

## Optimalisasi Peran Kader Unit Kesehatan Sekolah (UKS) dalam Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan dalam Upaya Menjaga Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa dan Siswi SMPN 2 Bandar Lampung.

Fitria Saftarina<sup>1</sup>, Muhartono<sup>2</sup>, Asep Sukohar<sup>3</sup>, Betta Kurniawan<sup>4</sup>, Rizqa Atina<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Bagian Ilmu Kedokteran Komunitas, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

<sup>2</sup>Bagian Patologi Anatomi, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

<sup>3</sup>Bagian Farmakologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

<sup>4</sup>Bagian Parasitologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

### Abstrak

UKS adalah usaha untuk membina dan mengembangkan kebiasaan serta perilaku hidup sehat pada peserta didik usia sekolah yang dilakukan secara menyeluruh dan terpadu. Usia sekolah merupakan masa keemasan untuk menanamkan nilai-nilai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Salah satu faktor yang di pakai sebagai indikator keberhasilan program ini apabila nilai *post-test* lebih tinggi dari nilai *pre-test* maka kegiatan pelatihan yang diberikan berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader UKS SMPN 2 Bandar Lampung. Sasaran kegiatan ini sebanyak 30 orang peserta yang merupakan kader UKS. Solusi pemecahan masalah berupa pelatihan berupa pemberian materi tentang PHBS, tata cara pelaksanaan PHBS yang dilanjutkan dengan diskusi dan *role play* serta penilaian pretest dan post test. Simpulan, diharapkan penyuluhan yang berkelanjutan mengenai PHBS perlu dilakukan secara rutin di tempat-tempat yang beresiko tinggi untuk pencegahan penyakit ini. dan diharapkan kader UKS dapat menjadi *peer educator* bagi siswa/i SMPN 2 yang lain.

**Kata Kunci:** Perilaku, PHBS, sekolah, UKS.

## Optimizing the Role of Cadres of School Health Units (UKS) in Improving Knowledge and Skills in Efforts to Maintain Clean and Healthy Behavior (PHBS) on Students and Students of SMPN 2 Bandar Lampung

### Abstract

UKS is an effort to nurture and develop healthy lifestyle habits and behaviors in school-age learners that are conducted thoroughly and integrated. School age is a golden age to instill the values of clean and healthy living behavior (PHBS). One of the factors used as an indicator of the success of this program if the value of post-test is higher than the pre-test value then the training activities provided successfully improve the knowledge and skills of UKS SMPN 2 Bandar Lampung. The target of this activity is 30 participants who are cadres of UKS. Problem solving solution in the form of training in the form of giving material about PHBS, procedure of PHBS implementation followed by discussion and role play and also pretest and post test. Conclusions, it is expected that continuous counseling on PHBS should be done routinely in high-risk areas for the prevention of the disease. and hopefully the UKS cadres can become peer educators for students

**Keywords:** Behavior, PHBS, school, UKS.

Korespondensi: dr. Fitria Saftarina, M.Sc., alamat Jl. Soemantri Brodjonegoro No. 1, HP: 085788515128  
e-mail: fitria205@yahoo.co.id

### Pendahuluan

Salah satu permasalahan serius yang dihadapi bangsa Indonesia adalah masalah kesehatan khususnya masalah kesehatan anak usia sekolah. Populasi anak usia sekolah dasar merupakan komponen yang cukup penting dalam masyarakat, mengingat jumlahnya yang cukup besar diperkirakan 30% atau sepertiga dari jumlah penduduk Indonesia menurut data Sensus Penduduk.<sup>1</sup>

Memperkenalkan dunia kesehatan pada anak-anak di sekolah menengah pertama, seyogyanya tidak terlalu susah karena umumnya tiap sekolah sudah memiliki Usaha

Kesehatan Sekolah (UKS). UKS adalah usaha untuk membina dan mengembangkan kebiasaan serta perilaku hidup sehat pada peserta didik usia sekolah yang dilakukan secara menyeluruh dan terpadu.<sup>2,3</sup>

Usia sekolah merupakan masa keemasan untuk menanamkan nilai-nilai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sehingga berpotensi sebagai agen perubahan untuk mempromosikan PHBS, baik dilingkungan sekolah, keluarga dan masyarakat. Siswa sekolah merupakan asset atau modal utama pembangunan di masa depan yang perlu

dijaga, ditingkatkan dan dilindungi kesehatannya.<sup>4,5</sup>

Sekolah selain berfungsi sebagai tempat pembelajaran juga dapat menjadi ancaman penularan penyakit jika tidak dikelola dengan baik. Lebih dari itu, usia sekolah bagi anak juga merupakan masa rawan terserang berbagai penyakit. Data penyakit yang diderita oleh remaja SMP terkait perilaku berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (riskesdas, 2013) yaitu kecacingan 40-60%, anemia 23,2%, karies & periodontal 74,4%, diare 100.000 anak terjangkit diare. Berdasarkan data Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas, 2010) diperkirakan sekitar 3% anak mulai merokok sejak kurang dari 10 tahun, persentase merokok tertinggi (64%) berada pada kelompok usia remaja (15-19 tahun).<sup>6,7,8</sup>

