

PENGUATAN PERAN UNIT KESEHATAN SEKOLAH DALAM MENINGKATKAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DI SDN 17 GURUN LAWEH KECAMATAN NANGGALO

Syafrawati^{*)}, dan Mery Ramadani

Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas

^{*)} Email Koresponden: Syafrawati@ph.unand.ac.id

ABSTRAK

Kegiatan Unit Kesehatan Sekolah (UKS) penting dilakukan pada sekolah sesuai dengan peraturan yang ada. Permasalahan yang sering muncul dalam pelaksanaan UKS adalah diantaranya sekolah sudah memiliki ruang khusus untuk kegiatan UKS, tetapi pemanfaatannya belum optimal dan belum dibentuk kader siswa secara berkelanjutan untuk menjadi pengurus UKS. Pelaksanaan UKS pada SDN 17 Gurun Laweh belum berjalan dengan optimal dikarenakan kader UKS belum aktif serta sarana prasarana yang kurang. Oleh karena itu perlu dilakukan penyuluhan dan praktek pelaksanaan UKS sebagai bahan pelatihan kader UKS di SDN 17 Gurun Laweh. Kegiatan yang dilakukan berupa penyuluhan kesehatan dengan metode ceramah (menyampaikan materi yang telah disiapkan) menggunakan powerpoint mengenai gizi seimbang, gizi kurang, gizi berlebih (obesitas) serta Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K), serta dilakukan praktek saat penyampaian materi P3K. Untuk mengevaluasi kegiatan dilakukan pre-test dan post-test sebelum dan setelah dilakukan penyampaian materi. Setelah dilakukan penyuluhan terdapat peningkatan signifikan terhadap pengetahuan siswi tentang materi yang disampaikan dari nilai rata-rata 75,3 menjadi 90. Ditemukan bahwa pengetahuan yang paling mengalami peningkatan signifikan adalah tentang 4 pilar gizi seimbang dan tentang perlengkapan dari P3K. Dengan hasil kegiatan ini diharapkan calon kader UKS dapat kembali aktif dan UKS dapat berjalan sesuai fungsinya. Disarankan perlunya ada pelatihan berlanjut kepada kader UKS dengan bekerja sama dengan puskesmas setempat untuk kegiatan pelatihan.

Kata Kunci: *UKS, Penguatan, Kader, Sarana Prasarana*

Strengthening The Role Of The School Health Unit (UKS) In Improving Clean And Healthy Living Behavior (PHBS) at SDN 17 Gurun Laweh, Nanggalo District

ABSTRACT

It is important that School Health Unit (UKS) activities are carried out in schools in accordance with existing regulations. Problems that often arise in the implementation of UKS include that schools already have a special room for UKS activities, but its utilization is not optimal and cadres of students have not been formed on an ongoing basis to become UKS administrators. The implementation of the UKS at SDN 17 Gurun Laweh has not run optimally because the UKS cadres have not been active and the infrastructure is lacking. Therefore it is necessary to carry out counseling and practical implementation of UKS as training material for UKS cadres at SDN 17 Gurun Laweh. The activities carried out were in the form of health counseling using the lecture method (delivering prepared material) using PowerPoint on balanced nutrition, undernutrition, excess nutrition (obesity), and First Aid in Accidents (P3K), as well as practice when delivering first aid material. To evaluate the activities, a pre-test and post-test were carried out before and after the delivery of the material. After counseling, there was a significant increase in student's knowledge of the material presented from an average score of 75.3 to 90. It was found that knowledge that experienced the most significant increase was about the 4 pillars of balanced nutrition and about first aid kits. With the results of this activity, it is hoped that the prospective UKS cadres will be able to return to activity and that the UKS can run according to its functions. It is suggested that there is a need for continuing training for UKS cadres in collaboration with the local public health center for training activities.

