



Jurnal Homepage : <https://ejournal.umri.ac.id/index.php/eduteach/>

### EVALUASI PROGRAM SEKOLAH SEHAT DALAM MENGEMBANGKAN PERILAKU SEHAT PADA SMA DI INDRALAYA SELATAN

Fithriani<sup>1</sup>, Alhadi Yan Putra<sup>2</sup>, Meillia Rosani<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas PGRI Palembang

e-mail: [aura.fithri@gmail.com](mailto:aura.fithri@gmail.com)<sup>1</sup>, [alhadian.putra@univpgri-palembang.ac.id](mailto:alhadian.putra@univpgri-palembang.ac.id)<sup>2</sup>,  
[meilliarosani5@gmail.com](mailto:meilliarosani5@gmail.com)<sup>3</sup>

#### Abstrak

Penelitian ini mengevaluasi Program Sekolah Sehat pada SMA di Indralaya Selatan dan dampaknya terhadap perkembangan perilaku sehat siswa. Hasil penelitian menunjukkan SMA di Indralaya Selatan telah berhasil melaksanakan Program Sekolah Sehat, yang berdampak positif pada perkembangan perilaku sehat siswa. Program ini mencakup pendidikan jasmani, gizi, sanitasi lingkungan, dan layanan kesehatan sekolah. Kolaborasi antara guru BK, UKS, guru olahraga, petugas kantin sehat, dan puskesmas meningkatkan kesadaran siswa tentang pentingnya gizi seimbang dan gaya hidup sehat. Siswa mulai menerapkan kebiasaan makan sehat, menjaga kebersihan diri, berolahraga teratur, dan memilih makanan yang sehat. Peningkatan aktivitas fisik melalui olahraga sekolah berkontribusi pada kebugaran tubuh siswa. Inisiatif kebersihan, seperti pengelolaan sampah, juga mendorong praktik kebersihan di rumah dan sekolah. Selain itu, kesadaran akan kesehatan mental meningkat, dan siswa lebih proaktif mencari dukungan emosional. Program pendidikan lingkungan hidup menumbuhkan kepedulian siswa terhadap lingkungan sekolah.

**Kata kunci:** Evaluasi, Program Sekolah Sehat, Perilaku Diri

#### Abstract

This study evaluates the Healthy Schools Program at senior high schools in South Indralaya and its impact on students' healthy behavior development. The results showed that high schools in South Indralaya have successfully implemented the Healthy Schools Program, which has a positive impact on the development of students' healthy behaviors. The program includes physical education, nutrition, environmental sanitation, and school health services. Collaboration between BK teachers, UKS, sports teachers, healthy canteen officers, and community health centers increased students' awareness of the importance of balanced nutrition and healthy lifestyles. Students began to implement healthy eating habits, maintain personal hygiene, exercise regularly and choose healthy foods. Increased physical activity through school sports contributes to students' physical fitness. Cleanliness initiatives, such as waste management, also encourage hygiene practices at home and school. In addition, awareness of mental health is increasing, and students are more proactive in seeking emotional support. Environmental education programs foster students' concern for the school environment.

**Keywords:** Evaluation, Healthy School Program, Self Behavior

#### 1. Pendahuluan

Pendidikan adalah suatu usaha sadar dan terencana untuk menciptakan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk

memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, dan keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara, menurut Pasal 1 Ayat (1) Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional Nomor 20 tahun 2003. Pasal 5 ayat (1) menyatakan bahwa "Setiap warga negara mempunyai hak yang sama untuk memperoleh pendidikan yang bermutu". Pemerintah dan pemerintah daerah berkewajiban memberikan layanan dan kemudahan, serta menjamin terselenggaranya pendidikan yang bermutu bagi setiap warga negara tanpa diskriminasi" Pasal 11 lebih lanjut tekankan hal ini. Pernyataan Undang-Undang Sisdiknas di atas relevan dengan visi pendidikan Indonesia, yaitu "mewujudkan Indonesia maju yang berdaulat, mandiri, dan berkepribadian melalui terciptanya Pelajar Pancasila yang beriman, bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, bernalar kritis, kreatif, mandiri, dan berakhlak mulia, bergotong-royong, dan berkebinekaan global". Tujuan dari program Merdeka Belajar adalah untuk memenuhi amanat pemerintah untuk memberikan pendidikan yang berkualitas kepada seluruh warga negara Indonesia [1]. Hal ini menunjukkan bahwa sangat penting untuk mendukung upaya peningkatan standar pendidikan dan bahwa kesejahteraan fisik, mental, dan sosial siswa merupakan salah satu pembelajaran terpenting yang perlu dipelajari.

Sekolah merupakan lembaga pendidikan dengan banyak dimensi yang saling bergantung dan mendukung satu sama lain. Salah satu caranya yaitu mengajarkan pentingnya pendidikan lingkungan hidup pada siswa sehingga terbentuk kebiasaan, sikap dan perilaku hidup sehat dalam dirinya [2]. Pendidikan merupakan upaya untuk mengembangkan potensi manusiawi peserta didik, baik potensi fisik maupun potensi kreatif, emosional, dan kehendak agar potensi tersebut menjadi nyata dan dapat berfungsi dalam perjalanan hidupnya [3]. Landasan pendidikan adalah cita-cita kemanusiaan yang universal, maka dalam memecahkan masalah pendidikan yang kompleks diperlukan pula filsafat agar solusi pemecahan masalah tersebut juga dapat dirasakan manfaatnya oleh semua pihak. Setiap masalah dapat menjadi permasalahan yang membutuhkan kemampuan seseorang mengelola konflik untuk mengatasi permasalahan [4] Salah satu tokoh yang memiliki filsafat pendidikan adalah Ki Hadjar Dewantara, beliau merupakan seorang bangsawan dari lingkungan Keraton Yogyakarta yang peduli terhadap lingkungan pendidikan [5]. Program sekolah sehat perlu disosialisasikan dan dilakukan dengan baik melalui pelayanan kesehatan yang didukung secara memadai oleh sektor yang terkait. Sudah saatnya melakukan lebih dari sekadar advokasi untuk memperluas jangkauan program dan layanan kesehatan.

