

OPTIMALISASI USAHA KESEHATAN SEKOLAH MELALUI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DI SEKOLAH DASAR 10 TIMPEH

Hamidatul Yuni^{*}, Siti Nurhasanah, Nadia Chalida Nur, Yessy Markolinda, dan Trisfa Augia

Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas

^{*}Email: hamidatulyuni@ph.unand.ac.id

ABSTRAK

SDN 10 Timpeh merupakan salah satu sekolah yang berada di daerah 3T yang terletak di Sungai Bulian Kecamatan Timpeh Kabupaten Dharmasraya dengan jarak tempuh 197 km dari Kota Padang. SDN 10 Timpeh telah memiliki Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) namun tidak aktif dan ruangnya di alih fungsikan sebagai gudang. Kegiatan ini bertujuan untuk mengaktifkan kembali fungsi UKS di SDN 10 Timpeh. Metode pendekatan yang dilakukan pertama melalui kegiatan pelatihan kepada 10 orang siswa yang dipilih menjadi kader dokter kecil dari kelas 3,4, dan 5. Metode kedua dilakukan dengan ceramah, diskusi tentang Perilaku Hidup bersih dan Sehat (PHBS) kepada seluruh siswa. Pemantapan teori juga diiringi dengan stimulasi ranah afektif dan psikomotorik siswa melalui pelaksanaan praktiknya yakni mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir, memberikan siswa buah dan susu, serta praktik pelaksanaan penanganan siswa yang mengalami kecelakaan di Sekolah oleh kader Dokter kecil yang sebelumnya dipilih. Evaluasi program ini dilakukan melalui pre-test dan post-test. Setelah dilakukan pelatihan dan pembinaan, terdapat peningkatan signifikan pengetahuan siswa mengenai materi dokter kecil sebesar 10 poin dan hasil uji Wilcoxon menunjukkan ada pengaruh peningkatan pengetahuan siswa ($p=0,025$). Siswa SDN 10 Timpeh antusias dengan kegiatan ini dan hasil advokasi kepada pengelola diperkuat dengan dikeluarkan surat keputusan Kepala sekolah tentang pengelolaan UKS dan menunjuk guru pembimbing UKS serta penjelasan uraian tugasnya. Diharapkan kepada pihak Puskesmas, sekolah, dan pembina UKS untuk tetap menjalankan kegiatan UKS ini secara terjadwal dan evaluasi secara berkala.

Kata Kunci: *SDN 10 Timpeh, UKS, dokter kecil*

Optimization of School Health Business Through Clean and Healthy Living Behaviour at Elementary School 10 Timpeh

ABSTRACT

Elementary School 10 Timpeh is one of the schools in the 3T area in Sungai Bulian, Timpeh District, Dharmasraya Regency, with a distance of 197 km from Padang City. SDN 10 Timpeh has a School Health Unit (SHU) but has been inactive, and the room has been converted into a warehouse. This activity aims to reactivate and optimize SHU functions at SDN 10 Timpeh. The first method was carried out through training activities for ten students who were selected to become cadres of little doctors from classes 3,4, and 5. The second method was done with lectures, discussions about clean and healthy behaviour for all students. The strengthening of the theory is also accompanied by stimulation of the affective and psycho-motor domains of students through the exercise of using soap and running water, giving students fruit and milk, as well as the practice of handling students who move to school by a cadre of little doctors who have been previously selected. Evaluation of this program is done through pre-test and post-test. After training and coaching, there was a significant increase in students' knowledge of the little doctor's subject matter by 10 points, and the Wilcoxon test results showed an increase in student knowledge. The students of SDN 10 Timpeh were enthusiastic about this activity. The advocacy management results were strengthened by the issuance of a headmaster decree on the control of the SHU and the appointment of a supervisor of the SHU as well as an explanation of his job description. It is expected that the Public Health Centre, Schools, and coaches will continue to carry out these SHU

activities on a scheduled and periodic evaluation.

