

## UPAYA PENINGKATAN STATUS KESEHATAN REMAJA MELALUI REVITALISASI MANAJEMEN USAHA KESEHATAN SEKOLAH DI SMPN 7 SEMARANG

Ernawati Ernawati<sup>1\*</sup>, Dewi Setyawati<sup>1</sup>, Siti Aisah<sup>2</sup>, Edy Soesanto<sup>3</sup>, Much Nur  
Kharistna Al Jihad<sup>2</sup>, Yanuan Ben Olina<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Prodi D3 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Semarang

<sup>2</sup>Prodi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Semarang

<sup>3</sup>Prodi S2 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Semarang

\*Email: [ernawati@unimus.ac.id](mailto:ernawati@unimus.ac.id)

### ABSTRAK

Masalah kesehatan pada siswa SMPN 7 Semarang dalam 3 bulan terakhir ditemukan adanya dismenorhe, pusing, perilaku negatif siswa seperti membolos, tidak mengerjakan tugas sekolah, merokok, dan bullying. Sekolah ini memiliki komitmen melaksanakan Trias Usaha Kesehatan Sekolah (UKS), namun fasilitas dan kegiatan UKS kurang memadai. Meskipun ada kegiatan lintas sektor berupa pembinaan dari pihak puskesmas, fungsi dan manfaat kegiatan UKS belum sepenuhnya dirasakan positif oleh peserta didik, begitu juga yang dirasakan oleh guru. Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini bertujuan merevitalisasi manajemen UKS dan meningkatkan pelayanan kesehatan sebagai upaya meningkatkan kesehatan remaja. Metode kegiatan melalui empat program meliputi: penataan manajemen UKS, rekrutmen dan membentuk kader kesehatan sekolah, pelaksanaan Trias UKS meliputi pendidikan kesehatan, pelayanan kesehatan, dan penyehatan lingkungan, serta menjalin jejaring dengan Puskesmas. Hasil pelaksanaan pendidikan kesehatan telah meningkatkan rerata skor pengetahuan tentang bahaya narkoba dan pencegahan HIV/AIDS (20 poin), bullying (26 poin), kesehatan reproduksi remaja (8 poin), CTPS (12 poin), gosok gigi yang benar (12 poin), dan makan sehat menu remaja (18 poin). Terbentuknya kader kesehatan sekolah sebanyak 65 orang untuk mendukung pelayanan kesehatan, serta penyehatan lingkungan untuk toilet bersih dan privasi yang mendukung pada manajemen kebersihan menstruasi (MKM). Hasil pengabdian ini menunjukkan pentingnya manajemen UKS untuk meningkatkan status kesehatan remaja di lingkungan sekolah.

**Kata Kunci:** Trias UKS, Kader Sekolah, manajemen UKS

## **ABSTRACT**

*Health problems in SMPN 7 Semarang students on the last 3 months were found dysmenorrhea, dizziness, negative student behavior such as truancy, not doing school work, smoking, and bullying. This school is committed to implementing Triad of School Health Efforts (UKS), but the UKS facilities and activities are inadequate. Even though there are cross-sectoral activities in the form of coaching from the Puskesmas, the functions and benefits of UKS activities have not been fully felt positively by students and teachers. This community service activity aims to revitalize UKS management and improve health services to improve adolescent health. The method of activity through four programs includes: restructuring UKS management, recruiting and forming school health cadres, implementing the UKS Trias including health education, health services, and environmental sanitation, as well as establishing a network with Puskesmas. The results of implementing health education have increased the average score of knowledge about the dangers of drugs and prevention of HIV/AIDS (20 points), bullying (26 points), adolescent reproductive health (8 points), CTPS (12 points), brushing teeth properly (12 points), healthy food for teenager (18 points). The formation of 65 school health cadres to support health services. As well as environmental sanitation for clean toilets and privacy that supports menstrual hygiene management (MKM). The results of this dedication show the importance of UKS management to improve the health status of adolescents in the school environment.*

**Keywords:** *Triad of School Health Efforts, UKS, School Cadres*

## LATAR BELAKANG

SMPN 7 Semarang merupakan salah satu sekolah milik pemerintah yang berada di Kelurahan Pendrikan Kidul Kecamatan Semarang Tengah dengan luas lahan 2.171 m<sup>2</sup>. Akses ke lokasi mudah dan strategis karena berada di pusat kota Semarang sekitar 300 m dari Tugu Muda, maka peminat bersekolah di SMPN ini selalu besar setiap tahunnya. Sekolah ini memiliki visi berbudi pekerti luhur dan berprestasi. Pengelola sekolah berkomitmen untuk bisa mewujudkan sekolah sehat sebagai dukungan mewujudkan Semarang kota sehat. Kondisi sosial ekonomi orang tua/wali murid rata-rata menengah ke bawah, dengan tingkat kepedulian terhadap pendidikan yang cukup.

