

HUBUNGAN PENGETAHUAN SISWA DALAM PROGRAM UKS SERTA PERAN GURU PJOK TERHADAP PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT SISWA DI SEKOLAH DASAR

Kartika Dwi Jayanti¹, Fachrudin², Panca³, Decky Avrilianda⁴, Bambang Subali⁵
Universitas Negeri Semarang, Indonesia , Alamat e-mail :
kartikadj2131@gmail.com, fakhruddin@mail.unnes.ac, pancadewi@mail.unnes.ac, decky.avrilianda@mail.unnes.ac, bambangfisika@mail.unnes.ac

ABSTRACT

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menentukan hubungan antara pengetahuan siswa tentang program UKS dan peran sebagai guru PJOK terhadap perilaku hidup bersih dan sehat siswa di sekolah dasar, serta tingkat pengetahuan siswa tentang program UKS dan peran guru PJOK terhadap perilaku hidup bersih dan sehat siswa di sekolah dasar. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Data yang digunakan adalah data awal yang dikumpulkan melalui kuesioner. Siswa dan guru PJOK Sekolah Dasar Gugus Ki Hajar Dewantara di Ungaran Timur adalah subjek penelitian ini. Metode untuk menganalisis data menggunakan korelasi.

Hasil analisis dari uji hipotesis pertama menunjukkan bahwa harga r hitung = 0,753 lebih besar dari $r(0.05)(12) = 0,576$, yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara program usaha kesehatan sekolah dan perilaku hidup bersih dan sehat siswa di sekolah. Hasil dari uji hipotesis kedua menunjukkan bahwa harga r hitung = 0,607 lebih besar dari $r_{tabel} (0.05)(12) = 0,576$, yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara Peran guru PJOK terhadap Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Siswa Sekolah Dasar. Ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan siswa tentang program UKS dan peran guru PJOK terhadap perilaku hidup bersih dan sehat siswa sekolah dasar. Hasil dari uji hipotesis ketiga menunjukkan bahwa harga F hitung 5,915 lebih besar dari F tabel (3,07) pada taraf signifikansi 5%

Oleh karena itu, ditemukan bahwa ada korelasi yang positif serta signifikan diantara pengetahuan siswa tentang program usaha kesehatan sekolah dan perilaku bersih dan sehat siswa Sekolah Dasar. Selanjutnya, ditemukan bahwa peran guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK)

Dengan demikian, ada korelasi signifikan diantara pengetahuan siswa tersebut tentang program usaha kesehatan sekolah dan perilaku bersih dan sehat siswa Sekolah Dasar.

Keywords: Program UKS, Peran guru PJOK, Perilaku hidup bersih dan sehat.

ABSTRAK

The aim of this research is to determine the relationship between students' knowledge about the UKS program and their role as PJOK teachers on students' clean and healthy living behavior in elementary schools, as well as the level of students' knowledge about the UKS program and the role of PJOK teachers on students' clean and healthy living behavior at school. basic. This research uses a quantitative approach. The data used is initial data collected through a questionnaire. Students and teachers of PJOK Gugus Ki Hajar Dewantara Elementary School in East Ungaran are the subjects of this research. The method for analyzing data uses correlation.

The analysis results from the first hypothesis test show that the calculated value of $r = 0.753$ is greater than $r(0.05)(12) = 0.576$, which shows that there is a significant relationship between the school health business program and the clean and healthy living behavior of students at school. The results of the second hypothesis test show that the calculated value of $r = 0.607$ is greater than r table $(0.05)(12) = 0.576$, which indicates that there is a significant relationship between the role of PJOK teachers on Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) of Elementary School Students. There is a significant relationship significant relationship between the level of students' knowledge about the UKS program and the role of PJOK teachers in the clean and healthy living behavior of elementary school students. The results of the third hypothesis test show that the calculated F value of 5.915 is greater than the F table (3.07) at the 5% significance level

Therefore, it was found that there was a positive and significant correlation between students' knowledge about school health business programs and the clean and healthy behavior of elementary school students. Furthermore, it was found that the role of physical education teachers, sports and health (PJOK) Thus, there is a significant correlation between the students' knowledge about school health business programs and the clean and healthy behavior of elementary school students.

