



Revitalisasi Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) Melalui Edukasi Sekolah Sehat di Sekolah Dasar Negeri 01 Kebalen Bekasi

Revitalization of School Health Business (UKS) Through Healthy School Education in State Elementary School 01 Kebalen Bekasi

**Fara Diba Catur Putri, Fenty Nur Aisyah, Adek Putri Puspitasari,
Febriani Ayu Ardana**

Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Indonesia

*Email: fara.diba@dsn.ubharajaya.ac.id, 202110615002@mhs.ubharajaya.ac.id,
202110615040@mhs.ubharajaya.ac.id, febriani.ayu.ardana19@mhs.ubharajaya.ac.id

*Correspondence: Fara Diba Catur Putri

DOI:

10.36418/comserva.v2i10.603

Histori Artikel

Diajukan : 06-01-2023

Diterima : 18-01-2023

Diterbitkan : 10-02-2023

ABSTRAK

Pandemi yang telah berlangsung selama lebih dari dua tahun telah merubah banyak hal, termasuk di antara pola kegiatan dari para siswa. Tidak hanya itu, kondisi tersebut diperparah dengan buruknya kebiasaan makan yang dimiliki oleh siswa di berbagai sekolah. permasalahan yang berkenaan dengan kondisi gizi siswa. Kondisi gizi siswa-siswa SD Negeri Kebalen 01 Bekasi terkait erat dengan pola konsumsi yang diterapkan oleh para siswa dalam kesehariannya di lingkungan sekolah. Siswa-siswa terlihat menggemari mengonsumsi jajanan dan minuman dengan kadar gula, penyedap rasa, dan garam tinggi. Permasalahan berikutnya yang terlihat pada diri para siswa adalah berkurangnya secara drastis aktivitas fisik yang dilakukan siswa di luar lingkungan sekolah. Hal ini disebabkan oleh kebiasaan para siswa yang lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain smartphone dan berbagai aplikasi permainan yang terdapat di dalamnya. Tujuan dari dilaksanakannya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah menanamkan pemahaman tentang arti penting perilaku hidup sehat melalui penguatan kampanye 'Sekolah Sehat'. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah penyuluhan. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa kegiatan telah berjalan tanpa hambatan yang berarti di mana keterlibatan peserta dalam keseluruhan proses penyuluhan menunjukkan antusiasme dan ketertarikan yang tinggi. Adanya minat, perhatian dan motivasi yang tinggi membuat potensi peserta dalam memahami materi yang dipresentasikan pelaksanaan terbuka lebar.

Kata Kunci: UKS; Sekolah Sehat; Edukasi

ABSTRACT

The pandemic that has been going on for more than two years has changed many things, including the activity patterns of students. Not only that, this condition is exacerbated by the poor eating habits of students in various schools. problems related to the nutritional condition of students. The nutritional condition of SD Negeri Kebalen 01 Bekasi students is closely related to the consumption patterns adopted by students in their daily life in the school environment. Students seem to enjoy consuming snacks and drinks with high levels of sugar, flavourings, and salt. The next problem that is seen in students is the drastic reduction in physical activity carried out by students outside the school environment. This is due to the habits of students who spend more time playing smartphones and the various game applications contained in them. The

purpose of carrying out this community service activity is to instill an understanding of the importance of healthy living behavior through strengthening the 'Healthy Schools' campaign. The method used in this activity is counseling. The results of the activity show that the activity has been running without significant obstacles where the participants' involvement in the whole extension process shows high enthusiasm and interest. The existence of interest, attention and high motivation makes the potential of participants in understanding the material presented wide open implementation.

Keywords: UKS; Healthy Schools; Counseling

PENDAHULUAN

Kegiatan pembelajaran telah berangsur-angsur normal kembali, meskipun pemerintah belum mencabut sepenuhnya kebijakan Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) pada berbagai daerah. Kegiatan pembelajaran tatap muka telah diterapkan secara penuh pada hampir seluruh wilayah. Normalisasi kegiatan pembelajaran tersebut disertai pula dengan penerapan protokol kesehatan secara ketat.

Seluruh satu pendidikan atau pihak sekolah yang hendak atau telah menyelenggarakan kegiatan belajar tatap muka dikenai kewajiban untuk memberi perhatian secara ekstra kondisi kesehatan semua warga sekolah. Bentuk perhatian dilakukan dengan cara memperhatikan sungguh-sungguh konsumsi jenis-jenis makanan tertentu yang mengandung risiko kesehatan, kondisi gizi, kebersihan diri warga sekolahnya, dan kegiatan fisik (ditsmp.kemdikbud.go.id, 2022).

Kewajiban semacam itu telah seharusnya dilakukan secara serius oleh pihak sekolah karena situasi kesehatan global yang belum sepenuhnya pulih pasca pandemi COVID-19. Warga dunia masih berada dalam kerentanan tertentu yang memudahkannya terjangkiti penyakit. Namun pelaksanaan kewajiban tersebut kerap kali terhadang berbagai hambatan yang berasal dari gaya hidup dan pola hidup siswa yang tidak dilandasi kesadaran hidup sehat secara baik.

Pertama, praktik konsumsi yang dilakukan oleh siswa kerap kali menunjukkan kebiasaan yang tidak sehat. Kebiasaan seperti mengosumsi berbagai jenis makanan ringan atau *junkfood* yang kandungan gula, garam, dan lemak yang berlebihan serta serat yang rendah sehingga menimbulkan berbagai persoalan kesehatan yang serius. Berbagai bibit penyakit berpeluang masuk ke dalam tubuh seiring dengan masuknya berbagai jenis makanan yang tidak sehat tersebut. Misalnya saja kadar gula dalam darah, obesitas, gigi berlubang, dan sebagainya (Muhani, 2022).

Kedua, kebiasaan mengosumsi makanan-makanan ringan terkategori *junkfood* berakibat pada munculnya risiko bagi memburuknya kondisi gizi pada diri siswa. Kondisi umum gizi pada anak usia sekolah dasar (SD) dipaparkan dalam hasil riset kesehatan dasar yang dilakukan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (Badan Litbangkes) Kementerian Kesehatan RI. Dalam hasil riset terbaru memberi petunjuk bahwa kondisi umum gizi anak usia SD terbilang memprihatikan. Terungkap bahwa 1 dari 4 anak usia SD tergolong stunting atau kekurangan asupan gizi. 1 dari 10 anak dapat digolongkan ke dalam sebagai kurus. Selanjut 1 dari anak usia SD mengidap anemia akibat kekurangan zat besi. Ada 1 dari 5 anak yang tergolong gemuk. Terungkap pula bahwa lebih separuh anak dengan usia 5 sampai dengan 9 tahun kedapatan mengosumsi berbagai jenis makanan dan minuman manis lebih dari satu kali sehari (ditpsd.kemdikbud.go.id, 2022a).

Ketiga, buruknya pola konsumsi, gaya hidup, dan kondisi gizi yang terjadi pada diri anak-anak usia sekolah dasar di seluruh Indonesia diperparah juga dengan kebersihan diri anak-anak usia sekolah dasar. Pada saat momen istirahat di sekolah para siswa sering terlihat tidak mencuci tangannya saat akan memakan jajanan atau bekal yang dibawanya dari rumah (Mauludin, 2021).

Keempat, risiko yang dapat muncul sebagai akibat dari kurangnya aktivitas fisik yang dilakukan oleh anak usia sekolah adalah seperti pertumbuhan tulang yang terhambat, obesitas atau masalah berat badan berlebih, diabetes tipe 2, permasalahan kesehatan mental seperti depresi dan gangguan kecemasan (p2ptm.kemkes.go.id, 2022). Persoalan kurangnya aktivitas fisik anak usia sekolah dasar semakin menjadi ketika berlangsungnya pandemi COVID-19 di seluruh dunia. Persoalan pola hidup anak yang telah terlanjur lebih terikat dengan *smartphone* membuat kegiatan fisik pada anak usia sekolah dasar semakin berkurang (Izatulislami, 2022). Sebenarnya dalam catatan organisasi kesehatan dunia atau WHO, aktivitas fisik pada anak masih tergolong kurang. Lebih dari separuh atau sebesar 57,3 persen anak Indonesia tergolong tidak aktif (Fitriani, 2020).

Guna mengatasi berbagai tantangan dan permasalahan dalam usaha meningkatkan kondisi kesehatan siswa sekolah dasar maka Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi meluncurkan sebuah kampanye yang diberi tajuk Kampanye Sekolah Sehat. Hal ini dilakukan dalam rangka mengoptimalkan berbagai upaya promosi kesehatan pada level satuan pendidikan atau sekolah. Langkah yang ditempuh guna memperkuat kampanye tersebut adalah dengan melakukan revitalisasi Unit Kesehatan Sekolah (UKS) (Khairunisa, 2020).

UKS dalam praktiknya memang memiliki peranan penting dalam usaha merealisasikan lingkungan sekolah yang sehat, kuat, cerdas, serta memiliki karakter dalam menjaga kesehatan diri maupun lingkungan. Dengan demikian maka UKS tidak dapat dimengerti sebagai fasilitas kesehatan fisik semata-mata, namun juga bagian dari usaha sekolah dalam menginternalisasi, menumbuhkembangkan, serta membimbing warga sekolah secara terpadu, terarah dan bertanggung jawab dalam melaksanakan praktik hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. UKS dipandang sebagai tulang punggung dalam kampanye 'Sekolah Sehat' yang diselenggarakan oleh Kementerian Dikbudristek (paudpedia.kemdikbud.go.id, 2022).

Adapun tiga prioritas gerakan yang dilakukan dalam kampanye 'Sekolah Sehat' terdiri atas gerakan sehat bergizi yang berorientasi pada usaha menanamkan arti penting hidup sehat dengan asupan gizi yang cukup. Lalu gerakan sehat fisik terkait dengan usaha mendorong siswa untuk berkegiatan fisik demi terlindungi kesehatannya. Gerakan berikutnya adalah sehat imunisasi. Gerakan ini terkait dengan usaha pemerintah dan sekolah dalam menyukseskan pelaksanaan imunisasi (ditpsd.kemdikbud.go.id, 2022).

Pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di Sekolah Dasar Negeri Kebalen 01 Bekasi. Program dilakukan dalam bentuk penyuluhan berupa presentasi materi berisi topik yang mencakup tiga prioritas gerakan dalam kampanye 'Sekolah Sehat'. Kegiatan dilaksanakan dengan melibatkan seluruh siswa SD Negeri Kebalen 01 Bekasi.

Adapun pelaksanaan program ini dilakukan untuk turut memperkuat proses kampanye 'Sekolah Sehat' yang dicanangkan pihak pemerintah di sekolah-sekolah dasar di seluruh Indonesia. Target utamanya adalah membantu pihak sekolah dalam menginternalisasikan pemahaman hidup bersih dan sehat pada level lingkungan maupun diri pribadi siswa.

Usaha Kesehatan Sekolah

Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) adalah usaha yang dilakukan oleh pihak satuan pendidikan atau sekolah dalam menginternalisasikan, menumbuhkan, mengembangkan serta meningkatkan kapasitas atau kemampuan dalam menjalankan hidup yang sehat dengan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dan derajat kesehatan peserta didik melalui pelaksanaan Trias UKS sebagaimana berikut: Pertama, pendidikan kesehatan. Tindakan ini dilakukan dalam kerangka peningkatan pengetahuan melalui cara intrakurikuler, kokurikuler, dan ekstrakurikuler dan dibiasakannya PHBS. Kedua, pelayanan kesehatan yang dilakukan melalui prevensi penyakit seperti imunisasi, dan konsumsi obat cacing. Ketiga, pembinaan lingkungan sekolah sehat yang dilakukan melalui tindakan melengkapi sarana dan prasarana PHBS yang di dalamnya mencakup hal-hal seperti air bersih, toilet, tempat melakukan cuci tangan, tempat sampah, saluran drainase (ditpsd.kemdikbud.go.id, 2022).

Selain definisi dari pemerintah sebagaimana telah dikemukakan di atas, Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) juga dapat diartikan sebagai suatu usaha kesehatan masyarakat yang pelaksanaannya dilakukan oleh sekolah-sekolah. Subjek yang menjadi sasaran utama dari usaha ini adalah anak-anak sekolah dan juga lingkungannya. Lebih lanjut UKS diartikan pula sebagai usaha kesehatan sekaligus kesehatan yang proses pelaksanaannya dilakukan dalam cara yang terpadu, kesadaran penuh, berisi perencanaan, memiliki arah, dan bertanggung jawab dalam menanamkan, menumbuhkan, mengembangkan dan berisi pembimbingan dalam rangka penghayatan, menciptakan rasa senang, dan pelaksanaan prinsip hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari siswa (Nugraheni & Indarjo, 2018).

Pendapat lain yang juga relevan dengan usaha memahami UKS secara komprehensif menyatakan bahwa UKS merupakan bagian usaha kesehatan pokok yang menjadi beban pertanggungjawaban yang ditujukan kepada sekolah-sekolah beserta siswa dan lingkungannya hidup dalam rangka mencapai kondisi kesehatan anak yang sebaik-baiknya, sekaligus meningkatkan prestasi belajar anak sekolah setinggi-tingginya (Wahyu, 2018).

Adapun tujuan dari UKS adalah menciptakan peningkatan kesehatan, kualitas pendidikan dan prestasi belajar dari peserta didik yang terlihat dalam kehidupan perilaku hidup bersih sehat (PHBS) dan lingkungan sekolah yang sehat sehingga memberi kemungkinan bagi peserta didik untuk mengalami pertumbuhan dan perkembangan dalam cara yang optimal (ditpsd.kemdikbud.go.id, 2022). Lebih lanjut tujuan penyelenggaraan UKS adalah menciptakan peningkatan pada mutu pendidikan dan prestasi belajar didik melalui peningkatan perilaku hidup bersih baik secara fisik maupun mental. Harapannya membuat peserta didik dapat tumbuh berkembang secara maksimal dan menjadi mandiri dalam kehidupan sehari-hari (Tim Penyusun Direktorat Sekolah Dasar, 2021).

Sementara itu tujuan UKS ada pula yang hendak meningkatkan kualitas pendidikan dan prestasi belajar dari peserta didik. Hal itu dilakukan dengan cara meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat serta derajat kesehatan peserta didik itu sendiri maupun warga sekolah secara keseluruhan. Tujuan utama yang hendak dicapai adalah lingkungan yang sehat sehingga memberi kemungkinan bagi tumbuh dan berkembangnya secara harmonis dan optimal pembentukan manusia Indonesia seutuhnya.

Secara programatis, UKS memiliki apa yang disebut sebagai Trias UKS yang mencakup hal-hal sebagai berikut: Pertama, pendidikan kesehatan. Adapun yang dimaksud dengan pendidikan kesehatan dalam hal ini adalah usaha dalam mendorong terjadinya peningkatan kualitas kesehatan sekolah yang diberikan oleh pihak satuan pendidikan atau sekolah mengenai aspek-aspek kesehatan pribadi yang mencakup kesehatan secara fisik, mental, maupun sosial (Tim Penyusun Direktorat

Sekolah Dasar, 2021). Tujuan yang terkandung dalam penyelenggaraan pendidikan kesehatan adalah antara lain: 1) Peserta didik memiliki pengetahuan mengenai ilmu kesehatan, termasuk di dalamnya cara hidup dengan sehat dan teratur; 2) Peserta didik memiliki nilai dan sikap yang positif berkenaan dengan prinsip hidup yang sehat; 3) Peserta didik memiliki keterampilan dalam melakukan suatu hal yang berkenaan dengan pemeliharaan, pertolongan hingga perawatan kesehatan; 4) Peserta didik menjadi mampu menyebarkan perilaku hidup yang sehat melalui praktik kehidupan sehari-hari; 5) Peserta didik mampu menerapkan syarat-syarat kesehatan dalam kebiasaan hidup sehari-hari; 6) Peserta didik memiliki pertumbuhan atau secara khusus bertambahnya tinggi badan dan berat badan yang seimbang; 7) Peserta didik menjadi memiliki pengertian sekaligus menerapkan berbagai prinsip pengutamakan pencegahan penyakit dalam kaitannya dengan kehidupan sehari-hari; 8) Peserta didik memiliki kemampuan dalam menangkal berbagai pengaruh buruk yang berasal dari luar; 9) Peserta didik memiliki kondisi badan yang segar dan derajat kesehatan yang optimal. Tidak hanya itu tapi juga memiliki daya tahan tubuh yang baik terhadap penyakit.

Berdasarkan uraian tersebut dapat dimengerti bahwa tujuan dari dilakukannya pendidikan kesehatan adalah dalam rangka mendorong untuk dimilikinya berbagai keterampilan hidup sehat beserta berbagai kebiasaan yang baik dan kehidupan sehari-hari bersesuaian dengan keadaan faktual yang ada di sekolah. Kedua, pelayanan kesehatan. Secara konseptual kegiatan pelayanan kesehatan yang dilakukan di berbagai satuan pendidikan atau sekolah adalah melalui promosi atau meningkatkan pelayanan, prevensi atau mencegah berbagai permasalahan kesehatan, kuratif yaitu terkait konsep pengobatan, dan rehabilitasi atau pemulihan. Tindakan-tindakan tersebut dilakukan secara partisipatif oleh seluruh warga sekolah, terutama peserta didik.

Tujuan dari dilakukannya pelayanan kesehatan pada suatu satuan pendidikan yaitu memberi peningkatan derajat kesehatan para peserta didik dan seluruh warga sekolah dengan maksimal. Hal ini adalah tujuan yang bersifat umum dari pelayanan kesehatan. Sementara itu, tujuan yang bersifat khusus adalah dari dilakukannya pelayanan kesehatan adalah sebagai berikut (Tim Penyusun Direktorat Sekolah Dasar, 2021).

1. Mendorong terjadinya peningkatan pembinaan kesehatan baik secara fisik, mental, dan sosial;
2. Mendorong terjadinya peningkatan kemampuan dan keterampilan peserta didik dalam melakukan tindakan hidup sehat sebagai upaya dalam membentuk perilaku hidup sehat;
3. Mendorong terjadinya peningkatan imunitas peserta didik dalam menghadapi penyakit dan pencegahan atas penyakit tertentu;
4. Menghentikan terjadinya proses penyebaran penyakit dan prevensi atas komplikasi penyakit;
5. Mendorong terjadinya peningkatan kemampuan dan keterampilan dalam pertolongan pertama pada kecelakaan peserta didik.

Berbagai komponen yang terdapat dalam kegiatan pelayanan kesehatan seperti misalnya pelaksanaan imunisasi atau pemeriksaan kesehatan secara berkala. Kegiatan ini dilakukan dalam kerangka kerja sama antara Puskesmas dan pihak sekolah.

Ketiga, pembinaan lingkungan kesehatan. Secara konseptual yang dimaksud dengan lingkungan sekolah sehat mencakup di dalamnya lingkungan fisik, mental, dan sosial dari sekolah yang telah memenuhi berbagai persyaratan kesehatan sehingga dapat memberi dukungan bagi tumbuhnya berbagai perilaku hidup sehat secara maksimal. Kegiatan pembinaan ini mencakup aspek-aspek sebagai berikut (Tim Penyusun Direktorat Sekolah Dasar, 2021):

1. Kegiatan pembinaan lingkungan fisik yang mencakup bangunan sekolah, peralatan sekolah, serta seluruh perlengkapan sanitasi lainnya;
2. Kegiatan warga sekolah yang mencakup peserta didik, pendidik, tenaga kependidikan, dan orang tua.

Konsep Pemahaman

Secara harfiah istilah pemahaman berakar dari kata paham yang dalam Bahasa Indonesia memiliki arti mengerti benar. Sementara itu pemahaman sendiri dapat diartikan sebagai proses dalam membuat cara dalam memahami (Widiasworo, 2017). Lebih lanjut Widiasworo (2017) mengartikan pemahaman sebagai kemampuan dalam menemukan hubungan dan asosiasi berbagai informasi yang dipelajari menjadi sebuah gambar yang terkonstruksi secara utuh dalam pikiran. Dapat pula dinyatakan bahwa pemahaman adalah kemampuan dan membangun hubungan dan asosiasi berkenaan dengan informasi lain yang telah tersimpan sebagai data dan informasi yang telah ada dalam memori otak.

Peserta didik dapat dianggap telah paham terhadap sesuatu hal jika peserta didik tersebut memiliki kemampuan dalam melihat dari berbagai sudut pandang dan berkemampuan dalam menemukan asosiasi pengetahuan yang telah diperoleh melalui pengetahuan baru. Secara sederhana pemahaman dapat dimengerti sebagai kemampuan yang dimiliki seseorang untuk menangkap pengertian terhadap sesuatu dan setelah itu dapat diketahui dan diingat dengan baik (Sari, 2016).

Secara mendasar sebenarnya apa yang disebut sebagai pemahaman merupakan salah satu bentuk hasil belajar. Dengan kata lain dapat dimengerti bahwa pemahaman terbentuk dari dari proses pembelajaran yang telah berlangsung. Pemahaman karenanya hanya didapat melalui proses belajar sekaligus proses berpikir. Pemahaman dianggap memiliki tingkat yang lebih tinggi dibandingkan dengan pengetahuan. Namun meski demikian, pemahaman tidak dapat diperoleh dengan cara melangkahi pengetahuan atau melewati pengetahuan begitu saja, sebab seseorang atau peserta didik dapat memahami sesuatu dengan baik setelah memiliki pengetahuan yang baik pula (Khomsan, 2022).

Peserta didik dapat dikatakan memiliki pemahaman yang baik bila memiliki kemampuan dalam menemukan hubungan sekaligus menghubungkan pengetahuan yang baru dengan pengetahuan lama yang telah diterimanya. Kemampuan tersebut diindikasikan dengan kemampuan peserta didik dalam merespon atau memberi jawaban atas tes yang diajukan pendidik dengan memakai kata-kata sendiri (Ahmad, 2013). Berdasarkan berbagai definisi sebagaimana telah dikemukakan di atas maka dapat disimpulkan bahwa pemahaman merupakan kemampuan yang dimiliki peserta didik dalam menguasai bahan-bahan ajar dalam proses pembelajaran. Pemahaman dalam hal ini bukan hanya sekedar mengetahui namun juga mencakup kemampuan peserta didik dalam menggunakan dan menerapkan sesuatu yang telah dipahaminya. Jika peserta didik telah memahami sesuatu yang dipelajarinya maka peserta didik tersebut memiliki kesiapan dalam menjawab berbagai pertanyaan yang telah diberikan kepadanya saat belajar.

Pemahaman memiliki berbagai komponen yang pada akhirnya dapat menjadi pertimbangan dalam setiap usaha meningkatkan pemahaman siswa. Keberadaan berbagai komponen ini pun menegaskan bahwa pemahaman melibatkan suatu sistem yang kompleks dari kegiatan pembelajaran. Adapun komponen-komponen dalam pemahaman adalah sebagai berikut (Johar & Hanum, 2016): Pertama, tujuan, komponen ini terkait dengan cita-cita yang hendak dicapai dalam pelaksanaan suatu kegiatan. Sebagaimana diketahui bahwa program yang dilaksanakan mustahil tanpa tujuan. Tujuan merupakan sesuatu instrinsik dalam setiap pelaksanaan kegiatan. Seluruh komponen yang terdapat dalam pemahaman harus disesuaikan dan diarahkan dengan arah mencapai tujuan yang efektif dan

efisien. Bila suatu arah tidak memiliki kesesuaian dengan tujuan maka pelaksanaan kegiatan belajar tidak akan mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Kedua, bahan atau materi. Bahan atau materi mengacu pada substansi yang akan diketengahkan dalam proses kegiatan belajar dan mengajajar. Sesuatu yang menjadi sasaran utama untuk dipahami oleh peserta didik adalah substansi yang terkandung dalam bahan atau materi tersebut. Peran pendidik atau pihak yang mempresentasikan bahan atau materi memegang peranan yang penting karena itu kewajiban utama bagi pendidik adalah menguasai dengan baik bahan pelajaran yang akan dikemukakan kepada peserta didik.

Ketiga, kegiatan pembelajaran. Kegiatan pelaksanaan merupakan bagi inti dari keseluruhan proses kegiatan yang berlangsung. Kegiatan pelaksanaan ini meliputi atau mencakup serta melibatkan seluruh komponen dalam kegiatan pengajaran. Proses belajar dan mengajar dapat berjalan dengan sebagaimana mestinya dan peserta dapat memahami berbagai materi yang telah dipresentasikan atau diajarkan.

Keempat, metode yakni berkenaan dengan cara yang dipakai dalam usaha mencapai tujuan kegiatan yang telah ditetapkan sebelumnya. Dalam proses presentasi materi atau kegiatan pelaksanaan pembelajaran, metode merupakan sesuatu yang dibutuhkan oleh guru atau pihak yang melakukan presentasi. Metode yang digunakan pun bervariasi sesuai dengan tujuan yang hendak dicapai.

Kelima, alat. Adapun yang dimaksud sebagai alat merupakan segala sesuatu yang dipakai dalam rangka mencapai tujuan. Keenam, sumber pelajaran. Adapun yang dimaksud sebagai sumber pelajaran terkait dengan materi atau bahan yang telah diuraikan di atas. Sumber pelajaran hendaknya mengandung berbagai hal yang baru bagi peserta didik. Hal ini disebabkan bahwa setiap kegiatan pembelajaran memiliki hakikat untuk mendapatkan segala sesuatu yang baru. *Keenam*, evaluasi yaitu proses yang dilakukan untuk menentukan nilai dari sesuatu. Evaluasi merupakan salah satu komponen yang memiliki arti penting dalam proses kegiatan pembelajaran.

Dalam usaha memahami sesuatu atau meningkatkan pemahaman terhadap sesuatu maka ada berbagai faktor yang terkait dengan memiliki kontribusi. Faktor-faktor tersebut dapat dibagi menjadi faktor internal dan faktor eksternal. Faktor-faktor internal yang mempengaruhi pemahaman peserta didik adalah sebagai berikut (Zahra, 2020): Pertama, faktor jasmaniah, yaitu faktor yang mengacu pada kondisi kesehatan tubuh. Faktor ini memberikan penekanan bahwa kesehatan fisik akan memberi pengaruh yang buruk terhadap kualitas pemahaman yang diperoleh seseorang. Kedua, faktor psikologis. Faktor ini mencakup aspek intelegensi. Dalam situasi yang terbukti sama, peserta didik dengan tingkat intelegensi yang rendah memiliki peluang keberhasilan lebih kecil jika dibandingkan dengan peserta didik yang memiliki tingkat intelegensi rendah. Namun aspek ini bukan merupakan aspek tunggal karena proses memahami sesuatu merupakan proses yang kompleks dengan faktor-faktor yang juga kompleks. Dengan kata lain, seseorang dengan tingkat intelegensi tinggi belum tentu memiliki kemampuan dalam memahami lebih baik dibandingkan seseorang dengan tingkat intelegensi rendah.

Aspek berikutnya dalam faktor psikologis adalah perhatian. Kemampuan seseorang dalam memahami sesuatu ditentukan oleh kesediaan atau kemampuan untuk memperhatikan proses pembelajaran. Aspek lain yang juga masuk dalam cakupan faktor psikologis adalah minat. Dalam hal ini minat dapat diartikan sebagai kecenderungan yang konstan dalam memperhatikan berbagai kegiatan. Minat yang besar memiliki pengaruh yang besar dalam keseluruhan proses pelaksanaan kegiatan pembelajaran. Pemahaman akan lebih mudah diperoleh terhadap sesuatu yang diminati.

Aspek keempat yang masuk dalam cakupan faktor psikologis adalah bakat. Bakat merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang untuk melakukan kegiatan pembelajaran secara tepat. Seseorang yang memiliki bakat cenderung lebih mudah dalam memahami sesuatu. Aspek berikutnya adalah motivasi atau sesuatu yang mendorong seseorang dalam melakukan aktivitas pembelajaran. Motivasi yang kuat dapat menjadi dorongan yang kuat bagi usaha memahami sesuatu.

Aspek selanjutnya berkenaan dengan kematangan dan kesiapan. Kematangan dapat diartikan sebagai tingkat atau tahapan dalam proses pertumbuhan pada diri seseorang. Kematangan mencakup aspek-aspek fisiologis atau morfologis seseorang. Seseorang yang telah memiliki kematangan secara biologis memiliki peluang lebih besar memahami segala sesuatu. Sementara itu kesiapan bermakna kemauan dalam memberikan respon. Kesiapan yang baik membuat peserta didik lebih siap dalam memahami sesuatu.

Ketiga, faktor kelelahan. Kelelahan pada diri seseorang dapat memberi pengaruh yang buruk bagi setiap usaha seseorang dalam memahami sesuatu. Kelelahan juga mencakup kelelahan rohani yang ditandai oleh kejenuhan dan kelesuan. Kondisi semacam ini membuat seseorang menjadi kehilangan minat dan motivasi untuk melakukan sesuatu.

Faktor-faktor berikutnya yang berpengaruh terhadap usaha memahami adalah faktor-faktor eksternal yang terdiri dari: Pertama, faktor keluarga, faktor-faktor yang terkait dengan keluarga misalnya cara orang tua dalam mendidik, hubungan yang berlangsung di antara anggota keluarga, suasana yang berlangsung dalam suatu rumah tangga, kondisi kesejahteraan keluarga, pengertian yang dimiliki orang tua terhadap anaknya, dan latar belakang kebudayaan.

Kedua, faktor sekolah, faktor-faktor yang berkenaan dengan sekolah adalah seperti misalnya metode yang diterapkan dalam kegiatan pembelajaran, faktor-faktor yang berkaitan dengan kurikulum, hubungan yang berlangsung di antara warga sekolah, disiplin yang diterapkan, waktu sekolah, dan standar pelajaran. Ketiga, faktor masyarakat yaitu faktor yang berlangsung dalam hubungan antara siswa dengan masyarakat.

Konsep Kampanye Sekolah Sehat

Kampanye sekolah sehat merupakan program yang dicanangkan oleh Kemendikbudristek dalam rangka revitalisasi UKS. Dengan kata lain, kampanye hidup sehat dilakukan melalui kampanye hidup sehat. Kampanye sekolah sehat di dalamnya mencakup aspek-aspek sebagai berikut: Pertama, sehat bergizi. Aspek kampanye ini mengandung berbagai tujuan spesifik yaitu: a) tercapainya pemahaman keseimbangan gizi; b) menciptakan kebiasaan makan dan minum dengan nutrisi yang memiliki gizi seimbang; c) menghindari atau meminimalisasi praktik konsumsi terhadap makanan cepat saji atau yang menggunakan bahan pengawet, terlalu manis atau kelebihan gula, kurang serat, garam dan lemak yang berlebihan.

Kedua, sehat fisik. Aspek kampanye ini dilakukan dengan kegiatan-kegiatan sebagaimana berikut: 1) Senam yang dilakukan seminggu sekali; 2) Aktivitas peregangan pada setiap pergantian jam pelajaran; 3) optimalisasi kegiatan seperti lompat, lari, lempar, dan loncat melalui media permainan rakyat dan olahraga tradisional pada jam istirahat; 4) pengoptimalisasian intrakurikuler dan ekstrakurikuler olahraga; 5) menciptakan kebiasaan jalan kaki. Ketiga, sehat imunisasi.

Sebagaimana telah dikemukakan di atas, salah satu aspek Trias UKS yang menjadikan kegiatan imunisasi sebagai salah satu bagian dari pelayanan kesehatan. Adapun hal-hal yang perlu dilakukan dalam aspek kampanye ini adalah sebagai berikut: 1) pemetaan status imunisasi; 2) pemberian rekomendasi; 3) pelaksanaan imunisasi dasar lengkap bagi usia sekolah. Sementara itu, pihak-pihak

yang menjadi sasaran dalam kampanye sekolah sehat adalah sebagai berikut: 1) sekolah dasar yang ada di seluruh Indonesia; 2) pendidik dan tenaga kependidikan; 3) tim yang membina dan melaksanakan UKS; 4) orang tua; 5) masyarakat.

Dalam rangka menunjang salah satu aspek kampanye sekolah sehat, maka pemerintah mendorong pihak sekolah untuk menyelenggarakan kantin sehat. Adapun peran yang dimainkan kantin dan jajan sehat di sekolah adalah sebagai berikut:

1. Menyediakan berbagai kebutuhan yang mencakup makanan dan minuman bagi peserta didik dan warga sekolah secara keseluruhan;
2. Menjadi media pembelajaran bagi seluruh pihak berkenaan dengan jenis-jenis makanan yang aman dan bergizi sesuai dengan pelajaran yang telah diberikan;
3. Media yang menunjang kreativitas peserta didik;
4. Sarana yang berkenaan dengan standar kebersihan dalam keseluruhan proses persiapan makanan dan minuman;
5. Menjadi sarana pengonstruksian pola makanan dengan gizi seimbang.

Dalam usaha pelaksanaannya, kantin sehat memiliki empat komponen sebagai berikut:

1. Komitmen dan manajemen sekolah;
2. Sumber daya manusia;
3. Sarana dan prasarana;
4. Mutu pangan.

Penyelenggaraan kampanye sekolah sehat yang ditunjang oleh program kantin sehat dilakukan dalam rangka menciptakan perilaku hidup sehat di antara warga sekolah, terutama peserta didik. Karena itu penting untuk mengurai lebih jauh makna dari perilaku hidup sehat itu sendiri. Perilaku hidup sehat dalam berbagai hasil penelitian dan analisis disebut dengan istilah perilaku kesehatan. Perilaku kesehatan tersusun dari dua kata yaitu perilaku dan kesehatan. Dalam kerangka pengertian berdasar pada sudut pandang biologis adalah suatu aktivitas yang ditunjukkan oleh suatu organisme. Perilaku merupakan gejala yang terlihat dan tampak dalam kegiatan organisme tersebut. Gejala itu dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti genetika maupun lingkungan. Secara umum faktor genetik dan lingkungan dapat menjadi faktor yang menentukan dalam membentuk perilaku organisme, termasuk pula di dalamnya perilaku manusia. Hereditas atau disebut juga dengan faktor keturunan adalah faktor yang memberi landasan bagi bentuk-bentuk dasar perilaku dari seseorang. Sementara itu faktor lingkungan menjadi bidang datar atau lahan bagi proses perkembangan suatu perilaku (Suharjana, 2020).

Sementara itu perilaku dalam pengertian sosiologis memiliki arti yang berbeda jika dibandingkan dengan pengertian perilaku dalam perspektif biologi. Perilaku dalam kerangka pemahaman ilmu-ilmu sosial adalah tanggapan atau reaksi dari individu terhadap stimulasi atau rangsangan yang berasal dari lingkungan. Lebih lanjut diartikan bahwa perilaku seseorang dapat dibedakan ke dalam berbagai perilaku yang terlihat maupun tidak terlihat oleh mata. Selain itu, perilaku juga dapat dibedakan menjadi perilaku yang bersifat reflektif maupun non reflektif. Perilaku reflektif yaitu perilaku yang berlangsung sebagai reaksi spontan atas rangsangan dari luar, sementara perilaku non reflektif merupakan perilaku yang dapat diatur oleh pusat kesadaran atau otak (Lawongo et al., 2017).

Perilaku hidup sehat dalam pendapat Becker menyebar ke dalam tiga wilayah yaitu sebagai berikut (Pakpahan et al., 2022): Pertama, pengetahuan kesehatan yang di dalamnya mencakup pengetahuan pengetahuan seseorang terhadap berbagai cara dalam memelihara kesehatan. Kedua, sikap

terhadap kesehatan yakni pendapat atau penilaian seseorang terhadap berbagai hal yang berkenaan dengan pemeliharaan kesehatan. Ketiga, praktik kesehatan yaitu seluruh kegiatan atau aktivitas yang berkenaan dalam kerangka pemeliharaan kesehatan (Adliyani, 2015).

Sementara itu berbagai faktor yang berkenaan dengan perilaku hidup sehat yaitu sebagai berikut (Pakpahan et al., 2021): Pertama, faktor makanan dan minuman. Kedua, faktor perilaku terhadap kebersihan diri sendiri. Ketiga, perilaku terhadap kebersihan lingkungan. Keempat, faktor perilaku terhadap sakit atau penyakit yang mencakup pula pemeliharaan kesehatan, pencegahan terhadap penyakit, dan sebagainya. Kelima, faktor keseimbangan dalam kegiatan istirahat, kegiatan fisik, dan makan.

Konsep Rencana Program

Program kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang akan dilakukan dalam bentuk kegiatan penyuluhan kampanye ‘Sekolah Sehat’ di SD Negeri Kebalen 01 Bekasi. Target yang hendak dituju dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah sebagai berikut Pertama, memberikan pemahaman kepada siswa mengenai kampanye sekolah sehat untuk mewujudkan anak Indonesia yang sehat, kuat, dan cerdas berkarakter. Kedua, Meningkatkan pemahaman anak akan sekolah sehat serta implementasinya dalam kehidupan sehari-hari.

Adapun signifikansi dan kontribusi yang akan harapannya dapat diberikan melalui kegiatan penyuluhan ini adalah semakin meningkatnya pemahaman siswa-siswa SDN Kebalen 01 Bekasi terkait perilaku hidup sehat. Selain itu signifikansi dari kegiatan ini terletak pada pengaruhnya terhadap usaha menyukseskan kampanye ‘Sekolah Sehat’ yang dicanangkan oleh pemerintah.

METODE

Metode Kegiatan

Adapun metode kegiatan yang akan digunakan dalam pelaksanaan kegiatan dalam program pengabdian kepada masyarakat melalui penyuluhan terkait kampanye ‘Sekolah Sehat’ adalah presentasi antar narasumber dari tim pelaksana kegiatan. Setelah diberikan pemahaman mengenai kampanye sekolah sehat dilakukan sesi diskusi terkait persoalan-persoalan yang muncul, berdasarkan kondisi yang di alami oleh siswa dalam kehidupannya sehari-hari. Berdasarkan metode pelaksanaan yang akan dilaksanakan oleh tim pelaksana tersebut, maka dilakukan pengumpulan data-data terkait materi kegiatan yang akan dilakukan pada guru dan siswa Sekolah Dasar di SDN Kebalen 01 Bekasi, yang menjadi lokasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat akan diselenggarakan.

Kepesertaan

Peserta yang dilibatkan dalam kegiatan penyuluhan ini adalah kelas V dengan jumlah sebanyak 42 siswa.

Tahapan Pelaksanaan

Pertama, menentukan tema kegiatan. Kedua, mengumpulkan referensi berupa literatur, artikel jurnal, dan segala informasi yang dapat digunakan untuk menunjang proses pelaksanaan kegiatan, terutama dalam hal penyusunan materi. Ketiga, menyusun materi yang akan disajikan. Keempat, menyajikan materi yang telah disusun sebelumnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sekolah Dasar Negeri (SDN) Kebalen 01 Bekasi merupakan sekolah dasar berstatus negeri atau milik pemerintah yang beralamar di Jl. Perjuangan Kebalen, Babelan, Kab. Bekasi, Jawa

barat, Indonesia. Uniknya, gedung atau fasilitas fisik milik sekolah ini berada dalam satu area dengan SDN Kebalen 06. SDN Kebalen 01 Bekasi memiliki kode NPSN 20218238.

Data terbaru menunjukkan bahwa SDN Kebalen 01 memiliki 275 pelajar laki-laki dan 281 pelajar perempuan, menjadikan jumlah keseluruhan murid sebanyak 556 orang. Kegiatan pembelajaran yang dilakukan pada sekolah ini berlangsung selama 6 hari dalam seminggu, yakni berlangsung dari hari senin hingga hari sabtu.

Sedangkan model pembelajaran yang digunakan ialah model pembelajaran Double Shift. Sekolah Dasar Negeri (SDN) Kebalen 01 Bekasi bernaung pada Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi. Sekolah ini memiliki Tanggal SK Pendirian 01-01-1950 dan Tanggal SK Izin Operasional 01-01-1910.

Berdasarkan Akreditasi terakhir yang dilakukan pada 2014, Sekolah Dasar Negeri (SDN) Kebalen 01 Bekasi memiliki akreditasi A. Dengan rincian nilai akreditasi antara lain; nilai standar isi adalah 90 (sembilan puluh), nilai standar proses adalah 96 (sembilan puluh enam), nilai standar kelulusan adalah 74 (tujuh puluh empat), nilai standar tenaga pendidik adalah 78 (tujuh puluh delapan), nilai standar sarana prasarana adalah 78 (tujuh puluh delapan), nilai standar pengelolaan adalah 78 (tujuh puluh delapan), nilai standar pembiayaan adalah 93 (sembilan puluh tiga), nilai standar penilaian adalah 93 (sembilan puluh tiga). Sehingga nilai total akreditasi Sekolah Dasar Negeri (SDN) Kebalen 01 Bekasi adalah 86.

Untuk fasilitas penunjang sekolah Sekolah Dasar Negeri (SDN) Kebalen 01 Bekasi setidaknya telah memiliki empat laboratorium. Sedangkan Untuk perpustakaan, sekolah ini belum memiliki perpustakaan dengan kondisi yang baik. Adapun untuk kebutuhan dasar, seperti internet dan listrik juga telah dimiliki oleh sekolah ini. Tidak Ada merupakan layanan internet yang digunakan di sekolah ini. Sedangkan untuk listrik menggunakan layanan dari PLN.

Jumlah guru di Sekolah Dasar Negeri (SDN) Kebalen 01 Bekasi berjumlah 26 (dua puluh enam). Dari 26 Guru yang ada tersebut, terdapat pegawai negeri sipil sebanyak 11 (sebelas) dan honorer sebanyak 15 (lima belas). Dari ketersediaan guru tersebut, sebanyak 10 (sepuluh) guru sudah sertifikasi, sedangkan sisanya yakni 16 (enam belas) guru masih belum sertifikasi.

Kategori anak-anak yang mendapatkan program pengabdian ini adalah anak-anak kelas V dengan rata-rata usia 10-11 tahun. Hal ini dikarenakan anak-anak tersebut sudah mulai bisa mengasosiasikan hal-hal yang bersifat konseptual menjadi abstrak sesuai dengan teori Piaget yang mengategorikan anak berusia 9-17 berada di jenjang transisi antara operatinal kongkret dan operational formal, sehingga mereka akan lebih mudah dalam menginternalisasikan sekolah sehat.