Pelaksanaan Trias UKS terutama pelayanan kesehatan di beberapa sekolah hasilnya masih kurang baik [1]. Hal ini juga dialami SMPN 7 Semarang. Hasil wawancara dengan pembina UKS di sekolah tersebut menyampaikan bahwa faktor penyebabnya adalah pengetahuan tentang kesehatan oleh guru masih kurang, kemampuan *problem solving* khususnya masalah kesehatan reproduksi, ratio guru pembina UKS dengan jumlah siswa yang terlalu besar, serta peran aktif siswa masih rendah. Sekolah ini memiliki fasilitas UKS di ruang bimbingan konseling (BK) dinilai kurang memadai dan belum ada struktur kepengurusan UKS.

Pada tahun 2021/2022, jumlah peserta didik di SMPN 7 Semarang sebanyak 740 siswa (55,7% perempuan). Pembina UKS merupakan guru PPKn setempat. Dukungan upaya promotif dan preventif telah dilaksanakan berkolaborasi dengan pihak Puskesmas Poncol seperti pemberian edukasi kesehatan reproduksi remaja dan pencegahan anemia. Meskipun ada kegiatan lintas sektor berupa pembinaan dari pihak puskesmas, namun fungsi dan manfaat kegiatan UKS belum sepenuhnya dirasakan positif oleh peserta didik, begitu juga yang dirasakan oleh guru.

Masalah kesehatan dalam 3 bulan terakhir ditemukan adanya perilaku negatif siswa seperti membolos, tidak mengerjakan tugas sekolah, merokok, dismenorhe, pusing, demam, diare, dan bullying. Tercatat sebanyak 34 siswa ijin pulang awal. Siswa yang sakit saat di sekolah memilih pulang lebih awal dari pada beristirahat di UKS. Sebanyak 2,5 % siswa berkonsultasi terkait masalah pribadi dan masalah pendidikan (Juli-Oktober 2022). Permasalahan yang banyak dihadapi remaja putri terkait dengan sindroma menstruasi. Prevalensi *premenstrual syndrome* (PMS) sebanyak 99,5% remaja memiliki setidaknya satu gejala pramenstruasi [2,3]. PMS merupakan sekumpulan gejala afektif, perilaku dan fisik yang muncul pada fase luteal yang dapat mempengaruhi produktivitas dan kualitas hidup. PMS pada remaja dapat mempengaruhi prestasi akademik, seperti penurunan konsentrasi, gagal ujian dan absensi di kelas. Dampak PMS juga mengganggu hubungan keluarga, pekerjaan, aktivitas sosial dan sulit berkonsentrasi [4].

Upaya mengatasi hal tersebut, maka kelompok remaja perlu dibina agar menjalankan hidup sehat lewat pendidikan ketrampilan kehidupan sehari-hari (*life-skill education*). Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini bertujuan merevitalisasi manajemen UKS dan meningkatkan pelayanan kesehatan sebagai upaya meningkatkan kesehatan remaja.

## METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan oleh tim dosen dan melibatkan mahasiswa keperawatan Universitas Muhammadiyah Semarang selama 4 bulan (Agustus-November 2022). Sasaran pada semua peserta didik dan guru di SMPN 7 Semarang. Metode pelaksanaan kegiatan meliputi: (a) Penataan manajemen UKS, membuat struktur organisasi yang jelas mendukung operasional, (b) Mekanisme penambahan dan pengelolaan terhadap ketersediaan sarana dan prasarana, (c) Meningkatkan sumber daya manusia (SDM) dengan pelatihan kader kesehatan sekolah yang terdiri dari siswa dan guru. (d) Pelaksanaan TRIAS UKS yang terdiri dari: pendidikan kesehatan; Pelayanan kesehatan dan Pembinaan lingkungan sekolah. (e) Workshop pembuatan media Edukasi pada kader kesehatan sekolah. Kader kesehatan diajarkan cara membuat media pembelajaran untuk penyuluhan kesehatan tentang masalah-masalah kesehatan yang berupa modul dan leaflet tentang perilaku hidup sehat. (f) Peran serta sekolah dengan meningkatkan jejaring dengan Puskesmas dan perguruan tinggi kesehatan untuk membantu meningkatkan derajat kesehatan remaja di lingkungan sekolah.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan diawali dengan *brainstorming* terkait berbagai permasalahan yang dihadapi oleh pihak sekolah dalam pelaksanaan Trias UKS. Wawancara dengan pengelola sekolah menyebutkan kegiatan-kegiatan pendidikan kesehatan yang melibatkan tenaga kesehatan dari puskesmas sebagai mitra kerja UKS masih jarang dilaksanakan. Skreening pemeriksaan fisik dilakukan pada siswa baru (kelas 7) saja. Setelah itu pengkajian *windshield* survey dilakukan untuk mengamati kondisi lingkungan sekolah dan observasi sarana prasarana ruang UKS sehingga tim mendapatkan gambaran umum situasi. Hasilnya digunakan sebagai langkah awal dalam penentuan masalah yang ada, baik masalah kesehatan maupun adaptif lainnya [5].



