

## PERBANDINGAN KESEHATAN PRIBADI SISWA SDN SUGIHWARAS 3 DENGAN SISWA MI SURURIYAH KECAMATAN SUGIHWARAS KABUPATEN BOJONEGORO

**Guntur Satrio Putro\*, Endang Sri Wahjuni**

S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga

Universitas Negeri Surabaya

\*gunturputro@mhs.unesa.ac.id

### Abstrak

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) adalah salah satu mata pelajaran tentang kesehatan yang diajarkan di sekolah kepada siswa. PJOK mempunyai fungsi utama yaitu mengajar dan mendidik melalui aktivitas fisik dan mengajarkan kesehatan. Usia sekolah dasar merupakan saat paling tepat untuk mempersiapkan generasi yang sehat nantinya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan kesehatan pribadi siswa kelas V SDN Sugihwaras 3 dengan siswa kelas V MI Sururiyah Sugihwaras. Penelitian ini menggunakan penelitian non-eksperimen. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SDN Sugihwaras 3 dan siswa MI Sururiyah Sugihwaras. Penelitian ini menggunakan teknik purposive random sample yang mengambil kelas V saja. Data yang diambil menggunakan angket kesehatan pribadi. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa rata-rata nilai kesehatan pribadi siswa kelas V SDN Sugihwaras 3 sebesar (M) 60.11 dengan standard deviasi (SD) 9.614. Sedangkan pada MI Sururiyah didapat nilai sebesar (M) 59.92 dengan standard deviasi (SD) 10.272. Dengan perhitungan melalui statistical program for social science (SPSS) for windows evaluation 21.0 Berdasarkan hasil uji-t dari 2 kelompok berbeda yaitu diperoleh hasil keseluruhan dengan signifikan 0,0001, dengan nilai t 657 dan selisih mean antara SDN Sugihwaras 3 dan MI Sururiyah adalah 0,19. Karena nilai signifikansi  $> \alpha 0,05$  maka  $H_a$  diterima. Kesimpulannya tidak terdapat perbedaan yang bermakna antara kesehatan pribadi siswa SDN Sugihwaras 3 dan MI Sururiyah.

**Kata kunci** : perbandingan, kesehatan pribadi

### Abstract

Physical education (PE) is one of the subjects about health which is taught in schools. PE also has the main function to educate through physical activity and health. Primary school age is the most appropriate time for preparing a healthy generation in the future. The purpose of this study was to determine the differences in personal health of fifth grade students of elementary school 3 Sugihwaras and Islamic elementary school Sururiyah Sugihwaras. This study used non-experimental research. The population of this study were students of elementary school 3 Sugihwaras and Islamic elementary school Sururiyah Sugihwaras. This study used purposive random sampling technique which took fifth grader students only. The data was taken by using a personal health questionnaire. Based on the results of the study, it is known that the average value of personal health of fifth grade students of elementary school 3 Sugihwaras is (M) 60.11 with standard deviation (SD) 9.614. While in Islamic elementary school Sururiyah the value is (M) 59.92 with standard deviation (SD) 10.247. Those results are gained with calculations through statistical program for social science (SPSS) for windows evaluation 20.0. Based on the results of the t-test of 2 different groups, the overall results are significant with 0,0001, with a value of t 657 and the mean difference between elementary school 3 Sugihwaras and Islamic elementary school Sururiyah Sugihwaras is 14.11. Because the significance value is  $> \alpha 0.05$ ,  $H_a$  is accepted. In conclusion, there is no significant differences between the personal health of elementary school 3 Sugihwaras and Islamic elementary school Sururiyah Sugihwaras.

**Keyword** : comparison, personal health

## PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK), adalah salah satu mata pelajaran tentang kesehatan yang diajarkan di sekolah kepada siswa. PJOK merupakan pelajaran wajib di sekolah karena masuk dalam kurikulum pendidikan dan merupakan integral dari pendidikan secara keseluruhan. Dalam Permendiknas No. 22 (2006:194) dinyatakan bahwa tujuan pendidikan jasmani “untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral dan aspek pola hidup sehat”. Sedangkan menurut Kristiyandaru, (2011) pendidikan jasmani adalah bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial dan emosional yang serasi, selaras dan seimbang.

