

PERBEDAAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT SISWA KELAS IV SEKOLAH DASAR NEGERI SE KECAMATAN BANTUL ANTARA YANG MELAKSANAKAN PROGRAM UKS DENGAN YANG TIDAK MELAKSANAKAN PROGRAM UKS

THE DIFFERENCES OF SANITARIAN AND HEALTHY LIFE BEHAVIOR OF FOURTH GRADE STUDENTS AT STATE ELEMENTARY SCHOOL AT BANTUL DISTRICT WHO IMPLEMENT AND NON-IMPLEMENT THE SCHOOL HEALTH PROGRAM (UKS)

Oleh: Celien Mamengki, Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta, celienmamengki@gmail.com

ABSTRAK

Pengamatan yang dilakukan di beberapa sekolah dasar negeri se Kecamatan Bantul masih ada sekolah yang belum melaksanakan program UKS, sehingga belum terlaksana dengan baik dan siswa juga belum menunjukkan perilaku yang mencerminkan hidup sehat. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan dari perilaku hidup bersih dan sehat siswa kelas IV antara yang melaksanakan dengan yang tidak melaksanakan program UKS di beberapa sekolah dasar negeri se Kecamatan Bantul. Jenis penelitian ini adalah komparatif, dengan desain penelitian menggunakan dengan metode survey. Instrumen penelitian berupa angket. Subjek penelitian adalah siswa kelas IV di beberapa sekolah dasar negeri se Kecamatan Bantul sebanyak 168 siswa. Teknik analisis data menggunakan uji hipotesis dengan analisis uji t (*independent sample t test*) dengan taraf signifikan 5 %. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh nilai $t_{hitung} (3,595) > t_{tabel} (1,980)$, dan nilai $p (0,000) < 0,05$, hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai t_{hitung} lebih besar dari pada t_{tabel} . Hasil tersebut dapat disimpulkan ada perbedaan perilaku hidup bersih dan sehat siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri Se Kecamatan Bantul antara yang melaksanakan program UKS dengan yang tidak melaksanakan program UKS.

Kata kunci : Perbedaan, Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat, Program UKS

ABSTRACT

The observations were conducted at several state elementary schools at the Bantul District which there were schools that have not implemented the UKS program and students also had not reflected the healthy life behaviors. The research aims to determine the differences of sanitarian and healthy life behavior of fourth grade students at state elementary school at Bantul district who implement and non-implement the school health program (UKS). This was a comparative research design using a survey method. The research instrument was a questionnaire. The subjects were the fourth grade students in several state elementary schools at Bantul District with a total of 168 students. Data analyses technique used was hypothesis test of t test (independent sample t test) with significance level of 5%. The results showed that $t_{value} (3.595) > t_{table} (1.980)$, and the $p_{value} (0.000) < 0.05$, these results indicated that the t_{value} was greater than t_{table} . These results can be concluded there was a difference in sanitarian and healthy life behavior of fourth grade students of State Elementary School at Bantul District who implement and non-implement the school health program (UKS).

Keywords: Diversity, sanitarian and healthy life behavior, UKS Program

PENDAHULUAN

Di lingkungan sekolah sangat diharapkan siswa mempunyai perilaku hidup bersih dan sehat. Usia sekolah pada kelompok usia dini merupakan masa keemasan untuk menanamkan nilai-nilai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dan berpotensi sebagai pengantar perubahan untuk mempromosikan PHBS baik di lingkungan sekolah, keluarga, maupun masyarakat.

Ketetapan indikator PHBS ini merupakan kebijakan nasional promosi kesehatan untuk mendukung upaya meningkatkan perilaku sehat yang ditetapkan visi nasional promosi kesehatan. Indikator dalam PHBS menggunakan tatanan sebagai strategi pengembangannya, indikator tersebut adalah sebagai berikut (1) Persalinan ditolong oleh tenaga kesehatan (2) Memberi bayi (ASI) eksklusif (3) Menimbang balita setiap bulan (4) Menggunakan air bersih (5) Mencuci tangan dengan sabun (6) Menggunakan jamban sehat (7) Memberantas jentik nyamuk (8) Mengonsumsi buah dan sayur setiap hari (9) Melakukan aktivitas fisik setiap hari (10) Tidak merokok di dalam rumah (Rudiansyah, 2014: 2). Indikator tersebut harus dilaksanakan oleh semua orang agar tercapainya peningkatan

kesehatan. Indikator yang ada di atas merupakan indikator secara umum dalam masyarakat. Tidak hanya dalam masyarakat saja namun juga dalam lingkungan sekolah.