Pada Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2269/Menkes/Per/X/2011 disebutkan bahwa "Kesehatan Sekolah" adalah meningkatkan kemampuan siswa untuk hidup sehat dalam lingkungan hidup sehat sehingga siswa dapat hidup sehat. Dapat belajar, tumbuh, dan berkembang secara harmonis dan maksimal, sehingga dapat menjadi sumber daya manusia yang berkualitas. Kesehatan sekolah diupayakan melalui Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) untuk mewujudkan anak Indonesia sehat, tangguh dan cerdas berkarakter. Undang-undang Nomor 36 tahun 2009 tentang Kesehatan Pasal 79 "Kesehatan sekolah diselenggarakan untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat peserta didik dalam lingkungan hidup sehat sehingga peserta didik dapat belajar, tumbuh dan berkembang secara harmonis dan setinggi-tingginya menjadi sumber daya manusia yang berkualitas. Program Sekolah Sehat merupakan program yang diakui sangat penting bagi suatu sekolah. Gerakan sekolah sehat adalah segala upaya yang dilakukan secara bersama-sama dan terus menerus oleh semua pihak mulai dari pemerintah pusat sampai ke pemerintah daerah, para mitra, satuan pendidikan, masyarakat, pemangku kepentingan lainnya tentang pentingnya penerapan sekolah sehat dengan berfokus pada sehat bergizi, sehat fisik, sehat imunisasi, sehat jiwa, dan sehat lingkungan di satuan Pendidikan.

Gizi dan kesehatan berperan penting dalam meningkatkan prestasi akademik siswa yang berusia remaja, dan meningkatkan literasi gizi dan kesehatan remaja melalui edukasi di sekolah. Permasalahan gizi dan kesehatan remaja ini akan diintervensi melalui jalur UKS/M yang telah disepakati oleh 4 (empat) Kementerian, yaitu: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, Kementerian Kesehatan, Kementerian Agama, dan Kementerian Dalam Negeri. Tugas UKS/M, pembinaan dan pengembangan UKS/M diantaranya adalah menetapkan kebijakan teknis melalui

kurikuler dan ekstrakurikuler; merumuskan dan menyusun standar, prosedur, dan pedoman pelaksanaan UKS/M; mendorong pemerintah daerah melaksanakan pelatihan bagi guru pembina UKS/M, dan kader kesehatan; serta menyusun pedoman pendidikan kesehatan yang dibutuhkan untuk proses kegiatan belajar mengajar.

Pada era milenial, pelajar menghadapi banyak tantangan yang dapat membahayakan kesehatan fisik dan mentalnya. Kebanyakan pelajar mengembangkan kebiasaan tidak sehat, seperti mengonsumsi junk food atau makanan tidak sehat yang banyak mengandung gula, garam, lemak, dan rendah serat sehingga dapat menimbulkan berbagai penyakit serius. Siswa yang makan siang atau jajanan tidak mencuci tangan saat istirahat, sehingga memungkinkan banyak kuman penyakit masuk ke dalam tubuhnya. Kebanyakan pelajar tidak mengetahui cara menjaga kesehatan dan kebersihan diri sehingga dapat menyebabkan mereka terserang penyakit seperti penyakit kulit dan penyakit lainnya. Tidak ada upaya yang dilakukan untuk meningkatkan kesadaran tentang kesehatan dan kebersihan di kalangan siswa. Rendahnya upaya penanaman kesadaran hidup sehat dan bersih pada siswa berdampak pada siswa yang belum mengetahui cara menjaga kesehatan diri dan lingkungan. Hal ini menyebabkan banyak pelajar yang menderita berbagai penyakit, seperti penyakit kulit, gigi berlubang, dan masih banyak lagi. Kurangnya perilaku hidup sehat dan bersih dapat mengakibatkan rendahnya kualitas lingkungan sekolah dan tingginya angka penyakit yang menyerang anak usia sekolah.

Perubahan gaya hidup merupakan salah satu cara yang krusial dalam mengatasi penyakit diabetes melitus dan anemia. Oleh karena itu, untuk membantu remaja menjadi lebih sehat, membangun kebiasaan hidup sehat menjadi lebih penting. Metodenya meliputi promotif dan preventif. Promosi berarti menyebarkan informasi tentang kesehatan atau perilaku hidup di kalangan remaja, sedangkan pencegahan adalah tindakan untuk mencegah remaja tertular suatu penyakit. Program Sekolah Sehat dapat didukung dengan kantin sehat, program kebersihan, dan program penghijauan sekolah seperti sekolah Adiwiyata untuk membentuk perilaku gaya hidup siswa. Selain menanam tanaman bermanfaat di pekarangan, lapangan olah raga ini juga mengajarkan siswa bagaimana menerapkan pola hidup sehat. Penyakit-penyakit yang disebutkan di atas mempunyai dampak yang signifikan terhadap perkembangan remaja. Selain itu, jumlah kasus meningkat secara signifikan setiap tahunnya. Penyakit-penyakit yang disebutkan di atas sebagian besar disebabkan oleh kebiasaan gaya hidup yang buruk. Kehidupan remaja tidak terbatas pada satu hal; tantangan yang dihadapi remaja kita saat ini sangat beragam, mulai dari pergaulan, kesehatan fisik dan kesehatan jiwa, perkawinan anak, dan masalah lainnya. Ada delapan hal masalah kesehatan remaja yaitu: gizi, kesehatan reproduksi, HIV/AIDS, kebersihan dan sanitasi, Penyakit Tidak Menular (PTM), penyalahgunaan obat (NAPZA), kesehatan jiwa, dan kekerasan dan cedera. Banyak dari kedelapan masalah kesehatan ini berhubungan satu sama lain. Oleh karena itu, karena kepedulian dan tanggung jawab kami untuk meningkatkan kualitas hidup remaja Indonesia, maka harus bekerja sama dengan empat kementerian.