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan salah satu mata pelajaran yang dilaksanakan pada semua jenjang pendidikan, sejak taman kanak-kanak, pendidikan dasar, menengah, sampai pendidikan tinggi (Al Ardha et al., 2018)

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (PJOK) memiliki peran penting dalam penyelenggaraan pendidikan sebagai salah satu proses pembinaan manusia untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia di masa yang akan datang. Dalam Garis-Garis Besar Haluan Negara (GBHN) disebutkan bahwa

“tujuan nasional mengarah pada peningkatan kualitas sumber daya manusia (SDM). Kualitas manusia Indonesia yang akan datang, harus lebih baik dari sekarang. Kualitas manusia dapat ditinjau dari beberapa segi, yaitu segi sosial, ekonomi, pendidikan, lingkungan, kesehatan, dan lain-lain” .(Supariasa, dkk, 2002:79)

Dalam pembelajaran PJOK, dijelaskan dalam Kompetensi Dasar (KD) untuk anak SD kelas 5 nomor 3.9 yang menyebutkan “Memahami konsep pemeliharaan diri dan orang lain dari penyakit menular dan tidak menular”. Selain terdapat materi mengenai kesehatan pribadi juga ada kegiatan mengenai pemeriksaan berkala kesehatan anak, yaitu : yang meliputi “pemeriksaan ketajaman penglihatan, pemeriksaan ketajaman pendengaran, pemeriksaan kesehatan hidung, pemeriksaan kebersihan dan kesehatan gigi dan mulut, pengukuran tinggi badan dan berat badan, kesegaran jasmani dan sebagainya”. (Mu’rifah 1992:103). Hal ini juga dijelaskan dalam Kompetensi Dasar (KD) untuk anak SD kelas 5 nomor 3.9 yang menyebutkan “Memahami konsep pemeliharaan diri dan orang lain dari penyakit menular dan tidak menular”.

Kesehatan pribadi merupakan “upaya yang dilakukan oleh seseorang untuk lebih memperhatikan, menjaga, meningkatkan, dan memelihara kesehatan diri sendiri

untuk mendapatkan pribadi yang sehat dan menyenangkan” (Sarwoto dan Bambang, 1992:4).

Menurut Ilo, *et al* (2015), yang mempelajari tentang pendidikan kesehatan, bahwa pendidikan kesehatan perlu untuk membantu mendidik siswa dalam membentuk perilaku yang sehat dan pola gaya hidup sehat untuk mempertahankan kesehatan pribadi siswa. Pendidikan kesehatan pribadi dan gizi keduanya saling terikat untuk membentuk siswa menjadi sehat. Hal ini seharusnya sudah mulai dilaksanakan dalam jenjang pendidikan.

SDN Sugihwaras 3 adalah sekolah negeri yang berlokasi didesa Sugihwaras kecamatan Sugihwaras kabupaten Bojonegoro. Sekolah ini terlihat rindang karena banyak pepohonan yang ada sekolah,. Sekolah ini memiliki halaman yang luas yang biasanya digunakan untuk pembelajaran PJOK dan ruang UKS yang baik serta menjalankan program 7K (kerapian, kebersihan, keindahan, kerindangan, kekeluargaan, keamanan dan keimanan). SDN Sugihwaras 3 tatanannya sudah baik seperti sanitasi air, sekolah ini memiliki sumber air dari sumur yang terlindungi serta lingkungan yang terjaga dan penanaman pola hidup sehat siswa tentang pentingnya menjaga lingkungan sekitar.

MI Sururiyah adalah sekolah swasta dalam naungan Kementrian Agama yang berada di desa Siwalan kecamatan Sugihwaras kabupaten Bojonegoro. Dilingkungan sekolah ini terlihat sangat gersang dan banyak debu karena hanya ada beberapa pohon yang tumbuh disekitarnya. Sekolah ini hanya memiliki 1 lapangan yang digunakan untuk semua aktivitas olahraga yang berada di sekolah tersebut. Keadaan sekolah MI Sururiyah belum mempunyai fasilitas air bersih

Menurut Dacica (2014), yang mempelajari tentang peran pendidikan jasmani dan olahraga. Mendapatkan hasil bahwa olahraga mengajarkan murid akan toleransi, mengajarkan mereka model peran positif, mendorong anak untuk memenuhi apa pun yang mereka inginkan. Unsur-unsur utama yang dapat ditingkatkan melalui kegiatan olahraga: kesehatan, potensi biologis dengan mengevaluasi antropometri, fisiologis dan indeks fungsional, hubungan psikososial dan integrasi sosial.

