantung kepada banyaknya pengetahuan yang kita miliki tentang kesehatan, namun sangatlah erat kaitannya dengan seberapa jauh kita mau dan mempraktekkan serta memanfaatkan pengetahuan yang kita miliki dalam hidup kita sehari-hari atau juga kesehatan

pribadi adalah tanggung jawab kita masing-masing tergantung usaha untuk menjaga kesehatan diri.

Sedangkan kesehatan pribadi itu sendiri yang dituangkan oleh Rozi (2000:50) adalah: "Segala usaha dan tindakan yang dilakukan setiap orang untuk memelihara/menjaga kesehatan badan dan rohani sehingga merupakan kebutuhan sehari-hari". Kesehatan pribadi yang meliputi pemeliharaan kesehatan kulit, pemeliharaan kesehatan mata, kesehatan telinga, pemeliharaan kesehatan hidung, pemeliharaan kesehatan gigi, dan pemeliharaan kesehatan pakaian. Sejalan

dengan pendapat diatas Kus Irianto (2004: 15) menyatakan "Usaha Kebersihan pribadi adalah daya upaya dari seorang demi seorang untuk memelihara dan mempertinggi derajat kesehatan". Menurut Depkes RI (2002: 9) mengemukakan bahwa 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.

Berdasarkan pendapat diatas dapat ditarik kesimpulan yaitu usaha untuk mempertahankan kesehatan pribadi adalah selalu melakukan kebiasaan hidup sehat seperti mandi dua kali sehari menggunakan sabun, menggosok gigi sebelum dan sesudah makan, memeriksakan diri secara teratur ke Puskesmas/dokter, senantiasa mengikuti nasehat dokter atau petugas kesehatan dan memelihara kebersihan tubuh agar terhindar dari penyakit.

Peningkatan kesehatan pribadi yang dimulai pada usia sekolah dasar (SD) akan memberikan arti yang sangat penting untuk kelanjutan masa depan peserta didik serta penanaman pola hidup sehat dari usia dini akan membiasakan diri dengan kehidupan yang sehat pula. Pelaksanaan kesehatan pribadi siswa di Sekolah Dasar Negeri 12 Kuamang Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman seharusnya berjalan sebagaimana yang diharapkan, karena kesehatan pribadi siswa mempunyai andil yang sangat penting dalam rangka mewujudkan tujuan dan pendidikan dasar seperti yang telah dikemukakan yaitu memelihara kesehatan jasmani dan rohani.

Sekolah Dasar Negeri 12 Kuamang Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman merupakan salah satu sekolah dasar yang ada di Pasaman, dari hasil observasi penulis kesekolah ini ditemukan siswanya yang sering jajan es dan coklat padahal es dan coklat dapat menyebabkan kerusakan pada gigi, dan Hasil wawancara peneliti terhadap sepuluh orang siswa ditemukan bahwa lima orang dari mereka menyatakan tidak menggosok gigi dengan rutin dua kali setiap hari dan ketika akan tidur mereka jarang menggosok gigi. dan beberapa siswa yang nampak pakaiannya terkena kuah bakwan dan kerupuk sehingga tidak

enak dipandang mata dan kalau dibiarkan akan menyebabkan bakteri pada pakaian Pada saat jam istirahat juga ditemukan anak-anak yang bekejar-kejaran di pekarangan sekolah sehingga debu-debu beterbangan dan hinggap di pakaian mereka.

METODE

Jenis penelitian yang dilakukan adalah bersifat deskriptif terhadap kejadian yang sedang terjadi. Arikunto (2006:64) menyatakan: "Penelitian deskriptif adalah penelitian yang berusaha mendeskripsikan suatu gejala dan kejadian yang terjadi dimasa sekarang, dengan perkataan lain pada masalah-masalah aktual sebagaimana adanya pada saat penelitian dilakukan". Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa sekolah dasar mulai dari kelas I sampai kelas VI yang ada pada Sekolah Dasar Negeri 12 Kuamang Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman yang berjumlah 151 orang. Penarikan sampel dilakukan dengan teknik *purposivesampling* yakni kelas V kelas VI yang berjumlah 53 orang, sedangkan kelas I, II, III dan IV tidak diikutkan. Alat pengumpul data dalam penelitian ini adalah angket atau daftar pertanyaan bentuk tertutup yaitu alternatif jawaban sudah disediakan terlebih dahulu. Dan Teknik analisa data dilakukan dengan menggunakan analisis deskripsi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Kesehatan Mulut dan Gigi

Untuk melihat kesehatan mulut dan gigi siswa, penulis memberikan 10 butir pernyataan mengenai. Berdasarkan hasil dari penelitian tentang kesehatan mulut dan gigi di dapat yaitu sebagai berikut: jumlah skor capaian dari 10 butir pernyataan sebesar 1635, sedangkan skor ideal untuk 10 butir pernyataan dari 53 orang responden di dapat ($5 \times 53 \times 50 = 2650$).