Salah satu bentuk kerja sama ini adalah program Sekolah Sehat, yang bertujuan untuk mengajarkan siswa untuk mengembangkan kebiasaan hidup yang sehat. Oleh karena itu, sekolah memiliki peran besar dalam memecahkan masalah ini. Idealnya, program ini harus dapat memberikan pendidikan kesehatan kepada siswa dan membantu mereka mengubah gaya hidup dan kebiasaan mereka untuk menjadi lebih sehat. Sekolah sehat adalah sekolah di mana siswa terus mengembangkan kebiasaan hidup yang bersih dan sehat, dan di mana lingkungan sekolah bersih, indah, segar, rapi, dan aman. Sekolah Bersih Sehat mengutamakan pentingnya pembangunan kesehatan melalui kegiatan yang bersifat promotif dan preventif, sehingga dapat mendorong kemandirian seluruh warga sekolah dan masyarakat di lingkungan sekolah untuk berperilaku hidup sehat, memelihara kesehatannya, dan meningkatkan kesehatan di lingkungannya. Lingkungan keluarga, masyarakat, dan pendidikan semuanya memiliki dampak pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Siswa usia sekolah menghabiskan sebagian besar waktunya untuk berinteraksi dengan guru dan teman sebaya. Oleh karena itu, lingkungan sekolah yang sehat sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan siswa. Sekolah yang sehat

---

mendorong kebiasaan hidup bersih dan sehat, yang bermanfaat bagi siswa dan komunitas sekolah secara keseluruhan [6].

Perlu adanya program penerapan sekolah sehat, Perencanaan, pengorganisasian, dan pelaksanaan merupakan bagian dari implementasi. Perencanaan adalah langkah pertama dalam manajemen. Tanpa perencanaan yang matang, mustahil mendapatkan hasil yang baik. Ide dan tujuan pengelolaan harus didefinisikan dalam perencanaan. Tempat penelitian ini dipilih di Indralaya Selatan karena telah menjadi sekolah sehat sejak tahun 2023. Selain itu, siswa dan seluruh pihak yang terlibat di sekolah tersebut menunjukkan pola hidup sehat. Sebelum melakukan penelitian ini telah dilakukan wawancara awal dengan guru pada tanggal 16 Maret 2024 berkolaborasi dengan sejumlah profesional di bidangnya masing-masing untuk mengembangkan konsep Sekolah Sehat. Banyak langkah baru yang dirancang dan direncanakan untuk meningkatkan program Sekolah Sehat. Pada perbincangan dengan Kepala Sekolah di Indralaya Selatan rencana konsep sekolah sehat telah disusun dengan baik dan matang sejak awal. Faktanya, fasilitas dan infrastruktur program Sekolah Sehat sangat lengkap untuk mencapai keberhasilan program. Program Sekolah Sehat selalu dikembangkan dalam kolaborasi dengan organisasi yang relevan. Selain itu, pada masa pra-penelitian, perilaku sehat siswa mulai muncul.

Manfaat Gerakan Sekolah Sehat memerlukan kesadaran akan dampak positif program terhadap peserta didik, guru disini sebagai pendidik dan tenaga pendidik, lingkungan sekolah secara keseluruhan, orang tua dan masyarakat. Antara lain yaitu (a) membudayakan gaya hidup sehat pada siswa melalui gizi seimbang, aktivitas fisik, dan imunisasi memiliki dampak signifikan pada kesehatan mereka; (b) meningkatkan kesehatan pendidik dan tenaga kependidikan sangat penting untuk memastikan bahwa mereka dapat melaksanakan tugas dan kegiatannya secara efektif. Untuk menjaga kesehatan pendidik dan tenaga kependidikan, langkah-langkah berikut dapat diambil: Menjaga kesehatan fisik melalui konsumsi makanan yang tepat dan seimbang, olahraga teratur, dan istirahat yang cukup dapat meningkatkan stamina para pendidik. Hal ini penting karena pekerjaan para pendidik dan tenaga kependidikan membutuhkan banyak tenaga dan konsentrasi; (c) Orang tua dan masyarakat memiliki peran penting dalam meningkatkan kesehatan siswa, baik di sekolah maupun di rumah. Fungsi ini mencakup mendorong kebiasaan baik, memantau kesehatan anak, dan berpartisipasi dalam program kesehatan sekolah. Kebiasaan baik harus dibiasakan pada anak sehingga terbiasa dalam hal tersebut. Sebagai contoh kebiasaan tidur yang cukup dapat mempengaruhi konsentrasi dan fokus siswa dalam belajar serta menyelesaikan sesuatu [7].

