

## PEMBINAAN UKS SEKOLAH DASAR DI DESA BELIMBING

N.P. Ariantari<sup>1</sup>, N.L. Rustini<sup>2</sup> dan I.G.N.A.P. Putra<sup>1</sup>,

### ABSTRAK

Desa Belimbing berada di wilayah Kecamatan Pupuan, dengan jarak sekitar 80 km dari kota Denpasar. Kegiatan ini bertujuan untuk melakukan pembinaan UKS bagi anak-anak SDN 1 dan SDN 4 di Desa Belimbing. Metode pendekatan dengan ceramah, diskusi, simulasi dan praktek. Materi pembinaan meliputi pengenalan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat, makanan sehat dan makanan yang berpotensi berbahaya, pentingnya mengukur tinggi dan berat tubuh serta imunisasi secara teratur, obat-obat P3K dan memberikan pertolongan pertama pada kecelakaan serta pengenalan manfaat tanaman obat. Evaluasi program ini dilakukan melalui *pre test* dan *post test*. Siswa yang dipilih sebagai Dokter Kecil adalah perwakilan dari siswa kelas 3, 4 dan 5, baik dari SDN 1 Belimbing dan SDN 4 Belimbing yang berjumlah 24 siswa yang terdiri dari 42% siswa laki-laki dan 58% siswa perempuan, dengan umur 9-12 tahun. Sebagian besar pekerjaan ayah dan ibu siswa tersebut adalah petani dengan pendidikan SMP. Hasil pengukuran indeks massa tubuh, yang dihitung dengan membagi berat terhadap tinggi, menunjukkan bahwa sebagian besar siswa Dokter kecil termasuk dalam kategori Kurus, dengan indeks massa tubuh siswa perempuan lebih besar daripada siswa laki-laki. Setelah pembinaan UKS terdapat peningkatan signifikan pemahaman siswa mengenai perilaku hidup bersih dan sehat, makanan sehat, obat-obat P3K serta manfaat tanaman obat.

**Kata kunci :** Desa Belimbing, UKS, Sekolah Dasar, Dokter kecil, tanaman obat

### ABSTRACT

Belimbing village is located in Pupuan district. It is about 80 km from Denpasar. This activity aims to develop School Health Program in SDN 1 and SDN 4 Belimbing and also to provide guidance for developing this program. Method used in this program were discussions, simulations and practices. Topics covered the importance of a clean and healthy lifestyle among children, healthy foods and potentially hazardous foods, the importance of height dan body weight measurement regularly and immunization, first aid and also the introduction of the benefits of medicinal plants. Evaluation was conducted through pre test and post test. Students selected as the "Dokter Kecil" in School Health Program are representative of students in grades 3, 4 and 5, both from SDN 1 and SDN 4 Belimbing. The number of students as the "Dokter Kecil" and are involved in this program are 24 students, which are consist of 42% male and 58% female students, by the age of 9 to 12 years old. The occupation of their parents mostly are farmer and experience secondary school in their education. Body mass index measurement, which was calculated as weight divided by the square of height, revealed that most of students were categorized as thin. Female students showed higher body mass index than male students. In the end of this program, students have better understanding about clean and healty lifestyle, healthy food, first aid and benefits of medicinal plants.

**Keywords:** Belimbing village, School Health Program, Elementary school, Dokter kecil, Medicinal plants

---

<sup>1</sup> Jurusan Farmasi, Fakultas MIPA, Universitas Udayana, email: [ari\\_dedhika@yahoo.com](mailto:ari_dedhika@yahoo.com)

<sup>2</sup> Jurusan Kimia, Fakultas MIPA, Universitas Udayana, email: [niluh.rustini@yahoo.co.id](mailto:niluh.rustini@yahoo.co.id)

## **PENDAHULUAN**

Kesehatan merupakan kondisi sehat, baik secara fisik, mental, rohani maupun sosial yang memungkinkan setiap orang menjalani hidup produktif baik secara sosial dan ekonomis. Kesehatan adalah hak asasi manusia, sebagaimana disebutkan dalam UU Kesehatan No. 36 Tahun 2014. Sejalan dengan Sistem Pendidikan Nasional bahwa tujuan pendidikan Indonesia adalah mencerdaskan kehidupan bangsa dan menciptakan manusia Indonesia yang seutuhnya, termasuk didalamnya keadaan sehat jasmani dan rohani, maka pengembangan Usaha Kesehatan Sekolah memegang peranan penting dalam pendidikan kesehatan bagi siswa sekolah (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2012).

