

TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG KESEHATAN PRIBADI SISWA KELAS 4 DAN 5 SEKOLAH INKLUSI SD NEGERI GADINGAN KECAMATAN WATES KABUPATEN KULONPROGO TAHUN 2015 / 2016

The Level Of Knowledge About The Students' Health personality Of The Fourth And Fifth Class At Inclusive School SD N Gadingan Wates Kulonprogo In The Academic Year 2015/2016

Oleh : anik rahayuningsih, fakultas ilmu keolahragaan universitas negeri yogyakarta
Anikrahayuningsih29@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi karena siswa sudah diberikan pembelajaran pendidikan kesehatan tetapi masih terdapat beberapa siswa yang kurang memperhatikan kebersihan pribadinya. Hal ini dapat dilihat dari keterbatasan penyampaian dan penyuluhan tentang kesehatan pribadi, sehingga siswa belum menyadari pentingnya kesehatan pribadi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang kesehatan pribadi siswa kelas 4 dan 5 sekolah inklusi SD Negeri Gadingan Kecamatan Wates Kabupaten Kulonprogo. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Instrumen yang digunakan yaitu lembar tes soal. Subjek penelitian ini adalah semua anak kelas 4 dan 5 SD Negeri Gadingan yang berjumlah 66 anak. Uji coba instrumen di SD Negeri Beji berjumlah 63 siswa. Uji instrumen menggunakan uji validitas dengan rumus *pearson product moment*, diketahui dari 36 butir pertanyaan terdapat 6 yang tidak valid, sehingga angket yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 30 pertanyaan. Hasil uji reliabilitas instrument sebesar 0,897, sehingga dinyatakan reliabel. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif dengan teknik persentase. Hasil penelitian dari seluruh siswa kelas 4 dan 5 SD Negeri Gadingan kecamatan Wates kabupaten Kulonprogo yang berjumlah 66 siswa dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan terhadap kesehatan pribadi ditunjukkan sebesar 6,06% sebanyak 4 siswa berada pada kategori “sangat tinggi”, 33,33% sebanyak 22 siswa berada pada kategori “tinggi”, 36,37% sebanyak 24 siswa berada pada kategori “cukup”, 16,67% sebanyak 11 siswa berada pada kategori “kurang”, dan 7,75% sebanyak 5 siswa berada pada kategori “kurang sekali”.

Kata kunci: *Tingkat Pengetahuan, Kesehatan Pribadi*

Abstract

The background of this research because the students had been given the lesson of health education but still there are some students less in looking at their health personality. This case can see from limitedness in conveying and illumination about the health personality, so the students have not yet realize about the important of health personality. The aims of this research to know the level of knowledge about the students' healthpersonality of the fourth and fifth class at inclusive school SD N GadinganWatesKulonprogo. This research is quantitative descriptive use survey method instrument by using test. Subject of the research is a lot of students of the fourth and fifth class at SD N Gadingan with number 66 students. The trial of instrument in SD Beji is 63 students. The instrument test use validity test with Pearson product moment formula, it is known from 36 questions there are 6 question are not valid, so the questioner that use in this research are 30 questions. The result of reliability instrument are 0, 897, so it can be said reliable. Technique of analysis data use descriptive analysis with percentage technique. The result of the research from the whole of the fourth and fifth class at SD N Gadingan, Wates, Kulonprogo are 66 students can be know that the level of knowledge toward the health personality show with number 6, 06% as many as 4 students into category “very high”, 33,33% are 22 students into category “high”, 36,37% are 24 students into category “enough”, 16,67% are 11 students into category “less”, and 7,75% are 5 students into category “very less”.

Keywords: *Level of Knowledge, Health Personality*

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan salah satu hal yang penting bagi setiap manusia. 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.