Berdasarkan lingkungan sekitar antara SDN Sugihwaras 3 dan MI Sururiyah desa Siwalan kecamatan Sugihwaras bahwa faktor lingkungan dapat mempengaruhi kesehatan masyarakat. lingkungan dapat dibedakan menjadi lingkungan fisik yang antara lain cuaca, musim, geografis, struktur geologi, dan lain-lain, dan lingkungan sosial meliputi nilai, norma, adat istiadat dan lain-lain. Dengan latar belakang ini, maka akan diadakan rencana penelitian mengenai. Perbandingan kesehatan pribadi siswa SDN Sugihwaras 3 dan MI Sururiyah desa Siwalan kecamatan Sugihwaras.

Menurut Atinmo *and* Oyediran (2005) yang mempelajari tentang permasalahan gizi anak-anak di Afrika. Ternyata permasalahan gizi anak-anak disebabkan oleh kemiskinan dan HIV/AIDS, oleh karena itu perawatan gizi harus disediakan bagi masyarakat untuk meningkatkan kesejahteraan mereka dan kapasitas produksi. Hal ini bisa digunakan untuk untuk dipelajari di negara berkembang seperti di Indonesia untuk mencegah masalah ini berkembang.

## METODE

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif, penelitian yang dilakukan dengan menjelaskan atau menggambarkan variabel dimana dibutuhkan perhitungan - perhitungan terhadap data yang diperoleh. Penelitian ini termasuk non eksperimen yaitu dimana peneliti sama sekali tidak memberikan perlakuan tetapi meneliti sesuatu yang telah ada pada subyek (Maksum, 2009).

Penelitian ini akan dilaksanakan di SDN Sugihwaras 3 dan MI Sururiyah Kec. Sugihwaras Kabupaten Bojonegoro. Populasi dalam penelitian ini siswa kelas V SDN Sugihwaras 3 dan siswa kelas V MI Sururiyah Sugihwaras, Siswa sekolah dasar khususnya kelas V menurut peneliti sudah cukup mengetahui dan mengerti mengenai kesehatan pribadi dan didalam pembelajaran PJOK sudah terdapat materi pembelajaran tentang kesehatan pribadi. Besar populasi SDN Sugihwaras 3 kelas V 18 siswa, Sedangkan MI Sururiyah Sugihwaras kelas V 24 siswa. Besar populasi keseluruhan adalah 42 siswa Penelitian ini adalah penelitian populasi.

Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas V di SDN Sugihwaras 3 yang berjumlah 18 siswa dan siswa kelas V MI sururiyah sebanyak 24 siswa.

SDN Sugihwaras 3 dan MI Sururiyah

Dalam penelitian ini menggunakan pemeriksaan pribadi yang meliputi :

1. Pengamatan atau pemeriksaan atas kebersihan pribadi (pakaian, kulit, rambut, dan kuku)
2. Pemeriksaan atau pengukuran atas tinggi badan dan berat badan
3. Pemeriksaan atau tes kesehatan mata
4. Pemeriksaan atau tes kesehatan telinga
5. Pemeriksaan atau tes kesehatan hidung
6. Pemeriksaan atau tes kesehatan dan kebersihan gigi dan mulut
7. Lembar pemeriksaan kesehatan pribadi siswa yang sebelumnya telah diuji validitas isi (konstruk) oleh dr. Endang Sri Wahyuni., M.Kes dan Bapak Junaidi Budi Prahanto.,S.KM.,M.KM.