Kata Kunci: UKS program, role of PJOK teachers, clean and healthy living behavior.

A. Pendahuluan (12 pt dan Bold)

Pendidikan dan kesehatan sangat penting bagi manusia untuk hidup seimbang, karena manusia memperoleh kehidupan yang layak. Sekolah menjadi sasaran utama

menjadi tempat berlangsungnya proses belajar mengajar yang dimana diharapkan dapat menjadikan sekolah yang memiliki kemampuan untuk meningkatkan derajat kesehatan siswanya. Tujuan ini pasti

akan tercapai jika sekolah serta lingkungannya dibangun dan dikembangkan secara optimal. Program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) adalah upaya untuk meningkatkan membangun kesehatan anak usia sekolah di setiap jenjang pendidikan. Yang pada dasarnya terdiri dari kurikulum, praktik belajar mengajar, struktur sekolah, dan lingkungan sekolah yang bersih dan aman.

UKS adalah bagian penting dari program yang dibuat pemerintah untuk meningkatkan pelayanan terkait kesehatan, dan pembinaan lingkungan yang ada disekolah atau kemampuan hidup yang sehat bagi warga sekolah. Fakta bahwa Indonesia memiliki populasi usia paling tua menunjukkan betapa pentingnya UKS. Program kesehatan pada anak usia sekolah mencakup UKS, yang terdiri dari tiga program pokok: pendidikan kesehatan, layanan kesehatan, dan pembinaan lingkungan sekolah yang sehat.

TRIAS Uks adalah program pemerintah untuk pelayanan kesehatan anak sekolah. Program pemerintah ini membantu kesuksesan sekolah dengan

meningkatkan kesehatan, pengetahuan, sikap, dan perilaku anak. Ini dilakukan mulai dari sekolah dasar hingga sekolah lanjutan, dengan prioritas utama untuk dilakukan di sekolah dasar. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa sekolah dasar adalah komunitas (kelompok) yang besar yang rentan terhadap penyakit dan berfungsi sebagai dasar pendidikan lanjutan. Selain itu, ada masalah lain yang dihadapi sekolah. Misalnya, kamar mandi siswa tidak bersih, sampah yang tidak dibuang sesuai tempat di halaman dan lingkungan sekolah, guru terkadang tidak mengawasi pola jajan dan jajanan yang tersedia di sekolah, dan jumlah obat-obatan yang kurang di ruang UKS.

Penggunaan UKS yang tidak memenuhi fungsinya, seperti ruang UKS digunakan untuk bermain, bersantai, atau menaruh mainan, dapat berbahaya bagi siswa yang menderita cedera serius yang didapat karena tidak dapat menanganinya secara langsung dan terjadi keterlambatan pertolongan pertama jika tidak ada guru yang bertanggung jawab untuk menanganinya.

UKS diterapkan untuk menambah kemampuan hidup sehat para siswa,

sehingga mereka dapat belajar, berkembang, dan tumbuh secara bersamaan dan menjadi sumber daya manusia yang berkualitas terbaik (Aminah et al., 2021). Beberapa guru memberi tahu saya beberapa alasan mengapa ruang UKS tidak berfungsi dengan baik. Salah satunya adalah bahwa ruang UKS tidak memiliki struktur khusus untuk UKS. Selain itu, ruang UKS terlalu sering diabaikan. Tidak adanya program dan pengembangan UKS di sekolah menyebabkan turunnya pelaksanaan program dan kegiatan UKS.