Keywords: *elementary school, Timpeh, School Health Unit, little doctor*

PENDAHULUAN

Kesehatan adalah keadaan sehat fisik, mental, spiritual dan sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis (SKB4, 2014). Berdasarkan UU Kesehatan no 36 tahun 2014 kesehatan merupakan hak asasi manusia yang harus diwujudkan termasuk kesehatan peserta didik. Tujuan pendidikan nasional salah satunya adalah mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang sehat (UU Sisdiknas, 2003). Kesehatan merupakan kebutuhan dasar bagi setiap siswa, berdasarkan PP no 17 tahun 2010 fungsi pendidikan di Sekolah Dasar salah satunya dengan mengembangkan kesiapan fisik dan mental untuk melanjutkan pendidikan.

Menjadi manusia yang sehat dapat dilakukan dalam berbagai upaya salah satunya dengan Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). PHBS adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan karena kesadaran pribadi sehingga keluarga dan seluruh anggota keluarga mampu menolong diri sendiri pada bidang kesehatan serta peran aktif dalam aktivitas masyarakat. Manfaat PHBS yang paling utama adalah terciptanya masyarakat yang sadar kesehatan dan memiliki bekal pengetahuan dan kesadaran untuk menjalani perilaku hidup yang menjaga kebersihan dan memenuhi standar kesehatan melalui individu, kelompok atau pun masyarakat. (Kemenkes RI, 2016).

Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) merupakan wadah dalam usaha membina, mengembangkan, dan meningkatkan kemampuan hidup sehat dan derajat kesehatan peserta didik (kelompok) dilaksanakan melalui pengembangan berbagai kegiatan intra kurikuler dan ekstra kurikuler (Kemendikbud, 2017). Untuk meningkatkan perubahan sikap dan perilaku menjadi peserta didik yang sehat perlu adanya pendidikan kesehatan (Notoatmojo, 2010).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 didapatkan 10 perilaku beresiko pada anak usia sekolah terkait kesehatan antara lain kurang konsumsi sayur dan buah, tidak cuci tangan dengan benar, dan tidak menggosok gigi setelah makan pagi dan sebelum tidur. Selain itu, masih ada ditemui sekolah yang menganggap masalah kesehatan peserta didik sebagai hal yang kurang penting, hal ini dapat dilihat dari masih belum optimalnya pelaksanaan kegiatan UKS dalam menumbuhkan kebiasaan Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) bagi peserta didik. (Risikesdas, 2013).

Konsumsi buah/sayur kurang dari 5 porsi sehari tidak lebih dari 5% artinya sekitar 95% masyarakat Indonesia dan Sumatera barat khususnya tidak mengkonsumsi buah dan sayur yang cukup (Risikesdas, 2018). Sayuran dan buah-buahan merupakan sumber berbagai vitamin, mineral dan serat pangan. Vitamin dan mineral berfungsi sebagai antioksidan atau penangkal senyawa jahat dalam tubuh serta mencegah kerusakan sel, serta serat berfungsi memperlancar pencernaan dan dapat menghambat perkembangan sel kanker usus besar. Konsumsi sayuran dan buah-buahan yang cukup merupakan salah satu indikator sederhana gizi seimbang yang bertujuan meningkatkan

kesadaran berperilaku hidup sehat melalui mengkonsumsi buah dan sayur bagi seluruh lapisan masyarakat. (Kemenkes, 2016)

Proporsi perilaku benar cuci tangan di Provinsi Sumatera Barat pada penduduk umur diatas 10 tahun 37,9%. Cuci tangan yang benar adalah cuci tangan pakai sabun dengan air mengalir sebelum menyiapkan makanan, setiap kali tangan kotor(memegang uang, binatang dan berkebon), setelah buang air besar, setelah menceboki bayi/anak, setelah menggunakan pestisida/insektisida, sebelum menyusui bayi) dan sebelum makan (Riskesdas, 2018). Kedua tangan merupakan jalur utama masuknya kuman penyakit ke dalam tubuh, selain menjalankan gaya hidup sehat mencuci tangan dengan sabun akan mengurangi dan mencegah timbulnya penyakit.