Sekolah Menengah Atas di Indralaya Selatan memiliki Program Sekolah Sehat yang memiliki beberapa program hebat yang membantu siswa mengembangkan perilaku sehat. Pada tahun 2023, salah satu sekolah negeri di Ogan Ilir mengikuti program Sekolah Sehat yang bertujuan untuk menciptakan lingkungan belajar yang lebih sehat dan nyaman. Program ini baru dilaksanakan di beberapa sekolah terpilih di Ogan Ilir dengan dukungan langsung dan pendampingan dari BPMP Provinsi Sumatera Selatan. Sekolah menyelenggarakan berbagai kegiatan melalui program ini, seperti pembinaan pola hidup sehat, penyediaan sarana sanitasi yang layak, dan pemberian edukasi gizi seimbang kepada anak-anak, guna meningkatkan kesehatan dan mendukung prestasi belajar mereka. Hasil observasi tersebut memicu beberapa kegiatan seperti menjadikan seluruh bangunan dan lingkungan menjadi lebih hijau dan bersih, lantai sekolah bersih, sampah tidak ada yang berserakan, membangun kantin sehat tempat penjual membuat makanan yang dijualnya sendiri menggunakan peralatan makan yang baik tidak menggunakan plastik, anak-anak membawa tempat air minum sendiri, dan membuat buku riwayat kesehatan siswa (catatan kesehatan siswa) yang dibuat secara mandiri. Secara rutin dan terus menerus dengan bantuan petugas Puskesmas. Selain itu, halaman sekolah di Indralaya Selatan juga memiliki lapangan olah raga yang cukup luas dan taman hijau di sekitar halaman membuat program Sekolah Sehat di sekolah ini semakin lengkap. Sekolah juga memberikan bimbingan dan konseling kepada seluruh siswa dan PIK Remaja (GENRE). Upaya yang dilakukan adalah penyelenggaraan sekolah sehat yang mengupayakan sehat gizi, sehat fisik, sehat imunisasi, sehat jiwa dan lingkungan yang sehat di sekitar sekolah dimana semua kegiatan tersebut bekerjasama dengan Puskesmas Tebing Gerinting di Indralaya Selatan.

## 2. Metode Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada SMA di Indralaya Selatan Kabupaten Ogan Ilir. Waktu penelitian dimulai pada bulan Mei 2024 sampai dengan September 2024, meliputi kegiatan persiapan, pengumpulan data, analisis data sampai dengan membuat laporan penelitian. Informan penelitian adalah Informan atau key person yang di ambil peneliti terdiri dari 5 orang yaitu 1 orang kepala sekolah, 1 orang guru UKS, 1 orang guru Olahraga, 1 orang tenaga medis dari Puskesmas 1 orang petugas kantin, dan pendukung 1 orang konselor BK, dan 4 orang siswa. Metode penelitian ini adalah kualitatif, merupakan suatu metode penelitian yang menitikberatkan pada pengkajian mendalam terhadap fenomena sosial guna memahami makna, pengalaman, dan perspektif individu atau kelompok dalam suatu lingkungan tertentu. Untuk mengatasi tantangan dalam penelitian ini, desain penelitian menggunakan pendekatan kualitatif untuk menemukan dan mengamati segala sesuatu yang membedakan sesuatu. Metode kualitatif dianggap lebih relevan dan tepat karena berupaya menyelidiki dan memahami realitas evaluasi efektivitas Program Sekolah Sehat dalam menumbuhkan perilaku sehat. Tujuan dari penggunaan metode kualitatif ini adalah untuk menyelidiki dan memotret kondisi sosial secara menyeluruh, luas, dan mendalam. Strategi pemilihan ini didasarkan pada asumsi bahwa data yang dikumpulkan menggambarkan evaluasi program sekolah sehat dalam mengembangkan perilaku sehat. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan studi dokumentasi. Data dianalisis menggunakan teknik analisis kualitatif yang dilakukan secara interaktif dan berkesinambungan sampai tuntas sehingga datanya jenuh." Analisis data juga meliputi: Penyuntingan dan reduksi data, data display (penyajian data), dan penarikan kesimpulan.

## 3. Hasil dan Pembahasan

Wawancara dengan ZI pada 05 Agustus 2024 perihal Evaluasi Program Sekolah Sehat pada SMA di Indralaya Selatan diketahui, sekolah menerapkan rencana yang berbeda untuk evaluasi sekolah sehat. Mirip dengan inisiatif penghijauan, yang meliputi penanaman bibit cabai, rencana ini memiliki tanggal pelaksanaan yang dijadwalkan pada September 2024. Lebih jauh, hal ini sesuai dengan rencana strategis untuk menciptakan lingkungan yang bersih, hijau, dan sehat. Penguatan kegiatan ini di semua unit akan memastikan terciptanya kebersihan dan kesehatan sehingga dapat menanamkan gaya hidup bersih dan sehat kepada siswa. Dalam rangka mencapai kemandirian pangan, maka Dinas Pertanian Ogan Ilir ini juga melibatkan SMA di Indralaya Selatan sebagai bagian dari upaya penanaman cabai. Untuk meningkatkan Program Sekolah Sehat, kantin dan dapur sehat telah lama direncanakan. Dengan cara yang sama, bimbingan dan konseling merupakan komponen penting dalam kesuksesan program sekolah sehat ini. Prasarana harus dalam kondisi baik. Ini berarti bahwa pembersihan dan pemeliharaan toilet (kamar mandi) secara teratur diperlukan. Harus ada jumlah layanan pembersihan yang memadai.

Penting untuk membedakan kamar mandi (toilet) untuk guru, siswa, orang tua, dan pengunjung, serta untuk anak laki-laki dan perempuan. Sekolah ini menerapkan green school "Hijau dan Bersih," karena komitmennya menjaga lingkungan sekolah yang bersih dan hijau di tambah dengan asri. Partisipasi aktif ini menjadi bagian dari budaya sekolah, dimana warga sekolah turut serta dan andil dalam menjaga kebersihan dan merawat lingkungan. Selain kegiatan setiap jumat, upaya menjaga kebersihan juga berlangsung sepanjang minggu yaitu dari Senin hingga Jumat. Kegiatan ini mencerminkan kesadaran warga sekolah dalam menjaga kebersihan pentingnya lingkungan yang bersih dan nyaman, sekaligus mengajarkan siswa dan warga sekolah lainnya untuk menjaga kebersihan bersama untuk kesehatan. Gagasan penghijauan pertama kali diperkenalkan oleh Supeno dengan visi untuk menciptakan lingkungan sekolah yang hijau dan bersih, menyenangkan secara estetika dan mendukung kesehatan dan kenyamanan warga sekolahnya. Rencana ini tidak berhenti pada ide tetapi juga di rancang dan di laksanakan dengan baik. Kegiatan penghijauan ini juga melibatkan semua warga sekolah dalam menjaga kebersihan, penghijauan dan merawat lingkungan sekolah. Inisiatif

---

Supeno tersebut menjadi bagian dari identitas sekolah dikenal dengan *Green School* dengan program-program yang berjalan sampai saat ini.

