



Hubungan Pemahaman Program UKS dan Peran Guru terhadap perilaku hidup sehat di Kecamatan Tandun

Rahmi Fitria⁽¹⁾ Eka Yuli Handayani⁽²⁾, Elvira Junita⁽³⁾

^(1,2)Program Studi D III Kebidanan/ Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pasir Pengaraian

⁽³⁾Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pasir Pengaraian
email : rahmifitria@upp.ac.id, ekayulihandayani@gmail.com, viraromi@gmail.com

ABSTRAK

Pendidikan dan kesehatan saling memiliki hubungan, di dalam sekolah, anak-anak memerlukan status kesehatan yang optimal untuk dapat mengikuti pelajaran dan berkonsentrasi dengan baik. Berdasarkan (UU) No.2 tahun 1989 dijelaskan pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses belajar mengajar yang layak untuk mengaktifkan potensi anak yang memiliki jiwa spiritual keagamaan, pengendalian diri, dan kesehatan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pemahaman program UKS dan peran guru PAUD terhadap perilaku hidup sehat di Kecamatan Tandun. Desain penelitian ini adalah korelasi dengan rancangan *cross sectional*. Jumlah sampel 28 orang yang ditentukan dengan metode *sampling jenuh*. Variabel independen adalah pemberian aroma terapi lavender dan variabel dependen adalah nyeri persalinan. Hasil uji diperoleh nilai $p=0,03$, artinya ada hubungan yang signifikan antara pemahaman UKS terhadap Perilaku hidup sehat dan hasil uji statistik diperoleh nilai $p=0,02$, artinya ada hubungan yang signifikan antara peran guru terhadap perilaku hidup sehat. Kesimpulan penelitian ini adalah pemahaman UKS dan peran Guru PAUD berhubungan signifikan terhadap Perilaku hidup sehat peserta didik di sekolah. Peran guru PAUD dalam hal ini diantaranya memilihkan makanan yang bergizi, mengingatkan anak untuk selalu menjaga kebersihan diri dan lingkungannya, melarang mengkonsumsi zat berbahaya seperti rokok, miras, dan juga mengingatkan dan mengajak untuk senam pagi di sekolah.

Kata Kunci : Pemahaman UKS, Peran Guru PAUD, Perilaku Kesehatan, Tandun

Daftar Pustaka : 20 (2019 - 2024)

ABSTRACT

Education and health are interconnected, in school, children need optimal health status to be able to follow lessons and concentrate well. Based on (UU) No. 2 of 1989, it is explained that education is a conscious and planned effort to create a learning atmosphere and teaching and learning process that is appropriate to activate the potential of children who have a spiritual, religious spirit, self-control and health. The aim of this research is to determine the relationship between understanding the UKS program and the role of PAUD teachers on healthy living behavior in Tandun District. The design of this research is a correlation with a cross sectional design. The total sample was 28 people determined using the saturated sampling method. The independent variable is the provision of lavender aromatherapy and the dependent variable is



labor pain. The test results obtained a value of $p=0.03$, meaning there is a significant relationship between UKS's understanding of healthy living behavior and the statistical test results obtained a value of $p=0.02$, meaning there is a significant relationship between the role of teachers towards healthy living behavior. The conclusion of this research is that understanding UKS and the role of PAUD teachers is significantly related to students' healthy living behavior at school. The role of PAUD teachers in this case includes choosing nutritious food, reminding children to always maintain personal and environmental cleanliness, prohibiting the consumption of dangerous substances such as cigarettes and alcohol, and also reminding and encouraging them to do morning exercise at school.

Keywords: Understanding UKS, Role of PAUD, Health Behavior, Tandun

PENDAHULUAN

Pendidikan dapat terlaksana dengan baik karena adanya tubuh manusia yang sehat. Kesehatan tubuh merupakan salah satu hal penting yang dapat membantu semua aktivitas manusia. Undang-undang kesehatan No. 23 tahun 1992 memberikan batasan: kesehatan adalah keadaan sejahtera badan, jiwa, dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomi. Oleh karena itu, pentingnya kesadaran akan kesehatan harus dimulai dari diri sendiri dan keluarga. Peran keluarga sangat penting dalam hal kesehatan, baik sehat jasmani maupun rohani. Sementara itu, kesehatan di sekolah juga tidak kalah pentingnya.