Berdasarkan data responden dari 10 butir pernyataan terhadap indikator variabel kesehatan mulut dan gigi yang diberikan kepada siswa Sekolah Dasar Negeri 12 Kuamang Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman, ditemukan bahwa kesehatan mulut dan gigi, pada kegiatan tersebut dapat dikategorikan baik dengan tingkat capaian 61.7 %. Ini dilihat dari jawaban responden yaitu sebagai berikut: Selalu (skor 5) = 27,5 %, Sering (skor 4) = 29,4 %, Kadang-kadang (skor 3) = 23,1

%, Jarang (Skor 2) = 16,3 %, dan Tidak pernah (skor 1) = 3,7 %.

2. Kesehatan Kulit

Untuk melihat kesehatan kulit siswa, penulis memberikan 10 butir pernyataan mengenai. Berdasarkan hasil dari penelitian tentang kesehatan kulit di dapat yaitu sebagai berikut: jumlah skor capaian dari 10 butir pernyataan sebesar 1923, sedangkan skor ideal untuk 10 butir pernyataan dari 53 orang responden di dapat ($5 \times 53 \times 50 = 2650$).

Berdasarkan data responden dari 10 butir pernyataan terhadap indikator variabel kesehatan kulit yang diberikan kepada siswa Sekolah Dasar Negeri 12 Kuamang Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman, ditemukan bahwa kesehatan kulit, pada kegiatan tersebut dapat dikategorikan baik dengan tingkat capaian 72,6 %. Ini dilihat dari jawaban responden yaitu sebagai berikut: Selalu (skor 5) = 48,9 %, Sering (skor 4) = 24,3 %, Kadang-kadang (skor 3) = 16,5 %, Jarang (Skor 2) = 8,1%, dan Tidak pernah (skor 1) = 2,1%.

3. Kesehatan Pakaian

Untuk melihat kesehatan pakaian siswa, penulis memberikan 10 butir pernyataan mengenai. Berdasarkan hasil dari penelitian tentang kesehatan pakaian di dapat yaitu sebagai berikut: jumlah skor capaian dari 10 butir pernyataan sebesar 1936, sedangkan skor ideal untuk 10 butir pernyataan dari 53 orang responden di dapat ($5 \times 53 \times 50 = 2650$).

Berdasarkan data responden dari 10 butir pernyataan terhadap indikator variabel kesehatan pakaian yang diberikan kepada siswa Sekolah Dasar Negeri 12 Kuamang Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman, ditemukan bahwa kesehatan pakaian, pada kegiatan tersebut dapat dikategorikan baik dengan tingkat capaian 73,1 %. Ini dilihat dari jawaban responden yaitu sebagai berikut: Selalu (skor 5) = 42,9 %, Sering (skor 4) = 29,3 %, Kadang-kadang (skor 3) = 21,8 %, Jarang (Skor 2) = 3,5%, dan Tidak pernah (skor 1) = 2,4%.

4. Kesehatan Rambut

Untuk melihat kesehatan rambut siswa, penulis memberikan 10 butir pernyataan mengenai. Berdasarkan hasil dari penelitian tentang kesehatan rambut di dapat yaitu sebagai berikut: jumlah skor capaian dari 10 butir pernyataan sebesar 1936, sedangkan skor ideal untuk 10 butir pernyataan

dari 53 orang responden di dapat ($5 \times 53 \times 50 = 2650$).

Berdasarkan data responden dari 10 butir pernyataan terhadap indikator variabel kesehatan rambut yang diberikan kepada siswa Sekolah Dasar Negeri 12 Kuamang Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman, ditemukan bahwa kesehatan rambut, pada kegiatan tersebut dapat dikategorikan baik dengan tingkat capaian 72,8 %. Ini dilihat dari jawaban responden yaitu sebagai berikut: Selalu (skor 5) = 41,5 %, Sering (skor 4) = 29,4 %, Kadang-kadang (skor 3) = 22,7 %, Jarang (Skor 2) = 4,3%, dan Tidak pernah (skor 1) = 2,1%.

