

**STUDI TENTANG KESEHATAN PRIBADI SISWA SEKOLAH DASAR
NEGERI 03 BINUANG KAMPUNG DALAM KOTA PADANG**

JURNAL



Oleh

**ADEK ARIANTO
NIM: 55968**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2015**

PERSETUJUAN JURNAL

**STUDI TENTANG KESEHATAN PRIBADI SISWA SEKOLAH DASAR NEGERI 03
BINUANG KAMPUNG DALAM KOTA PADANG**

ADEK ARIANTO

Jurnal ini di susun berdasarkan skripsi Adek Arianto untuk persyaratan wisuda periode
September 2015, telah di periksa dan disetujui oleh kedua pembimbing


Padang, Agustus 2015

Pembimbing I


Drs. Qalbi Amra, M.Pd

NIP. 19630422 198803 1 008

Pembimbing II


Drs. Edwarsyah, M.Kes

NIP. 19591231 198803 1 019

STUDY OF PERSONAL HEALTH PUBLIC ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS 03 BINAUNG KAMPUNG DALAM IN PADANG CITY

Adek Arianto

**Physical Education Studies Program Health and Recreation
Faculty of Sport Science, University of Padang**

ABSTRACT

Problems in this study is started from the alleged investigators that the low degree of personal hygiene students SD N 03 Binaung Kampung In Padang city, because there are many children who dress dirty, do not brush their teeth regularly, the nails are not cut, the hair is not neat and there is also a skin lesions. It is necessary for research aiming to reveal, look and examine the implementation of the personal health of students in primary schools in 03 Binaung Kampung Padang City in terms of oral hygiene and dental, skin hygiene, cleanliness of clothes, hygiene, hair and nail hygiene. This type of research is descriptive. The study population was all students of SDN 03 Binaung Kampung In Padang city, which totaled 161 students. Sampling was done by purposive sampling technique, thus the number of samples in this study were 63 people. The research instrument used in the form of a questionnaire drawn up in a Likert scale with categories Always, Often, Sometimes, Rarely and Never. Data were analyzed using frequency distribution formula in percentage. From the data analysis obtained the following results: 1). Personal health achievement level of oral and dental health indicators by 62, 13%, are in the Good category. 2). The level of achievement of personal health of skin health indicators by 62.10%, are in the Good category. 3). Personal health achievement level of the indicator amounted to 59.52% of clothing, are in the category of Medium. 4) The rate of private health outcomes hair health indicators by 62.67%, are in the Good category. 4). The level of achievement of personal health of nails indicator of 58.79%, are in the category of Medium. 5). The level of private health outcomes without differentiating indicators of 61.04%, is in the category Good

Keywords: Personal Health

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRACT	i
DAFTAR ISI	ii
A. PENDAHULUAN	1
B. METODE PENELITIAN	6
C. PEMBAHASAN DAN HASIL PEMBAHASAN	7
1. Pembahasan.....	7
2. Hasil Pembahasan	9
D. SIMPULAN DAN SARAN	13
1. Simpulan	13
2. Saran	13
DAFTAR PUSTAKA	14

A. Pendahuluan

Kebersihan diri merupakan suatu upaya untuk menjaga kesehatan tubuh karena kebersihan diri merupakan awal dari kesehatan fisik. Menjaga kesehatan merupakan langkah awal dalam pembangunan kesehatan yang pada hakikatnya merupakan bagian integral dari pembangunan nasional. Salah satu tujuan pembangunan kesehatan adalah untuk mempertinggi derajat kesehatan masyarakat dalam upaya peningkatan kualitas sumber daya manusia. Hal ini sesuai dengan UU RI NO. 36 Tahun 2009 tentang kesehatan BAB II pasal 3 yang menyatakan: "Pembangunan kesehatan bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya, sebagai investasi bagi pembangunan sumber daya manusia produktif secara sosial dan ekonomis".