Keywords: *UKS, Strengthening, Cadre, Infrastructure*

PENDAHULUAN

Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) merupakan upaya satuan pendidikan dalam menanamkan, menumbuhkan, mengembangkan serta meningkatkan kemampuan hidup sehat, dengan penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), serta derajat kesehatan peserta didik melalui pelaksanaan Trias UKS yaitu Pendidikan Kesehatan, Pelayanan Kesehatan, dan Pembinaan Lingkungan Sekolah Sehat. Tujuan UKS adalah meningkatkan kesehatan, mutu pendidikan dan prestasi belajar peserta didik yang tercermin dalam kehidupan perilaku hidup bersih sehat (PHBS) dan lingkungan sekolah yang sehat sehingga memungkinkan peserta didik mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. (Kemendikbud, 2022) Dengan demikian untuk mewujudkan program usaha kesehatan sekolah, aspek terpenting yang harus diperhatikan adalah sumber daya manusia yang berkualitas maka harus memiliki suatu pengetahuan. (K. Hidayat, 2020)

Permasalahan yang sering muncul dalam pelaksanaan UKS adalah diantaranya sekolah sudah memiliki ruang khusus untuk kegiatan UKS, tetapi pemanfaatannya belum optimal dan belum dibentuk kader siswa secara berkelanjutan untuk menjadi pengurus UKS. Selain itu tantangan yang paling sering dihadapi oleh Sekolah dalam mengembangkan UKS adalah keterbatasan fasilitas UKS yang ada di Sekolah, khususnya tingkat Sekolah Dasar dan kurang optimalnya peran UKS di tingkat Sekolah Dasar dalam rangka meningkatkan derajat kesehatan masyarakat anak-anak usia sekolah (Herwansyah, Amir, & Lesmana, 2019; Wahyuning, Erawati, & Rinayati, 2020).

Dalam menjalankan kegiatan UKS, struktur tim pelaksana UKS/M sekolah terdiri dari pembina, ketua, wakil sekretaris dan anggota. Salah satu anggota dari UKS adalah Kader UKS. Salah satu persyaratan program UKS yaitu mempunyai kader UKS minimal 10% dari jumlah siswa. Tugas Kader UKS diantaranya adalah: melaksanakan trias UKS, mengukur tinggi badan, mengukur berat badan, mengukur ketajaman mata, mengukur LILA (Lingkar Lengan Atas), melaksanakan P3K dan P3P, praktek gizi seimbang, melaksanakan penyuluhan kepada teman sebaya dan masyarakat di sekitar sekolah, melaksanakan pendidikan sebaya, *screening* kesehatan, terampil menolong temannya yang sedang sakit, melaksanakan penyebarluasan informasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), menyusun jadwal piket di ruang UKS/M (Kemendikbud, 2019).

SDN 17 Gurun Laweh memiliki total 6 ruang kelas yaitu kelas 1 sampai 6 dengan total siswa 93 orang yang terdiri dari 55 laki-laki dan 38 perempuan, dan memiliki total 12 tenaga kependidikan yang terdiri dari 8 guru. Pelaksanaan UKS pada SDN 17 Gurun Laweh belum berjalan dengan optimal dikarenakan kader UKS belum aktif, hal tersebut karena sekolah kekurangan guru untuk melakukan pengawasan dan pelatihan kepada kader selain itu belum adanya ruang UKS khusus dan belum cukupnya sarana prasarana dalam pelaksanaan kegiatan UKS. Oleh karena itu perlu dilakukan penyuluhan dan praktek pelaksanaan gizi seimbang dan P3K sebagai bahan pelatihan kader UKS di SDN 17 Gurun Laweh sehingga sekolah dapat mengaktifkan kembali kader UKS dan kegiatan UKS di sekolah dapat berjalan sesuai fungsinya.