Sekolah merupakan salah satu wahana bagi anak untuk dapat memahami pentingnya kesehatan. Penanaman dan pembentukan pribadi yang sehat yang bertujuan meningkatkan kesehatan pribadinya paling efektif pada usia Sekolah Dasar yaitu di mana terdapat masa pertumbuhan dan perkembangan anak. Oleh karena itu, Sekolah Dasar akan sangat membantu dan sangat peka terhadap perubahan-perubahan pada anak, apabila guru melakukan pembinaan, membimbing, dan mengarahkan anak-anak untuk menghasilkan suatu generasi muda yang sehat.

Pengetahuan tentang kesehatan dapat diperoleh melalui mata pelajaran Pendidikan Jasmani. 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 dalam masyarakat.

Kesehatan pribadi sangat penting bagi anak-anak, dalam hal ini orang tua memiliki peran yang penting dalam kehidupan sehari-hari dalam pembentukan karakter dan pendidikan kesehatan pada anaknya. Hal ini disebabkan orang tua merupakan pendidik di dalam keluarga sehingga orang tua diharapkan selalu memberi contoh terhadap anaknya terutama mengenai hal kesehatan pribadi. Sekolah dasar juga mempunyai peranan yang penting karena kesehatan pribadi akan mempengaruhi tumbuh kembang anak

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.

Mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang diberikan di Sekolah Dasar dapat mencakup sebagai aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Ketiga aspek tersebut dapat dicapai dengan berbagai upaya yang dilakukan guru dengan harapan siswa dapat melaksanakan pembelajaran dengan baik. Tujuan dan manfaat yang diperoleh dari pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga yang diselenggarakan di sekolah dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya adalah pengetahuan siswa. Pembelajaran berlangsung melalui proses evaluasi secara *continue* atau berkelanjutan. Guru dalam melaksanakan evaluasi hanya berorientasi pada Kompetensi Dasar (KD) sehingga dari hasil evaluasi akan terlihat hasil belajar masing-masing siswa selama mengikuti pembelajaran, dengan demikian guru dapat mengetahui bagaimana pengetahuan siswa dalam mata pelajaran pendidikan jasmani dan olahraga khususnya dalam aspek kognitif.

Kurikulum KTSP 2006 tentang pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap, mental, emosional, sportifitas, spiritual, sosial, serta pembiasaan hidup sehat). Hal ini dinyatakan dalam kompetensi dasar kelas 1 sampai kelas 6 sekolah dasar, sebagai berikut :

1. Kompetensi dasar kelas 1 yaitu menjaga kebersihan diri yang meliputi kuku dan kulit, menjaga kebersihan gigi dan mulut, serta mengenal makanan sehat.
2. Kompetensi dasar kelas 2 yaitu menjaga kebersihan rambut, hidung, dan telinga serta menjaga kebersihan tangan dan kaki.
3. Kompetensi dasar kelas 3 yaitu menjaga kebersihan pakaian.
4. Kompetensi dasar kelas 4 yaitu menjaga kebersihan lingkungan rumah dan sekolah, menjaga berbagai upaya dalam menjaga kebersihan lingkungan.

5. Kompetensi dasar kelas 5 yaitu mengenal cara menjaga kebersihan alat reproduksi, mengenal budaya merokok bagi kesehatan.
6. Kompetensi dasar kelas 6 yaitu mengenal bahaya narkoba.

Berdasarkan hasil pengamatan selama PPL tahun 2015 terhadap siswa di Sekolah Inklusi SD Negeri Gadingan Kecamatan Wates Kabupaten Kulonprogo masih terbatas dalam mengajarkan tentang teori Pendidikan Jasmani khususnya tentang teori kesehatan pribadi. Teori kesehatan disampaikan hanya saat bulan puasa dengan waktu yang masih terbatas. SD Negeri Gadingan juga masih jarang melakukan penyuluhan tentang kesehatan pribadi bagi anak. Siswa SD Negeri Gadingan yang terdiri dari siswa kelas 4 dan 5 yang berjumlah 66 siswa masih ada siswa yang kurang menjaga kesehatan pribadinya, seperti beberapa siswa tidak mencuci tangan setelah berolahraga serta saat sebelum makan ataupun sesudah makan, pakaian seragam terlihat kusut, tidak memotong kuku yang sudah panjang, dan rambut tidak rapi atau berantakan. Beberapa kejadian tersebut diketahui guru saat mengadakan kegiatan Jumat Bersih, guru melakukan pengamatan dan wawancara sederhana secara langsung tentang kesehatan dan kebersihan pribadi masing-masing anak. Hasil pengamatan di Sekolah Inklusi SD Negeri Gadingan Kecamatan Wates Kabupaten Kulonprogo bahwa diketahui sebagian siswa belum memperhatikan tentang kesehatan pribadi dan beberapa siswa tidak mengetahui akibat dari penyakit yang akan timbul akibat kurang memperhatikan kesehatan pribadi.

