



PERAN GURU DALAM MEMBINA PERILAKU HIDUP SEHAT SISWA MELALUI USAHA KESEHATAN SEKOLAH DI SMA NEGERI 1 BANDA ACEH

Hendra Resmana, Nuzuli, Muhammad Jafar

Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Syiah Kuala, Banda Aceh 23111

*Corresponding Email: hendraresmana6@gmail.com

ABSTRAK

Perilaku hidup sehat adalah perilaku-perilaku atau kegiatan yang berkaitan dengan upaya mempertahankan dan meningkatkan kesehatan. Penelitian ini berupaya mengungkapkan bagaimanakah peran guru dalam membina perilaku hidup sehat siswa melalui UKS di SMA Negeri 1 Banda Aceh. Secara khusus penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran guru dalam membina perilaku hidup sehat siswa melalui UKS di SMA Negeri 1 Banda Aceh. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dalam bentuk penelitian deskriptif. Populasi berjumlah 52 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* yang berjumlah 8 (delapan) orang. Pengumpulan data dalam penelitian menggunakan observasi dan angket. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan pengamatan dan angket untuk mengetahui peran guru dalam membina perilaku hidup sehat melalui UKS. Berdasarkan analisa data, temuan penelitian ini dapat dikemukakan sebagai berikut: pertama, dari beberapa usaha kesehatan sekolah sudah berjalan dengan semestinya, hal ini dapat dilihat dari perlengkapan UKS yang sudah memadai dan kedua, program UKS yang diterapkan oleh sekolah dilakukan oleh petugas kesehatan sedangkan untuk perlengkapan UKS di sekolah sudah memadai apabila ada siswa yang mengalami sakit maupun kecelakaan ringan di sekolah. Simpulan dalam penelitian bahwa peran guru dalam membina perilaku hidup sehat siswa melalui UKS berjumlah 676 terletak pada daerah yang mendekati kategori setuju dengan memperoleh persentase hasil angket penelitian yang diperoleh dari pengolahan data sebesar 84,5% yang dikategorikan baik.

Kata kunci : peran guru, perilaku hidup sehat, UKS

PENDAHULUAN

Optimalisasi program usaha kesehatan sekolah perlu ditingkatkan peran serta siswa sebagai subjek dan bukan hanya objek. Dengan adanya usaha kesehatan sekolah diharapkan mampu menanamkan sikap dan perilaku hidup sehat pada diri siswa sendiri dan mampu menolong orang lain. Perilaku hidup sehat adalah perilaku-perilaku atau kegiatan yang berkaitan dengan upaya mempertahankan dan meningkatkan kesehatan. Menurut Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia



No.828/Menkes/SK/IX/2008, Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) adalah upaya terpadu kemampuan hidup sehat dan selanjutnya membentuk perilaku hidup sehat anak usia sekolah yang berada di sekolah (Tim Esensi, 2012:2).

Menurut Notoatmodjo (2003:8) “kesehatan merupakan hasil interaksi berbagai faktor, baik faktor internal (dari dalam diri manusia) maupun faktor eksternal (di luar diri manusia)”. Pemeliharaan kesehatan mencakup, mencegah atau melindungi diri dari penyakit dan masalah kesehatan lain, meningkatkan kesehatan, dan mencari penyembuhan apabila sakit atau terkena masalah kesehatan. Perilaku hidup sehat dapat dilakukan dengan cara makan dengan menu seimbang, melakukan kegiatan fisik secara teratur dan cukup, tidak merokok, dan meminum minuman keras serta menggunakan narkoba, istirahat yang cukup, dan perilaku atau gaya hidup positif yang lain untuk kesehatan.

Berdasarkan observasi penulis pada tanggal 01 Maret 2016 di SMA Negeri 1 Banda Aceh. Berdasarkan hasil observasi penulis, usaha kesehatan sekolah sudah berjalan dengan semestinya, hal ini dapat dilihat dari perlengkapan UKS yang sudah memadai. Berdasarkan hasil observasi penulis dapat disimpulkan bahwa program UKS yang diterapkan oleh sekolah dilakukan oleh petugas kesehatan sedangkan untuk perlengkapan UKS di sekolah sudah memadai apabila ada siswa yang mengalami sakit maupun kecelakaan ringan di sekolah. Melalui usaha kesehatan sekolah diharapkan siswa dapat meningkatkan perilaku hidup sehat, oleh sebab itu peran guru sangatlah penting dalam membina perilaku hidup sehat bagi siswa di sekolah dengan adanya pembinaan yang dilakukan oleh guru dapat meningkatkan kesadaran siswa dalam berperilaku hidup sehat baik di rumah maupun di sekolah.