Tahap pelaksanaan tersebut merupakan tahapan yang sangat fundamental karena berisi uraian teknis selama proses pengabdian ini berlangsung. Seperti yang telah dipaparkan dalam sebelumnya bahwa metode pelaksanaan yang digunakan adalah metode ceramah, diskusi, sesi tanya jawab dan simulasi. Materi kegiatan diberikan kepada guru dan siswa sekolah dasar di SDN Kebalen 01 Bekasi secara langsung, disesuaikan dengan kondisi serta sarana dan prasarana sekolah tersebut.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini dilakukan pada hari Kamis, Tanggal 01 Desember 2022 mulai pukul 08.00-10.30 dengan uraian teknis pelaksanaan sebagai berikut:

Tabel 1. Agenda Kegiatan Selama Pelaksanaan Pengabdian

NO	JENIS KEGIATAN	WAKTU	PIC
1.	Pemberangkatan	07.00 - 07.30	-

Fara Diba Catur Putri, Fenty Nur Aisyah, Adek Putri Puspitasari, Febriani Ayu Ardana
Revitalization of School Health Business (UKS) Through Healthy School Education in State Elementary School 01 Kebalen Bekasi

2.	Persiapan & Pengkondisian Peserta	07.30 - 08.00	-
3.	Pembukaan	08.00 - 08.10	MC (Febriani Ayu Ardhana)
4.	Pembacaan Do'a	08.10 - 08.15	Ade Putri Puspitasari
5.	Menyanyikan lagu Indonesia Raya	08.15 - 08.20	Dirigen (Fenty Nur Aisyah)
6.	Sambutan Ketua Abdimas	08.20 - 08.25	Fara Diba Catur Putri, SKM, M.Pd.
7.	Sambutan Kepala Sekolah	08.25 - 08.30	Kepala Sekolah SDN 01 Kebalen
8.	Pemaparan materi "Kampanye sekolah sehat untuk mewujudkan anak Indonesia yang sehat, kuat, dan cerdas berkarakter"	08.30 - 09.30	Fara Diba Catur Putri, SKM, M.Pd.
9.	Sesi Diskusi dan Tanya Jawab	09.30 - 10.00	Pemateri, Guru dan Siswa
10.	Menyanyikan lagu Sekolahku Sehat Kemendikbud 2022	10.00 - 10.05	Ade Putri Puspitasari
10.	Games	10.05 - 10.25	MC (Febriani Ayu Ardhana)
11.	Penutup & Sesi Foto Bersama	10.25 - 10.30	MC (Febriani Ayu Ardhana)

Berikut gambaran situasi pelaksanaan selama pengabdian berlangsung dapat dilihat melalui Gambar 1 di bawah ini.



Gambar 1. Presentasi Materi Kampanye 'Sekolah Sehat'

Gambar 1. Presentas materi kampanye, menunjukkan aktivitas presentasi materi yang dilakukan dihadapan siswa kelas V SDN Kebalen 01 yang didampingi oleh guru sekolah tersebut. Kegiatan berjalan dengan tertib dan dinamis. Hal ini ditandai dengan banyaknya peserta yang tertarik memberikan respon terhadap presentasi yang dilakukan oleh pelaksana. Diskusi pun berlangsung antara pelaksana dengan peserta. Respon yang diberikan oleh peserta berupa pertanyaan maupun tanggapan berupa pernyataan.



Gambar 2. Pelaksana Memaparkan Materi ‘Kantin Sehat’

Gambar 2. Pelaksana memaparkan materi, menunjukkan aktivitas yang dilakukan pihak pelaksana penyuluhan dalam memberi penjelasan terkait salah satu penunjang kampanye sekolah sehat yaitu kantin sehat. Dari *gesture* yang ditunjukkan oleh peserta di kalangan siswa, terlihat adanya antusiasme dan ketertarikan yang tinggi terhadap materi yang disampaikan.



Gambar 3. Foto bersama peserta dan guru SDN Kebalen 01 Bekasi

Setelah dilaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di SDN Kebalen 01 Bekasi, diharapkan kegiatan dapat memberikan pemahaman kepada siswa yang berada di Kelas V agar lebih mengerti akan betapa pentingnya kesehatan yang berkelanjutan dari sedini mungkin, agar tidak terjadi masalah kesehatan dikemudian hari dan demi lancarnya keaktifan anak dalam mengikuti layanan proses pendidikan dengan baik di Sekolah.

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan sebagaimana telah dipaparkan di atas terlihat bahwa presentasi yang dilakukan telah menarik perhatian peserta untuk terlibat dalam pendiskusan. Hal yang didiskusikan dalam forum tersebut adalah hal-hal yang berkaitan dengan tiga prioritas utama kampanye 'Sekolah Sehat'. Pertama, berkenaan dengan kondisi gizi dan persoalan pola dan kebiasaan makan siswa. Dalam pembahasan tema ini para peserta mengungkapkan kebiasaan makannya yang cenderung lebih gemar melakukan konsumsi jenis-jenis jajanan dan berbagai produk instan yang dapat dengan mudah ditemui di berbagai toko atau warung di lingkungan sekitarnya. Jajanan yang dikonsumsi tersebut berupa produk pabrik atau produk industri rumahan dengan kandungan garam, lemak, dan gula yang tinggi. Selain itu para peserta juga mengungkapkan ketidaktertarikannya terhadap jenis makanan yang berasal dari sayuran atau buah-buahan.

Kedua, topik berikutnya yang menjadi bahan pendiskusan yang dinamis adalah terkait aktivitas fisik yang rutin. Para peserta melalui proses interaksi yang berlangsung di forum memberi pengakuan mengenai ketidaktertarikannya melakukan aktivitas fisik karena ketertarikannya lebih tinggi terhadap berbagai aplikasi permainan yang disediakan oleh *smartphone*. Praktis kegiatan fisik lebih banyak justru saat para peserta berada di lingkungan sekolah. Hal ini dikarenakan para peserta dilarang membawa *smartphone* ke lingkungan sekolah untuk mencegah teralihkannya perhatian peserta sehingga mengganggu kegiatan pembelajaran. Ketiga, berkaitan dengan kebiasaan membersihkan diri. Dalam topik ini peserta mengungkapkan seringkali tidak menyadari telah memakan sesuatu tanpa mencuci tangan. Dapat disimpulkan bahwa hal ini telah menjadi kebiasaan sebagian peserta.

Sebagaimana telah dikemukakan pada bagian sebelumnya bahwa tujuan utama dari kegiatan penyuluhan ini adalah mengonstruksi pemahaman di kalangan peserta terkait perilaku hidup sehat. Perilaku hidup sehat sendiri di antaranya mencakup kebersihan diri, pengetahuan tentang kesehatan, dan sikap terhadap persoalan kesehatan itu sendiri. Dari berbagai respon yang ditunjukkan oleh peserta terlihat bahwa pengetahuan dan sikap peserta terkait kesehatan masih terbelah belum memadai. Hal tersebut terindikasi dari arti penting dari kegiatan fisik dan kebiasaan makan yang buruk.

Tujuan utama kegiatan yaitu menginternalisasikan pemahaman kepada peserta relatif berpeluang berhasil secara efektif. Hal itu dapat ditinjau dari tingkat perhatian, minat, dan motivasi yang tinggi dari para peserta. Terbukti dari antusiasme yang ditunjukkan dalam merespon penjelasan yang dilakukan oleh pelaksana. Hal ini menunjukkan minat yang tinggi untuk terlibat dalam pendiskusan dan mengetahui lebih dalam lagi terkait dengan topik-topik terkait kampanye 'Sekolah Sehat'. Perhatian yang tinggi pun ditunjukkan melalui ketepatan para peserta dalam memberikan respon terhadap topik yang dibicarakan. Minat dan perhatian dari peserta untuk terlibat dalam pendiskusan menunjukkan adanya motivasi yang tinggi dari peserta.