Data dari Profil Kesehatan Bandar Lampung (2015), menyatakan bahwa anak yang memasuki usia remaja, terkena penyakit infeksi saluran pernafasan atas (ISPA) sebanyak 23%, diare/typhoid sebanyak 34%, anemia sebanyak 17%. Berdasarkan hal tersebut diperlukan suatu upaya kesehatan dalam bentuk pelatihan bagi kader UKS di SMPN 2 Bandar Lampung.<sup>9</sup>

Tujuan kegiatan ini antara lain Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader UKS dalam upaya menjaga perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di kalangan siswa terutama siswa SMP 2 Bandar Lampung. Manfaat kegiatan bagi Bagi kader UKS, sebagai proses pembelajaran sehingga dapat memberikan layanan yang baik kepada teman-temannya pengguna UKS, bagi pihak sekolah, dapat menciptakan lingkungan yang sehat sebagai empat pembelajaran yang baik bagi siswa/i. Selain itu manfaat bagi pengelola kesehatan di wilayah Rajabasa (Puskesmas, Pos Kesehatan kelurahan) dapat membantu menurunkan *incidence rate* penyakit infeksi pada Siswa SMP.

### Metode Pengabdian

Kegiatan ini diikuti oleh 30 orang kader UKS SMPN 2 yang terdiri dari 40 orang siswi dan 10 orang siswa. Solusi pemecahan masalah pada kegiatan ini adalah pelatihan berupa pemberian materi tentang PHBS, tata cara pelaksanaan PHBS yang dilanjutkan dengan

diskusi dan *role play*. Materi pelatihan yang diberikan mencakup:

1. Definisi PHBS
2. Tujuan dan Manfaat PHBS
3. Latihan tata cara melakukan PHBS (stimulasi tehnik mencuci tangan dengan 7 langkah)
4. *Role play* oleh instruktur dalam melaksanakan PHBS

Agar pengetahuan yang diperoleh dapat terinternalisasi, kegiatan dilanjutkan dalam kelompok-kelompok kecil yang terdiri 10 orang dan dipandu oleh 3 instruktur. Untuk menjaga kesinambungan pengetahuan dan demonstrasi yang telah diberikan, dibagikan leaflet tentang PHBS yang diadaptasi dari Fakultas Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.

Kegiatan ini akan melibatkan unsur-unsur terkait diantaranya pihak pengelola sekolah SMPN 2 Bandar Lampung, pihak pengelola kesehatan di Sukarame yang membina kader UKS diharapkan mendukung kegiatan ini, pihak kecamatan atau kelurahan dan Dinas Kesehatan Bandar Lampung sebagai pusat informasi.

Evaluasi yang dilakukan untuk menilai keberhasilan kegiatan ini terdiri dari evaluasi awal, evaluasi proses dan evaluasi akhir. Evaluasi awal dilakukan dengan memberikan pre-test kepada peserta yang berisi pertanyaan-pertanyaan yang terkait dengan materi yang akan diberikan. Hasil dari evaluasi ini berupa nilai skor tiap peserta, yang merupakan hasil pembagian dari jawaban benar dengan total jumlah pertanyaan dikalikan 100. Evaluasi proses dilakukan dengan melihat tanggapan kader UKS melalui pertanyaan-pertanyaan yang diajukan ataupun umpan balik yang diberikan dalam diskusi dan *role play* dalam kelompok – kelompok kecil. Evaluasi akhir dilakukan dengan memberikan post-test kepada peserta yang berisi pertanyaan-pertanyaan yang sama yang telah diberikan pada pre-test dan cek list keterampilan PHBS. Skor nilai post-test dibandingkan dengan skor nilai pre-test. Apabila nilai post-test lebih tinggi dari nilai pre-test maka kegiatan pelatihan yang diberikan berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader UKS SMPN 2 Bandar Lampung. Selain itu juga diberikan kuesioner kepada pihak sekolah, sebagai bahan masukan pengelolaan PHBS di lingkungan sekolah.

**Tabel 1. Deskripsi Nilai kuesioner tentang PHBS**

Nilai	Nilai $\leq 70$	Nilai $\geq 70$
Pre Test	32	18
Post Test	40	10

### Hasil Dan Pembahasan

Pada hari Senin, 18 November 2015, pukul 13.30 WIB. Sebanyak 50 orang peserta yang merupakan kader UKS SMP Negeri 2 Rajabasa Bandar Lampung berkumpul di aula SMPN 2.