PHBS di sekolah negeri se Kecamatan Bantul tidak banyak dilaksanakan di sekolah walaupun sudah adanya himbauan dari pemerintah untuk menerapkan perilaku hidup sehat. Di sekolah, perilaku hidup sehat harus diterapkan karena perilaku hidup sehat berpengaruh pada kesehatan siswa dan PHBS ini sangat berkaitan dengan keberadaan UKS di sekolah tersebut. Hal ini dikarenakan dalam setiap sekolah akan mempunyai program UKS yang mempunyai tujuan jelas untuk membuat siswa menjadi berperilaku hidup bersih dan sehat.

Di dalam program UKS terdapat tiga kegiatan utama yang disebut dengan Trias UKS, yang meliputi aspek pendidikan kesehatan, pelayanan kesehatan serta pembinaan lingkungan kehidupan sekolah sehat (kesehatan lingkungan di sekolah) (Diffah, 2005: 4). Berdasarkan observasi yang dilakukan di beberapa sekolah dasar negeri se Kecamatan Bantul, di dalam program UKS tersebut ada banyak kegiatan yang dilakukan UKS, di antaranya adalah pemantauan pertumbuhan dan status gizi, pendidikan

Perbedaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat.... (Celien Mamengki)

kesehatan atau olahraga, pembinaan ketrampilan P3K, pembinaan warung sekolah/ kantin sekolah, dan dokter kecil. Akan tetapi, banyak program UKS di beberapa sekolah dasar negeri se Kecamatan Bantul yang kurang bisa diserap oleh siswa, salah satunya yaitu ada beberapa siswa ketika siswa akan makan, siswa tidak mencuci tangan terlebih dahulu. Selain itu, ada juga beberapa siswa ketika berolahraga tidak bersemangat dikarenakan cuaca panas. Ada juga sekolah yang tidak melaksanakan program UKS, sekolah tersebut tentu akan jauh dari perilaku hidup bersih dan sehat. Hal ini sangat jauh dari tujuan dari program UKS itu sendiri yaitu untuk membuat siswa berperilaku hidup bersih dan sehat. Berbeda pula dengan sekolah yang melaksanakan program UKS dan dilaksanakan dengan baik maka PHBS harapannya juga akan meningkat.

UKS sangat dibutuhkan di setiap sekolah-sekolah karena UKS merupakan lembaga kegiatan non kurikuler yang berpotensi menyadarkan siswa untuk berperilaku hidup bersih dan sehat. Menurut Pieter Noya (1983: 1) Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) pada hakikatnya adalah usaha kesehatan masyarakat yang dijalankan di sekolah-sekolah.

Perilaku hidup sehat merupakan respon seseorang (organisme) terhadap stimulus atau objek yang berkaitan dengan sakit atau penyakit, system pelayanan kesehatan, makan dan minum, serta lingkungan. Pengertian tentang perilaku hidup sehat juga sependapat dengan Soekidjo (2007: 114) perilaku hidup sehat adalah setiap tindakan yang mempengaruhi seseorang secara langsung atau jangka panjang semua konsekuensi fisik dan psikologis yang mempengaruhi keadaan fisik yang menjadi lebih baik. Perilaku sehat ini menunjukkan kebiasaan seseorang, mencakup kepercayaan, harapan, motif, nilai, dan unsur kognitif lainnya, karakteristik kepribadian, termasuk keadaan efektif, emosi dan sifat, perilakunya, tindakan kebiasaan yang berkaitan dengan upaya mempertahankan kondisi sehat dan sejahtera dengan perbaikan kesehatan dan meningkatkan kesehatan.