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul “**Peran Guru dalam Membina Perilaku Hidup Sehat Siswa Melalui Usaha Kesehatan Sekolah di SMA Negeri 1 Banda Aceh**”.

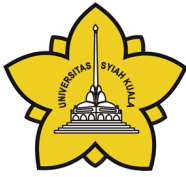
KERANGKA PEMIKIRAN

Peran Guru

Peran guru dapat berperan sebagai pengajar, pemimpin kelas, pembimbing, pengatur lingkungan belajar, perencana pembelajaran, supervisor, motivator, dan sebagai evaluator (Rusman, 2011:58). Peran guru sangatlah penting dalam membina perilaku hidup sehat bagi siswa di sekolah dengan adanya pembinaan yang dilakukan oleh guru dapat meningkatkan kesadaran siswa dalam berperilaku hidup sehat di sekolah maupun di rumah.

Perilaku Kesehatan

Perilaku kesehatan adalah respon seseorang terhadap stimulus atau objek yang berkaitan dengan sehat atau sakit, penyakit, dan faktor-faktor yang mempengaruhi sehat atau sakit seperti lingkungan, makanan, minuman, dan pelayanan kesehatan (Notoatmodjo, 2010:46). Perilaku hidup sehat berkaitan dengan upaya mempertahankan dan meningkatkan kesehatan diri sendiri dan orang lain.



UKS

UKS dibentuk untuk meningkatkan mutu pendidikan dan prestasi belajar para siswa dengan meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat (Tim Esensi, 2012:4). UKS di sekolah diharapkan mampu menanamkan sikap dan perilaku hidup sehat pada diri siswa sendiri dan mampu menolong orang lain.

METODE PENELITIAN

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian dilaksanakan selama tiga hari yang dilaksanakan pada tanggal 1 Juni sampai dengan 3 Juni 2016. Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 1 Banda Aceh yang beralamatkan di jalan Prof. A. Majid Ibrahim No. 7 Banda Aceh. Metode dalam penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis deskriptif. Pendekatan penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif adalah suatu pendekatan penelitian yang secara primer menggunakan paradigma dalam mengembangkan ilmu pengetahuan (seperti pemikiran tentang sebab akibat, reduksi kepada variabel, hipotesis, dan pertanyaan spesifik, dengan menggunakan pengukuran dan observasi, serta pengujian teori) menggunakan strategi penelitian survei yang memerlukan data statistik. Menurut Arikunto (2010:27) “penelitian kuantitatif adalah sebuah penelitian yang dituntut menggunakan angka mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut, serta penampilan dari hasilnya”.

Jenis penelitian ini dengan menggunakan penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif, yaitu penelitian yang memberikan gambaran tentang fenomena-fenomena yang terjadi saat ini. Menurut pendapat Arikunto (2012:3), mengatakan bahwa “penelitian deskriptif merupakan penelitian yang dimaksud untuk menyelidiki keadaan, kondisi, atau hal lain-lain yang sudah disebutkan, yang hasilnya dipaparkan dalam bentuk laporan penelitian”.

Populasi adalah seluruh data yang menjadi perhatian peneliti dalam suatu ruang lingkup dan waktu yang ditentukan. Populasi sebagai wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Menurut Arikunto (2010:173) “populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh guru di SMA Negeri 1 Banda Aceh Aceh yang berjumlah 52 (lima puluh dua) orang (Sumber: Tata Usaha SMA Negeri 1 Banda Aceh, 2016).

Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Menurut Arikunto (2010:183) “sampel bertujuan dilakukan dengan cara mengambil subjek bukan didasarkan atas strata, random atau daerah tetapi didasarkan atas adanya tujuan tertentu”. Teknik *purposive sampling* dalam penelitian ini adalah seluruh guru yang terlibat dalam program dan pelaksanaan UKS di SMA Negeri 1 Banda Aceh yang berjumlah 8 (delapan) orang, yaitu 1 (satu) orang pembina UKS, 4 (empat) orang koordinator UKS, 1 (satu) orang wakil koordinator UKS, dan 2 (dua) orang anggota UKS.