Tidak seperti olahraga, pendidikan jasmani yang mempunyai tujuan untuk menanamkan pengetahuan, dan olahraga fokus aspek fisik seseorang. Tetapi keduanya sangat penting untuk meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan dan kebugaran dan kesehatan seseorang. Seperti yang dinyatakan oleh Knisel dkk . (2017). Oleh karena itu, untuk menjadikan bahan pertimbangan topik Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) dan metode yang dapat digunakan untuk mendidik siswa dengan pengetahuan serta keterampilan yang mungkin akan bertanggung jawab atas kesehatan mereka sendiri dan orang

lain. Apriani & Gazali (2018) menunjukkan bahwa guru pendidikan bertanggung jawab atas pelaksanaan program UKS dengan melakukan berbagai tugas , seperti memberikan instruksi guru pendidikan jasmani sangatlah berperan penting di dalam pelaksanaan program UKS dengan melakukan berbagai kegiatan, seperti halnya yang telah tercantum dalam capaian pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan bahwa perilaku hidup bersih dan sehat wajib diajarkan melalui pembelajaran PJOK.

Guru juga harus bertanggung jawab untuk memberikan pertolongan pertama serta pengobatan ringan dengan kemampuan mereka . Namun, apa yang terjadi tentu memiliki perbedaan yang signifikan. Hasil observasi menunjukkan bahwa 75% siswa tersebut tidak tahu apa itu definisi dari UKS dan PHB, mereka hanya tahu ruang UKS saja, namun tidak mengerti apa itu.

Siswa hampir tidak pernah sakit di sekolah setelah mereka menjadi sangat sadar dan memahami PHBS. Menurut beberapa jurnal, sekolah yang menjalankan program UKS dengan persyaratan dapat berdampak signifikan pada perilaku

siswa, terutama dalam PHBS, dan dapat meningkatkan keinginan siswa untuk belajar. Dalam pembinaan PHBS Puskesmas, terdapat 15 indikator, termasuk tidak merokok, menggosok gigi, menggunakan sepatu, memiliki ruang UKS dengan peralatan P3K, kader kesehatan remaja, dana sehat, menggunakan air bersih, membuang sampah di tempatnya, warung sekolah yang sehat, olahraga teratur, Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS), dan pengukuran TB/BB secara teratur.

UKS itu sendiri tentunya memiliki program dengan tujuan untuk meningkatkan kesehatan pada siswa dan warga sekolah. UKS dijalankan di semua jenjang pendidikan. Sekolah adalah tempat yang tepat untuk melakukan intervensi promosi kesehatan yang menasar anak-anak (Huys dkk., 2017; Suganda dkk., 2021). Usaha Kesehatan Sekolah membantu anak-anak usia sekolah menjadi lebih sehat dan mengembangkan perilaku sehat. UKS dilakukan melalui pemeriksaan kesehatan, penyuluhan kesehatan, kebersihan lingkungan, dan olahraga. Program UKS (Usaha Kesehatan Sekolah) adalah program kesehatan yang dilakukan di sekolah untuk

meningkatkan kesehatan sekolah dan masyarakat siswa. Masyarakat sangat memperhatikan peningkatan integrasi antara pendidikan dan kesehatan (Birch & Auld, 2019). Ruglis dan Freudenberg (2010) meminta partisipasi sektor pendidikan dan kesehatan dalam gerakan yang bertujuan untuk meningkatkan prestasi sekolah, meningkatkan tingkat kelulusan, dan mendorong kesehatan individu, keluarga, dan masyarakat. Program UKS didasarkan pada teori pendidikan dan kesehatan yang berkaitan dengan pencegahan dan promosi kesehatan. Kesehatan sangat penting untuk pertumbuhan, dan sangat penting untuk diterapkan sejak usia dini, terutama di sekolah dasar.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini fokus pada hubungan dua variabel atau lebih, bukan hanya satu. Penelitian ini mencari hubungan diantara dua variabel bebas: tingkat pengetahuan oleh siswa dalam program UKS dan peran guru PJOK terhadap satu variabel keterikatan, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif.