Pendekatan UKS ini dapat dilakukan dengan adanya program UKS yang ada di sekolah. Diharapkan dengan adanya program UKS, siswa di sekolah tersebut mempunyai perilaku hidup bersih dan sehat selanjutnya menjadi kebiasaan untuk menjadikan hidup siswa tersebut sehat. Dalam pengamatan yang dilakukan di salah satu sekolah se Kecamatan Bantul,

sekolah tersebut dengan adanya program UKS yang ada dan hanya dilaksanakan sesekali, belum terlaksana dengan baik dan perilaku hidup bersih dan sehat siswa belum juga menunjukkan perilaku yang mencerminkan hidup sehat. Seperti yang sudah dijelaskan di atas perilaku siswa yaitu ada beberapa siswa yang tidak mencuci tangan sebelum makan dan beberapa siswa tidak melakukan pembelajaran olahraga dengan semangat. Hal ini tentu jauh dari yang diharapkan, karena harapannya jika dengan adanya program UKS dan dapat terlaksana dengan baik maka diharapkan siswa dapat berperilaku hidup bersih dan sehat serta hal itu menjadi terbiasa dalam kehidupan sehari-harinya. Sehubungan dengan hal itu maka dalam penelitian ini akan membedakan PHBS siswa antara sekolah yang melaksanakan program UKS dengan sekolah yang tidak melaksanakan program UKS.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini termasuk penelitian Komparatif (perbandingan) dengan metode survei. Menurut Aswarini Sudjud dalam Suharsimi Arikunto (2002: 236), penelitian komparatif akan menemukan persamaan-persamaan dan perbedaan-perbedaan tentang orang, benda-benda dan lain sebagainya.

Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini termasuk penelitian Komparatif (perbandingan) dengan metode survei.

Waktu Dan Tempat Penelitian

Lokasi penelitian dilakukan di Sekolah Dasar Negeri Se Kecamatan Bantul.

Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah siswa kelas IV di beberapa sekolah dasar negeri se Kecamatan Bantul sebanyak 168 siswa, dengan rincian sekolah yang melaksanakan program UKS sebanyak 51 siswa dan yang tidak melaksanakan progra UKS 117 siswa.

Instrumen Dan Teknik Pengumpulan

Data

Dalam penelitian ini alat pengumpul datanya menggunakan angket milik dari Teguh Ardianto (2012).

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis statistik uji t dengan bantuan program komputer SPSS. Dalam melakukan analisis data perlu persiapan dalam

menyusun tabel perhitungan, menentukan teknik yang akan digunakan serta tabel yang diperlukan.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian

1. Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Siswa Kelas IV SD N Se Kecamatan Bantul Yang Melaksanakan Program UKS

Sekolah Dasar di Kecamatan Bantul Yang Melaksanakan Program UKS dalam penelitian ini diambil 2 sekolah sebagai sampel penelitian, dengan jumlah responden 117 siswa. Hasil penelitian data perilaku hidup bersih dan sehat siswa kelas IV SD N Se Kecamatan Bantul yang melaksanakan program UKS didasarkan dari 117 responden, hasil statistik penelitian diperoleh nilai minimum = 112; nilai maksimum = 189; rerata = 150,23; median = 151; modus = 138 dan *standard deviasi* = 14,32.

2. Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Siswa Kelas IV SD N Se Kecamatan Bantul Yang Tidak Melaksanakan Program UKS

Sekolah Dasar di Kecamatan Bantul yang tidak melaksanakan

program UKS dalam penelitian ini diambil 2 sekolah sebagai sampel penelitian, dengan jumlah responden 51 siswa. Hasil penelitian data perilaku hidup bersih dan sehat siswa kelas IV SD N Se Kecamatan Bantul yang tidak melaksanakan program UKS didasarkan dari 51 responden, diperoleh nilai minimum = 121, nilai maksimum = 166; rerata = 142,47; median = 142; modus = 135 dan *standard deviasi* = 8,54.

3. Uji T

Berdasarkan hasil analisis data tersebut diperoleh nilai t_{hitung} (3,595) $> t_{tabel}$ (1,980), dan nilai p (0,000) $<$ dari 0,05, hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai t_{hitung} lebih besar dari pada t_{tabel} , hasil tersebut diartikan bahwa H_a : diterima dan H_0 : ditolak sehingga hipotesisnya berbunyi ada perbedaan perilaku hidup bersih dan sehat siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri Se Kecamatan Bantul antara yang melaksanakan program UKS dengan yang tidak melaksanakan program UKS.

Pembahasan

Perilaku hidup sehat merupakan upaya seseorang untuk mempertahankan dan meningkatkan

Perbedaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat.... (Celien Mamengki)

kesehatannya melalui interaksi dengan lingkungan, khususnya berhubungan dengan kesehatan. Seperti halnya perilaku hidup bersih dan sehat siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri Se Kecamatan Bantul yang melaksanakan program UKS. Berdasarkan hasil penelitian di atas diperoleh perilaku hidup bersih dan sehat siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri Se Kecamatan Bantul antara yang melaksanakan program UKS sebagian besar berkategori cukup. Sedangkan hasil penelitian perilaku hidup bersih dan sehat siswa kelas IV SD N Se Kecamatan Bantul yang tidak melaksanakan program UKS sebagian besar masuk kategori cukup.

