

PENDAMPINGAN PENGURUS UKS DALAM MEWUJUDKAN PERILAKU HIDUP BERSIH SEHAT DI SDN KARANGANYAR 2 KECAMATAN TUGU KOTA SEMARANG

Sri Wahyuning, Ambar Dwi Erawati, Rinayati
STIKES Widya Husada Semarang
Jl.Subali Raya No.12 Krapyak Kota Semarang
e-mail: wahyuning2803@gmail.com

ABSTRAK

Kesehatan penting dikenalkan pada anak sejak dini, terutama pada usia sekolah. Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) merupakan wadah untuk kegiatan promosi kesehatan di sekolah. UKS bertujuan meningkatkan prestasi belajar bagi peserta didik serta mutu pendidikan melalui upaya peningkatan perilaku hidup bersih sehat serta derajat kesehatan peserta didik dan menciptakan lingkungan sekolah yang sehat. SDN Karanganyar 2 Kecamatan Tugu Kota Semarang sudah memiliki ruang khusus untuk kegiatan UKS, akan tetapi pemanfaatannya belum optimal dan belum dibentuk kader siswa secara berkelanjutan untuk menjadi pengurus UKS. Pelatihan dokter kecil yang pernah ada dilakukan oleh petugas Puskesmas Karanganyar dengan mengundang perwakilan beberapa siswa-siswi di masing-masing sekolah sehingga jumlah siswa yang mengikuti terbatas. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah mewujudkan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) di SDN Karanganyar 2 Kecamatan Tugu Kota Semarang. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu membentuk pengurus UKS, memberikan pengetahuan dan ketrampilan bagi pengurus UKS dan melakukan pendampingan bagi pengurus UKS serta melakukan evaluasi. Hasil yang diperoleh dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah terbentuknya pengurus UKS yang memiliki pengetahuan yang dibutuhkan untuk menjadi kader kesehatan di sekolah, terdapat peningkatan jumlah siswa yang memiliki pengetahuan baik setelah diberikan penyuluhan dengan metode ceramah tentang PHBS di sekolah sebanyak 46%.

Kata kunci: Pendampingan, Pengurus UKS, PHBS

ABSTRACT

Health is important to be introduced to children early, especially at school age. School Health Unit (UKS) is a container for health promotion activities in schools. UKS aims to improve learning achievement for learners and the quality of education by enhancing healthy clean living behaviour and also health status of the students and create a healthy school environment. SDN 2 Karanganyar, Tugu District, Semarang own special space for UKS activities, but its utility is not optimal and have not formed a cadre of students on an ongoing basis to take charge of the infirmary. Little doctors ever conducted by the staff of health centre Karanganyar which invited representatives of some of the students at each school so that the number of students who take this chance are limited. The

purpose of this public service activities is to create a Clean Healthy Lifestyle (PHBs) in SDN 2 Karanganyar, Tugu District, Semarang. The method used in this community service activities are forming the board of UKS, providing knowledge and skills for the management of UKS and also guiding for the management of UKS and evaluate. The Results obtained from this community service activities are the formation of the UKS administrators who have the knowledge needed to become a health cadre at the school, the increasing number of students who have a good knowledge after being given counselling with a lecture about PHBS in school as much as 46%.

Keywords: Guidance, UKS staff or health cadre, PHBS

PENDAHULUAN

Memperkenalkan kesehatan pada anak usia sekolah merupakan hal yang penting. Sebenarnya hal ini mudah dilakukan karena hampir tiap sekolah sudah memiliki Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). UKS adalah usaha untuk membina dan mengembangkan kebiasaan serta perilaku hidup sehat pada peserta didik usia sekolah yang dilakukan secara menyeluruh dan terpadu. Hal ini sesuai yang tertuang dalam Undang-undang Nomor 36 tahun 2009 tentang kesehatan pada pasal 79 yang menyatakan bahwa “kesehatan sekolah diselenggarakan untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat peserta didik dalam lingkungan hidup sehat sehingga peserta didik dapat belajar, tumbuh dan berkembang secara harmonis dan setinggi-tingginya menjadi sumber daya manusia yang berkualitas [1]

UKS bertujuan meningkatkan prestasi belajar bagi peserta didik serta mutu pendidikan melalui upaya peningkatan perilaku hidup bersih sehat serta derajat kesehatan peserta didik dan menciptakan lingkungan yang sehat. Ruang lingkup dan tujuan UKS mengarah pada praktik perilaku hidup bersih sehat (PHBS) di sekolah. PHBS di sekolah merupakan kumpulan perilaku yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru dan masyarakat lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan yang sehat.

Kurangnya PHBS di lingkungan sekolah dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan, diantaranya adalah diare, Infeksi Saluran Pernafasan Akut (ISPA), penyakit kulit, Demam Berdarah Dengue (DBD) dan kecacingan (UNICEF Indonesia, no date). Dari hasil penelitian yang dilakukan Sari beberapa faktor yang berhubungan dengan PHBS adalah pengetahuan, dukungan sekolah, dan sarana prasarana [2]. Sehingga penting dilakukan peningkatan pengetahuan pada anak sejak usia sekolah.