Berdasarkan hal di atas, tujuan akhir pembangunan di bidang kesehatan adalah untuk menghasilkan sumber daya manusia yang produktif dalam bidang sosial dan ekonomi. Dengan demikian diharapkan bahwa tingkat produktivitas dan efisiensi pekerjaan yang dilakukan akan selalu meningkat. Sehingga pelaksanaan dan hasil pembangunan nasional yang dilakukan oleh negara dapat dioptimalkan.

Kebersihan pribadi yang tidak baik mengakibatkan kesulitan dalam mengembangkan dan mengusahakan masyarakat yang sehat. Sehingga menjaga kebersihan pribadi merupakan langkah yang tepat untuk mewujudkan masyarakat yang sehat. Melalui pendidikan kesehatan siswa sebagai anggota masyarakat dapat mengetahui dan melakukan cara menjaga kebersihan pribadi

sehingga dapat mencegah timbulnya penyakit. Pendidikan kesehatan meliputi kebersihan pribadi, kesehatan lingkungan dan pelayanan kesehatan. Kesehatan pribadi dapat disebut sebagai kesehatan perseorangan.

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".

Dari pernyataan di atas dapatlah diambil suatu kesimpulan bahwa

pentingnya kesehatan bagi setiap individu, terutama sekali bagi anak-anak usia sekolah dasar (SD), dimana mereka sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan fisik dan mentalnya. Dengan memelihara kesehatan pribadi sejak sekolah dasar akan memberi manfaat pada kelangsungan masa depan anak.

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 SDN 03 Binaung Kampung Dalam Kota Padang 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.

SDN 03 Binaung Kampung Dalam Kota Padang merupakan salah satu sekolah dasar yang ada di Kota Padang, 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.

Pengamatan lebih lanjut peneliti, peneliti melihat kuku mereka panjang dan hitam, ini sangat memprihatinkan karena kuku yang tidak bersih apabila kita makan maka otomatis bakteri masuk bersama makanan tersebut, bahkan ada juga diantara mereka yang berketombe, anak terlihat sering menggaruk kepala.

Berdasarkan permasalahan yang ditemukan di atas maka Penulis berasumsi rendahnya derajat kesehatan pribadi siswa di sekolah ini, maka dari itu penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian disekolah ini mencakup kebersihan pribadi saja dan peneliti beri Judul “Studi tentang kesehatan Pribadi siswa di SDN 03 Binaung Kampung Dalam Kota Padang”. Penelitian ini penting dilakukan sebagai upaya untuk optimalisasi kesehatan Pribadi siswa, karena kesehatan Pribadi sangat menentukan keberhasilan siswa dalam segenap aspek kehidupan mereka.

Tujuan yang ingin dicapai pada penelitian ini adalah untuk dapat melihat segala sesuatu yang berhubungan dengan pelaksanaan kesehatan pribadi di Sekolah Dasar Negeri 03 Binaung Kampung Dalam Kota Padang, diantaranya bertujuan untuk : 1) Melihat dan mengetahui kesehatan mulut dan gigi siswa SDN 03 Binaung Kampung Dalam Kota Padang, 2) Melihat dan mengetahui kesehatan kulit siswa SDN 03 Binaung Kampung Dalam Kota Padang, 3) Melihat dan mengetahui kesehatan Pakaian siswa SDN 03 Binaung Kampung Dalam Kota Padang, 4) Melihat dan mengetahui kesehatan Rambut siswa SDN 03 Binaung Kampung Dalam Kota Padang, 5) Melihat dan mengetahui kesehatan Kuku siswa SDN 03 Binaung Kampung Dalam Kota Padang, 6) Mengetahui Kesehatan Pribadi siswa SDN 03 Binaung Kampung Dalam Kota Padang?

B. Metode Penelitian

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".

Sesuai dengan pendapat di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bagaimana Studi Tentang kesehatan pribadi siswa SDN 03 Binaung Kampung Dalam Kota Padang

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa sekolah dasar mulai dari kelas I sampai kelas VI yang ada pada SDN 03 Binaung Kampung Dalam Kota Padang yang berjumlah 161 orang. penarikan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling* yakni kelas V kelas VI yang berjumlah 63 orang, sedangkan kelas I, II, III dan IV tidak diikuti.