Menurut UU Kesehatan No. 36 Tahun 2009, Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) dilakukan untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat siswa dalam lingkungan hidup yang sehat sehingga siswa dapat belajar, tumbuh, dan berkembang secara seimbang dan menjadi sumber daya manusia yang berkualitas tinggi. Muara dari program ini tentunya adalah peningkatan prestasi belajar siswa melalui upaya untuk peningkatan derajat kesehatannya. Hanya saja dalam pelaksanaannya, terdapat beberapa kendala dalam pelaksanaan program ini berkaitan dengan keterbatasan sarana dan prasarana UKS, kurangnya pembinaan UKS dan keterbatasan pengetahuan guru mengenai UKS.

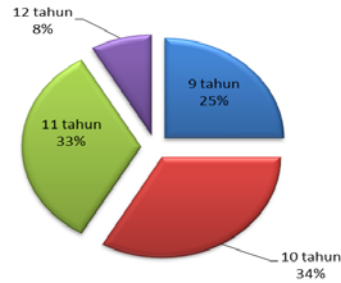
Mengingat pentingnya keberadaan dan fungsi UKS bagi peserta didik, maka pada kegiatan ini kami melakukan pembinaan UKS Sekolah Dasar di Desa Belimbing, Kecamatan Pupuan, Tabanan. Di Desa Belimbing terdapat 4 Sekolah Dasar yaitu SDN 1, SDN 2, SDN 4 dan SDN 5 Belimbing. Jumlah rata-rata siswa SD di masing-masing sekolah tersebut sekitar 70-90 orang per tahun. Sebagian besar penduduk di Desa Belimbing adalah petani. Kami bekerjasama dengan 2 SD di Desa Belimbing yaitu SDN 1 Belimbing dan SDN 4 Belimbing untuk mengaktifkan kembali pembinaan UKS dan Dokter Kecil untuk memberikan pendidikan kepada siswa-siswa mengenai pentingnya hidup bersih, mengenali makanan sehat serta yang berpotensi berbahaya, membudidayakan dan memanfaatkan tanaman obat keluarga (TOGA).

## **METODE PEMECAHAN MASALAH**

Metode pendekatan yang ditawarkan adalah menyediakan pembinaan bagi mitra sekolah melalui Program UKS dan Dokter Kecil. Materi pokok yang diberikan dalam pembinaan UKS meliputi : pengenalan pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), mengenali makanan sehat dan makanan yang berpotensi berbahaya, mengenal dan menggunakan obat-obat P3K dengan baik dan benar, pentingnya mengukur tinggi dan berat badan secara teratur, pentingnya imunisasi secara teratur, serta kegawatdaruratan/pertolongan pertama pada kecelakaan (P3K). Selain itu, Program ini juga memanfaatkan lahan-lahan kosong yang ada di mitra sekolah untuk Apotek Hidup dan Taman Sains, yang sekaligus bisa dimanfaatkan sebagai media untuk belajar IPA dan dimanfaatkan juga untuk Program UKS dan Dokter Kecil. Sebagai evaluasi kegiatan, dilakukan *pre test* pada awal kegiatan dan *post test* pada akhir kegiatan.

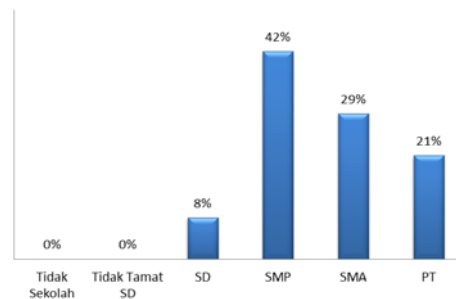
## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pada kegiatan ini, siswa yang dipilih sebagai Dokter Kecil adalah perwakilan dari siswa kelas 3, 4 dan 5, baik dari SDN 1 Belimbing dan SDN 4 Belimbing, yang berjumlah 24 siswa, terdiri dari 15 siswa dari SDN 1 Belimbing dan 9 siswa dari SDN 4 Belimbing. Siswa Dokter Kecil terdiri dari 58 % siswa perempuan dan 42% siswa laki-laki, dengan umur antara 9-12 tahun, seperti ditampilkan pada gambar 1.