Sekolah Menengah Atas di Indralaya Selatan menjalin kerja sama dengan Pabrik Arwana dalam upaya penghijauan lingkungan sekolah. Pihak pabrik berkontribusi membagikan berbagai jenis pohon, termasuk pohon buah, kepada sekolah. Pohon-pohon ini tidak hanya ditanam di area sekolah, tetapi juga melibatkan guru dan siswa dalam proses penanaman dan perawatannya. Tujuan dari program ini adalah untuk menciptakan lingkungan sekolah yang lebih hijau dan asri, serta memberikan manfaat jangka panjang, seperti udara yang lebih bersih dan sumber pangan alami dari pohon buah. Selain itu, kerjasama ini juga bertujuan untuk menumbuhkan kesadaran ekologis di kalangan siswa, agar mereka dapat lebih menghargai dan menjaga lingkungan. Program ini menunjukkan sinergi positif antara dunia pendidikan dan industri dalam upaya bersama menjaga lingkungan. Program Hidup Bersih dan Sehat yang dilaksanakan dengan beberapa tindakan yang dilakukan untuk mengubah perilaku, termasuk mencuci tangan: mencuci tangan dengan sabun yang benar memerlukan tujuh tahap, yang harus diajarkan. Kemudian anak-anak dibiasakan untuk mencuci tangan pada waktu-waktu tertentu, tempat mencuci tangan harus mematuhi aturan bahwa harus ada satu tempat untuk setiap 25 murid atau 1 cuci tangan untuk setiap kelas, kebiasaan itu perlu diingatkan secara berkala. Bimbingan dan konseling Menurut saya, guru yang memiliki spesialisasi dalam Bimbingan dan Konseling (BK) memegang peranan penting dalam mendukung inisiatif Sekolah Sehat. Guru bimbingan dan konseling membantu siswa dalam menyelesaikan masalah pribadi dan akademis serta berkontribusi terhadap kesehatan emosional dan fisik mereka. Guru bimbingan dan konseling dapat berperan aktif dalam mendidik siswa tentang praktik hidup sehat melalui program sekolah sehat.

Praktik tersebut meliputi pola makan seimbang, berolahraga secara teratur, dan menjaga kesehatan mental melalui manajemen stres dan emosi. Siswa dapat lebih memahami dampak jangka pendek dan jangka panjang perilaku sehari-hari terhadap kesehatan melalui konseling individu dan kelompok. Guru sangat aktif memberikan arahan dan masukan terhadap siswa dan setiap jumat guru bimbingan dan konseling memberikan materi-materi yang sifatnya membangun semua anak untuk hidup sehat dan bahagia. Untuk Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) pihak sekolah telah ada tetapi bergabung dengan ruang bimbingan dan konseling tetapi tidak surut dalam pemberian kesehatan karena guru UKS bekerjasama dengan guru olahraga dalam pemberian materi yaitu ekstrakurikuler Palang Merah Remaja (PMR) yang disetiap hari jumat latihan dan telah ikut jambore kabupaten walaupun tidak dapat juara namun telah berpartisipasi dalam semua kegiatan PMR. Kerjasama dengan puskesmas telah berjalan dengan baik dan setiap 6 bulan sekali puskesmas datang dengan pemeriksaan rutin nya yaitu pengukuran berat badan, pengukuran tinggi badan, tensi dan pemeriksaan kesehatan sedangkan pemberian tablet tambah darah yaitu sebulan sekali. Pengelolaan kantin sehat telah dilakukan oleh pihak puskesmas dengan pemeriksaan makanan sehatnya, sekolah memberi dan menggalakkan air sehat dengan memfasilitasi kantin, ruang guru, ruang tata usaha dan ruang kepala sekolah air kangen water yang di kelola langsung oleh koperasi sekolah. Saat ini anak-anak semangat sekali belajarnya, perilaku sehat mereka terjaga dengan baik dan maksimal maka dari hasil ini evaluasi yang kita dapatkan dari program sekolah sehat sudah berjalan dengan baik untuk mengembangkan perilaku sehat.

Lebih lanjut pak zul mengatakan bahwa banyak fungsi tubuh yang dapat memengaruhi status gizi seseorang. Salah satu dari beberapa aspek yang saling terkait yang berkontribusi terhadap masalah gizi adalah menjalani gaya hidup bersih dan sehat. Salah satu kebiasaan hidup yang menjadi dasar untuk menghasilkan statistik gizi yang akurat adalah pilihan gaya hidup sehat seseorang. Komitmen keluarga untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan setiap anggota ditunjukkan melalui kebiasaan hidup bersih dan sehat. Pilihan gaya hidup sehat, bersih, dan seimbang dapat meningkatkan kesejahteraan sumber daya manusia secara keseluruhan, status gizi, dan pemanfaatan sumber daya kesehatan lingkungan. Karena kesehatan pada hakikatnya merupakan kebutuhan dasar manusia yang memengaruhi semua aktivitas sehari-hari, setiap orang perlu memiliki kesehatan yang baik. Setiap orang perlu menerapkan gaya hidup

bersih dan sehat untuk menjaga kesehatannya secara optimal dan perilaku sehat. Anak-anak harus dibesarkan dengan gaya hidup bersih dan sehat sejak usia dini. Hal ini terutama penting mengingat perilaku anak-anak yang belum mampu menjaga gaya hidup sehatnya. Saat wawancara dengan guru Bimbingan dan konseling pada tanggal 07 Agustus 2024 berpendapat bahwa untuk memastikan bahwa program sekolah sehat benar-benar berhasil mendorong anak-anak untuk berperilaku sehat, guru bimbingan dan konseling (BK) perlu melakukan evaluasi. Kita dapat mengetahui sejauh mana program tersebut berhasil menumbuhkan perilaku dan sikap positif, sehat secara fisik dan psikologis dengan melakukan evaluasi yang menyeluruh.

Menurut BK, penilaian harus mencakup sejumlah topik, termasuk pemahaman siswa tentang nilai kesehatan, cara mereka mengubah perilaku untuk menerapkan gaya hidup sehat, dan dampak jangka panjang program terhadap kesejahteraan mental dan emosional mereka. Sangat penting untuk mengamati dampak program terhadap siswa, khususnya dengan berfokus pada tingkat keterlibatan, motivasi, dan manfaat dari setiap kegiatan yang dilakukan. Cara inisiatif sekolah yang positif dapat meningkatkan kesehatan mental anak-anak merupakan salah satu bidang evaluasi yang perlu dipertimbangkan. Guru BK sering mengamati hubungan antara kesehatan fisik dan mental dalam pekerjaannya sebagai konselor pembimbing. Kesehatan mental siswa akan sangat terbantu dari program yang mendukung manajemen stres, olahraga teratur, dan pola makan yang baik, misalnya. Oleh karena itu, peningkatan kesehatan mental, seperti penurunan tingkat stres dan kecemasan serta peningkatan motivasi dan kepercayaan diri siswa, juga harus diukur dalam evaluasi. Sangat penting untuk melibatkan partisipasi aktif dan keterlibatan semua personel atau elemen sekolah, seperti guru, staf, dan orang tua. Program sekolah sehat seharusnya menjadi tanggung jawab bersama, bukan hanya tanggung jawab satu orang. Penilaian ini memungkinkan kita untuk menentukan apakah berbagai pemangku kepentingan bekerja sama dengan baik untuk membangun lingkungan sekolah yang mendukung gaya hidup sehat. Dengan mempertimbangkan semua hal, meninjau program sekolah sehat memungkinkan sebagai konselor sekolah untuk menilai kemandirian strategi yang digunakan, menentukan peluang untuk peningkatan, dan menjamin bahwa perilaku sehat yang diajarkan dapat diterapkan oleh siswa secara berkelanjutan dalam kehidupan mereka sehari-hari.

Pandangan dari Tim puskesmas Tebing Geriting saat dilakukan wawancara 07 Agustus 2024 tentang penilaian program sekolah sehat adalah sebagai staf kesehatan, sangat berperan penting dalam membantu dan mengevaluasi pelaksanaan program sekolah sehat. Tujuan penilaian ini adalah untuk memverifikasi bahwa program tersebut secara efektif membina iklim sekolah yang meningkatkan kesehatan fisik dan mental siswa dan bahwa program tersebut beroperasi sesuai dengan standar kesehatan. Mengenai keberhasilan dan pelaksanaan program sekolah sehat, dapat mengemukakan beberapa pendapat berbeda berdasarkan temuan saat ini. Meningkatkan pengetahuan siswa tentang pentingnya menjalani gaya hidup sehat merupakan salah satu tujuan utama program sekolah sehat. Pada penilaian apakah program tersebut telah berhasil memberikan pengetahuan yang cukup tentang kebersihan pribadi, olahraga, dan gizi yang tepat. Hal ini terbukti dari sejauh mana siswa memasukkan praktik-praktik ini ke dalam rutinitas sehari-hari mereka seperti mencuci tangan, menyiapkan makanan sehat, kantin sehat dan berolahraga secara teratur yang dilakukan setiap minggunya. Sangat penting bagi kita untuk mengevaluasi apakah program sekolah sehat dapat menumbuhkan perilaku sehat jangka panjang selain dampak langsungnya. Kita memeriksa apakah anak-anak mematuhi program ini dan mempraktikkan perilaku sehat ini di rumah dan di masyarakat selain di sekolah. Keberhasilan program dapat ditentukan dengan mencari perubahan perilaku yang positif dan bertahan lama. Pentingnya evaluasi untuk menentukan seberapa besar dukungan yang diterima program ini dari para pendidik, guru dan petugas kesehatan. Melalui evaluasi dapat diketahui seberapa besar dari pihak-pihak ini, mengidentifikasi kelemahan atau kendala yang mungkin ada dan merumuskan strategi untuk perbaikan.

Para guru dan staf tata usaha memainkan peran penting dalam membantu siswa menerapkan gaya hidup sehat dengan menjadi panutan. Mengevaluasi para guru berdasarkan cara mereka mendorong dan membantu siswa menerapkan perilaku sehat, serta cara mereka memberi contoh melalui kebiasaan mereka sendiri. Dilakukan wawancara terhadap petugas

---

kantin pada tanggal 29 Agustus 2024 Sebagai petugas kantin, dapat membuktikan banyaknya manfaat yang dihasilkan oleh program sekolah sehat, yang terutama adalah penyediaan makanan yang lebih sehat dan aman bagi anak-anak. Sebelumnya, kantin menawarkan lebih banyak pilihan camilan atau makanan cepat saji yang tidak sehat. Namun sebagai hasil dari inisiatif ini, kantin kini diharuskan untuk mempertimbangkan kebutuhan gizi anak-anak dengan menawarkan menu yang kaya buah dan sayuran serta rendah lemak dan gula. Program ini membantu mendidik siswa tentang pentingnya mengonsumsi makanan yang seimbang. Menerima petunjuk tentang cara merancang menu yang seimbang sehingga mereka dapat menyajikan pilihan yang lebih sehat bagi siswa. Perilaku menyediakan makanan tersebut menunjukkan staf kantin secara langsung mendukung kesehatan siswa. Hal ini memberi siswa rasa tanggung jawab yang lebih kuat untuk memastikan bahwa makanan mereka melengkapi program sekolah terhadap gaya hidup sehat. Tidak semua murid langsung menerima perubahan ini. Bahkan sekarang, beberapa anak lebih suka membeli makanan asin dan manis di luar kelas. Namun, sebagai hasil dari instruksi program sekolah sehat, murid-murid secara bertahap mulai memahami pentingnya mengonsumsi makanan yang seimbang. Penelitian ini juga melihat apakah keberhasilan siswa dapat ditingkatkan dan perilaku sehat dapat dikembangkan melalui Program Sekolah Sehat. Meskipun angka estimasi capaian Program Sekolah Sehat di sekolah ini bervariasi, hasil wawancara dengan berbagai subjek dan informan penelitian, termasuk Kepala Sekolah, Guru UKS, Kepala Bimbingan dan Konseling, guru olahraga, siswa dan petugas Puskesmas, sepakat bahwa program ini secara umum berhasil mendorong siswa untuk menjalani gaya hidup sehat dan perilaku sehat siswa.

Kepala sekolah menyatakan bahwa meskipun 80% siswa menunjukkan perilaku sehat di awal kelas, persentase ini meningkat menjadi 90% dengan bimbingan dan dukungan dari semua komponen saat ini. Menurut guru Bimbingan dan Konseling, dengan bimbingan dan instruksi yang tepat, tingkat keberhasilan awal siswa dalam menunjukkan perilaku sehat dapat mendekati 90% dengan pemberian bimbingan dan arahan dalam berperilaku sehat. Kepala UKS dan Puskesmas setempat mengklaim bahwa sekolah ini dapat mencapai tingkat keberhasilan lebih dari 85% dalam hal perilaku sehat. Mengingat tingkat keberhasilan sekolah lain masih jauh lebih rendah dari sekolah ini, angka ini cukup menggembirakan. Guru UKS mengklaim bahwa setelah pembelajaran berkelanjutan, tingkat keberhasilan siswa dalam mencapai perilaku sehat akan meningkat menjadi 90% dari 85% di awal.

Menurut Guru olahraga bahwa perilaku sehat siswa juga kelihatan dari mereka mau berolahraga tidak malas dan lesu dalam setiap kegiatan olahraga apa lagi sekolah ini setiap Jumat mengadakan jalan santai yang dilakukan berkeliling memutar rumah penduduk, sekolah dan kantor camat mengingat jarak yang di lakukan cukup jauh dan setelah jalan santai di adakan senam kesegaran jasmani bersama-sama di lapangan setelah itu makan bersama di sepanjang kelas masing-masing jadi sekitar 95% lah peningkatan perilaku sehat di sekolah. 90% karyawan kantin mengatakan bahwa Program sehat sekolah telah meningkatkan kesadaran mereka akan pentingnya menyediakan makanan yang lebih padat gizi dan seimbang bagi anak-anak dan juga anak-anak lebih selektif dalam memilih makanan yang akan mereka makan dalam mengembangkan perilaku sehat mereka. Empat siswa yang diwawancarai peneliti mengungkapkan hal yang sama.

Semua siswa sepakat bahwa setiap program dan kegiatan sekolah sehat di sekolah membantu anak-anak membentuk perilaku sehat dalam semua kegiatan mereka. Mereka mengatakan juga program sekolah sehat ini sangat menyenangkan karena siswa tahu akan pentingnya makan dengan lengkap yang sering di sebut dengan isi piringku, program sekolah sehat terhadap kantin dengan cara menggunakan mangkok dan cangkir bisa mengurangi sampah plastik yang sangat bermanfaat untuk menciptakan lingkungan yang sehat dan segar dalam membentuk perilaku sehat, selain itu dalam pemberian sehat imunisasi dalam pemeriksaan kesehatan yang rutin 6 bulan sekali juga sangat bagus dan bermanfaat untuk anak putri yang diberikan pil tablet tambah darah dan juga guru bimbingan dan konseling bekerja sama dengan sekolah untuk menyelenggarakan acara-acara yang mempromosikan gaya hidup sehat, seperti ceramah kesehatan, olahraga tim, atau bahkan sesi konseling kesehatan mental individu. Kami

merasa lebih terdukung dalam menjalani hidup yang lebih sehat dan mengambil tanggung jawab pribadi saat guru-guru BK hadir. Secara keseluruhan, program sekolah sehat yang didukung oleh guru-guru BK mampu mempengaruhi perkembangan kesehatan fisik dan mental siswa secara positif, sehingga memungkinkan kami lebih berkonsentrasi dalam belajar dan meningkatkan kehidupan sehari-hari.