Kesehatan pribadi sangat penting bagi siswa dan menjadi perhatian siswa, karena kesehatan pribadi akan berdampak besar terhadap kesehatan tubuh seutuhnya. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik ingin melakukan penelitian tentang tingkat pengetahuan tentang kesehatan pribadi kelas 4 dan 5 Sekolah Inklusi SD Negeri Gadingan Kecamatan Wates Kabupaten Kulonprogo tahun 2015/2016.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Pada umumnya penelitian deskriptif merupakan penelitian non hipotesis, sehingga dalam langkah penelitiannya tidak perlu memerlukan hipotesis tetapi gambaran terhadap objek yang diteliti melalui data sampel atau populasi yang dinyatakan dalam bentuk angka. variabel penelitian adalah pengetahuan tentang kesehatan pribadi siswa kelas 4 dan 5 yaitu kemampuan dalam diri siswa untuk mengetahui dengan benar terhadap kesehatan pribadi. Kesehatan pribadi tersebut meliputi faktor kesehatan kulit, kesehatan rambut, kesehatan mata, kesehatan telinga, kesehatan hidung, kesehatan kuku, kesehatan mulut dan gigi, kesehatan kaki dan tangan, dan kesehatan pakaian. Masing-masing faktor akan disusun butir pertanyaan pengetahuan siswa tentang kesehatan pribadi. Tingkat pengetahuan ini diukur dengan menggunakan soal pilihan ganda.

Waktu dan Tempat Penelitian

Waktu penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 05 Mei 2016 dan penelitian ini dilakukan di SD Negeri Gadingan, Wates, Kulon Progo.

Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas 4 dan 5 SDN Gadingan di Kecamatan Wates Kabupaten Kulonprogo yang berjumlah 66 siswa terdiri dari 38 laki-laki dan 28 perempuan. Kelas 4 berjumlah 31 siswa yang terdiri dari 14 laki-laki dan 17 perempuan. Kelas 5 berjumlah 35 siswa yang terdiri dari 24 laki-laki dan 11 perempuan.

Prosedur

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan adalah dengan memberikan soal tes pengetahuan tentang kesehatan pribadi kepada

siswa yang menjadi subjek dalam penelitian, adapun mekanismenya sebagai berikut :

- Peneliti meminta izin kepada sekolah untuk melakukan penelitian kepada siswa kelas 4 dan 5.
- Peneliti menyebarkan soal tes kepada responden.
- Peneliti menunggu responden mengerjakan soal tes.
- Selanjutnya peneliti mengumpulkan soal tes yang telah diisi oleh responden.

Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan tes berupa soal pilihan ganda tentang pengetahuan kesehatan pribadi. Tes pengetahuan tentang kesehatan pribadi yang peneliti lakukan ditujukan untuk mengukur seberapa tinggi tingkat pengetahuan siswa tentang kesehatan pribadi.

Teknik Analisis Data

Penelitian ini adalah penelitian yang bersifat kuantitatif. Penelitian bersifat kuantitatif maka untuk menjawab permasalahan teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis deskriptif dengan teknik persentase.