Data pada penelitian diperoleh dengan menggunakan kuesioner atau dengan menyebarkan angket dengan Likert yang terdiri dari empat kategori yaitu, 1) Selalu dengan skor 4, 2) Sering dengan skor 3, 3) Kadang-kadang dengan skor 2, 4) Tidak Pernah dengan skor 1. Teknik analisa data yang dilakukan dengan menggunakan analisis deskripsi, yakni dengan perhitungan frekuensi (f) dan persentase (%).

C. Pembahasan Hasil Pembahasan

1. Pembahasan

a. Gambaran Kesehatan Mulut dan Gigi

Dari 63 orang siswa, sebanyak 1 orang (1,6%) memiliki kesehatan pada kategori baik sekali, 35 orang siswa (55,6%) berada pada kategori baik, 27 orang siswa (42,9%) berada pada kategori sedang. Dari sebaran data yang diperoleh dapat diketahui total skor yang diperoleh sebesar 1957 dengan persentase sebesar 62,13%, persentase tersebut berada pada rentangan skor 61% - 80%. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa kesehatan pribadi siswa berdasarkan indikator kesehatan gigi dan mulut pada kategori baik.

b. Gambaran Kesehatan Kulit

Dari 63 orang siswa, sebanyak 1 orang (1,6%) memiliki kesehatan pada kategori baik sekali, 30 orang siswa (47,6%) berada pada kategori baik, 31 orang siswa (49,2%) berada pada kategori sedang, 1 orang siswa (1,6%) berada pada kategori kurang. Dari sebaran data yang diperoleh dapat diketahui total skor yang diperoleh sebesar 1956 dengan persentase sebesar 62,10%, persentase tersebut berada pada rentangan skor 61% - 80%. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa kesehatan pribadi siswa berdasarkan indikator kesehatan kulit berada pada kategori baik

c. Gambaran Kesehatan Pakaian

Dari 63 orang siswa, sebanyak 2 orang (3,2%) memiliki kesehatan pada kategori baik sekali, 18 orang siswa (28,6%) berada pada kategori baik, 42 orang siswa (66,7%) berada pada kategori sedang, 1 orang siswa

(1,6%) berada pada kategori kurang. Dari sebaran data yang diperoleh dapat diketahui total skor yang diperoleh sebesar 1875 dengan persentase sebesar 59,52%, persentase tersebut berada pada rentangan skor 41%-60%. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa kesehatan pribadi siswa berdasarkan indikator kesehatan pakaian berada pada kategori sedang

d. Gambaran Kesehatan Rambut

Dari 63 orang siswa, sebanyak 1 orang (1,6%) memiliki kesehatan pada kategori baik sekali, 27 orang siswa (42,9%) berada pada kategori baik, 35 orang siswa (55,6%) berada pada kategori sedang. Dari sebaran data yang diperoleh dapat diketahui total skor yang diperoleh sebesar 1974 dengan persentase sebesar 62,67 %, persentase tersebut berada pada rentangan skor 61% - 80%. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa kesehatan pribadi siswa berdasarkan indikator kesehatan rambut berada pada kategori baik.

e. Gambaran Kesehatan Kuku

Dari 63 orang siswa, sebanyak 23 orang (36,5%) memiliki kesehatan pada kategori baik, 33 orang siswa (63,5%) berada pada kategori sedang. Dari sebaran data yang diperoleh dapat diketahui total skor yang diperoleh sebesar 1852 dengan persentase sebesar 58,79 %, persentase tersebut berada pada rentangan skor 41%-60%. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa kesehatan pribadi siswa berdasarkan indikator kesehatan kuku berada pada kategori sedang

f. Gambaran Kesehatan Pribadi

Dari 63 orang siswa, sebanyak 32 orang (50,8%) memiliki kesehatan pada kategori baik, 31 orang siswa (49,2%) berada pada kategori sedang. Dari sebaran data yang diperoleh dapat diketahui total skor yang diperoleh sebesar 9614 dengan persentase sebesar 61,04%, persentase tersebut berada pada rentangan skor 61% - 80%. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa kesehatan pribadi siswa berdasarkan indikator kesehatan pribadi berada pada kategori baik.