METODOLOGI

Kegiatan ini dilaksanakan tanggal 29 Oktober 2022 di SDN 17 Gurun Laweh. Tahapan kegiatan adalah pembukaan, pelaksanaan pre-test, lalu penyampaian materi dan praktek P3K, lalu dilakukan post test. Terakhir dilakukan penyerahan perlengkapan UKS dan buku saku kepada pihak sekolah. Kegiatan yang dilakukan berupa penyuluhan kesehatan dengan metode ceramah (menyampaikan materi yang telah disiapkan) menggunakan powerpoint mengenai gizi seimbang, gizi kurang, gizi berlebih (obesitas) serta Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K), serta dilakukan praktek saat penyampaian materi P3K. Untuk mengevaluasi kegiatan dilakukan *pre-test* dan *post-test* sebelum dan setelah dilakukan penyampaian materi. Sasaran kegiatan adalah siswa siswi kelas lima dan enam calon kader UKS SDN 17 Gurun Laweh sebanyak 17 siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini diawali dengan melakukan koordinasi dengan kepala sekolah pada hari Senin tanggal 24 Oktober 2022 bertempat di SDN 17 Gurun Laweh, Nanggalo. Kemudian diperoleh kesepakatan untuk mengadakan kegiatan penyuluhan terhadap siswa/i kelas lima dan enam. Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan kesehatan, yang dilakukan dengan menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan. (Machfoedz, 2009) Penyuluhan kesehatan dilakukan dengan cara menyebarkan informasi-informasi pesan, menanamkan keyakinan, diharapkan terjadi peningkatan pengetahuan, keterampilan, dan sikap, dengan tujuan tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga dan masyarakat dalam membina dan memelihara kesehatan, berperan aktif mewujudkan kesehatan yang optimal sesuai hidup sehat baik fisik, mental dan sosial. (Notoatmodjo. (2012). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta)

Penyuluhan yang diberikan mengenai gizi seimbang, gizi kurang dan gizi berlebih (obesitas) dan tentang Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K) dengan jumlah peserta penyuluhan yang hadir adalah 17 siswa/i. Sebelum acara penyuluhan dimulai, dilakukan pre-test kepada peserta dimana peserta menjawab 10 pertanyaan yang ada pada lembaran soal yang diberikan. Pre-test diberikan sebelum penyuluhan dan bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan responden tentang materi yang akan diberikan, Fungsi pre-test untuk melihat efektifitas penyuluhan. (Damayanti, Pusparini, Djannatun, & Ferlianti, 2017). Kegiatan ini berlangsung selama 10 menit. Hal ini dapat dilihat pada Gambar 1.

Setelah itu dilanjutkan dengan kegiatan penyuluhan. Materi gizi berisikan seputar pengertian dari gizi seimbang dan 4 pilar dalam gizi seimbang, menjelaskan tumpeng gizi seimbang dan “isi piringku” pembahasan dilanjutkan dengan penjelasan tentang indeks masa tubuh (IMT). Pada pembahasan IMT siswa/i diajarkan cara mencari IMT masing-masing, beberapa siswa/i diajak maju kedepan untuk menjadi contoh. Kemudian materi terakhir adalah pembahasan mengenai pengertian, penyebab dan cara menghindari gizi kurang dan obesitas. Selanjutnya, materi kedua menjelaskan

tentang pertolongan pertama pada kecelakaan. Pada materi ini, siswa/i diajarkan pengertian dari P3K, tujuan, pedoman, isi peralatan P3K dan pelaksanaan P3K. Materi disampaikan oleh anggota Promotive dan Preventive Club BEM FKM Unand. Kegiatan penyuluhan ini dilakukan selama 30 menit.



Gambar 2 Penyampaian Materi

Setelah penyampaian materi dilanjutkan dengan praktek langsung untuk materi P3K, praktek yang diberikan adalah pertolongan pertama pada orang yang tidak sadarkan diri dan cara mengobati luka ringan. Kegiatan penyuluhan lain terkait UKS yang dilakukan di SDN 10 Timpeh juga melakukan praktek saat penyampaian materinya, 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.(Yuni, Nurhasanah, Nur, Markolinda, & Augia, 2020).

Metode praktik langsung adalah metode yang dilakukan oleh guru dengan cara melakukan praktek secara langsung sesuai dengan materi yang akan disampaikan kepada anak-anak (Zaini, Munthe, & Aryani, 2008). Penggunaan metode praktik langsung siswa akan lebih mengaplikasikan materi yang disampaikan. Disamping itu siswa juga mampu membuktikan dan mempercayai sebuah teori setelah ia melakukan praktik.(Fatimah, 2020)

Acara kemudian dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dan ditutup dengan pemberian soal *post-test* untuk mengukur sejauh mana pengetahuan siswa/i setelah diberikan penyuluhan, apakah terdapat peningkatan atau tidak. *Post-test* diberikan setelah pemberian materi penyuluhan dengan tujuan untuk mengetahui sampai dimana pemahaman responden terhadap materi penyuluhan setelah kegiatan dilaksanakan (Damayanti et al., 2017).