Anas Sudijono (2012: 43) untuk menghitung frekuensi relatif (persentase) menggunakan rumus sebagai berikut :

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

P = Persentase yang dicari (Frekuensi Relatif)

F = Frekuensi

N = Jumlah Responden

Pengkategorian tingkat pengetahuan siswa kelas 4 dan 5 SD Negeri Gadingan Kecamatan Wates Kabupaten Kulonprogo tentang kesehatan pribadi disusun dengan 3 kategori, yaitu: "sangat tinggi", "tinggi", "cukup", "kurang", "kurang sekali". Pengkategorian menggunakan acuan 5 batas norma, yaitu seperti tercantum dalam tabel 1 berikut ini:

Tabel 1. Pengkategorian Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas 4 dan 5 tentang Kesehatan Pribadi

No	Norma	Kategori
1	$X > M + 1,5 SD$ ke atas	Sangat Tinggi
2	$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	Tinggi
3	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	Cukup
4	$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	Kurang
5	$X \leq M - 1,5 SD$	Kurang Sekali

Sumber : B. Syarifudin (2010 : 113)

Keterangan:

M : Nilai rata-rata (*Mean*)

X : Skor responden (nilai yang dihasilkan siswa)

SD : *Standar Deviasi*

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Data hasil penelitian ini diungkapkan dengan 30 soal pilihan ganda, dengan sembilan variabel, yaitu kesehatan kulit, kesehatan rambut, kesehatan mata, kesehatan telinga, kesehatan hidung, kesehatan kuku, kesehatan mulut dan gigi, kesehatan kaki dan tangan, kesehatan pakaian. Hasil analisis data tingkat pengetahuan tentang kesehatan pribadi siswa kelas 4 dan 5 sekolah inklusi SD Negeri Gadingan Kecamatan Wates Kabupaten Kulonprogo diperoleh skor terendah (*minimum*) 56,67 skor tertinggi (*maksimum*) 96,67 rerata (*mean*) 81,06 *standardevisasi* 9,71665. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 2. Statistika Tingkat Pengetahuan Tentang Kesehatan Pribadi

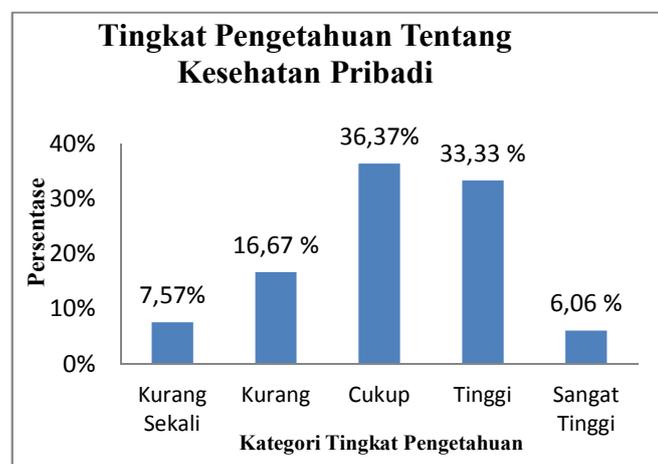
Statistik	
N	66
<i>Mean</i>	81,06
<i>Median</i>	80,00
<i>Mode</i>	80,00
<i>St. Deviasi</i>	9,71665
Minimum	56,67
Maximum	96,67

Bentuk distribusi frekuensi, apabila ditampilkan maka data tingkat pengetahuan tentang kesehatan pribadi siswa kelas 4 dan 5 sekolah inklusi SD Negeri Gadingan Kecamatan Wates Kabupaten Kulonprogo disajikan pada tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 3. Deskripsi Tingkat Pengetahuan Tentang Kesehatan Pribadi

No	Interval	Klasifikasi	F	%
1	s.d > 95,63	Sangat Tinggi	4	6,06%
2	85,92 < s.d ≤ 95,63	Tinggi	22	33,33%
3	76,20 < s.d ≤ 85,92	Cukup	24	36,37%
4	66,48 < s.d ≤ 76,20	Kurang	11	16,67%
5	s.d ≤ 66,48	Kurang Sekali	5	7,75%
Jumlah			66	100%