2. Hasil Pembahasan

a. Kesehatan Mulut dan Gigi

Berdasarkan hasil analisis data tentang kesehatan pribadi siswa SDN 03 Binaung Kampung Dalam Kota Padang yang dilihat dari indikator kesehatan gigi dan mulut berada pada kategori Baik dengan persentase 62,12%.

Banyak orang yang kurang menyadari akan pentingnya perawatan mulut dan gigi. Mulut dan gigi serta bagian lainnya dalam rongga mulut seperti: lidah merupakan satu kesatuan yang tidak bisa dipisahkan, karena perencanaan pertama dari makanan yang akan berlangsung dimulut, dipotong-potong dihancurkan oleh gigi, kemudian dilumatkan oleh enzyme yang ada di mulut. Kalau kebersihan mulut tidak dibersihkan, maka mulut juga dapat sebagai pintu gerbang masuknya kuman-kuman penyakit.

Menurut asumsi peneliti masih banyaknya ditemukan responden yang memiliki kesehatan gigi dan mulut yang tidak baik disebabkan karena

kebiasaan anak di usia mereka yang memang gemar mengonsumsi makanan yang manis-manis, selain itu kurangnya perawatan kesehatan gigi seperti menggosok gigi secara rutin minimal dua kali sehari dan juga kebiasaan tidak menggosok gigi ketika akan tidur tentu bisa mengakibatkan mereka beresiko mengalami kerusakan gigi.

2. Kesehatan Kulit

Berdasarkan hasil analisis data tentang kesehatan pribadi siswa SDN 03 Binaung Kampung Dalam Kota Padang yang dilihat dari indikator kesehatan kulit berada pada kategori Baik dengan persentase 62,10%.

Permukaan tubuh dilapisi oleh kulit, pada kulit terdapat lubang-lubang halus yang disebut pori-pori. Pori-pori merupakan saluran pembuangan keringat, pada saat berolahraga/melakukan aktifitas fisik tubuh kita menjadi panas dan pori-pori kita mengeluarkan keringat, jika keringat tidak dibersihkan akan membentuk kotoran/daki, kulit yang berdaki adalah kulit yang kotor. Agar kulit tetap terjaga dengan baik perlu memeliharanya, antara lain dengan cara mandi minimal 2 kali sehari, lakukan dengan keseluruhan badan, pundak belakang, bagian leher baik daerah belakang dan depan, serta selangkangan sampai bagian kaki dan jari. Mandi menggunakan sabun dan mengonsumsi sayur dan buah-buahan.

3. Kesehatan Pakaian

Berdasarkan hasil analisis data tentang kesehatan pribadi siswa SDN 03 Binaung Kampung Dalam Kota Padang yang dilihat dari indikator kesehatan pakaian berada pada kategori Sedang dengan persentase 59,52%.

Pakaian yang kotor akan menghalangi seseorang untuk terlihat sehat dan segar walaupun seluruh tubuh sudah bersih. Pakaian banyak menyerap keringat, lemak dan kotoran yang dikeluarkan badan. Dalam sehari saja, pakaian berkeringat dan berlemak ini akan berbau busuk dan mengganggu. Untuk itu perlu mengganti pakaian dengan yang bersih setiap hari. Saat tidur hendaknya kita mengenakan pakaian yang khusus untuk tidur dan bukannya pakaian yang sudah dikenakan sehari-hari yang sudah kotor.

4. Kesehatan Rambut

Berdasarkan hasil analisis data tentang kesehatan pribadi siswa SDN 03 Binaung Kampung Dalam Kota Padang yang dilihat dari indikator kesehatan rambut berada pada kategori Baik dengan persentase 62,67%.

Secara umum kesehatan rambut dan kulit kepala akan terganggu disebabkan oleh perilaku yang tidak sehat atau tidak membersihkan rambut secara teratur. Depkes (2005:54) mengemukakan sebagai berikut: “Rambut perlu dicuci paling sedikit dua kali dalam satu minggu. Maksudnya agar rambut selalu bersih, bebas dari kotoran dan ketombe, dan juga tidak menyebabkan rambut mudah rontok”.