Sugiyono (2022: 15) menyatakan bahwa penelitian berdasarkan positivisme fokus pada populasi atau sampel tertentu. Analisis data kuantitatif menggunakan statistik untuk menjelaskan dan menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Penelitian ini menggunakan instrumen penelitian yang telah dirancang sebelumnya untuk mengumpulkan data mengenai program UKS, peran guru PJOK, dan perilaku bersih dan sehat siswa di SD Negeri Kawengen 02. Selanjutnya data akan dianalisis statistik sehingga dapat diuji hipotesis dan mengidentifikasi hubungan atau pengaruh antara variabel yang diteliti. Penelitian kuantitatif ini mengumpulkan dan menganalisis data dengan jelas dan objektif. Akibatnya, temuannya dapat diinterpretasikan dengan akurat dan digunakan sebagai dasar dalam pengambilan keputusan di masa yang akan datang.

Purposive sampling adalah metode pengambilan suatu sampel yang digunakan dalam memilih responden dengan atribut yang relevan dengan penelitian. Penelitian ini menggunakan kriteria berikut: (1) siswa dan siswi kelas atas; (2) guru

PJOK yang telah mengajar selama satu tahun di Sekolah Dasar Gugus Ki Hajar Dewantara di Ungaran Timur, serta guru PJOK di kelas empat, lima, dan enam; (3) siswa yang pernah menjadi pengurus UKS di sekolah tersebut; dan (4) siswa yang pernah menjadi pengurus UKS di sekolah tersebut.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Dengan menggunakan metode korelasional, penelitian ini menyelidiki hubungan antara tingkat pengetahuan siswa pada program UKS dan peran guru PJOK dalam PHBS di SD N Kawengen 02, dengan fokus sampel digugus Ki Hajar Dewantara. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk membuat saran yang dapat digunakan oleh sekolah untuk meningkatkan sektor pendidikan kesehatan.

Dalam penelitian kuantitatif, pemilihan sampel sangat penting untuk menjaga keterwakilan data yang dihasilkan karena populasi yang cukup besar dapat mempengaruhi tingkat keakuratan hasil penelitian. Penelitian ini melibatkan semua guru dan siswa Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah

Dasar Gugus Ki Hajar Dewantara Ungaran Timur.

Berdasarkan hasil penelitian, koefisien korelasi variabel hubungan antara program UKS dan PHBS, dengan harga r terhitung = 0,753 lebih besar dari $r(0,05)(12) = 0,576$. Hasil ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan siswa tentang program UKS dan PHBS.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada korelasi antara peran guru PJOK dan PHBS siswa Sekolah Dasar. Harga r terhitung = 0,607 lebih besar dari $r_{tabel}(0,05)(12) = 0,576$. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa ada korelasi antara peran guru PJOK dan PHBS siswa di Sekolah Dasar.

Berdasarkan perolehan uji hipotesis ke tiga, harga F hitung adalah 5,915 dibandingkan dengan harga F tabel (3,88) pada taraf signifikansi 5%. Hasil ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan siswa tentang program UKS dan peran guru PJOK dalam meningkatkan PHBS siswa di sekolah dasar. Dengan menggunakan metode korelasional, penelitian ini menyelidiki hubungan diantara pengetahuan siswa dalam program UKS serta

peran guru PJOK dalam PHBS di SD Kawengen 02, fokus sampel digugus Ki Hajar Dewantara. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk membuat saran yang dapat digunakan oleh sekolah untuk meningkatkan sektor pendidikan kesehatan.

Data oleh hubungan tersebut disajikan dalam bentuk tabel:1.

Program Usaha Kesehatan Sekolah, 2. Peran Guru Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK), 3. Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Siswa Sekolah Dasar

Sekolah Dasar (PHBS) meliputi berbagai kebiasaan yang dapat ditanamkan saat usia dini serta didukung dengan semua pihak. Program UKS, Peran Guru (PJOK), dan PHBS Siswa Sekolah Dasar adalah semua hubungan yang disajikan dalam tabel berikut.