Bentuk gambar, apabila ditampilkan maka data tingkat pengetahuan tentang kesehatan pribadi siswa kelas 4 dan 5 sekolah inklusi SD Negeri Gadingan Kecamatan Wates Kabupaten Kulonprogo gambar 1 sebagai berikut:

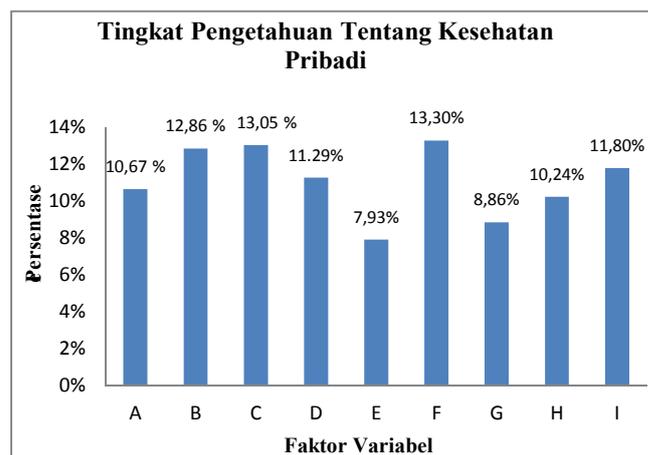


Gambar 1. Diagram Tingkat Pengetahuan Tentang Kesehatan Pribadi

Berdasarkan tabel 3 dan gambar 1 di atas menunjukkan bahwa Tingkat Pengetahuan Tentang Kesehatan Pribadi Siswa Kelas 4 dan 5 Sekolah Inklusi SD Negeri Gadingan Kecamatan Wates Kabupaten Kulonprogo Tahun 2015 / 2016 berada pada kategori “sangat tinggi” sebesar 6,06% (4 siswa), kategori “tinggi” 33,33% (22 siswa), kategori “cukup” 36,37% (24 siswa), kategori “kurang” 16,67% (11 siswa), dan

kategori “kurang sekali” 7,57% (5 siswa). Frekuensi terbanyak sebesar 36,37% pada kategori cukup. Dengan demikian tingkat pengetahuan tentang kesehatan pribadi siswa kelas 4 dan 5 sekolah inklusi SD Negeri Gadingan Kecamatan Wates Kabupaten Kulonprogo sebagian besar cukup, sebaiknya pihak sekolah dan guru lebih meningkatkan dan mengulang kembali pembelajaran pendidikan kesehatan agar tingkat pengetahuan kesehatan pribadi siswa lebih meningkat dan siswa dapat mengaplikasikan di kehidupan sehari-hari.

Adapun penjabaran persentase disetiap faktor tingkat pengetahuan tentang kesehatan pribadi siswa kelas 4 dan 5 sekolah inklusi SD Negeri Gadingan Kecamatan Wates Kabupaten Kulonprogo 2015 / 2016.



Gambar 2. Diagram Faktor Variabel Tingkat Pengetahuan Tentang Kesehatan Pribadi

Keterangan :

- A : Kesehatan kulit
- B : Kesehatan Rambut
- C : Kesehatan Mata
- D : Kesehatan Telinga
- E : Kesehatan Hidung
- F : Kesehatan Kuku
- G : Kesehatan Mulut dan Gigi
- H : Kesehatan Kaki dan Tangan
- I : Kesehatan Pakaian

Berdasarkan gambar diatas dapat diketahui nilai faktor tertinggi dan terendah dari