Hasil tersebut diartikan sebagian besar perilaku hidup bersih dan sehat siswa kelas IV SD N Se Kecamatan Bantul mempunyai perilaku yang cukup baik dalam menerapkan hidup yang sehat dan bersih, akan tetapi masih banyak ditemui siswa yang mempunyai perilaku kurang sehat, baik perilaku terhadap makanan, olahraga, kebiasaan hidup dan yang lainnya. Kebiasaan terhadap lingkungan siswa masih ada beberapa yang membuang sampah tidak pada tempatnya, dalam

membeli makanan siswa masih jajan sembarangan, dalam berpakaian siswa masih kurang rapi atau tidak memperhatikan kebersihan. Melihat hal tersebut sangat penting peran orang tua dan sekolah dalam mengontrol perilaku hidup sehat dan bersih. UKS merupakan salah satu unit kegiatan sekolah yang berperan dalam bidang kesehatan. Melihat kenyataan tidak semua sekolah mempunyai program UKS untuk meningkatkan perilaku hidup sehat siswa di sekolahnya.

Berdasarkan hasil penelitian diatas diketahui ada perbedaan perilaku hidup bersih dan sehat siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri Se Kecamatan Bantul antara yang melaksanakan program UKS dengan yang tidak melaksanakan program UKS. Berdasarkan hasil rata-rata data penelitian diketahui perilaku hidup bersih dan sehat yang menerapkan program UKS diperoleh sebesar 150,23 sedangkan hasil perilaku hidup bersih dan sehat yang tidak menggunakan program UKS sebesar 142,47. Melihat hasil tersebut dapat diartikan sekolah yang menerapkan program UKS mempunyai rata-rata perilaku hidup bersih dan sehat siswa

Perbedaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat.... (Celien Mamengki)

yang lebih baik. Hal ini sependapat dengan pendapat Tim Pembina UKS Pusat (1996: 4) yang mengatakan bahwa dengan terlaksananya program UKS maka akan terbentuk sikap dan perilaku siswa dalam menjaga/memelihara kebersihan lingkungan.

Adanya perbedaan tersebut dikarenakan sekolah yang melaksanakan program UKS mempunyai perencanaan yang baik dalam mengelola kesehatan. Selain itu sekolah yang melaksanakan program UKS siswanya mampu menerapkan program UKS dengan baik, yang kemudian berdampak pada perilaku hidup bersih dan sehat, dibandingkan dengan sekolah yang tidak melaksanakan program UKS.

Dengan diketahuinya perbedaan perilaku hidup bersih dan sehat tersebut mengindikasikan bahwa peran UKS sangat berpengaruh dalam perilaku hidup bersih dan sehat siswa. Adanya perbedaan tersebut dikarenakan sekolah yang melaksanakan program UKS, sebagian besar siswanya mampu menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Selama ini program UKS di sosialisasikan kepada siswa dengan pantau guru, pemeriksaan kesehatan

secara ritun dan berbagai macam progra lainnya. Beberapa program UKS yaitu dengan lingkungan sekolah yang sehat, siswa mendapatkan perhatian dalam mendaptkkan layanan kesehatan yang layak, seperti; lingkungan yang bersih, tersedianya obat-obatan, pelayanan dari petugas UKS yang baik. Hal ini juga sesuai dengan maksud dan tujuan kesehatan sekolah yaitu mencapai keadaan kesehatan anak yang sebaik-baiknya yang berarti anak mempunyai keterampilan, sikap, tingkah laku dan kebiasaan hidup sehat serta anak mempunyai pengetahuan mengenai kesehatan (Djoned Sutatmo, 1979: 29).