Pada dasarnya pendidikan dan kesehatan saling memiliki hubungan, di dalam sekolah, anak-anak memerlukan status kesehatan yang optimal untuk dapat mengikuti pelajaran dan berkonsentrasi dengan baik. Berdasarkan (UU) No.2 tahun 1989 dijelaskan pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses belajar mengajar yang layak untuk mengaktifkan potensi anak yang memiliki jiwa spiritual keagamaan, pengendalian diri, dan kesehatan. Pendidikan dan kesehatan adalah salah satu cara meningkatkan kualitas manusia di Indonesia, berbagai cara telah pemerintah lakukan dengan berbagai program untuk mengupayakan meningkatkan pendidikan, kesehatan dan mencerdaskan kehidupan bangsa. Rahmawati, dkk (2018: 571) menyatakan bahwa orang yang sehat memungkinkan untuk hidup lebih produktif. Maka dari sini, mengapa begitu pentingnya kesehatan bagi anak-anak sekolah dasar untuk selalu dapat berprestasi maupun berkonsentrasi.

UKS menjadi salah satu program pemerintah yang wajib dilaksanakan di sekolah, UKS menjadi sarana pokok untuk menyadarkan kesehatan siswa di sekolah dan saat bermasyarakat. Pengelolaan pendidikan kesehatan sekolah di Indonesia masih bertumpu pada suatu wadah yang disebut dengan UKS (Usaha Kesehatan Sekolah) yaitu wahana untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat dan derajat kesehatan peserta didik sedini mungkin (Tim Pembina UKS Pusat, 2012: 11). UKS bisa dijadikan pusat pengenalan siswa betapa pentingnya hidup sehat, menjaga kesehatan, menjaga kebersihan, mencegah datangnya penyakit, dan berbagai hal lainnya yang berhubungan dengan kesehatan. UKS sendiri memiliki program yang biasa dikenal dengan Trias UKS yang meliputi pelayanan kesehatan, lingkungan kehidupan sekolah dan pendidikan kesehatan. Menurut (Sutatmo, 2013: 22-24), lingkungan sekolah yang sehat meliputi: (1) Pengadaan ruang, (2) Pembinaan kantin sekolah, (3) Pengadaan sarana air bersih, (4) pengadaan tempat pembuangan sampah yang memenuhi syarat, (5) Pengadaan tempat pembuangan air limbah yang memenuhi syarat, (6) pengadaan kamar mandi khusus siswa, (7) pengadaan kamar mandi khusus guru dan karyawan.

Program UKS wajib dilaksanakan sebaik mungkin, karena program tersebut memiliki berbagai tujuan yang baik yang harus dipahami oleh semua siswa maupun guru. Hal ini sebagai upaya untuk mencapai berbagai tujuan seperti halnya kesehatan yang maksimal dan pengembangan kemampuan hidup. Maka dari itu diharapkan tidak hanya masyarakat sekolah saja yang dapat menerapkan, tetapi juga seluruh masyarakat



sekitar dapat menjalankan hidup sehat.

Sesuai dengan kompetensi yang ada di SD, bahwa pendidikan kesehatan yang mencakup tentang kesehatan di SD khususnya kelas V dan VI bervariasi tentang materi yang diberikan. Dengan berbagai aktivitas latihan daya tahan jantung untuk pengembangan kebugaran jasmani. Pengetahuan tentang kegunaan UKS dan manfaat UKS.

Peran keluarga begitu penting dalam mengajarkan anak untuk selalu berperilaku atau menerapkan hidup sehat. Orang tua merupakan garda terdepan dalam pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga jika sejak dini tidak diajarkan cara berperilaku hidup sehat maka akan membawa kebiasaan yang jelek dan terkesan menyepelekan kesehatannya sendiri.

Keluarga merupakan lingkungan pertama yang dikenal oleh anak. Pendidikan yang diperoleh dari keluarga bersifat nonformal yang secara langsung maupun tidak langsung memberikan pengaruh terhadap perilaku, pertumbuhan dan perkembangan anak. Jika sejak dini orang tua tidak mengajarkan perilaku yang untuk mengetahui baik atau buruk akan membuat anak tersesat dalam pemilihan lingkungan di luar walaupun lingkungan luar yang terkadang membuat anak menjadi brutal setidaknya orang tua dapat meminimalisir perilaku anak yang tidak diinginkan dengan cara melakukan pendidikan karakternya.

Orang tua adalah guru pertama yang sangat berperan aktif bagi anak. Di lingkungan keluarga khususnya, orang tua mengatur kendali bagi pertumbuhan, perkembangan dan perilaku anak. Cara berfikir, cara berperilaku semua adalah ranah utama yang didapat di lingkungan keluarga. Keharmonisan keluarga sangat berpengaruh dalam anak bertindak menuju kedewasaan dan pemahaman.

Menurut Satiadarma (2001: 122). Orang tua pada umumnya akan berusaha sebaik-baiknya memberikan apa yang mereka miliki untuk kebahagiaan anak-anaknya. Orang tua selalu mengupayakan yang mereka miliki untuk membuat anak terasa nyaman, senang dan bahagia bersamanya.

Perilaku hidup sehat merupakan sebuah cara untuk selalu menjaga diri dari penyakit yang datang karena perilaku yang tidak pernah menjaga kesehatan, termasuk juga siswa sekolah. Siswa yang masih duduk di bangku sekolah dasar tidak jarang mereka sangat mudah terserang penyakit atau masalah kesehatan. Masalah kesehatan terjadi karena siswa suka jajan sembarangan, tidak mencuci tangan, tidak teratur untuk gosok gigi dan lainnya.

Berdasarkan dari masalah di atas, maka dari itu timbul keinginan peneliti untuk meneliti tentang pemahaman program UKS dan peran orang tua dalam perilaku hidup sehat siswa di sekolah maupun di lingkungannya. Selain itu, peneliti juga ingin mengetahui apakah pemahaman program UKS dan peran orang tua memiliki hubungan terhadap perilaku hidup sehat siswa di sekolah. Maka dari ini, peneliti ingin mengetahui hubungan pemahaman program UKS dan peran guru PAUD terhadap perilaku hidup sehat di Kecamatan Tandun.

METODE

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif analitik dengan desain penelitian yang digunakan adalah korelasi desain *cross sectional*. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan menggunakan teknik sampling jenuh yang artinya semua populasi menjadi sampel. Dan jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 28 orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL

Deskripsi hasil penelitian pemahaman program UKS dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

1. Analisis Univariat



Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pemahaman UKS, Peran Guru Dan Perilaku Hidup Sehat

Deskripsi Pemahaman Program UKS		
Pemahaman	Frekuensi	Presentase
Kurang	12	42,9
Baik	16	57,1
Total	28	100
Distribusi Frekuensi Peran Guru PAUD		
Peran	Frekuensi	Presentase
Ya	14	50
Tidak	14	50
Total	28	100
Distribusi Frekuensi Perilaku Sehat		
Perilaku Sehat	Frekuensi	Presentase
Ya	17	60,7
Tidak	11	39,3
Total	28	100

Berdasarkan karakteristik responden diperoleh paling banyak yang baik pemahaman UKS 16 orang (57,1%), peran guru PAUD sebanyak 14 orang berperan (50%) dan ber perilaku sehat berjumlah 17 orang (60,7%).