Anak usia sekolah merupakan pelaku yang strategis dalam melakukan program kesehatan karena pada usia ini sangat peka ketika ditanamkan pengertian dan kebiasaan hidup sehat sehingga sangat efektif jika pendidikan kesehatan diberikan pada anak usia sekolah [3]. Kegiatan UKS dapat menjadi sarana dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku siswa agar terbiasa hidup sehat.

SDN Karanganyar 2 Kecamatan Tugu Kota Semarang sudah memiliki ruang khusus untuk kegiatan UKS, akan tetapi pemanfaatannya belum optimal dan belum dibentuk kader siswa secara berkelanjutan untuk menjadi pengurus UKS. Pelatihan dokter kecil yang pernah ada dilakukan oleh petugas puskesmas karanganyar dengan mengundang perwakilan beberapa siswa-siswi di masing-masing sekolah sehingga jumlah siswa yang mengikuti terbatas. Untuk itu penulis melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat dengan melakukan pendampingan terhadap pengurus UKS guna mewujudkan PHBS di SDN Karanganyar 2 Kecamatan Tugu Kota Semarang.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan untuk mencapai tujuan dalam kegiatan ini yaitu:

1. Membentuk pengurus UKS

Pengurus UKS diambil dari siswa kelas 5 dan 6 yang dibimbing oleh seorang guru sebagai Pembina UKS.

2. Meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan pengurus UKS.

Sebagai tahap awal pengurus UKS beserta seluruh siswa-siswi kelas lima dan enam diberikan pengetahuan tentang PHBS disekolah melalui ceramah dan tanya jawab. Sebelum dan sesudah ceramah dan tanya jawab dilakukan pengukuran pengetahuan dengan pretest dan post test. Media yang digunakan untuk memberikan ceramah tentang PHBS disekolah menggunakan power point yang disertai dengan contoh-contoh gambar yang menarik. Dalam materi disampaikan bahwa siswa siswi sudah melaksanakan PHBS jika memenuhi indikator 1) Memelihara rambut agar bersih dan rapi, 2) Memakai pakaian bersih dan rapi, 3) Memelihara kuku agar selalu pendek dan bersih, 4) Memakai sepatu bersih dan rapi, 5) Berolahraga teratur dan terukur, 6) Tidak merokok di sekolah, 7) Tidak menggunakan NAPZA, 8) Memberantas jentik nyamuk, 9) Menggunakan jamban yang bersih dan sehat, 10) Menggunakan air bersih, 11) Mencuci tangan dengan air mengalir dan memakai sabun, 12) Membuang sampah ketempat sampah yang terpilah, 13) Mengonsumsi jajanan sehat dari kantin sekolah, dan 14) Menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap bulan [4]

Pada pertemuan berikutnya pengurus UKS diberikan pengetahuan dan ketrampilan tentang Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K), pertolongan pertama pada sakit ringan, penyakit akibat gigitan nyamuk, siswa mencari jentik (sidentik), dan gizi untuk anak usia sekolah.

3. Melakukan Pendampingan

Pengurus UKS diharapkan bisa mengajak siswa siswi lain untuk melakukan PHBS di sekolah. Beberapa pengurus UKS melakukan ceramah dan ajakan untuk melakukan PHBS di sekolah di kelas 1, 2, 3 dan 4 dengan didampingi oleh tim pengabdian masyarakat.

4. Melakukan Evaluasi

Evaluasi kegiatan ini dilakukan kepada pengurus UKS dan perwakilan siswa-siswi. Kemampuan pengurus UKS untuk menjadi contoh dan mampu mengajak siswa-siswi lain untuk melaksanakan PHBS di sekolah dilakukan dengan cara observasi. Untuk siswa-siswi diukur pengetahuannya dengan cara pre dan post test dengan menggunakan kuesioner yang berisi pernyataan benar dan salah tentang PHBS di sekolah sebanyak 15 pertanyaan. Sampel yang digunakan sebanyak 61 siswa dan siswi kelas lima dan kelas enam. Hasil pengukuran pengetahuan disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi. Pengetahuan siswa-siswi dikategorikan menjadi baik, cukup dan kurang. Yang selanjutnya akan diukur prosentase peningkatan jumlah siswa-siswi yang memiliki pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan atau ceramah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang dicapai dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu terbentuknya pengurus UKS yang memiliki pengetahuan yang dibutuhkan untuk menjadi kader kesehatan di sekolah. Dari hasil observasi, pengurus UKS memiliki ketrampilan yang baik dan mampu mengajak siswa-siswi lain untuk melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah. Hal ini dapat dilihat ketika tim pengabdian masyarakat melakukan pendampingan terhadap pengurus UKS ketika melakukan ceramah di kelas 1, 2, 3 dan 4. Mereka dapat menyampaikan informasi tentang PHBS di sekolah dengan baik. Pengurus UKS juga mampu menjadi contoh dalam melaksanakan PHBS di sekolah yang dapat dilihat dari penampilannya mengenakan seragam sekolah dan sepatu yang bersih dan rapi, rambut bersih dan rapi, kuku pendek, mencuci tangan, dan membuang sampah pada tempatnya. Untuk kegiatan olahraga di sekolah dilaksanakan hanya satu kali dalam seminggu pada jam pelajaran olahraga. Selebihnya siswa-siswi diminta melakukannya sendiri di rumah yang