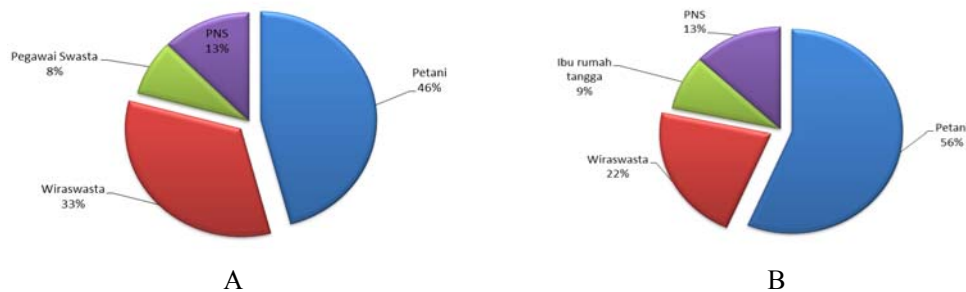
Gambar 1. Umur siswa Dokter Kecil di SDN 1 Belimbing dan SDN 4 Belimbing

Sebagian besar orang tua dari siswa yang terpilih sebagai dokter kecil berpendidikan SMP (sebesar 42%), pendidikan SMA sebanyak 29%, lulusan perguruan tinggi sebesar 21 % dan sisanya sebesar 8% berpendidikan sekolah dasar, seperti ditampilkan pada gambar 2.



Gambar 2. Profil tingkat pendidikan orang tua siswa Dokter Kecil di SDN 1 Belimbing dan SDN 4 Belimbing

Pekerjaan orang tua, baik ayah dan ibu, dari siswa yang terpilih sebagai Dokter Kecil di SDN 1 Belimbing dan SDN 4 Belimbing, ditampilkan pada gambar 3. Sebagian besar pekerjaan orang tua siswa adalah petani, dengan persentase sebesar 46% pada pekerjaan ayah dan 56% pada pekerjaan ibu.



Gambar 3. Profil pekerjaan orang tua siswa Dokter Kecil di SDN 1 Belimbing dan SDN 4 Belimbing (A) Pekerjaan ayah (B) Pekerjaan Ibu

Pembinaan UKS dilakukan dengan pemberian materi UKS di kelas dengan metode ceramah, diskusi, praktek dan simulasi, sebanyak 8 kali dan dilanjutkan dengan pembinaan lapangan. Materi pembinaan UKS berpedoman pada Pedoman Pembinaan dan Pengembangan UKS (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2012) dan Undang-Undang Kesehatan No. 36 Tahun 2009. Pembinaan dengan materi PHBS dan makanan sehat dilakukan dengan ceramah dan diskusi serta memberikan contoh melalui poster-poster. Pembinaan UKS juga dilakukan dengan melibatkan Dokter dari Puskesmas Pupuan II, Narasumber dari Universitas Udayana dan Polres

#### PEMBINAAN UKS SEKOLAH DASAR DI DESA BELIMBING

Pupuan. Hari terakhir pembinaan UKS juga dihadiri oleh UPTD Dinas Pendidikan Kecamatan Pupuan. Dokumentasi kegiatan pembinaan UKS ditampilkan pada gambar 4.