Adapun alat-alat yang digunakan dalam menunjang pemeriksaan tersebut adalah :

1. Media pencatat hasil

2. Timbangan berat badan untuk mengukur berat badan
3. Mikrotoa digunakan untuk mengukur tinggi badan
4. *Snellen chart* digunakan untuk tes pemeriksaan mata
5. Kursi
6. *Penlight* atau Senter
7. Lembar kesehatan siswa

Dalam penelitian ini dilakukan beberapa teknik untuk memperoleh data mengenai perbedaan kesehatan pribadi antara siswa SDN 3 Sugihwaras dan MI Sururiyah Sugihwaras (Soetatmo, 1971), yaitu:

1. Pengamatan dan pemeriksaan kesehatan pribadi (pakaian, kulit, rambut dan kuku).
2. Pemeriksaan atau pengukuran atas tinggi badan dan berat badan.
3. Pemeriksaan atau tes kesehatan mata
4. Pemeriksaan atau tes kesehatan telinga
5. Pemeriksaan atau tes kesehatan hidung
6. Pemeriksaan atas kesehatan dan kebersihan gigi dan mulut.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil:

**Tabel 1. Nilai Rata-Rata (*Mean*) Hasil Penelitian**

No	Variabel	SDN Sugihwaras 3	MI Sururiyah
1.	Kesehatan Pribadi	60.11	59.92
2.	Tinggi Badan	145	138.92
3.	Berat Badan	36.83	33.25

Tabel 1 menunjukkan nilai rata-rata hasil pemeriksaan kebersihan pribadi siswa SDN Sugihwaras dan siswa MI Sururiyah Kecamatan Sugihwarasmean.

**Tabel 2. Hasil Uji Normalitas**

Kesehatan pribadi	p value	Signifikansi	Keterangan
SDN	0.993	0,05	Normal
MI	0.997	0,05	Normal

Dari hasil uji normalitas ternyata memberikan informasi bahwa data SDN Sugihwaras 3 dan MI Sururiyah memiliki harga  $p \text{ value} > 0,05$  yang termasuk dalam distribusi normal. Dengan kata lain  $H_0$  diterima yang berarti bahwa data memenuhi asumsi normal. Sehingga data penelitian tersebut layak digunakan untuk penelitian selanjutnya.

**Tabel 3. Hasil Uji-T Sample Independent**

	Sekolah	N	Mean	Deviation Std.	Mean Error Std.	T	Sig.
Nilai Kebersihan Diri	SDN	18	60.11	10.272	2.421	25.93	.951
	MI	24	59.92	9.614	1.962	28.61	.950

Karena nilai signifikansi  $0.000 > \alpha 0,05$  maka  $H_0$  diterima. Kesimpulannya tidak terdapat perbedaan yang bermakna antara kesehatan pribadi siswa SDN Sugihwaras 3 dengan MI Sururiyah.

Sesuai dengan rumusan masalah, tujuan penelitian, dan hasil penelitian tentang perbedaan kesehatan pribadi diketahui bahwa tidak terdapat perbedaan yang bermakna antara kesehatan pribadi siswa SDN Sugihwaras 3 dengan MI Sururiyah. Karena terdapat perbedaan lingkungan fisik antara SDN Sugihwaras 3 dengan MI Sururiyah.

Nilai mean kebersihan pribadi siswa SDN Sugihwaras 3 lebih besar (60.11) daripada nilai mean siswa MI Sururiyah (59.92) dengan selisih 0.19. Dari hasil distribusi frekuensi tinggi badan dan berat badan antara siswa SDN Sugihwaras 3 dengan MI Sururiyah dapat disimpulkan pertumbuhan tinggi badan siswa SDN Sugihwaras 3 lebih baik dengan dari 18 siswa sebanyak 3 siswa dengan kategori pendek, 15 siswa dengan kategori normal, sedangkan siswa MI Sururiyah dari 24 siswa sebanyak 6 siswa dengan kategori pendek dan 18 siswa dengan kategori normal. Untuk berat badan siswa SDN Sugihwaras 3 6 siswa masuk kurus, 7 siswa normal dan 5 siswa gemuk sedangkan MI Sururiyah 5 siswa masuk kategori kurus, 15 siswa normal dan 4 siswa gemuk.