Ketiga perilaku yang ditunjukkan oleh para peserta tersebut telah menandakan bahwa adanya usaha yang besar dari peserta untuk memahami materi yang disampaikan. Terlihat pula bahwa ada tanda-tanda bagi para peserta untuk memahami secara baik dan tepat materi yang telah dikemukakan. Respon yang bersemangat dan antusias dengan ketepatan yang baik menunjukkan bahwa peserta dapat

mengikuti kegiatan penyuluhan dan memiliki pemahaman yang baik terhadap materi yang disampaikan oleh para pelaksana.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasna yang telah dipaparkan, maka kesimpulan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah sebagaimana berikut, 1) Kegiatan pengabdian kepada masyarakat telah dilaksanakan secara baik dan nyaris tanpa hambatan yang berarti. Peserta yang dilibatkan dalam kegiatan penyuluhan menghadiri dan tidak ada yang absen. 2) Peserta yang terlebih menunjukkan ketertarikan yang tinggi terhadap kegiatan yang dilakukan. 3) Peserta memberikan respon yang tepat terhadap topik yang dibicarakan dalam pendiskusian. Hal ini menunjukkan bahwa peserta telah menaruh perhatian yang tinggi terhadap kegiatan yang berlangsung. Tidak hanya perhatian, terlihat pula bahwa peserta menunjukkan motivasi dan minat yang tinggi. Adanya perhatian, minat, dan motivasi membuat potensi peserta dalam memahami materi terbuka lebar.

DAFTAR PUSTAKA

- Adliyani, Z. O. (2015). Pengaruh Perilaku Individu terhadap Hidup Sehat. *Medical Journal of Lampung University*, 4(7).
- Ahmad, S. (2013). *Teori Belajar dan Pembelajaran di Sekolah Dasar*. Kencana.
- ditpsd.kemdikbud.go.id. (2022a, August 3). *Bersinergi Dukung Studi Baseline dan Pemodelan Program Gizi untuk Anak SD dan MI*. <https://ditpsd.kemdikbud.go.id/artikel/detail/bersinergi-dukung-studi-baseline-dan-pemodelan-program-gizi-untuk-anak-sd-dan-mi>.
- ditpsd.kemdikbud.go.id. (2022b, August 4). *Usaha Kesehatan Sekolah*. <http://ditpsd.kemdikbud.go.id/hal/usaha-kesehatan-sekolah>.
- ditsmp.kemdikbud.go.id. (2022, August 31). *Tiga Prioritas Utama dalam Kampanye Sekolah Sehat*. <https://ditsmp.kemdikbud.go.id/tiga-prioritas-utama-dalam-kampanye-sekolah-sehat/>.
- Fitriani, A. (2020). Peningkatan Pengetahuan dan Perilaku Aktivitas Fisik Siswa Sekolah Dasar melalui Edukasi Berbasis Praktik. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 4(4).
- Izatulislami, D. S. N. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik dan Kualitas Hidup Siswa Sekolah Dasar Negeri Kedungdoro IV Surabaya. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 10(4).
- Johar, R., & Hanum, L. (2016). *Strategi belajar mengajar*. Deepublish.
- Khairunisa, A. (2020). *Program Sekolah Sehat dalam Mengoptimalkan Prestasi Sekolah di SD Muhammadiyah 1 Ketelan Surakarta*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Khomsan, I. A. (2022). *Teknik pengukuran pengetahuan gizi (Vol. 1)*. PT Penerbit IPB Press.
- Lawongo, V. E., Lumolos, J., & Sumampow, I. (2017). Perilaku Aparatur Sipil Negara Dalam Pelayanan Publik di Kantor Kelurahan Moronge Selatan II Kabupaten Talaud. *JURNAL EKSEKUTIF*, 2(2).
- Mauludin, M. R. (2021). Edukasi Urgensi Menjaga Kesehatan pada Masa New Normal kepada Masyarakat di Sekitar SDN 02 Cipaisan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat PGSD*, 1(1).
- Muhani, N. (2022). Penyuluhan Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Tatanan Sekolah di SDN 01 Langkapura. *Jurnal Loyalitas Sosial*, 4(1).
- Nugraheni, H., & Indarjo, S. (2018). *Buku Ajar Promosi Kesehatan Berbasis Sekolah*. Deepublish.

p2ptm.kemkes.go.id. (2022, March 30). *Apa saja risiko yang mungkin timbul jika Anak kurang melakukan aktivitas fisik?* <https://P2ptm.Kemkes.Go.Id/Infographic-P2ptm/Obesitas/Page/29/Apa-Saja-Risiko-Yang-Mungkin-Timbul-Jika-Anak-Kurang-Melakukan-Aktivitas-Fisik>.

Pakpahan, M., Salman, S., Sirait, A., Budiatty, W. O. S., Sinaga, T. R., Sianturi, E., Ashari, A. E., Doloksaribu, L. G., Nasution, G. S., & Simamora, J. P. (2022). *Pengantar Kesehatan Masyarakat*. Yayasan Kita Menulis.

Pakpahan, M., Siregar, D., Susilawaty, A., Tasnim, T., Ramdany, R., Manurung, E. I., Sianturi, E., Tompunu, M. R. G., Sitanggang, Y. F., & Maisyarah, M. (2021). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Yayasan Kita Menulis.

paudpedia.kemdikbud.go.id. (22 C.E., September 22). *Sosialisasi Laman UKS/M Dukung Kampanye Sekolah Sehat, Komitmen Empat Kementerian Ditingkatkan*. <https://Paudpedia.Kemdikbud.Go.Id/Berita/Sosialisasi-Laman-Uksm-Dukung-Kampanye-Sekolah-Sehat-Komitmen-Empat-Kementerian-Ditingkatkan?Do=MTE2NC0yMjJhODI3MmFjNDM=&ix=MTEtYmJkNjQ3YzBhNzFi>.

Sari, A. W. (2016). Pentingnya Ketrampilan Mendengar dalam Menciptakan Komunikasi yang Efektif. *EduTech: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 2(1).

Suharjana. (2020). Kebiasaan Berprilaku Hidup Sehat dan Nilai-Nilai Pendidikan Karakter. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 2(2), 189–202.

Tim Penyusun Direktorat Sekolah Dasar. (2021). *Manajemen Berbasis Sekolah (MBS) pada Kegiatan Usaha Kegiatan Sekolah (UKS)*. In <https://ditpsd.kemdikbud.go.id/upload/filemanager/download/2022/Fasilitasi%20UKS%20MBS.pdf>. Direktorat Sekolah Dasar Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi.

Wahyu, M. A. (2018). Pelaksanaan Trias Usaha Kesehatan Sekolah Pada Tingkat Sekolah Dasar Di Wilayah Kecamatan Tembalang Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2).

Widiasworo, E. (2017). *Inovasi Pembelajaran*. Diva Press.

Zahra, F. (2020). *Peran Metode Mengajar Guru Terhadap Hasil Belajar Bahasa Arab Di SMP Al-Khairaat Tandaigi Kec. Siniu Kab. Parigi Moutong*. IAIN Palu.



© 2022 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).