Sebelum dilakukan kegiatan, peserta mengisi daftar hadir kegiatan dan kami memberikan pula lembaran kuisisioner *pre test* kepada peserta, berupa kuisisioner yang berisi pertanyaan-pertanyaan mengenai materi yang akan diberikan. Hasil dari evaluasi ini berupa nilai skor tiap peserta yang dihasilkan dari jumlah jawaban benar dibagi dengan total jumlah pertanyaan dikali seratus. Evaluasi proses juga kami lakukan selama kegiatan dengan melihat tanggapan peserta melalui tanya jawab dan jalannya diskusi.

Selama penyampaian materi oleh narasumber, para peserta menyimak dengan tekun dan antusias. Setelah narasumber selesai menyampaikan materi dibuka forum tanya jawab mengenai materi yang telah disampaikan. Ada 10 pertanyaan yang diajukan oleh peserta yang dibagi dalam dua sesi.

Kegiatan dilanjutkan dengan pelatihan PHBS dengan membentuk 3 kelompok yang dipandu oleh 3 instruktur dan tiap kelompok terdiri dari 10 orang. Instruktur menggali pengetahuan yang sudah diperoleh dari penyuluhan dan melakukan praktik cuci tangan yang benar.

Setelah kegiatan berakhir dilakukan evaluasi akhir dengan memberikan *post test* kepada peserta yang berisi pertanyaan-pertanyaan yang sama dengan *pre test*. Skor nilai *pre test* dibandingkan dengan skor nilai *post test* untuk menilai ada tidaknya peningkatan pengetahuan peserta. Apabila terjadi peningkatan pengetahuan pada lebih dari 80 % peserta, maka kegiatan penyuluhan dianggap berhasil. Dari pengisian kuisisioner diketahui bahwa seluruh (100%) kader UKS siswa/i SMP Negeri 2 Rajabasa yang mengikuti kegiatan ini belum pernah mendapat penyuluhan atau pemberian materi mengenai PHBS sebelumnya.

Setelah dilakukan seminar dan tanya jawab, kuisisioner yang sama diberikan kembali

kepada peserta. Setelah dievaluasi terjadi peningkatan pengetahuan peserta mengenai PHBS. Hal ini dapat dilihat dari hasil jawaban kuisisioner yaitu sebanyak 32 orang pada *pretest* mendapatkan nilai kurang dari 70, maka pada pemeriksaan jawaban *posttest*, terjadi peningkatan menjadi 40 orang mendapatkan nilai lebih dari 70.

Dari hasil pengamatan di lapangan, jelas bahwa kegiatan penyuluhan kesehatan ini perlu diadakan secara berkelanjutan agar pengetahuan dan perilaku kader UKS SMP Negeri 2 Rajabasa mengenai PHBS dapat meningkat. Mereka diharapkan dapat menjadi *peer educator* bagi siswa/i SMPN 2 yang lain.

### Simpulan

Setelah mendapatkan penyuluhan mengenai Peningkatan Pengetahuan dan Perilaku tentang PHBS, pengetahuan kader UKS SMP Negeri 2 Rajabasa meningkat. Peningkatan pengetahuan diketahui dari hasil *pre test* dan *post test*. Sebanyak 32 orang pada *pretest* mendapatkan nilai kurang dari 70, maka pada pemeriksaan jawaban *posttest*, terjadi peningkatan menjadi 40 orang mendapatkan nilai lebih dari 70. Diharapkan penyuluhan yang berkelanjutan mengenai PHBS perlu dilakukan secara rutin di tempat-tempat yang beresiko tinggi untuk pencegahan penyakit ini. Kegiatan penyuluhan bisa dilakukan melalui media-media yang telah ada seperti puskesmas dan lain-lain.

### Daftar Pustaka

1. Badan Pusat Statistik. Data Statistik Indonesia. Jumlah Penduduk menurut Kelompok Umur, Jenis Kelamin, Provinsi, dan Kabupaten/Kota. Jakarta: BPS; 2010.
2. Elwess, L., Simmeth, I. Promosi Kesehatan: Petunjuk Praktis, Terjemahan: Emilia Ova, Yogyakarta: Gadjah Mada University Press; 2014.
3. Menkes RI. Keputusan Menteri Kesehatan RI tentang Kebijakan Nasional Promosi Kesehatan. Depkes RI: Jakarta; 2013.
4. Notoatmojo, S. Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2003.

5. Pusat Promosi Kesehatan Depkes RI. Profil Promosi Kesehatan 2023. Jakarta; Pusat Promosi Kesehatan Depkes RI; 2012.
6. Riset kesehatan Dasar. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta: Depkes RI; 2013.
7. Tolsma, Dennis D and Koplan, Jeffrey P. Health Behaviours and Health Promotion, Behavioral Factors Affecting Health, disampaikan dalam konferensi Nasional Promosi Kesehatan 11-14 Juni 2010. Jakarta; 2010.
8. World Health Organization, Promoting Health Through Schools-the World Health Organization's Global School Health Initiative. Geneva: WHO; 2006.
9. Dinkesprov Lampung. Profil Data Kesehatan Provinsi Lampung tahun 2015. Lampung: Dinas Kesehatan Provinsi Lampung; 2015.