Gambar 3 Praktek P3K

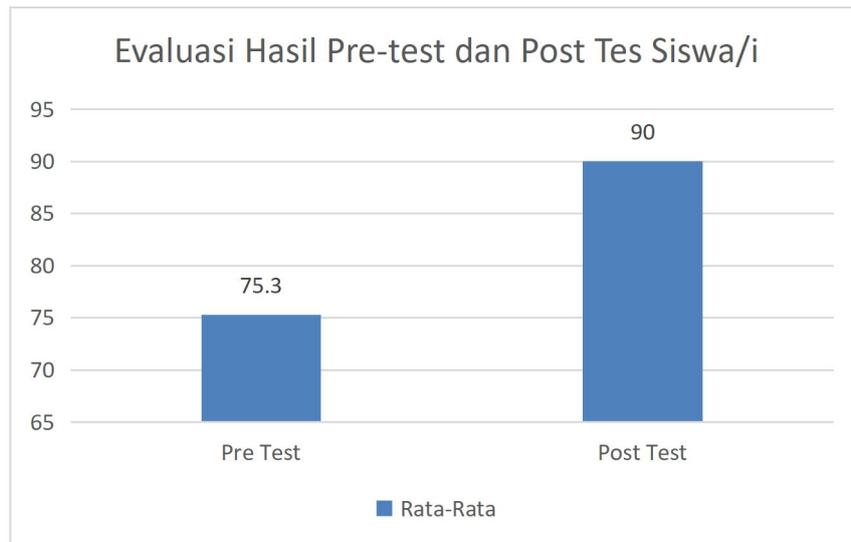


Gambar 4 Sesi Tanya Jawab

Hasil dari kegiatan penyuluhan ini adalah terjadinya peningkatan pengetahuan siswa/i terkait gizi dan pertolongan pertama pada kecelakaan hal ini dilihat dari hasil *pre test* dan *post test* dimana nilai rata-rata dari pretest adalah 75,3 sedangkan nilai rata-rata dari post-test adalah 90. Hasil ini sama dengan kegiatan lainnya dimana didapatkan peningkatan pengetahuan peserta setelah dilakukan penyuluhan.(A. Hidayat, Isrona, &

Vebrielna, 2022) Peningkatan yang terjadi sangat signifikan, hal ini dapat dilihat pada Grafik 1.

Ditemukan bahwa pengetahuan yang paling mengalami peningkatan signifikan adalah tentang 4 pilar gizi seimbang dan tentang perlengkapan dari P3K. Hal ini ditandai dengan terjadi peningkatan jawaban yang benar pada pertanyaan nomor dua yaitu “gizi seimbang terdiri dari berapa pilar” sebesar 100% dan pada pertanyaan nomor sembilan yaitu “peralatan P3K terdiri dari” sebesar 60%. Hasil lebih lengkap dapat dilihat pada Grafik 2.



Grafik 1. Hasil Pretest dan Postest Penyuluhan

Berdasarkan kegiatan lainnya dalam rangka meningkatkan kapasitas kader kesehatan remaja akan pentingnya peran UKS, dilakukan program pelatihan kader remaja kesehatan dengan metode ceramah, tanya jawab dan praktik menjadi peer educator. Didapatkan peningkatan pengetahuan setelah pemberian edukasi bagi peer educator dan siswa SMK Muhammadiyah 1 Samarinda. (Nugroho & Utama, 2020) Dengan adanya peningkatan pengetahuan gizi dan praktek P3K serta pelaksanaan praktek P3K maka diharapkan calon-calon kader yang sudah dilatih dapat aktif menjadi kader UKS. Diharapkan sekolah dapat secara berkala melakukan pelatihan kepada kader UKS agar terjadi penyegaran pengetahuan, pelaksanaan pelatihan dapat memanfaatkan puskesmas setempat untuk memberikan siswa materi-materi berkaitan dengan UKS. Dalam penyuluhan ini tidak ada hambatan yang berarti, karena semua peserta ikut berpartisipasi aktif dan antusias dan pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini sudah berjalan dengan baik dan lancar. Terakhir telah dilakukan pemberian buku saku gizi, timbangan dan kotak P3K untuk pelengkap sarana prasarana UKS.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dalam rangka meningkatkan peran UKS di SDN 17 Gurun Laweh, telah dilakukan penyuluhan serta praktek Gizi dan P3K kepada siswa/i calon kader UKS. Selain itu juga telah diberikan buku saku gizi, timbangan dan kotak P3K untuk pelengkap