Program pendidikan kesehatan yaitu menanamkan kebiasaan hidup sehat kepada anak didik agar dapat turut bertanggungjawab terhadap kesehatan dirinya serta lingkungannya dan ikut aktif dalam usaha-usaha kesehatan. Tujuan tersebut dapat dicapai dengan tahap-tahap sebagai berikut memberi pengetahuan tentang dasar-dasar hidup sehat, menimbulkan sikap dan tingkah laku yang baik terhadap persoalan kesehatan, dan membentuk kebiasaan hidup sehat dengan latihan-latihan. Dengan

Perbedaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat.... (Celien Mamengki)

program pendidikan kesehatan anak mendapatkan pengetahuan mengenai pendidikan kesehatan yang baik untuk diterapkan di kehidupan sehari-hari. Selain itu penanaman kebiasaan hidup sehat siswa diajarkan tentang makanan yang sehat, bagaimana berperilaku yang sehat seperti; tidak jajan sembrangan, membuang sampah pada tempatnya, mencuci pakaian yang kotor, mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga atau menerapkan olahraga yang rutin.

Program pelayanan kesehatan di sekolah, merupakan pelayanan mengikuti pertumbuhan dan perkembangan anak didik, mengetahui kelainan/ gangguan kesehatan sedini mungkin, pencegahan penyakit menular, pengobatan secepat-cepatnya, dan rehabilitasi. kegiatan yang dilakukan dalam pelayanan kesehatan di sekolah seperti pemeriksaan kesehatan secara berkala yang bersifat umum maupun pemeriksaan khusus, mengikuti pertumbuhan badan anak didik, dengan melakukan secara berkala pengukuran berat badan dan tinggi badan, pemeriksaan dan pengawasan kebersihan perorangan anak didik dilakukan secara sepiantas lalu setiap

pagi oleh guru kelasnya, serta pemeliharaan dan pengawasan kebersihan lingkungan sekolah.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat diketahui bahwa program UKS sangatlah penting dan mendukung perilaku hidup bersih dan sehat siswa. Oleh karena itu setiap sekolah harus menerapkan program UKS untuk bisa menjaga perilaku hidup bersih dan sehat siswa. Hal ini sesuai dengan tujuan umum UKS yaitu untuk meningkatkan hidup sehat dan derajat kesehatan peserta didik serta menciptakan lingkungan yang sehat (Mu'rifah, 1991: 251). Serta sesuai dengan tujuan dalam pendidikan kesehatan (salah satu program UKS) yaitu menanamkan kebiasaan hidup sehat kepada anak-didik agar dapat turut bertanggungjawab terhadap kesehatan dirinya serta lingkungannya an ikut aktif dalam usaha-usaha kesehatan (Sonja Poernomo, 1976: 21).

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya diperoleh hasil analisis data tersebut diperoleh $t_{hitung} (3,595) > t_{tabel} (1,980)$,

Perbedaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat.... (Celien Mamengki)

dan nilai p ($0,000$) $<$ dari $0,05$, hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai t hitung lebih besar dari pada t tabel. Hasil tersebut dapat disimpulkan ada perbedaan perilaku hidup bersih dan sehat siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri Se Kecamatan Bantul antara yang melaksanakan program UKS dengan yang tidak melaksanakan program UKS.

Saran

1. Bagi siswa yang masih mempunyai perilaku hidup bersih dan sehat kurang dan sangat kurang, agar selalu memperhatikan perilaku hidup sehatnya untuk tetap menjada kesehatan badannya.
2. Bagi guru untuk selalu memberikan sosialisasi tentang pengetahuan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat.
3. Bagi sekolah agar bisa menerapkan program UKS sebagai salah satu saran pendukung untuk meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat siswa.

DAFTAR PUSTAKA

Diffah, Hanim. (2005). *Menjadikan UKS sebagai Upaya Promosi Tumbuh Kembang Anak Didik*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.

Djoned, Sutatmo. (1979). *Pengantar Kesehatan Sekolah*. Jakarta : Petra Jaya.

Mu'rifah. (1991). *Usaha Kesehatan Sekolah*. Jakarta: PT. Raja Grafindo.

Pieter, Noya. (1983). *Pedoman Guru Kesehatan SD*. Jakarta: PT Rora Karya.

Soekidjo Notoadmojo. (2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sonja, Poernomo. (1979). *Usaha Kesehatan Sekolah*. Jakarta: Depkes RI.

Sugiyono. (2006). *Statistik Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.

Suharsimi, Arikunto. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

Tim Pembina UKS. (1996). *Petunjuk Teknis Pembinaan dan Pelaksanaan Pemberantasan Sarang Nyamuk Demam Berdarah Dengue (PSN DBD) di Sekolah Melalui UKS*. Jakarta.