Kemitraan tim PKM  
Keperawatan Unimus dengan  
SMPN 7 Semarang



Brainstorming manajemen dan  
optimalisasi fungsi UKS

Gambar 1. Kegiatan Awal Revitalisasi Manajemen UKS

- (a) Penataan manajemen UKS dengan membuat struktur organisasi yang jelas dari pembina, ketua, sekretaris, seksi masing-masing Trias UKS

maupun pencantuman kader kesehatan sekolah untuk mendukung operasional UKS. Mekanisme penambahan dan pengelolaan terhadap ketersediaan sarana dan prasarana berupa obat-obatan esensial seperti penurun panas, penghilang rasa nyeri, dan set perawatan luka.



Gambar 2. Penataan Manajemen UKS

- (b) Upaya meningkatkan sumber daya manusia (SDM) dengan dibentuk kader kesehatan sekolah sebagai konselor sebaya dan untuk mendukung operasional pelayanan kesehatan. Pihak sekolah berkoordinasi dengan Puskesmas pembina setempat dan memberi nama “Wadah Kesehatan Kaum Anak Muda (WAKKANDA). Partisipasi siswa sebagai kader kesehatan sekolah sebanyak 65 orang dari semua unsur kelas 7, 8 dan 9 dan sebanyak 12 orang dari unsur guru. Selanjutnya dilakukan pelatihan kader kesehatan sekolah yang terdiri dari siswa dan guru. Lingkup materi meliputi pengenalan tahap tumbuh kembang remaja, permasalahan yang lazim terjadi pada remaja, dan peningkatan ketrampilan pelayanan POSYANDU remaja. Ketrampilan memberi pelayanan di meja 1 (pendaftaran), meja 2 (pemeriksaan fisik: tinggi badan, berat badan, tekanan darah, pengukuran lingkaran lengan atas/LILA, dan lingkaran perut), meja 3 (pencatatan dan pengisian KMS), meja 4 (konsultasi kesehatan oleh tenaga kesehatan serta pemeriksaan HB bagi yang bergejala anemia), dan meja 5 (pemberian makanan tambahan untuk remaja).



Peningkatan ketrampilan kader kesehatan sekolah

Kader kesehatan sekolah sebagai konselor sebaya

Gambar 3. Peningkatan Sumber Daya Kader UKS

- (c) Pelaksanaan TRIAS UKS terdiri dari: pendidikan kesehatan, pelayanan kesehatan dan pembinaan lingkungan sekolah. Lingkup kegiatan pendidikan kesehatan yang telah dilakukan adalah mengintegrasikan kurikulum dan pekan kegiatan kader wadah kesehatan kaum anak muda “WAKKANDA” ke semua siswa kelas 7, 8, dan 9. Hasil pelaksanaan pendidikan kesehatan menunjukkan peningkatan rerata skor pengetahuan pada tabel 1 berikut:

Topik	Skor	
	Pre-test	Post-test
<b>Bahaya narkoba dan pencegahan HIV/AIDS</b>	66	86
<b>Bullying</b>	76	92
<b>Kesehatan reproduksi remaja</b>	84	92
<b>Cuci tangan pakai sabun (CTPS)</b>	88	100
<b>Makan sehat menu remaja</b>	78	90
<b>Gosok gigi yang benar</b>	74	92

Peningkatan rerata skor pengetahuan tentang bahaya narkoba dan pencegahan HIV/AIDS (20 poin), bullying (26 poin), kesehatan reproduksi remaja (8 poin), CTPS (12 poin), gosok gigi yang benar (12 poin), dan makan sehat menu remaja (18 poin). Pembuatan poster cuci tangan yang benar, area bebas dari asap rokok, dan lain-lain. Selain itu, menumbuhkan kepercayaan diri kader WAKKANDA sebagai konselor sebaya.

Lingkup kegiatan pelayanan kesehatan telah dilakukan pemeriksaan fisik pada semua siswa kelas 7, 8, dan 9 berkolaborasi dengan petugas kesehatan dari Puskesmas Poncol. Kegiatan ini direncanakan akan dilakukan rutin setiap 6 bulan sekali. Pemberian tablet tambah darah pada remaja putri telah rutin diberikan setiap 1 minggu sekali (hari jum'at) dan pengukuran Hb pada siswi yang ditemukan gejala anemia. Terbentuknya posyandu remaja berbasis institusi pendidikan (WAKKANDA) mendukung pada pelaksanaan pelayanan kesehatan untuk semua peserta didik di SMPN7 Semarang.