sarana prasarana UKS dan buku saku. Berdasarkan hasil evaluasi kegiatan, didapatkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan pada peserta. Dengan hasil kegiatan ini diharapkan calon kader UKS dapat kembali aktif dan UKS dapat berjalan sesuai fungsinya. Diharapkan sekolah dapat secara berkala melakukan pelatihan kepada kader UKS agar terjadi penyegaran pengetahuan, pelaksanaan pelatihan dapat memanfaatkan puskesmas setempat untuk memberikan siswa materi-materi berkaitan dengan UKS.

DAFTAR PUSTAKA

- Damayanti, N. A., Pusparini, M., Djannatun, T., & Ferlianti, R. 2017. Metode Pre-Test Dan Post-Test Sebagai Salah Satu Alat Ukur Keberhasilan Kegiatan Penyuluhan Kesehatan Tentang Tuberkulosis Di Kelurahan Utan Panjang, Jakarta Pusat. *Prosiding SNaPP: Kesehatan (Kedokteran, Kebidanan, Keperawatan, Farmasi, Psikologi)*, 3(1), 144-150.
- Fatimah, C. 2020. Penggunaan metode praktik dalam meningkatkan keterampilan teknik budi daya tanaman obat. *Al-Azkiya: Jurnal Ilmiah Pendidikan MI/SD*, 5(1), 25-32.
- Herwansyah, H., Amir, A., & Lesmana, O. 2019. Peningkatan peran usaha kesehatan sekolah (uks) tingkat Sekolah Dasar Se-Kecamatan Telanaipura Kota Jambi. *Medical Dedication (medic): Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat FKIK UNJA*, 2(1), 40-44.
- Hidayat, A., Isona, L., & Vebrielna, N. 2022. Edukasi narkoba, hiv/aids, pornografi dan kesehatan reproduksi remaja di Kelurahan Balai Gadang Kecamatan Koto Tangah Kota Padang. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, 5(1), 30-37.
- Hidayat, K. 2020. Peran Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) Sebagai Proses Prilaku Hidup Bersih dan Sehat Peserta Didik. Universitas Negeri Padang.
- Kemendikbud. 2019. Pedoman Pembinaan dan Pengembangan UKS/M. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, Jakarta.
- Kemendikbud. 2022. Usaha Kesehatan Sekolah. Retrieved 25 November 2022
- Machfoedz, M. 2009. Komunikasi Keperawatan (Komunikasi Terapeutik). Ganbika, Yogyakarta.
- Notoatmodjo. 2012. Metode Penelitian Kesehatan. Rineka Cipta, Jakarta.
- Nugroho, P. S., & Utama, D. A. 2020. Fasilitasi kader kesehatan remaja untuk memaksimalkan fungsi usaha kesehatan sekolah (UKS) di SMK Muhammadiyah 1 Samarinda. *Jurnal Pesut: Pengabdian untuk Kesejahteraan Umat*, 2(1), 1-8.

Wahyuning, S., Erawati, A. D., & Rinayati, R. 2020. Pendampingan pengurus uks dalam mewujudkan perilaku hidup bersih sehat di SDN Karanganyar 2 Kecamatan Tugu Kota Semarang. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 3(1), 1-8.

Yuni, H., Nurhasanah, S., Nur, N. C., Markolinda, Y., dan Augia, T. 2020. Optimalisasi usaha kesehatan sekolah melalui perilaku hidup bersih dan sehat di Sekolah Dasar 10 Timpeh. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, 3(2).

Zaini, H., Munthe, B., dan Aryani, S. A. 2008. Strategi pembelajaran aktif. Pustaka Insan Madani, Yogyakarta.