bisa dilakukan dalam bentuk permainan seperti sepak bola, lompat tali dan lain-lain.

Dari hasil pengukuran pengetahuan siswa-siswi tentang PHBS di sekolah diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 1 Distribusi frekuensi pengetahuan siswa-siswi tentang PHBS di sekolah sebelum dan sesudah dilakukan ceramah.

Pengetahuan	Sebelum Ceramah	Sesudah Ceramah	Keterangan
Baik	26	54	Meningkat 46%
Cukup	35	7	Menurun 46%
Kurang	0	0	Tidak ada
Jumlah	61	61	

Hasil pengukuran menunjukkan terdapat peningkatan jumlah siswa yang memiliki pengetahuan baik setelah diberikan penyuluhan dengan metode ceramah tentang PHBS di sekolah sebanyak 46%. Hal ini menunjukkan bahwa metode penyuluhan efektif digunakan untuk meningkatkan pengetahuan tentang PHBS di sekolah karena materi PHBS di sekolah dinilai sangat mudah dipahami sehingga tidak perlu metode yang kompleks untuk menyampaikan materi ini kepada siswa-siswi. Pendapat ini sesuai dengan hasil penelitian lubis yang menyatakan bahwa ada pengaruh penyuluhan dengan metode ceramah terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap tentang PHBS [5] .



Gambar 1: Kegiatan ceramah dan tanya jawab tentang PHBS di sekolah



Gambar 2: Pre test dan Post Test pada siswa-siswi kelas lima dan enam SD N Karanganyar 2 Kecamatan Tugu Kota Semarang

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan pengetahuan siswa-siswi tentang PHBS dimana sebagian besar pengetahuan siswa-siswi adalah baik. Dengan bekal pengetahuan yang baik diharapkan dapat terbentuk praktik atau tindakan yang baik pula dalam melakukan PHBS di sekolah. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh notoatmodjo bahwa pengetahuan merupakan domain yang sangat penting bagi terbentuknya tindakan seseorang (*overt behavior*) karena perilaku yang disadari pengetahuan bersifat langgeng [6]

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Simpulan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah sebagai berikut:

1. Terbentuk pengurus UKS di SDN Karanganyar 2 kecamatan Tugu kota Semarang.
2. Terlaksananya kegiatan pendampingan bagi pengurus UKS dalam mengajak seluruh siswa-siswi untuk melaksanakan PHBS di sekolah.
3. Terdapat peningkatan jumlah siswa yang memiliki pengetahuan baik yang diharapkan dapat menjadi modal terbentuknya praktik PHBS di sekolah.

Saran

Perlu adanya upaya kaderisasi secara berkelanjutan terhadap pengurus UKS sehingga kegiatan promosi kesehatan di lingkungan sekolah dapat dilaksanakan secara terus-menerus dalam membiasakan seluruh masyarakat sekolah untuk melaksanakan PHBS.

DAFTAR PUSTAKA

1. Presiden RI (2009) 'UU RI No 36 Tentang Kesehatan', *UU RI No 36 2009*.
2. Sari, N. I. et. al. (2016) 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Sebagai Upaya Untuk Pencegahan Penyakit Diare Pada Siswa Di Sd N Karangtowo Kecamatan Karangtengah Kabupaten Demak', *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 4(3), pp. 1051–1058
3. Wahyuni, N. P. D. S. (2013) 'Program Dokter Kecil Sebagai Upaya Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa Sekolah Dasar', in *Seminar Nasional FMIPA UNDIKSHA III*, pp. 185–189.
4. Kemenkes Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan masyarakat (2016) 'Gerakan PHBS Sebagai Langkah Awal Menuju Peningkatan Kualitas Kesehatan Masyarakat'.
5. Lubis, Z. S., Akbar, Lubis, N.L, Syahrial, E. (2013) 'Pengaruh penyuluhan dengan metode ceramah dan diskusi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap anak tentang PHBS di Sekolah Dasar Negeri 065014 Kelurahan Namogajah Kecamatan Medan Tuntungan Tahun 2013', *Jurnal Universitas Sumatera Utara*, 2(1), pp. 1–8.
6. Notoatmodjo, S. (2010) *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta