PELATIHAN TRIAS UKS PADA SISWA PETUGAS UKS SMK MUHAMMADIYAH PRINGSEWU

TRIAS UKS Trainning for Officers Students Of Muhammadiyah Pringsewu Vocational School

Diny Vellyana¹, Yossy Wijayanti², Nurwinda Saputri³ ¹²³Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pringsewu Lampung vellyanadiny@yahoo.com

Abstrak

Masalah kesehatan masyarakat di usia sekolah seharusnya mendapatkan perhatian khusus, karena permasalahan kesehatan pada usia sekolah sangat kompleks dan bervariasi. Seperti permasalahan kesehatan yang terjadi lebih terkait pada perilaku hidup bersih(kebiasaan cuci tangan pakai sabun,kebersihan diri, gosok gigi dan lain – lain serta gizi seimbang. Sedangkan pada anak usia SMP/MTS dan SMA/SMK/MA permasalahn yang terjadi terkait gaya hidup/perilaku berisiko terhadap kesehatan seperti konsumsi makanan, jajan. Merokok, tawuran, bullying, seks pra nikah NAPZA. Kesehatan anak sekolah ikut serta menjadi tanggung jawab sekolah melalui kegiatan kesehatan sekolah, SMK Muhammadiyah Pringsewu telah memiliki UKS yang kegiatannya belum berjalan dengan baik karena siswa petugas UKS tidak memahami terlebih dahulu tugas TRIAS UKS. Tujuan Pengabdian Masayarakat ini untuk memberikan pelatihan TRIAS UKS yaitu pendidikan kesehatan, Pelayanan kesehatan dan pembinaan lingkungan. Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat ini dilakukan pada bulan July tanggal 19 2021 di SMK Muhamamdiyah Pringsewu Lampung dan peserta yang menjadi target adalah siswa yang telah ditunjuk oleh pihak sekolah untuk menjadi pengurus atau petugas UKS sebanyak 12 siswa. Kegiatan pelatihan petugas UKS dalam pelaksanaan TRIAS UKS yaitu, pendidikan kesehatan dan pelayanan kesehatan Metode pelatihan dilakukan dengan cara Sokratik, Demonstrasi dan Evaluasi. Capaian dari pengabdian masyarakat ini yaitu siswa mampu dan antusias dalam menerapkan program TRIAS UKS; Pelayanan kesehatan dalam menghitung IMT dan pendidikan kesehatan dengan mengetahui makanan yang bergizi bagi Remaja SMK Muhammadiyah Pringsewu Lampung. Audience atau peserta pelatihan menerapkan dan melakukan seluruh rangkaian kegiatan dengan baik.

Kata kunci: pelayanan dan pendidikan kesehatan, UKS

Abstract

Public health problems at school age should receive special attention, because health problems at school age are very complex and varied. Such as health problems that occur are more related to clean living behavior (habits of washing hands with soap, personal hygiene, brushing teeth and others as well as balanced nutrition. Meanwhile, in middle school/MTS and SMA/SMK/MA children, the problems that occur are related to lifestyle/risk behavior on health such as foofd consumption, snacking. Smoking, brawls, bullying, pre-marital sex and drugs. The health of school children is the responsibility of the school through school health activities, SMK Muhammadiyah Pringsewu already has UKS whose activities have not been going well because students UKS officers did not understand in advance the duties of TRIAS UKS. The purpose of this Community Service was to provide TRIAS UKS training, namely health education, health services and environmental development. The implementation of this Community service was carried out on July 19, 22021 at SMK Muhammadiyah Pringsewu Lampung and the targeted participants are students who have been appointed by the party 12 students to become UKS administrators or officers. UKS staff training activities in the implementation of the UKS TRIAS, namely, health education and health services. The training method is carried out by means of Socratic, Demonstration and Evaluation. The achievements of this community service are that students are able and enthusiastic in implementating the UKS TRIAS program; Health services in calculating BMI and Health education by knowing nutritious food for Youth at SMK Muhammadiyah Pringsewu Lampung. Audience or training participants implement and carry out the entire series of activities well.

Keywords: Health Education and Services, UKS

PENDAHULUAN

Dalam rangka peningkatan status kesehatan masayarakat di lingkup sekolahan dapat melalui pembinaan dan pemeliharaan kesehatan. Bentuk dari pembinaan dan pemeliharan tersebut adalah mengembangkan dan memelihara perilaku hidup sehat serta peningkatan derajat kesehatan peserta didik di sekolah/madrasah (Kemendikbud, 2012).

Keberhasilan pengembangan perilaku hidup sehat siswa sangat tergantung dari program baik dari intrakurikuler dan ekstrakulikuler. Bentuk ekstrakulikuler tersebut sesuai yang dicanangkan oleh Kemendikbud adalah program UKS atau Usaha Kesehatan Sekolah (Kemendikbud, 2012).

Pada kondisi saat ini masalah kesehatan masyarakat di usia sekolah seharusnya mendapatkan perhatian khusus, karena permasalahan kesehatan pada usia sekolah sangat kompleks dan bervariasi. Seperti permasalahan kesehatan yang terjadi lebih terkait pada perilaku hidup bersih(kebiasaan cuci tangan pakai sabun,kebersihan diri, gosok gigi dan lain – lain serta gizi seimbang. Sedangkan pada anak usia SMP/MTS dan SMA/SMK/MA permasalahn yang terjadi terkait gava hidup/perilaku berisiko terhadap kesehatan seperti konsumsi makanan, jajan. Merokok,tawuran,bullying,seks pra NAPZA dll. (KemenKes RI, 2018).

Kejadian yang berkaitan dengan status kesehatan siswa atau anak sekolah tidak banyak yang terpublikasi, padahal angka kegagalan anak sekolah yang disebabkan oleh kesehatan tidak sedikit. Sesuai dengan isi undang – undang N0. 36 2009 tentang kesehatan Tahun Peraturan Menteri Kesehatan No.25 Tahun 2014 tentang upaya kesehatan anak bahwa upaya peningkatan kesehatan usia sekolah dan remaja dilaksankaan paling sedikit melalui Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) dan Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR). UKS diselenggrakan dengan tujuan peningkatan kemampuan hidup sehat peserta didik agar dapat belajar, tumbuh dan berkembang secara harmonis dan setinggi – tingginya menjadi sumber daya manusia yang berkualitas. Hal ini dilakukan pemerintah untuk menyiapkan masa depan bangsa yang hebat melalui penerus bangsa yang sehat.

Melihat dari tujuan dan perencanaan pemerintah dalam meningkatkan kesehatan anak bangsa maka pelaksanaan UKS harus terus berjalan sebagai mana mestinya untuk mendampingi proses pembelajaran siswa di sekolah. UKS sendiri terdiri dari TRIAS UkS yaitu Pendidikan Kesehatan, Pelayanan dan Pembinaan Lingkungan Sehat. Untuk mengawali pelaksanaan TRIAS UKS tersebut maka perlu diperhatikan informasi kesehatan bagi siswa.

SMK Muhammadiyah Pringsewu yang telah memiliki unit UKS belum sepenuhnya program TRIAS berjalan dengan baik, oleh karena itu diperlukan pelatihan atau pemberian pendidikan kesehatan untuk memenuhi unsur TRIAS UKS yang pertama terlebih dahulu.

Salah satu pendidikan kesehatan yang dapat diterapkan yaitu pendidikan makanan bergizi kesehatan dan gizi melalui mengetahui status perhitungan IMT. Seperti yang disampaikan oleh Istianty dan Ruslianti (2013) bahwa kebutuhan gizi anak usia sekolah relatif lebih besar daripada anak dibawahnya, karena pertumbuhan lebih cepat terutama penambahan tinggi badan. Perbedaan kebutuhan gizi anak laki – laki dan perempuan dikarenakan anak laki – laki lebih banyak melakukan aktifitas fisik sehingga membutuhkan energi lebih banyak. Sedangkan perempuan sudah masuk masa baligh sehingga mmebutuhkan protein dan zat besi yang lebih banyak.

Berdasarkan latarbelakang diatas pengabdi memiliki analisis bahwa pada TRIAS UKS Pendidikan Kesehatan perlu dilakukan pelatihan pada siswa petugas UKS tentang bagaimana menghitung IMT untuk mengetahui status gizi dan kebutuhan nutrisi apa saja yang seharusnya dikonsumsi oleh siswa.

Capaian dari pengabdian masyarakat ini adalah peningkatan kemampuan siswa dalam menerapkan program TRIAS UKS.

METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat ini dilakukan pada bulan July tanggal 19 2021 di SMK Muhamamdiyah Pringsewu Lampung dan peserta yang menjadi target adalah siswa yang telah ditunjuk oleh pihak sekolah untuk menjadi pengurus atau petugas UKS sebanyak 12 siswa. Kegiatan pelatihan petugas UKS dalam pelaksanaan TRIAS UKS yaitu, pendidikan dan pelayanan kesehatan dikhususkan kesehatan yang kemampuan petugas dalam menghitung IMT dan mengetahui makanan yang bergizi Remaia **SMK** Muhammadiyah bagi Pringsewu Lampung. Sedangkan Pembinaan Lingkungan dengan cara menyusun jadwal piket lingkungan; kantin, lapangan sekolah, toilet ruangan – ruangan yang digunakan dalam Metode belaiar mengajar. pelatihan dilakukan dengan cara Sokratik, Demonstrasi dan Evaluasi.

Proses pelatihan dilakukan selama satu minggu dengan jumlah jam perhari secara keseluruhan adalah 5 jam dari persiapan hingga evaluasi kerja harian. Tekhnis penyampaian materi dilakukan secara terbuka dan dapat dilakukan sesi tanya jawab selama materi disampaikan. Setelah materi selesai diberikan maka proses evaluasi dilakukan untuk menilai ketercapaian dari pelatihan yaitu; peserta melakukan redemontrasi pendidikan kesehatan dan pengukuran IMT sebagai bentuk pelayanan kesehatan.Pengukuran ketercapaian kegiatan ini menggunakan lembar ceklis yang berisi standar penghitungan IMT, lembar penilaian langkah – langkah penyampaian materi penyuluhan gizi seimbang pada remaja dan terisinya petugas pada jadwwal piket siswa yang telah disusun oleh petugas UKS.

HASIL PEMBAHASAN

Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) adalah usaha untuk membina dan mengembangkan kebiasaan dan perilaku hidup sehat pada peserta didik usia sekolah yang dilakukan secara menyeluruh (komprehensif) dan terpadu (integrative). Untuk optimalisasi program UKS perlu ditingkatkan peran serta peserta didik sebagai subjek dan bukan hanya objek. Dengan UKS ini diharapkan mampu menanamkan sikap dan perilaku hidup sehat pada dirinya sendiri dan mampu menolong orang lain. Dari pengertian ini maka UKS dikenal pula dengan child to child programme. Program dari anak, oleh anak, dan untuk anak untuk menciptakan anak yang berkualitas.

Sesuai dengan pedoman pelaksanaan UKS di sekolah yang disusun oleh kementrian kesehatan, pernyataan, proses pengabdian masyarakat yang telah dilakukan dengan mengimplementasikan 2 trias UKS yaitu pendidikan kesehatan dan pelayanan kesehatan yang tematik.

Capaian dari pengabdian masyarakat ini yaitu siswa mampu dan antusias dalam menerapkan program TRIAS UKS; Pelayanan kesehatan dalam menghitung IMT dan pendidikan kesehatan dengan mengetahui makanan yang bergizi bagi Remaja SMK Muhammadiyah Pringsewu Lampung. Audience atau peserta pelatihan menerapkan dan melakukan seluruh rangkaian kegiatan dengan baik.

Sesuai dengan rencana kegiatan UKS tahun yang dijelaskan dalam pedoman pelaksanaan UKS di Sekolah oleh Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar (KemenDikBud, 2012), proses pengabdian masyarakat dimulai dari proses persiapan setelah mendapatkan izin dan persetujuan dari pihak sekolah dan kontrak dengan para siswa yang sebagai pengurus UKS SMK bertugas Muhammadiyah Pringsewu. Pada saat proses pelaksanaan seluruh peserta berkumpul di ruang kelas yang dikondisikan secara terbuka, tahap pertama pelaksanaan yaitu dengan penyampaian materi pendidikan kesehatan yang berisi materi tentang: cara melakukan pendidikan kesehatan kepada teman sebaya atau kepada adek tingkat dan sekaligus materi yang diberikan yang menjadi salah satu contoh pendidikan kesehatan yaitu dengan tema makanan bergizi bagi remaja. Selain trias UKS; pendidikan kesehatan, trias UKS selanjutnya yaitu pelayanan kesehatan. Sebagai materi pelatihan yang selaras dengan materi pendidikan kesehatan, maka pada pelayanan kesehatan materi yang diberikan pada para siswa pengurus UKS SMK Muhammadiyah Pringsewu adalah pemeriksaan IMT (Indeks Masa Tubuh) dan indikator berat tubuh ideal bagi remaja.

Selain memiliki tujuan untuk meningkatkan dan menguatkan program kerja **SMK** Muhammadiyah **TRIAS UKS** Pringsewu, kegiatan pengabdian masyarakat bertujuan untuk meningkatkan kemampuan dan kualitas pembelajaran di sekolah sehingga tercapai siswa yang sehat dan berprestasi. Sesuai dengan tema materi TRIAS UKS yang diajarkan kepada siswa peserta pengabdian masyarakat yaitu berfokus pada pendidikan kesehatan dan pelayanan

kesehatan, Dr.dr. A gurnida (Gurnida, 2011) mengatakan bahwa kecerdasan dipengaruhifaktor genetik dan faktor lingkungan termasuk asupan gizi. Faktor lingkungan yang dalam hal ini adalah asupan nutrisi memiliki peranan yang penting dalam meningkatkan kesehatan hal ini dikarenakan kebutuhan gizi yang baik sejak di dalam kandungan sampai remaja sangat diperlukan untuk perkembangan terutama pencegahan dan pengobatan penyakit yang dapat mempengaruhi perkembangan kecerdasan dan keterampilan fisik untuk melakukan aktivitas sehari – hari.

Tabel.1 Jadwal Proses pemberian materi dan pelatihan TRIAS UKS sebagai berikut:

No	Jam	Hari	Materi	Pemater i	Pendampi ng
1	09.0 0 - 16.3 0	Senin – Rabu	Pendidika n Kesehata n Diet Sehat	Nurwin da Saputri dan Yossy Wijayan ti	Mahasisw a
2	09.0 0 - 16.3 0	Kamis - Sabtu	Praktik Pengukur an IMT dan Pembinaa n Lingkung an Sekolah	Diny Vellyan a,	Mahasisw a

Gambar 1. Proses kegiatan penyampaian materi



KESIMPULAN DAN SARAN

Pengabdian masyarakat dengan tema pelatihan TRIAS UKS **SMK** Pringsewu Muhammadiyah mampu memberikan dampak positif pada perilaku kesehatan siswa yang dapat dilihat dari proses evaluasi materi dan pelatihan yang disampaikan. peserta Para kegiatan pengabdian masvarakat mampu ini menyebutkan trik dan cara dalam melakukan pendidikan kesehatan kepada teman sebaya, para siswa mampu melakukan perhitungan IMT dan menentukan kategori IMT pada sesama siswa peserta.

UCAPAN TERIMAKASIH

Proses berlangsungnya kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil dilakukan atas dukungan dari beberapa pihak, untuk itu timmengucapkan terimaksih kepada instanti sekolah SMK Muhammadiyah Pringsewu Lampung beserta guru dan siswa yang telah bersedia menerima dan mengikuti kegiatan ini dengan kooperatif. Selanjutnya terimaksih diucapkan kepada unsur pimpinan dan seluruh civitas akademika Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pringsewu yang telah membantu dan mendukung kegiatan pengabdian masyarakat ini.

REFERENSI

Gurnida, D. A. (2011). Nutrisi bagi Perkembangan Otak.

Istianty Ari, R. (2013). *Gizi Terapan*. PT Remaja Rosdakarya.

KemenDikBud. (2012). pedomanpelaksanaan-uks-di-sekolah-final-1. KemenDikBud RI.

Undang - undang Kesehatan no.36 tahun 2009, (2009).

Weny lestari dan Suci Wulansari. (2018).
Pertunjukkan Wayang Interaktif Sebagai Sarana Promosi Kesehatan Remaja Tentang Rokok, Narkoba dan Pergaulan Bebas. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 21(2), 125–132. ejournal2.litbang.kemkes.go.id