

## PERAN SEKOLAH SEHAT DALAM PEMBIASAAN HIDUP SEHAT SEJAK DINI MELALUI OPTIMALISASI TP UKS KABUPATEN BANYUMAS

Ayi Wijayanti, SKM., MPH  
Fungsional Penyuluh Kesehatan Masyarakat Ahli Muda  
Dinas Kesehatan Kabupaten Banyumas



Gambar 1. Penilaian Sekolah Sehat di SMP Negeri 1 Banyumas

Sekolah sebagai tempat belajar siswa harus memberikan kenyamanan bagi warga sekolah dalam menjalankan kegiatan belajar mengajar. Sekolah yang sehat harus diciptakan agar dapat berkontribusi secara langsung maupun tidak langsung untuk mendukung proses belajar. Prestasi belajar dapat terbentuk jika sekolah dapat memberikan rasa aman dan nyaman dalam melangsungkan kegiatan belajar mengajar dengan menciptakan Sekolah Sehat melalui penerapan perilaku sehat (Kristjánsson *et al.*, 2010). Pengembangan promosi kesehatan dan penanaman kebiasaan sehat sejak dini di sekolah merupakan faktor penting yang akan berpengaruh pada kualitas hidup dan berperan penting dalam membina kesehatan anak sekolah (Pulimeno *et al.*, 2020). Program sekolah sehat merupakan program Nasional dalam rangka mewujudkan TRIAS UKS dan manajemen UKS dalam setiap jenjang pendidikan. Keberhasilan program Sekolah Sehat didukung oleh kerja sama lintas program atau lintas sektor yang melibatkan seluruh pihak (Kemenkes RI, 2021).

Sekolah Sehat dapat memberikan kontribusi kesehatan yang lebih baik di lingkungan sekolah terutama karena sekolah sebagai tempat siswa menghabiskan sebagian besar waktunya. Penerapan Sekolah Sehat berfokus pada kegiatan Sehat Bergizi, Sehat Fisik, Sehat Imunisasi, Sehat Jiwa dan Sehat Lingkungan pada Satuan Pendidikan. Kegiatan tersebut juga harus didukung oleh sarana dan prasarana yang memadai. Menurut penelitian yang dilaksanakan oleh Erina Dewi Rianti and Muhammad Ali Sodik (2020), ketersediaan sarana dan prasarana di sekolah berpengaruh signifikan terhadap penerapan perilaku hidup bersih dan sehat.

Kabupaten Banyumas merupakan salah satu Kabupaten di Provinsi Jawa Tengah yang melaksanakan program Sekolah Sehat. Langkah advokasi dan koordinasi di tingkat Kabupaten, dilaksanakan dengan kerja sama Tim Pembina UKS Kabupaten. Dalam proses pembinaannya, TP UKS Kabupaten melaksanakan koordinasi hingga tingkat Kecamatan yaitu melalui Tim Pembina UKS tingkat Kecamatan. Pembinaan terkait Sekolah Sehat dilaksanakan oleh Tim Pembina UKS Kabupaten Banyumas melalui Lomba Sekolah Sehat. Kegiatan Lomba Sekolah Sehat bertujuan untuk meningkatkan penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat bagi warga sekolah yang menyeluruh diwilayah sekolah.



Gambar 2. Penilaian Sekolah Sehat di SMP Negeri 2 Cilongok

Tahun 2024, kegiatan lomba sekolah sehat jenjang Sekolah Menengah Pertama dilaksanakan oleh TP UKS Kabupaten Banyumas dengan *leading sector* Dinas Pendidikan Kabupaten Banyumas pada tanggal 27 – 30 Agustus 2024. Kegiatan Lomba Sekolah Sehat jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP) diikuti oleh 7 Sekolah, yaitu SMP Negeri 6 Purwokerto, SMP Negeri 2 Karanglewas, SMP Negeri 2 Cilongok, SMP Negeri 2 Jatilawang, SMP Negeri 1 Kemranjen, SMP Negeri 1 Banyumas, dan SMP Negeri 2 Kalibagor. Tim penilai merupakan TP UKS Kabupaten Banyumas yang berasal dari Organisasi Perangkat Daerah (OPD), yaitu Setda Kabupaten Banyumas, Dinas Kesehatan Kabupaten Banyumas, dan Dinas Pendidikan Kabupaten Banyumas.



Gambar 3. Tempat Sampah Sesuai Standar

Berdasarkan hasil penilaian yang dilakukan tim penilai, masih terdapat beberapa permasalahan terkait dengan perilaku hidup bersih dan sehat. Permasalahan yang banyak terjadi salah satunya adalah terkait permasalahan sampah. Sampah yang belum terpilah dengan baik, dibakar atau tidak dilakukan pengelolaan yang baik masih terjadi di beberapa sekolah.

Hal ini tentunya menjadi PR bersama untuk dapat membiasakan anak berperilaku hidup bersih dan sehat dengan melakukan pengelolaan sampah yang baik. Apabila PHBS telah dilaksanakan dengan baik di Sekolah, maka siswa telah terbiasa untuk membuang sampah sesuai tempatnya dan belajar mengolah sampah. Aktifitas ini akan bermanfaat baik bagi siswa maupun lingkungan sekolah. Keberadaan bank sampah di sekolah juga dapat menjadi sarana belajar siswa untuk dapat melakukan management sampah dengan baik.



Gambar 4. Penilaian Sekolah Sehat di SMP Negeri 2 Kalibagor



Gambar 5. Penilaian Sekolah Sehat di SMP Negeri 2 Karanglewas

Kerjasama yang baik antara warga sekolah, komite sekolah atau orang tua siswa dibutuhkan dalam rangka mewujudkan Sekolah Sehat. Terciptanya Sekolah yang Sehat mewujudkan generasi yang kuat dan berwawasan kesehatan. Sekolah Sehat diharapkan juga dapat menciptakan pembiasaan hidup yang baik dan sehat sebagai modal dimasa yang akan datang. Mari kita wujudkan bersama Generasi Sehat dan Berkualitas melalui Sekolah Sehat.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Erina Dewi Rianti, Muhammad Ali Sodik, 2020. Hubungan Antara Ketersediaan Sarana Dan Prasarana Usaha Kesehatan Sekolah Dengan Perilaku Hidup Sehat. *IJK Str. Indones.* 1–9.
- Kemendes RI, 2021. Pembinaan Penerapan Sekolah / Madrasah Sehat. Kementerian Kesehatan RI. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat, Jakarta.
- Kristjánsson, Á.L., Sigfúsdóttir, I.D., Allegrante, J.P., 2010. Health behavior and academic achievement among adolescents: The relative contribution of dietary habits, physical activity, body mass index, and self-esteem. *Heal. Educ. Behav.* 37: 51–64. doi:10.1177/1090198107313481
- Pulimeno, M., Piscitelli, P., Colazzo, S., Colao, A., Miani, A., 2020. School as ideal setting to promote health and wellbeing among young people. *Heal. Promot. Perspect.* 10: 316–334. doi:10.34172/hpp.2020.50