Tabel 1. Struktur Pelaksanaan UKS di SMA Negeri 1 Banda Aceh

No	Nama Guru	Jabatan dalam UKS	Jumlah
1.	Khairurrazi, S.Pd., M.Pd	Pembina UKS	1
2.	Zahratus Safara, S.Pd	Koordinator UKS	1
3.	Widiastuti, S.Si	Koordinator UKS	1
4.	Sry Rahayu, S.Pd	Koordinator UKS	1
5.	Fardhiyah, S.Pd	Koordinator UKS	1
6.	Elfiani, S.Pd.I	Wakil Koord UKS	1
7.	Siti Hajar, ST	Anggota UKS	1
8.	Dra. Rumiana	Anggota UKS	1
Total Keseluruhan			8

Sumber: Tata Usaha SMA Negeri 1 Banda Aceh (2016)

Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini, peneliti menggunakan instrumen penelitian. Instrumen penelitian merupakan alat pengambilan data yang digunakan dalam proses pengumpulan data dan teknik penentuan kualitas instrumen (validitas dan reliabilitasnya). Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan pengamatan (observasi) dan angket untuk mengetahui peran guru dalam membina perilaku hidup sehat siswa melalui UKS.

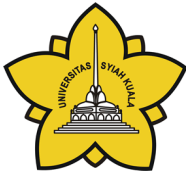
Teknik analisis data yang dilakukan, yaitu analisis deskriptif kuantitatif yang digunakan untuk mengetahui hasil angket yang telah didarkan kepada responden, sedangkan langkah-langkah pengolahan data dalam penelitian ini adalah dengan menghitung nilai rata-rata dan menghitung nilai persentase.

HASIL PENELITIAN

Data penelitian diperoleh dari hasil observasi dan angket penelitian yang diberikan kepada seluruh guru yang terlibat dalam program dan pelaksanaan UKS di SMA Negeri 1 Banda Aceh yang berjumlah 8 orang, yaitu satu orang kepala sekolah, empat orang wakil kepala sekolah, dan satu guru BK, dua orang guru Penjasorkes yang berjumlah 8 orang. Data yang telah diperoleh penulis dari hasil penelitian di sekolah tersebut dianalisis secara deskriptif kuantitatif. Berdasarkan observasi dan angket yang telah dilakukan di lokasi penelitian mengenai peran guru dalam membina perilaku hidup sehat siswa melalui UKS di SMA Negeri 1 Banda Aceh.

1. Deskripsi Hasil Observasi

Data penelitian yang diperoleh dari hasil observasi yang telah dilakukan oleh peneliti di SMA Negeri 1 Banda Aceh ditabulasikan ke dalam tabel dan hasilnya sebagai berikut:



Tabel 2. Perlengkapan UKS di SMA Negeri 1 Banda Aceh

No	Aspek yang Diamati	Kriteria Penilaian
1.	Ruang UKS	Ada
2.	Jendela dan ventilasi yang baik	Ada
3.	Tempat tidur	Ada
4.	Bantal	Tidak ada
5.	Selimut	Tidak ada
6.	Peralatan P3K	Ada
7.	Kursi	Tidak ada
8.	Meja	Tidak ada

Sumber : Tim Esensi (2012:13)

Berdasarkan Tabel 2. menunjukkan bahwa perlengkapan UKS di SMA Negeri 1 Banda Aceh belum semuanya memadai, hal ini dapat dilihat dari tidak adanya perlengkapan seperti bantal, selimut, kursi, dan meja sebagai perlengkapan UKS di sekolah. Sedangkan perlengkapan seperti ruang UKS, jendela dan ventilasi yang baik, tempat tidur, dan peralatan P3K sudah tersedia di SMA Negeri 1 Banda Aceh. Hal ini membuktikan dari perlengkapan peralatan UKS yang terdapat di SMA Negeri 1 Banda Aceh belum sepenuhnya memadai.