Penelitian yang dilakukan oleh Andika, dkk (2019) diperoleh hasil bahwa pelatihan dokter kecil memberikan pengaruh yang positif bagi peningkatan kemampuan para dokter kecil. Begitu juga dengan kegiatan cuci tangan pakai sabun (CTPS) dapat meningkatkan pengetahuan pentingnya mencuci tangan menggunakan sabun serta kemampuan siswa mempraktekkan 7 langkah cuci tangan pakai sabun dengan baik dan benar (Elidahanum, 2019).

Penting adanya UKS dengan fungsi yang bisa berjalan secara berkelanjutan bagi peserta didik, maka dalam kegiatan ini kami melakukan pembinaan kesehatan Sekolah Dasar Negeri 10 Timpeh, Kabupaten Dharmasraya. Jumlah total siswa SDN 10 Timpeh sebanyak 98 orang. Tujuan dari kegiatan pengabdian ini untuk optimalisasi kegiatan dan fungsi UKS di SDN 10 Timpeh yang sebelumnya tidak berjalan dengan baik, hal ini terlihat dari tidak adanya keterikatan pengelola melalui sebuah surat keputusan (SK), pelatihan dokter kecil dan sosialisasi tidak dilakukan secara berkala, dan kondisi ruangan sebelumnya digunakan untuk operasional UKS di alih fungsikan menjadi gudang sekolah. Selain itu dengan latar belakang pekerjaan orang tua siswa yang sebagian besar pekerjaan orang tua siswa adalah petani sawit, melalui sosialisasi PHSB dengan salah satu materinya adalah Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) diharapkan siswa menjadi *agent of change* di lingkungan sekitarnya.

METODE

Kegiatan ini dilaksanakan di SDN 10 Timpeh kabupaten Dharmasraya pada tanggal 7-9 November 2019. Beberapa tahapan pelaksanaan dimulai dengan persiapan data, perencanaan kegiatan dan melengkapi data awal pengabdian. Pelaksanaan pembinaan UKS dilakukan pertama dengan metode pelatihan kepada 10 orang siswa yang dipilih menjadi kader dokter kecil dari kelas 3,4, dan 5 yang berjumlah 10 orang siswa. Metode kedua dilakukan dengan ceramah, diskusi tentang Perilaku Hidup bersih dan Sehat (PHBS) kepada seluruh siswa SDN 10 Timpeh. Pemantapan teori juga diiringi dengan stimulasi ranah afektif dan psikomotorik siswa melalui pelaksanaan praktiknya yakni mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir, memberikan siswa buah dan susu, serta praktik pelaksanaan penanganan siswa yang mengalami kecelakaan di Sekolah oleh kader dokter kecil yang sebelumnya dipilih.

Materi yang diberikan dalam pembinaan UKS pada dokter kecil terkait dengan program UKS di sekolah dasar. Materi sosialisasi kepada seluruh siswa SDN 10

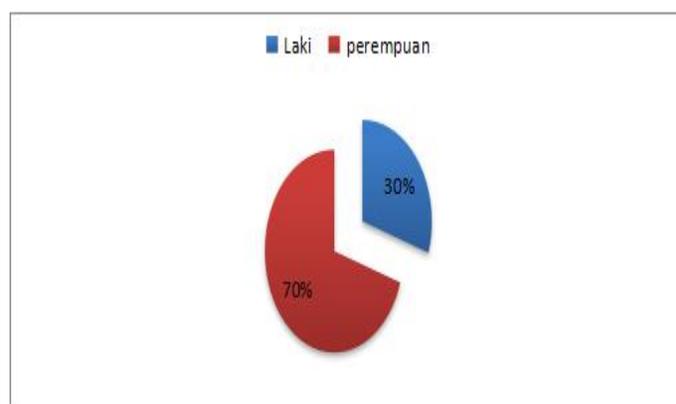
Timpeh diberikan tentang pentingnya berperilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), pentingnya makan buah dan sayur setiap hari serta pentingnya cuci tangan pakai sabun (CTPS). Selain itu, program ini juga membantu melengkapi fasilitas obat-obatan di UKS sekolah yang bisa dimanfaatkan untuk kegiatan UKS oleh dokter kecil.