Pembinaan lingkungan sehat dengan pemanfaatan fasilitas tempat cuci tangan pakai sabun (CTPS), pemasangan poster kesehatan di tempat strategis, penyediaan toilet Manajemen

Kebersihan Menstruasi (MKM) yaitu toilet bersih, tersedianya pembalut, pembuangan, sabun, air mengalir, nyaman dengan privasi. Peran serta sekolah berkontribusi meningkatkan jejaring dengan puskesmas dan perguruan tinggi kesehatan untuk membantu meningkatkan derajat kesehatan masyarakat di lingkungan sekolah [6].

Perawat kesehatan komunitas sebagai pemberi pelayanan mentransformasikan pengetahuan dan ketrampilan serta memberdayakan kader kesehatan berpotensi meningkatkan status kesehatan kepada segenap civitas di sekolah [7]. Program UKS pada agregat usia dasar juga mampu meningkatkan derajat kesehatan dengan kegiatan seperti screening, penemuan kasus, surveilliance status imunisasi, pengelolaan keluhan ringan, dan pemberian obat-obatan [8].



Gambar 2. Kegiatan Trias UKS

UKS memiliki peran strategis dalam mewujudkan generasi remaja yang sehat. Akselerasi UKS dapat dilakukan dengan penguatan manajemen UKS untuk mendukung pelaksanaan Trias UKS [9]. Manajemen layanan khusus di sekolah ditujukan untuk mempermudah pembelajaran, serta memenuhi kebutuhan khusus siswa di sekolah sehingga mampu hidup sehat dalam lingkungan yang mendukung pencapaian prestasi dan bertumbuh kembang optimal.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Revitalisasi manajemen UKS mampu meningkatkan pengetahuan remaja di SMPN 7 Semarang, meningkatkan pelayanan kesehatan, dan penyehatan lingkungan yang ramah remaja.

### Saran

Pembina kesehatan wilayah setempat dapat memberdayakan segenap civitas sekolah baik peserta didik maupun guru dalam melaksanakan Trias UKS untuk meningkatkan status kesehatan remaja di lingkungan sekolah.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada Universitas Muhammadiyah Semarang telah memberikan dukungan pendanaan melalui hibah Program Pengabdian Masyarakat tahun 2022. Segenap civitas di SMPN 7 Semarang dan Puskesmas Poncol sebagai mitra berkolaborasi selama pelaksanaan kegiatan.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] Haryadi AR dan JDH. Survei Pelaksanaan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) (studi pada SD, SMP dan SMK Negeri se-Kecamatan Mojoanyar Kabupaten Mojokerto. *J Pendidik Olahraga dan Kesehat* 2015; 3: 715–721.
- [2] Delara, M., Borzuei, H. MA. Premenstrual disorder: prevalence and associated factors in a sample of Iranian adolescent. *Iran Red Crescent Meidcal J* 2013; 15: 695–700.
- [3] Qiao, M., Zhang, H., Liu, H., Luo, S., Wang, T., Zhang, J., Ji L. Prevalence of PMS and PMDD populationbased sample in China. *Eur J Obstet Gynecol Reprod Biollogy*. Epub ahead of print 2012. DOI: 10.1016/j.ejogrb.2012.01.017.
- [4] Tolossa FW BM. Prevalence, Impacts and Medical Managements of Premenstrual Syndrome among Female Students: Cross-Sectional Study in College of Health Science, Mekelle University, Mekelle, Northern Ethiopia. *BMC Women’s Heal* 2014; 14: 52.
- [5] Anderson ET, McFarlan J. *Community As Parter Theory and Practice in Nursing*. Sixth Edit. Lippincott Williams, 2011.
- [6] Tasim M. Analisis Usaha Kesehatan Masyarakat Berdasarkan Manajemen Umum Yang Berkwalitas Di Puskesmas. *PrimA J Ilm Ilmu Kesehat* 2020; 6: 95–105.
- [7] Nursalam N, Ernawati E, Devy SR, et al. Model for Development of Community Health Care As Partners on Stigma and Quality of Living Women With Hiv / Aids. *sysrevpharm.orgSign in* 2020; 11: 1095–1099.
- [8] Prasetyo YB, Hudha AM, Kunci K. Pelaksanaan Program Usaha Kesehatan Sekolah Dalam Upaya Meningkatkan Derajat Kesehatan Pada Anak Usia Sekolah Dasar di Lombok Timur. *J Kedokt Yars* 2014; 22: 102–113.
- [9] Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan T. *Pedoman Usaha Kesehatan Sekolah Jenjang SMP*. 2021.