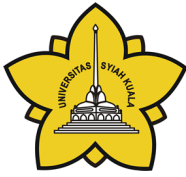
2. Deskripsi Hasil Angket

Data penelitian yang diperoleh dari hasil angket yang telah diisi oleh sampel penelitian yang berisikan 20 pertanyaan pilihan ganda dengan menggunakan skala Likert mengenai peran guru dalam membina perilaku hidup sehat siswa melalui UKS di SMA Negeri 1 Banda Aceh. Untuk memudahkan pengolahan data selanjutnya data-data tersebut ditabulasikan ke dalam tabel untuk mengetahui frekuensi dari setiap jawaban responden dalam menjawab angket.

Tabel 3. Hasil Jawaban Responden Penelitian tentang Peran Guru dalam Membina Perilaku Hidup Sehat Siswa Melalui UKS di SMA Negeri 1 Banda Aceh

No	Jabatan dalam UKS	Nama Responden	X
1.	Pembina UKS	Khairurrazi, S.Pd., M.Pd	80
2.	Koordinator UKS	Zahratus Safara, S.Pd	89
3.	Koordinator UKS	Widiastuti, S.Si	83
4.	Koordinator UKS	Sry Rahayu, S.Pd	90
5.	Koordinator UKS	Fardhiyah, S.Pd	87
6.	Wakil Koordinator UKS	Elfiani, S.Pd.I	84
7.	Anggota UKS	Siti Hajar, ST	82
8.	Anggota UKS	Dra. Rumiana	81
Jumlah			676
Rata-rata			84,5

Instrumen penelitian tentang peran guru dalam membina perilaku hidup sehat siswa melalui UKS di SMA Negeri 1 Banda Aceh yang digunakan adalah angket dengan menggunakan skala Likert. Jumlah item sebanyak 20 butir pernyataan dengan menggunakan 5



alternatif jawaban, yaitu (1) sangat setuju dengan skor 5, (2) setuju dengan skor 4, (3) ragu-ragu dengan skor 3, (4) tidak setuju dengan skor 2, dan (5) sangat tidak setuju dengan skor 1. Selanjutnya data tentang peran guru dalam membina perilaku hidup sehat siswa melalui UKS dianalisis dengan menggunakan rumus *rating scale* untuk mendapatkan jumlah skor ideal (kriterium) peran guru dalam membina perilaku hidup sehat siswa melalui UKS.

Mengetahui peran guru dalam membina perilaku hidup sehat siswa melalui UKS di SMA Negeri 1 Banda Aceh, yaitu dengan menghitung jumlah skor kriterium (bila butir mendapat skor tertinggi). Untuk ini skor tertinggi tiap butir, yaitu 5, jumlah butir soal, yaitu 20 buah, dan jumlah responden, yaitu 8 responden.

$$\begin{aligned}\text{Jumlah skor kriterium} &= \text{skor tertinggi tiap butir} \times \text{jumlah butir soal} \times \text{jumlah} \\ &\quad \text{responden} \\ &= (5 \times 20) \times 8 \\ &= 100 \times 8 \\ &= 800\end{aligned}$$

Jumlah skor kriterium dari hasil angket penelitian sebesar 800 yang merupakan hasil keseluruhan dari jumlah skor kriterium penelitian. Untuk mengetahui peran guru dalam membina perilaku hidup sehat siswa melalui UKS di SMA Negeri 1 Banda Aceh, yaitu dengan menjumlahkan hasil angket penelitian dibagi dengan jumlah skor kriterium dan langkah selanjutnya hasil pembagian tersebut dikalikan 100%, yang dinyatakan bahwa:

$$\begin{aligned}\text{Jumlah skor hasil pengumpulan data} &= (676 : 800) \times 100\% \\ &= 0,845 \times 100\% \\ &= 84,5\%\end{aligned}$$

Persentase hasil angket penelitian yang diperoleh dari pengolahan data sebesar 84,5% dari kriteria yang ditetapkan. Untuk memperoleh jumlah skor secara kontinum jumlah skor kriterium dibagi lima. 5 merupakan jumlah butir soal jawaban yang digunakan peneliti sebagai pilihan jawaban di angket. Untuk menghitung jumlah skor kontinum, yaitu:

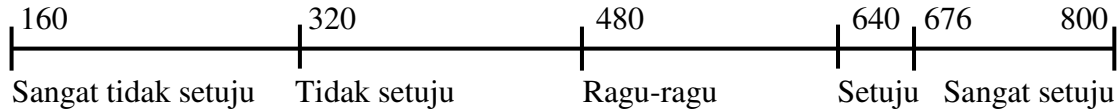
$$\begin{aligned}\text{Jumlah skor kontinum} &= 800 : 5 \\ &= 160\end{aligned}$$