Tahapan selanjutnya evaluasi kegiatan dilakukan *pre test* pada awal kegiatan dan *post test* pada akhir kegiatan untuk melihat rata-rata pengetahuan pada dokter kecil. Pada Kemudian dilakukan uji Wilcoxon untuk melihat pengaruh perlakuan pada siswa. Tahap akhir dilakukan monitoring dan evaluasi pelaksanaan program optimalisasi UKS di SDN 10 Timpeh untuk mengukur kemajuan dari program dan kegiatan yang sudah dilakukan. Fungsi dari monev ini untuk memberikan masukan kepada sekolah untuk kegiatan ke depan yang harus dilakukan. Monev ini sudah dilakukan pada tanggal 30 November 2019 dengan hasil, program kerja akan disusun nanti pada semester baru tahun depan, dan sekolah sudah mengikuti lomba UKS tingkat kecamatan dalam rangka Hari Kesehatan Nasional pada tanggal 20 November 2019, beberapa minggu setelah dilakukan pembinaan UKS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

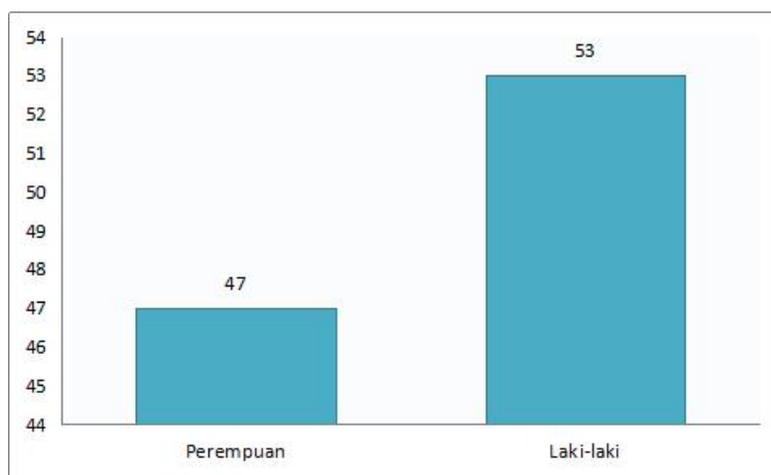
SDN 10 Timpeh merupakan sekolah yang terletak di sebuah daerah terpencil di Kabupaten Dharmasraya, Sumatera Barat. Guru dan tenaga pendidik berjumlah sepuluh orang dan separohnya adalah tenaga honorer. Jumlah siswa kelas 1 sampai kelas 6 sebanyak 98 siswa, 10 siswa diantaranya ditunjuk sebagai dokter kecil. Setelah dilakukan pengabdian ruangan UKS yang sebelumnya dijadikan gudang sekolah sekarang sudah difungsikan lagi sebagai ruangan UKS, dan telah mengaktifkan kembali UKS yang sudah sebelum hampir 1 tahun tidak aktif berkegiatan termasuk membantu beberapa kebutuhan UKS. Kemudian juga dilakukan advokasi kepada kepala sekolah dalam mempertegas pengelolaan UKS dengan membuat Surat Keputusan (SK) sebagai penunjukan guru pendamping UKS beserta uraian tugasnya.

Pada kegiatan pelatihan dokter kecil diikuti oleh perwakilan siswa kelas 4,5,6 dengan total 10 orang siswa. siswa dokter kecil terdiri dari 30% siswa laki-laki dan 70% siswa perempuan seperti terlihat pada halaman berikut :



Gambar 1. Distribusi Jenis Kelamin Dokter Kecil SDN 10 Timpeh

Sosialisasi PHSB, CTPS serta makan buah dan sayur dihadiri oleh seluruh siswa SDN 10 Timpeh yang berjumlah 98 Orang siswa. Jenis kelamin seluruh siswa SDN 10 Timpeh didapatkan jenis kelamin laki-laki lebih banyak (53%) dan jenis kelamin perempuan (47%) yang terlihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Distribusi Jenis Kelamin siswa SDN 10 Timpeh.