5. Kesehatan Kuku

Untuk melihat kesehatan rambut siswa, penulis memberikan 10 butir pernyataan mengenai. Berdasarkan hasil dari penelitian tentang kesehatan rambut di dapat yaitu sebagai berikut: jumlah skor capaian dari 10 butir pernyataan sebesar 1936, sedangkan skor ideal untuk 10 butir pernyataan dari 53 orang responden di dapat ($5 \times 53 \times 50 = 2650$).

Berdasarkan data responden dari 10 butir pernyataan terhadap indikator variabel kesehatan kuku yang diberikan kepada siswa Sekolah Dasar Negeri 12 Kuamang Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman, ditemukan bahwa kesehatan kuku, pada kegiatan tersebut dapat dikategorikan baik dengan tingkat capaian 75,2 %. Ini dilihat dari jawaban responden yaitu sebagai berikut: Selalu (skor 5) = 44,4 %, Sering (skor 4) = 29,9 %, Kadang-kadang (skor 3) = 20,9 %, Jarang (Skor 2) = 2,9%, dan Tidak pernah (skor 1) = 1,8%.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang kesehatan pribadi Sekolah Dasar Negeri 12 Kuamang Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman. Dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: 1) Kesehatan pribadi siswa Sekolah Dasar Negeri 12 Kuamang Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman yang dilihat dari indikator kesehatan gigi dan mulut berada pada kategori Baik dengan persentase 61,7%, 2) Kesehatan pribadi siswa Sekolah Dasar Negeri 12 Kuamang Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman yang dilihat dari indikator kesehatan kulit berada pada kategori Baik dengan persentase 72,6%, 3) Kesehatan pribadi siswa Sekolah Dasar Negeri 12 Kuamang

Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman yang dilihat dari indikator kesehatan pakaian berada pada kategori sedang dengan persentase 73,1%, 4) Kesehatan pribadi siswa Sekolah Dasar Negeri 12 Kuamang Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman yang dilihat dari indikator kesehatan rambut berada pada kategori baik dengan persentase 72,8%, 5) Kesehatan pribadi siswa Sekolah Dasar Negeri 12 Kuamang Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman yang dilihat dari indikator kesehatan kuku berada pada kategori sedang dengan persentase 75,2%.

Sekaran Uma, 2006, Metodologi Penelitian untuk Bisnis, Edisi 4, Buku 1, Jakarta: Salemba Empat.

Undang-Undang RI No. 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan Bersama Penjelasannya. Sulawesi Barat.

DAFTAR PUSTAKA

- Anas. (1991). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta : Rajawali
- Depkes. (2002). *Cara Melaksanakan UKS di Sekolah Dasar*. Jakarta: Erlangga.
- Depkes RI. (2005). *Perilaku Hidup Sehat*. Jakarta: Pusat Promosi Kesehatan.
- Kus irianto. (2004). *Gizi dan Pola Hidup Sehat*. Bandung: CV. YramaWidya.
- Lenita. (2006). *Memelihara Kesehatan Gigi dan Mulut*. Jakarta: CV. Indradjaya.
- Lukman Ali. (2005). *Kamus Besar Bahasa Indonesia* Jakarta: Balai Pustaka.
- Mu'rifah .(2001). *Pendidikan Kesehatan*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi.
- Purnomo Ananto. (2006). *Usaha Kesehatan Sekolah Di Sekolah Dasar dan Madrasah Ibtidaiyah*. Bandung: CV. Yrama Widya.
- Ramadhani. (2014). *Pelaksanaan Kegiatan Usaha Kesehatan Sekolah Di Sekolah Dasar Negeri 32 Air Batumbuk Kecamatan Gunung Talang Kota Solok*. Skripsi: FIK UNP.
- Rositawaty dan Aris Muharam. (2008). *Senang Belajar Ilmu Pengetahuan Alam*. Jakarta: Pusat Perbukuan.
- Rozi. (2000). *Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Intan Pariwara.
- Riduwan. (2005). *Skala Pengukuran Variabel-variabel Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi, Arikunto (2006) *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Santoso, Anne (2009). *Dasar-dasar Keperawatan Masyarakat Edisi 2*. Jakarta: EGC Kedokteran.