PHBS masih menjadi prioritas utama pemerintah. Hal ini dibuktikan dengan fakta bahwa PHBS dimasukkan sebagai bagian indikator utama dalam mencapai tujuan pembangunan berkelanjutan, yang dianggap sebagai strategi pencegahan yang memiliki efek positif oleh 3 tingkat masyarakat: keluarga, sekolah, dan komunitas (Kemenkes RI, 2015). Tidak

diragukan lagi, keberhasilan PHBS di sekolah dipengaruhi oleh program UKS dan PJOK.

E. Kesimpulan

Penelitian ini menemukan bahwa ada korelasi yang signifikan antara pengetahuan siswa tentang Program UKS dan PHBS di sekolah dasar. Siswa yang lebih memahami UKS juga cenderung melakukan PHBS. Selain itu, terdapat korelasi yang signifikan antara peran guru (PJOK) dan tingkat pengetahuan siswa tentang UKS.

Peran guru PJOK yang aktif dalam memberikan edukasi kesehatan dan menciptakan PHBS lingkungan dapat secara positif mempengaruhi perilaku siswa. Kesembuhan dan kerja sama antara Program UKS dan peran guru PJOK sangat penting untuk keberhasilan PHBS karena keduanya saling melengkapi. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan di sekolah sangat penting untuk mendorong generasi berikutnya untuk menjalani gaya hidup sehat dan bersih, yang menghasilkan lingkungan yang lebih sehat dan kualitas hidup yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

Daftar Pustaka ditulis mengacu kepada standar APA 6th dengan panduan sebagai berikut :

Buku :

- Basri, S., Ayini, N., Budiman, Hamsina, Ishak, N. I., & Hasani, R. (2023). Teori kesehatan lingkungan (Issue March).
- Warni, Herita. (2013). Nasionalisme, Sports And Character Building, Bandung: Bintang Warliartika.

Artikel in Press :

- Lyznicki, J. M., Young, D. C., Riggs, J. A., Davis, R. M., & Dickinson, B. D. (2001). Obesity: Assessment and management in primary care. *American Family Physician*, 63(11), 2185-2196.

Jurnal :

- Araujo, G. De, Gobatto, F. M.-, Papoti, M., Camargo, B., & Gobatto, C. (2014). Anaerobic and Aerobic Performances in Elite Basketball Players. *Journal of Human Kinetics*, 42, 137–147. <https://doi.org/10.2478/hukin-2014-0068>
- Fakhrurozi, Z. A., Sumarjo, & Kriswanto, E. S. (2022). Healthy lifestyle: What is the role of parents and the Health Service Unit program for elementary school students ? *Advances in Health and Exercise*, 2, 68–73.
- Fawaid, M. F. Al, Supriyadi, & Zaini, M. (2018). Hubungan Peran Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan

Kesehatan (PJOK) dengan Pelaksanaan Program TRIAS UKS di SMP N 1 Tanggul Jember. 28, 1–11.

<http://repository.unmuhjember.ac.id/id/eprint/10389>

Hoffmann, J. J., Reed, J. P., Leiting, K., Chiang, C. Y., & Stone, M. H. (2014). Repeated sprints, high-intensity interval training, small-sided games: Theory and application to field sports. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 9(2), 352–357.

<https://doi.org/10.1123/IJSPP.2013-0189>

Putra, R. P., & Kristiyandaru, A. (2020). Manajemen ekstrakurikuler olahraga di SMP Dr. Soetomo Surabaya. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 08(02), 29–35.

Sunardi, J., & Kriswanto, E. S. (2020). Perilaku hidup bersih dan sehat mahasiswa pendidikan olahraga Universitas Negeri Yogyakarta saat pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(2), 156–167. <https://doi.org/10.21831/jpji.v16i2.35082>

Tabi'in, A. (2020). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat(Phbs) Pada Anak Usia Dini Sebagai Upaya Pencegahan Covid 19. *JEA (Jurnal Edukasi AUD)*, 6(1), 58. <https://doi.org/10.18592/jea.v6i1.3620>