2. Analisis Bivariat

a) Hubungan Pemahaman UKS terhadap Perilaku Hidup Sehat pada peserta didik

Tabel 2. Pemahaman UKS terhadap Perilaku Hidup Sehat

Pemahaman UKS	Perilaku Sehat				Total		<i>P value</i>
	Tidak		Ya				
	N	%	N	%	N	%	
Ya	3	25	9	75	12	100	0,03
Tidak ada	14	87,5	2	12,5	16	100	

Berdasarkan tabel di atas diperoleh mayoritas responden tidak memahami UKS dan tidak berperilaku hidup sehat sebanyak 14 orang (87,5%) dari hasil uji statistik diperoleh nilai $p=0,03$, artinya ada hubungan yang signifikan antara pemahaman UKS terhadap Perilaku hidup sehat.

b) Hubungan Peran Guru terhadap Perilaku Hidup Sehat pada peserta didik

Tabel 3. Peran Guru terhadap Perilaku Hidup Sehat

Peran Guru	Perilaku Sehat				Total		<i>P value</i>
	Tidak		Ya				
	N	%	N	%	N	%	
Tidak	8	71,4	3	28,6	11	100	0,02
Ada	4	7,1	13	92,9	17	100	



Berdasarkan tabel di atas diperoleh mayoritas responden berperan dan berperilaku hidup sehat sebanyak 13 orang (92,9%) dari hasil uji statistik diperoleh nilai $p=0,02$, artinya ada hubungan yang signifikan antara peran guru terhadap perilaku hidup sehat.

B. PEMBAHASAN

Perilaku hidup sehat merupakan suatu perilaku seseorang yang melakukan kebiasaan baik dalam memelihara kesehatan maupun meningkatkan kesehatan dalam jangka waktu yang lama sehingga seseorang tersebut menjadikan kebiasaan dalam menjaga perilaku hidup sehat. Memelihara atau meningkatkan kesehatan tubuh menjadi hal yang sangat penting bagi manusia sehingga manusia memiliki daya tahan tubuh yang baik dan rentan oleh penyakit.

Sesuai dengan pemaparan oleh Depkes (2007: 27) mengatakan bahwa pembangunan kesehatan ditunjukan untuk mewujudkan manusia yang sehat, cerdas dan produktif. Perilaku hidup sehat dapat dilihat dari seseorang yang melakukan aktivitas sehari-hari yang selalu menjaga faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesehatannya. Dalam penelitian ini faktor yang dapat mempengaruhinya adalah pemahaman terhadap UKS dan peran orang tua. Oleh karena itu berbagai faktor pendukung harus diperhatikan untuk meningkatkan perilaku hidup sehat, seperti halnya bagi siswa di SD mangunan Sleman. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar perilaku hidup sehat mereka masuk dalam kategori cukup sebesar 36,36 %. Hasil tersebut menunjukkan jika perilaku hidup sehat mereka masih belum sepenuhnya baik. Hasil tersebut tidak lepas dari faktor pendukung diantaranya adalah pemahaman mengenai UKS di sekolah dan peran dari orangtua.

Hasil analisis diperoleh nilai $p<0,05$ maka hasil tersebut diartikan bahwa pemahaman terhadap UKS dan peran guru PAUD cukup mempengaruhi perilaku hidup sehat mereka, dengan pemahaman terhadap UKS siswa akan menjadi paham dengan kebiasaan-kebiasaan hidup sehat yang baik dan juga ketika di rumah peran orangtua menjadi sangat utama untuk selalu mengingatkan dan juga memberikan dukungan bagi kesehatan anaknya. Mengingat anak usia sekolah dasar belum mampu menjaga kesehatan dirinya dengan baik, mereka masih suka jajan sembarangan, kurang kesadaran akan kebersihan, mengikuti kebiasaan buruk, oleh karena itu orangtua harus mengingatkan. Sesuai dengan pendapat Rahman, (2002: 100-101) menyatakan peran orangtua salah satunya adalah memelihara fisik dan mental. Fisik yang sehat akan memberikan peluang lebih besar bagi kesehatan mental.