Pembinaan Kesehatan sekolah dalam program UKS dilakukan dengan pelatihan dokter kecil dengan pemberian materi tentang UKS menggunakan metode Ceramah, diskusi dan praktik kegiatan UKS. Materi pembinaan UKS mengacu kepada Petunjuk teknis pelaksanaan UKS di SD/MI (Kemenkes RI, 2018) dan peraturan bersama antara Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Kesehatan, Agama dan Menteri Dalam Negeri tentang pembinaan dan pengembangan usaha kesehatan sekolah/madrasah tahun 2014. Sosialisasi dengan memberikan materi PHBS, CTPS dan makan buah dan sayur dilakukan dengan metode ceramah, diskusi serta diikuti dengan praktik makan buah dan sayur serta cuci tangan pakai sabun. Pembinaan juga melibatkan Dokter dan ahli gizi dari Puskesmas Timpeh dan narasumber dari Universitas Andalas. Dokumentasi kegiatan pembinaan Kesehatan Sekolah Dasar Negeri 10 Timpeh ditampilkan pada gambar berikut :



Gambar 3. Foto Bersama Majelis Guru dan Dokter Kecil SDN 10 Timpeh.



Gambar 4. Pemberian Bantuan Perlengkapan Obat UKS SDN 10 Timpeh.



Gambar 5. Pelatihan Dokter Kecil SDN 10 Timpeh.



Gambar 6. Sosialisasi Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) kepada siswa SDN 10 Timpeh.

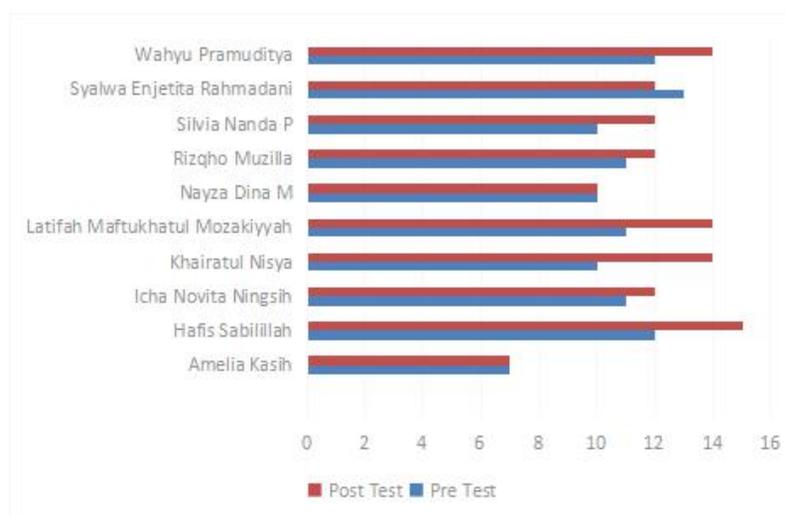


Gambar 7. Praktik Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) siswa SDN 10 Timpeh.



Gambar 8. Sosialisasi Makan Buah dan Sayur kepada siswa SDN 10 Timpeh.

Evaluasi pembinaan UKS dilakukan dengan pemberian *pre test* dan *post test* kepada peserta pelatihan dokter kecil. Hasil evaluasi pembinaan menunjukkan bahwa, nilai rata-rata *pre test* adalah 71,3 dan nilai rata-rata *post test* adalah 81,3. Hasil uji Wilcoxon didapatkan nilai $p=0,025$, artinya ada pengaruh pemberian pelatihan dokter kecil terhadap pengetahuan dokter kecil di SDN 10 Timpeh. Perubahan nilai per siswa dapat dilihat pada Gambar 9.



