

BAB I

PENDAHULUAN

Setiap negara dan bangsa mempunyai perjalanan hidup yang membentuk eksistensi negara dan warganya. Saat ini Indonesia merupakan negara yang sedang berkembang di dunia. Sejak merdeka tepatnya pada tanggal 17 Agustus 1945, negara Indonesia memiliki cita – cita nasional yang harus didukung oleh kemampuan manusia Indonesia yang profesional dan berkualitas moral kebangsaan yang mewujudkan dalam sikap dan perilaku cinta tanah air dan yakin akan perjuangan menuju cita – cita nasional.

Adanya pemahaman baru tentang negara kesatuan pada tahun 1908, melahirkan gerakan *Kebangkitan Nasional (Budi Utomo)* sebagai perintis yang menyatukan semua warga yang mendiami kepulauan Nusantara. Keberhasilan gerakan ini, memunculkan sikap pemuda Indonesia yang gagah berani dan dengan tegs mengikrarkan *Sumpah Pemuda (28 Oktober 1928)*. Keberanian pemuda Indonesia berjuang yang tak kenal lelah dan penuh semangat ini akhirnya membawa bangsa Indonesia pada kemerdekaan bangsanya, sebagai penentu eksistensi bangsa Indonesia yang mengikrarkan dan memproklamasikan kemerdekaan pada tanggal 17 Agustus 1945.¹

Setelah memproklamasikan kemerdekaan bukan berarti perjuangan pemuda – pemudi Indonesia telah selesai. Bahkan, ini adalah awal mula kita mewujudkan cita – cita dan harapan bangsa untuk menjadikan negara ini diakui di mata dunia. Baik di bidang hukum, perekonomian, teknologi, informasi, sosial,

¹ Rahayu Minto, *Pendidikan Kewargonegaraan "Perjuangan Menghidupi Jati Diri Bangsa"*. PT. Grasindo, Jakarta, 2007, hal. 3.

budaya, integritas dan jati diri maupun dibidang lainnya yang membuat negara ini mampu bersaing dengan Sumber Daya Manusia (SDM) disetiap negara yang ada didunia.

Untuk mewujudkan semua cita – cita dan harapan bangsa indonesia, tentunya setiap masyarakat kita haruslah sehat dan cerdas. Karena, didalam negara yang kuat terdapat masyarakat yang sehat baik jasmani maupun rohani. Tidak ada satu orangpun yang berpandangan senang sakit dalam hidupnya. Alasannya, orang sakit itu tidak enak. Orang sakit itu menderita, dan orang sakit itu dapat menyusahkan orang lain, karena perlu bantuan untuk merawatnya. Pandangan ini tidak pernah berubah sampai sekarang dan tetap dipegang teguh oleh siapapun.

Sebaliknya, justru semua orang selalu ingin dapat hidup sehat. Kesehatan selalu dipertahankan oleh setiap orang dalam dirinya. Hal yang demikian dapat dilihat dalam kehidupan masyarakat sehari – hari, terdapat berbagai upaya untuk menghindari sakit yang lebih serius. Misalnya saja pulang kerja sampai dirumah badan merasa pening dan nyut – nyutan, kita segera minum obat sakit kepala. Contoh tersebut menunjukkan bahwa kita ingin hidup sehat. Kita tidak ingin badan kita sakit sekecil apapun juga.

Badan yang sehat sesungguhnya merupakan anugerah Tuhan Yang Maha Esa. Dengan diberi kesehatan oleh – Nya, kita patut bersyukur, karena dengan kesehatan yang kita miliki dapat melakukan kegiatan untuk kepentingan diri sendiri maupun untuk kepentingan masyarakat. Karena kesehatan merupakan