Gambar 4. Dokumentasi kegiatan pembinaan UKS

Berdasarkan hasil pengukuran tinggi dan berat badan siswa Dokter Kecil dilakukan penghitungan indeks massa tubuh (IMT). IMT dihitung dengan membagi berat badan dalam kg terhadap kuadrat dari tinggi dalam satuan meter. Klasifikasi IMT pada anak-anak dan remaja dilakukan berdasarkan acuan umur, karena IMT meningkat seiring dengan bertambahnya umur. Pada usia 2-15 tahun, anak laki-laki memiliki rata-rata IMT sebesar  $16,8 \text{ kg/m}^2$  dan anak perempuan memiliki rata-rata IMT sebesar  $16,4 \text{ kg/m}^2$  (Boodhna, G., 2013). Interpretasi perhitungan IMT diklasifikasikan menjadi 4 kategori yaitu kurus (*underweight*) bila  $\text{IMT} < 5\%$  dari IMT normal, ideal (*healthy weight*) bila  $\text{IMT} > 5-85\%$  dari IMT normal, *over weight* bila  $\text{IMT} > 85-95\%$  dari IMT normal dan obesitas bila  $\text{IMT} > 95\%$  dari IMT normal (Yetubie, M. *et al.*, 2010). Hasil perhitungan IMT ditampilkan pada tabel 1. Data pada tabel 1 menunjukkan sebagian besar siswa termasuk dalam kategori Kurus.

Tabel 1. Hasil indeks massa tubuh (IMT) siswa Dokter kecil di SDN 1 Belimbing dan SDN 4 Belimbing

No	Siswa Perempuan			Siswa Laki-laki		
	Umur (tahun)	IMT (kg/m <sup>2</sup> )	Kategori	Umur (tahun)	IMT (kg/m <sup>2</sup> )	Kategori
1	9	14,48	Kurus	9	13,17	Kurus
2	9	16,28	Kurus	9	12,08	Kurus
3	9	18,37	Ideal	9	13,32	Kurus
4	10	14,67	Kurus	10	14,18	Kurus
5	10	13,19	Kurus	10	12,40	Kurus
6	10	15,43	Kurus	10	14,66	Kurus
7	11	18,02	Ideal	11	18,22	Ideal
8	11	13,91	Kurus	11	12,45	Kurus
9	11	25,89	Ideal	11	14,47	Kurus
10	12	18,67	Ideal	12	13,14	Kurus

Dari data pada tabel 1, selanjutnya dianalisis secara statistik menggunakan Pooled t test untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan bermakna antara IMT pada anak perempuan dan laki-laki. Hasil uji normalitas dan homogenitas menunjukkan nilai  $p > 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa data IMT perempuan dan laki-laki tidak terdistribusi normal, sehingga test selanjutnya dilakukan dengan Mann-Whitney, yang menunjukkan nilai  $p < 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya perbedaan antara nilai IMT Perempuan dengan Laki-laki. Hasil ini menunjukkan bahwa IMT anak perempuan cenderung lebih tinggi daripada IMT anak laki-laki.

Evaluasi pembinaan UKS dilakukan dengan pemberian *pre test* dan *post test* kepada siswa Dokter Kecil. Hasil evaluasi pembinaan menunjukkan bahwa, nilai rata-rata *pre test* adalah 74,50 dan nilai rata-rata *post test* adalah 87,50. Nilai *pre test* dan *post test* siswa selanjutnya dianalisis secara statistik menggunakan Paired t test dan uji Wilcoxon. Hasil ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pemahaman siswa mengenai materi pembinaan UKS, dengan persentase peningkatan nilai sebesar 17,45%.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Kegiatan ini dibiayai oleh DP2M Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan melalui Hibah Pengabdian kepada Masyarakat Mono Tahun Ipteks bagi Masyarakat dengan Surat Perjanjian Penugasan No: 312-13/UN14.2/PKM.08.00/2015.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anonim, 2009. *Undang-Undang No. 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan*, Jakarta
- Anonim, 2014. *Undang-Undang No. 36 Tahun 2014 tentang Kesehatan*, Jakarta
- Boodhna, G., 2013. Children's BMI, Overweight and Obesity. *The Health and Social Care Information Center*. 1
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2012. *Pedoman Pembinaan dan Pengembangan Usaha Kesehatan Sekolah*. Jakarta
- Yetubie, M., Haidar, J., Kassa, H., Fallon Jr., F. 2010. Socioeconomic and Demographic Factors Affecting Body Mass Index of Adolescents Students Aged 10-19 in Ambo (a Rural Town) in Ethiopia. *International Journal of Biomedical Science*. 6(4): 321-326