Untuk mengetahui nilai dari setiap kategori interval, maka dapat diperoleh dari hasil skor kontinum yang merupakan hasil penjumlahan kelipatan 160.

$$\begin{aligned}\text{Skor kategori interval untuk pilihan jawaban sangat tidak setuju} &= 160 \\ \text{Skor kategori interval untuk pilihan jawaban tidak setuju} &= 160 + 160 \\ &= 320 \\ \text{Skor kategori interval untuk pilihan jawaban ragu-ragu} &= 320 + 160 \\ &= 480 \\ \text{Skor kategori interval untuk pilihan jawaban setuju} &= 480 + 160 \\ &= 640 \\ \text{Skor kategori interval untuk pilihan jawaban sangat setuju} &= 640 + 160 \\ &= 800\end{aligned}$$



Hal ini secara kontinum dapat dibuat kategori sebagai berikut.



Berdasarkan data yang diperoleh dari 8 responden mengenai peran guru dalam membina perilaku hidup sehat siswa melalui UKS di SMA Negeri 1 Banda Aceh, maka dapat diketahui bahwa jumlah skor 676 terletak pada daerah yang mendekati kategori setuju.

PEMBAHASAN PENELITIAN

Sebagaimana yang telah dikemukakan pada bab sebelumnya bahwa penelitian ini dilakukan untuk mengetahui peran guru dalam membina perilaku hidup sehat siswa melalui UKS di SMA Negeri 1 Banda Aceh. Hal ini telah terjawab setelah dilakukan pengolahan data yang telah dirumuskan. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa peran guru dalam membina perilaku hidup sehat siswa melalui UKS berdasarkan hasil observasi menunjukkan bahwa perlengkapan UKS di SMA Negeri 1 Banda Aceh belum semuanya memadai, hal ini dapat dilihat dari tidak adanya perlengkapan seperti bantal, selimut, kursi, dan meja sebagai perlengkapan UKS di sekolah. Sedangkan perlengkapan seperti ruang UKS, jendela dan ventilasi yang baik, tempat tidur, dan peralatan P3K sudah tersedia di SMA Negeri 1 Banda Aceh. Hal ini membuktikan dari perlengkapan peralatan UKS yang terdapat di SMA Negeri 1 Banda Aceh belum sepenuhnya memadai.

Berdasarkan rekapitulasi hasil angket menunjukkan bahwa peran guru dalam membina perilaku hidup sehat siswa melalui UKS di SMA Negeri 1 Banda Aceh, maka dapat diketahui bahwa jumlah skor 676 terletak pada daerah yang mendekati kategori setuju dengan memperoleh persentase hasil angket penelitian yang diperoleh dari pengolahan data sebesar 84,5% dari kriteria yang ditetapkan.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan serta berdasarkan pengolahan data, maka dapat diambil kesimpulan bahwa peran guru dalam membina perilaku hidup sehat siswa melalui UKS di SMA Negeri 1 Banda Aceh berjumlah 676 terletak pada daerah yang mendekati kategori setuju dengan memperoleh persentase hasil angket penelitian yang diperoleh dari pengolahan data sebesar 84,5% yang dikategorikan baik.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan dalam penelitian ini, dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut:



1. Diharapkan kepada guru untuk mampu meningkatkan derajat kesehatan di sekolah melalui tiga kegiatan utama, yaitu terciptanya lingkungan sekolah yang sehat, pemeliharaan dan pelayanan di sekolah, dan upaya pendidikan yang berkesinambungan.
2. Diharapkan kepada kepala sekolah sebagai pimpinan tertinggi di sekolah agar pemeriksaan kesehatan dapat dilakukan secara berkesinambungan dengan melaksanakan pemeriksaan kesehatan selama satu bulan sekali di sekolah yang dilakukan oleh pihak rumah sakit maupun dokter spesialis anak.
3. Disarankan pada pihak mahasiswa Program Studi Penjaskesrek Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Syiah Kuala untuk dapat melakukan penelitian yang sama sebagai bahan perbandingan dari hasil penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. *Promosi Kesehatan; Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2003. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Tim Esensi. 2012. *Mengenal UKS*. Jakarta: Erlangga Group.