Dari hasil distribusi frekuensi kebersihan pribadi siswa dapat dilihat dari indikator pakaian siswa SDN Sugihwaras 3 lebih baik daripada siswa MI Sururiyah. Dari indikator kuku, kulit, mata, rambut, telinga, mulut dan gigi siswa SDN Sugihwaras 3 lebih baik daripada MI Sururiyah. Indikator pakaian, kulit, telinga, gigi dan mulut siswa SDN Sugihwaras 3 kurang baik dibandingkan siswa MI Sururiyah. Maka dapat disimpulkan dalam kebersihan pribadi siswa SDN Sugihwaras 3 lebih baik daripada siswa MI Sururiyah dikarenakan pada faktanya siswa SDN Sugihwaras 3 lebih memperhatikan akan kebersihan pribadinya daripada siswa MI Sururiyah.

Dari hasil uji normalitas  $p$  value SDN Sugihwaras (.950) dan MI Sururiyah (.951) keduanya memberikan informasi

harga  $p$  value  $> 0,05$  maka data tersebut dalam distribusi normal.

Dari uji-t 2 maka dari hasil yang diperoleh tersebut tidak terdapat perbedaan yang signifikan kesehatan pribadi antara siswa SDN Sugihwaras dengan MI Sururiyah. Hal tersebut sesuai dengan hasil pengamatan selama melakukan penelitian, kedua kelompok siswa mendapatkan materi pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang sama.

## PENUTUP

### Simpulan

Hasil penelitian yang dilakukan pada siswa kelas V SDN Sugihwaras 3 dan MI Sururiyah Desa Siwalan Kecamatan Sugihwaras Kabupaten Bojonegoro, mengenai perbedaan kesehatan pribadi antara siswa sekolah dasar dan madasarah iptidaiah:

1. Tidak ada perbedaan kondisi kesehatan pribadi antara siswa SDN Sugihwaras 3 dengan siswa MI Sururiyah Desa Siwalan Kecamatan Sugihwaras.

### Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka peneliti memiliki beberapa saran sebagai berikut :

1. Guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan harus memberikan materi tentang kesehatan pribadi yang baik dengan cara menerapkan pola hidup sehat dan bersih khususnya di lingkungan sekolah.
2. Kepada guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk meningkatkan kesehatan pribadi siswa dengan melakukan pemeriksaan kesehatan pribadi siswa secara berkala.

## DAFTAR PUSTAKA

- Al Ardha, M. A., Yang, C. B., Adhe, K. R., Khory, F. D., Hartoto, S., & Putra, K. P. (2018). *Multiple Intelligences and Physical Education Curriculum: Application and Reflection of Every Education Level in Indonesia. Advances in Social Science, Education and Humanities Research* (Vol.2018/12/02). <https://doi.org/https://doi.org/10.2991/icei-18.2018.129>
- Atinmo, Tola., and Oyediran, Oyewole., 2005. "Strategies to address nutritional problems in African children caused by poverty and the HIV / AIDS epidemic". *Journal of human nutrition*, Vol. 14; pp.48-56.
- Supariasa, I.D.N., Bakri, B., & Fajar, I. 2002. *Penelitian Status Gizi*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Mu'rifah. 1992. *Penidikan Kesehatan Sekolah*. Bahan perkuliahan mahasiswa PGSD. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

- Maksum, Ali. 2009. *Metodologi Penelitian*. Bahan perkuliahan mahasiswa FIK. Surabaya: Unesa University Press.
- Sarwoto dan Bambang. 1992. *Pendidikan Kesehatan Dan P3P*. Jakarta: Universitas Terbuka, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Soetatmo, Djoned. 1979. *Kesehatan Pribadi*. Untuk SGO. Jakarta: Rora Karya Supariasa, dkk. 2002. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Dacica, Liliana. 2014. "The Formative Role of Physical Education and Sport". *Journal Procedia – Social and Behavioral Sciences*. Vol. 180: pp. 1242-1247
- Ilo, Cajetan I., Onwunaka, Chinagorom., and Nwimo, Ignatius O., 2015. "Personal Health Risks Behaviour Profile among University Students in the South East Nigeria: Implication for Health Education". *Journal of Education and practice*. Vol. 6 (14). pp 54-63.
- Permendiknas No. 22 Tahun 2006. *Tentang Standar Isi Untuk Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah* (Online). (<http://www.dikti.go.id/files/aturPP19200SSNP.pdf> f. Diakses 20 Maret 2019 pukul 01.17 WIB).