Peran orangtua dalam hal ini diantaranya menyiapkan makanan yang bergizi, mengingatkan anak untuk selalu menjaga kebersihan diri dan lingkungannya, melarang mengkonsumsi zat berbahaya seperti rokok, miras, dan juga mengingatkan dan mengajak untuk selalu berolahraga setiap harinya. Berdasarkan hal-hal tersebut menunjukkan jika ada keterkaitan secara tidak langsung antara pemahaman program UKS dan peran orangtua terhadap perilaku hidup sehat anak PAUD di Kecamatan Tandun.

Peran guru PAUD dalam hal ini diantaranya memilihkan makanan yang bergizi, mengingatkan anak untuk selalu menjaga kebersihan diri dan lingkungannya, melarang



mengonsumsi zat berbahaya seperti rokok, miras, dan juga mengingatkan dan mengajak untuk senam pagi di sekolah.

SARAN

1. Untuk sekolah
2. Lebih memperhatikan kondisi ruang UKS, UKS merupakan wadah utama penunjang siswa untuk belajar kesehatan dan perilaku hidup sehat.
3. Untuk orangtua
4. Berikan perhatian khusus untuk anak terutama perilaku anak dan pola makan anak, jangan hanya dengan memberikan uang saku lebih tetapi dengan memperhatikan kesehatan anak

DAFTAR PUSTAKA

- Azizah, N. I. (2017). Hubungan Antara Perilaku Hidup Sehat, Motivasi Belajar dan Kecerdasan Intelegasi (IQ) dengan Prestasi Belajar PJOK Siswa Kelas X Sma Muhammadiyah 3 Yogyakarta. Skripsi, sarjana tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Departemen Kesehatan RI. (2004). Pedoman pelatihan kader kesehatan di sekolah. Jakarta: Departemen Kesehatan.
- Depdiknas. (2006). Permainan Berhitung di Taman kanak-kanak. Jakarta: Depdiknas.
- Dwi Puri, I. N. S. (2017). Hubungan Peran Orangtua dengan Kebersihan Toilet Training Pada Usia Dini 2-3 Tahun. Skripsi, sarjana tidak diterbitkan. STIKes Insan Cendikia Medika Jombang, Jombang.
- Fatimawati, I. (2018). Study Of Clean and Healthy Life Behavior Of Elementary School Student At Schools Applying Adiwiyata Program At State Elemntary School In Prigen Pasuruan. UNEJ e-Proceeding, 104-110.
- Harmoko. (2012). Asuhan Keperawatan Keluarga. Penerbit: Pustaka Pelajar.Yogyakarta.
- Hermawan, D. F. (2015). Tingkat keterlaksanaan UKS pada sekolah dasar negeri se-Kecamatan Kokap Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2014/2015. Skripsi, sarjana tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Kemenkes, RI. (2011). Promosi kesehatan di daerah bermasalah kesehatan, panduan bagi petugas kesehatan di puskesmas. Jakarta: Kepala Pusat Promosi Kesehatan.
- Martianto. (2005). Hubungan Pola Asuh Makan dan Kesehatan dengan Status Gizi Anak Balita di Desa Mulya Harja. Jurnal Media Gizi Edisi: Desember 2005.29 (2) ; 29-30.
- Notoarmodjo, S. (2007). Promosi kesehatan dan ilmu perilaku. Jakarta: Rhineka Cipta.
- Powel, Anita Hobson. 2020. *Exercise for older adults*. Australia: Exercise & Sport Science Australia.
- Rafikartika, N. H. (2016). Tingkat Pemahaman Siswa Terhadap UKS di Sma N 1Gamping. Skripsi, sarjana tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Selvia, A. (2009). UKS. Sidoarjo: Mas media Buana Pustaka.



Septadina, I. S. (2020, November). Optimization of School Health Efforts at Pesantren Kampung Tauhid Sriwijaya, Ogan Ilir Regency, South Sumatra Province. In *Conferences of Medical Sciences Dies Natalis Faculty of Medicine Universitas Sriwijaya* (Vol. 2, No. 1, pp. 140-144). Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya (Faculty of Medicine, Universitas Sriwijaya) Indonesia., doi: <https://doi.org/10.32539/dies.v2i1.51>.