5. Kesehatan kuku

Berdasarkan hasil analisis data tentang kesehatan pribadi siswa SDN 03 Binaung Kampung Dalam Kota Padang yang dilihat dari indikator kesehatan kuku berada pada kategori Sedang dengan persentase 58,79%.

Kotoran atau daki yang menumpuk di bawah kuku jari tangan yang panjang itu adalah sumber penyakit, karena penuh dengan kuman dan kotoran. Pada waktu makan, kuman atau kotoran yang menumpuk di bawah kuku jari

tangan itu dapat tertelan bersama makanan. Akibatnya, kita mengalami sakit perut seperti disentri.

6. Kesehatan Pribadi

Berdasarkan hasil analisis data tentang kesehatan pribadi siswa SDN 03 Binaung Kampung Dalam Kota Padang berada pada kategori Baik dengan persentase 61,04%.

Kesehatan pribadi adalah kondisi atau keadaan seseorang yang bebas dari kotoran dan bebas dari sakit. Dengan demikian, perilaku hidup sehat tentang kesehatan pribadi adalah sikap atau tindakan seseorang yang bertujuan memelihara kesehatan atau mencegah penyakit dengan cara memelihara dirinya sendiri agar bebas dari segala kotoran atau sumber penyakit.

Menurut asumsi peneliti kondisi kesehatan pribadi yang dimiliki oleh siswa di SDN 03 Binaung Kampung Dalam Kota Padang ternyata masih banyak yang kurang baik, hal ini ditunjukkan dari persentase jumlah siswa, dimana hampir sebagian diantara mereka kurang memperhatikan kesehatan pribadinya, baik dari segi kesehatan gigi dan mulut, kesehatan kulit, kesehatan pakaian, rambut, dan juga kuku. Masih banyaknya ditemukan siswa yang tidak memiliki kesehatan pribadi yang baik, semua itu tidak terlepas dari perilaku mereka sehari-hari yang gemar bermain di luar ruangan, di lapangan tanah ataupun bermain sampai berkeringat sesudah itu mereka tidak membersihkannya.

D. Kesimpulan dan Saran

1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a) Kesehatan pribadi siswa dilihat dari indikator kesehatan gigi dan mulut berada pada kategori Baik dengan persentase 62,13%
- b) Kesehatan pribadi siswa dilihat dari indikator kesehatan kulit berada pada kategori Baik dengan persentase 62,10%.
- c) Kesehatan pribadi siswa dilihat dari indikator kesehatan pakaian berada pada kategori sedang dengan persentase 59,52%.
- d) Kesehatan pribadi siswa dilihat dari indikator kesehatan rambut berada pada kategori baik dengan persentase 62,67%.
- e) Kesehatan pribadi siswa dilihat dari indikator kesehatan kuku berada pada kategori sedang dengan persentase 58,79%.
- f) Kesehatan pribadi siswa dilihat secara keseluruhan tanpa membedakan indikator berada pada kategori baik dengan persentase 61,04%.

2. Saran

Adapun saran-saran yang dapat penulis kemukakan antara lain adalah :

- a) Bagi Kepala Sekolah, Diharapkan Kepala Sekolah meningkatkan pembinaan murid khususnya tentang kesehatan dan juga mengaktifkan kembali peran dokter kecil dalam kegiatan UKS untuk membantu pemantauan kesehatan murid
- b) Bagi Dinas Pendidikan dan Pengajaran Kota Padang, Diharapkan adanya supervisi terhadap pelaksanaan UKS di sekolah secara berkala

DAFTAR PUSTAKA

- 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.
- Purnomo Ananto. (2006). *Usaha Kesehatan Sekolah Di Sekolah Dasar dan Madrasah Ibtidaiyah*. Bandung: CV. Yrama Widya.
- Rozi. (2000). *Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Intan Pariwara.
- Suharsimi, Arikunto (2006) *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Undang-Undang RI No. 36 Tahun 2009 *Tentang Kesehatan Bersama Penjelasannya*. Sulawesi Barat.