Tingkat Pengetahuan Tentang Kesehatan Pribadi Siswa Kelas 4 Dan 5 Sekolah Inklusi SD Negeri Gadingan Kecamatan Wates Kabupaten Kulonprogo. Faktor tertinggi tingkat kesehatan pribadi yaitu faktor kesehatan kuku sebesar 13,30% . Hal ini dapat diartikan bahwa 66 siswa sudah bisa memelihara kesehatan kuku dengan baik. Dalam hal ini terlihat dari banyaknya siswa yang mengetahui manfaat utama dari kuku, tujuan menjaga kesehatan kuku, merawat dan menjaga kuku dengan baik sehingga tidak menjadi sarang bibit penyakit dan memotong kuku secara rutin. Faktor terendah dari kesehatan pribadi yaitu faktor kesehatan hidung sebesar 7,93%. Melihat dari hasil penelitian, kesehatan hidung menjadi faktor terendah ini dapat terjadi karena anak yang tidak mengetahui cara memelihara kesehatan hidung seperti waktu yang tepat untuk membersihkan hidung dapat dilakukan ketika mandi, cara merawat hidung dengan baik dan manfaat menjaga hidung.

Pembahasan

Penelitian yang dilakukan pada siswa kelas 4 dan 5 sekolah inklusi SD Negeri Gadingan Kecamatan Wates Kabupaten Kulonprogo bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat pengetahuan tentang kesehatan pribadi. Secara keseluruhan tingkat pengetahuan tentang kesehatan pribadi siswa kelas 4 dan 5 sekolah inklusi SD Negeri Gadingan Kecamatan Wates Kabupaten Kulonprogo dari 66 siswa menunjukkan dalam kategori sangat tinggi 6,06% sebanyak 4 siswa, tinggi 33,33% sebanyak 22 siswa, cukup 36,37% sebanyak 24 siswa, kurang 16,67% sebanyak 11 siswa, dan kurang sekali 7,75% sebanyak 5 siswa. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan tentang kesehatan pribadi siswa kelas 4 dan 5 sekolah inklusi SD Negeri Gadingan Kecamatan Wates Kabupaten Kulonprogo berkategori cukup sebesar 36,37% sebanyak 24 siswa. Hal ini dapat diartikan bahwa siswa kelas 4 dan 5 SD Negeri Gadingan Kecamatan Wates Kabupaten Kulonprogo sebagian siswa mampu memahami tentang isi

materi kesehatan pribadi yang disampaikan oleh gurunya pada saat pembelajaran penjas sehingga siswa cukup baik menerapkan dalam kehidupan sehari-hari melalui pengetahuannya tentang kesehatan pribadi yang didapat saat pembelajaran.

Tingkat pengetahuan kesehatan pribadi siswa kelas 4 dan 5 SD Negeri Gadingan Kecamatan Wates Kabupaten Kulonprogo didasarkan terhadap 9 faktor variabel, yaitu : 1) kesehatan kulit; 2) kesehatan sebesar rambut sebesar ; 3) kesehatan mata; 4) kesehatan telinga; 5) kesehatan hidung; 6) kesehatan kuku; 7) kesehatan mulut dan gigi; 8) kesehatan kaki dan tangan; 9) kesehatan pakaian.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Hasil penelitian dari seluruh siswa kelas 4 dan 5 SD Negeri Gadingan kecamatan Wates kabupaten Kulonprogo yang berjumlah 66 siswa dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan terhadap kesehatan pribadi ditunjukkan sebesar 6,06% sebanyak 4 siswa berada pada kategori “sangat tinggi”, 33,33% sebanyak 22 siswa berada pada kategori “tinggi”, 36,37% sebanyak 24 siswa berada pada kategori “cukup”, 16,67% sebanyak 11 siswa berada pada kategori “kurang”, dan 7,75% sebanyak 5 siswa berada pada kategori “kurang sekali”.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan, maka saran yang dapat disampaikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi siswa agar lebih bersemangat dan bersungguh-sungguh dalam mengikuti kegiatan pendidikan kesehatan di sekolah agar pengetahuan tentang kesehatan pribadi dapat meeningkat.
2. Bagi guru sangat diharapkan untuk memberikan pendidikan kesehatan yang lebih informative serta memberi contoh yang baik kepada siswa agar siswa dapat