Gambar 9. Perbedaan Nilai Pre Test Dan Post Test Siswa SDN 10 Timpeh

Selanjutnya data nilai dokter kecil dianalisis secara statistik menggunakan uji Wilcoxon, hasilnya menunjukkan bahwa ada pengaruh pelatihan dokter kecil terhadap pengetahuan Dokter Kecil di SDN 10 Timpeh dengan nilai $p=0,025$. Hasil pengabdian ini sejalan dengan pengabdian Putri, dkk (2019) yang menyatakan adanya perbedaan signifikan sebelum (*pre test*) dan sesudah (*post test*) pada edukasi gizi. Menurut Husni (2019) dengan mempraktekan cara mencuci tangan akan lebih mudah meningkatkan pemahaman masyarakat, begitu juga pemberian media edukasi kepada anak SD dapat mengubah perilaku anak (Syafrawati. dkk. 2019)

KESIMPULAN DAN SARAN

Pelaksanaan kegiatan pembinaan kesehatan SDN 10 Timpeh dilaksanakan tanggal 7-8 November 2019 memberikan dampak positif pada kesehatan salah satunya melalui pelatihan dokter kecil. Ada pengaruh pemberian pelatihan dokter kecil terhadap peningkatan pengetahuan dokter kecil di SDN 10 Timpeh.

Selain itu upaya pengaktifan kembali kegiatan UKS di SDN 10 Timpeh dengan dikeluarkannya surat keputusan Kepala Sekolah SDN 10 Timpeh dengan no SK No 424/61/06/SD-10 2019 dan juga SDN 10 Timpeh akan berpartisipasi dalam Lomba UKS tingkat kecamatan. Diharapkan kepada Kepala Sekolah serta Pembina UKS untuk tetap menjalankan program ini secara terjadwal dan dilakukan evaluasi secara berkala.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada diucapkan kepada LPPM Universitas Andalas yang telah mendanai kegiatan ini melalui Hibah pengabdian masyarakat Mono Tahun dengan skim Iptek Berbasis Dosen dan Masyarakat (IbDM) dengan nomor kontrak T/36/UN.16.17/PT.IbDM/LPPM/2019, sehingga dapat terlaksananya kegiatan ini dengan mitra SDN 10 Timpeh kabupaten Dharmasraya. Terima kasih juga kami ucapkan kepada mitra yang telah bekerja sama sehingga tercapainya tujuan yang diharapkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Andika. Pelatihan dokter kecil sebagai upaya mengembangkan usaha kesehatan sekolah di SD Kabupaten Sidoarjo. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat*. Sidoarjo
- Arza, P.A., Masnarivan, Y., Dewi, R.K., 2020. Edukasi gizi seimbang dan makanan jajanan sehat di SDN 39 Pasar Ambacang Kota Padang. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, 3(1): 30-37
- Husni, E., dan Ramadany, S. 2019. Praktek cuci tangan pakai sabun pada siswa sekolah dasar 05 Mungka Kabupaten 50 kota. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, 2 (4): 443-449
- Kemendikbud, 2017. Petunjuk Teknis Pelaksanaan Sekolah/Madrasah Sehat Tingkat SD/MI. Kemendikbud, Jakarta.
- Kemenkes RI. 2013. Hasil Riset Kesehatan Dasar kementerian Kesehatan. Kemenkes RI, Jakarta.
- Kemenkes RI. 2016. Buku Panduan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat. Kemenkes RI, Jakarta
- Kemenkes RI. 2019. Laporan Nasional Riset Dasar Kesehatan Dasar 2018. Kemenkes RI. Kemenkes RI, Jakarta
- Notoatmodjo, S. 2010. Ilmu Perilaku Kesehatan. Rineka Cipta, Jakarta.
- Peraturan Bersama Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan, Menteri Kesehatan, Menteri Agama, dan Menteri Dalam Negeri Tentang Pembinaan Dan Pengembangan Usaha Kesehatan Sekolah/Madrasah tahun 2014. Jakarta.
- Syafrawati, S., Nursal, D.G.A., Chikita, R., dan Tundum, N. 2019. Upaya menurunkan dampak negative gadget melalui media promosi kesehatan pada siswa SDN 01 Sawahan Kota Padang. *Jurnal Hilirisasi IPTEKS*, 2(2): 129-139

Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. Jakarta.

Undang-undang Republik Indonesia Nomor 17 tahun 2010 tentang Pengelolaan dan Penyelenggaraan Pendidikan. Jakarta.

Undang-undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2014 tentang Tenaga Kesehatan. Jakarta