Hal ini mengindikasikan bahwa seluruh unsur di sekolah, mulai dari guru, siswa, hingga tenaga pendukung, sepakat bahwa Program Sekolah Sehat yang diterapkan berhasil dengan sangat baik dalam mengembangkan perilaku sehat di kalangan siswa. Program ini tidak hanya mendidik siswa tentang pentingnya menjaga kesehatan, tetapi juga mendorong mereka untuk menerapkan kebiasaan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Pencapaian program ini dapat dilihat dari hasil yang sangat positif, baik dalam peningkatan kesadaran siswa terhadap kesehatan maupun dalam implementasi praktik hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah. Keberhasilan tersebut tercermin dalam angka pencapaian program yang sangat gemilang, menunjukkan efektivitas dan komitmen bersama dari seluruh elemen sekolah untuk mewujudkan sekolah yang sehat dan berkualitas. Selain melalui penilaian umum, perilaku sehat di sekolah juga diukur melalui indikator-indikator Sekolah Sehat. Penilaian ini didasarkan pada beberapa kategori yang sesuai dengan teori yang telah dijabarkan di bab sebelumnya. Berdasarkan teori tersebut, perilaku sehat dibedakan menjadi tiga kelompok utama, yaitu: (1) Perilaku preventif, mengacu pada langkah-langkah yang diambil oleh personel sekolah dan siswa untuk menghindari penyakit atau masalah kesehatan lainnya. Menjaga lingkungan tetap bersih untuk mencegah penyakit, mengenakan masker saat sakit, dan mencuci tangan sebelum makan adalah beberapa contoh perilaku preventif di sekolah; (2) Perilaku Promotif, Ini mencakup inisiatif yang secara aktif berupaya untuk meningkatkan kesehatan. Misalnya, mempromosikan gaya hidup sehat yang mencakup olahraga teratur, pola makan yang kaya nutrisi, dan menghadiri sesi pendidikan kesehatan di sekolah; (3) Perilaku kuratif, Perilaku ini mencakup hal-hal yang dilakukan saat penyakit atau masalah kesehatan berkembang. Siswa disarankan untuk segera mendapatkan perawatan medis, mempertimbangkan rekomendasi dari dokter, dan menerima terapi yang diperlukan jika diperlukan. Rangkaian perilaku ketiga ini berfungsi sebagai landasan untuk mengevaluasi seberapa baik program Sekolah Sehat dapat memotivasi siswa untuk mengambil pilihan gaya hidup sehat baik di kelas maupun kehidupan sehari-hari mereka.

Indikator sekolah sehat digunakan untuk mengukur perilaku sehat selain untuk menilai perilaku sehat itu sendiri. Sesuai dengan penjelasan teori sebelumnya, ada tiga kategori perilaku sehat, yaitu sebagai berikut: *pertama*, pemeliharaan Perilaku Sehat Diri menjadi bagian dari kelompok ini merupakan praktik perawatan diri yang baik untuk diri sendiri. Kelompok ini mencakup perilaku sehat menggunakan sabun dan air bersih untuk mencuci tangan, memakai sepatu, berolahraga secara teratur, menggosok gigi, mengembangkan kebiasaan baik, serta memotong dan membersihkan kuku. *Kedua*, kategori perilaku sehat yang dikenal sebagai "perilaku mencari bantuan" mencakup interaksi dengan orang lain, baik yang tidak sehat maupun yang terkait dengan kesehatan. Dalam konteks ini, siswa menjaga kesehatan mereka sendiri sambil memanfaatkan fasilitas dan layanan yang disediakan oleh sekolah dan lingkungannya. Berikut ini adalah beberapa tindakan yang termasuk dalam kategori ini yaitu menggunakan Ruang UKS di sekolah bila mengalami masalah kesehatan ringan, siswa diimbau untuk menggunakan fasilitas UKS (Pelayanan Kesehatan Sekolah). Bila mencari pertolongan pertama, sebaiknya datang ke UKS sebelum dirujuk ke lembaga kesehatan yang lebih komprehensif.

Makan makanan Bergizi, yang Seimbang dan Sehat dianjurkan pada siswa sesuai dengan kebutuhan tubuh mereka setiap saat karena menjaga asupan makanan yang tepat merupakan langkah awal yang penting dalam mencegah penyakit dan mempercepat proses penyembuhan, hal ini termasuk dalam perilaku mencari bantuan. Tinggi Badan dan Penimbangan Berat badan dan pengukuran tinggi badan secara teratur memungkinkan seseorang untuk membandingkan perubahan dalam kesehatan fisik. Siswa dapat menggunakan informasi ini untuk mempelajari kesehatan mereka dan, jika terjadi sesuatu yang tidak beres, untuk segera menghubungi tenaga

---

medis untuk mendapatkan bantuan. Pendidikan Kader Kesehatan Muda, atau KKR (Dokter Kecil) Tujuan dari kurikulum ini adalah untuk mempersiapkan siswa menjadi dokter muda atau kader kesehatan muda yang dapat membantu teman-teman yang membutuhkan konseling dasar atau pertolongan pertama di masa mendatang. Siswa dapat memperoleh informasi kesehatan dasar dan bantuan dengan lebih mudah dengan bantuan kader kesehatan ini. *Ketiga*, Perilaku Kesehatan Lingkungan yaitu Kebiasaan baik yang berhubungan dengan lingkungan termasuk dalam bagian ini. Tindakan berikut termasuk dalam kategori ini dengan menggunakan toilet yang bersih dan sehat, menggunakan air bersih, membuang sampah pada tempatnya, berpartisipasi aktif dalam menciptakan lingkungan sekolah yang bebas dari jentik nyamuk dan asap rokok.

Menurut Kepala Sekolah, “secara keseluruhan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah ini sudah sangat baik. Perilaku sehat di Sekolah ini sudah sangat baik. Hal ini juga dikemukakan oleh RA sebagai pembina UKS yaitu “perilaku sehat pada siswa di sekolah ini sudah baik, terbukti dengan kesehatan siswa untuk menjaga sehat”. Hal yang sama juga disampaikan oleh Pikri, seorang guru Bimbingan dan Konseling (BK) ditan. Menurut nya; “program-program kesehatan di sekolah ini, seperti perilaku sehat dan pencarian pengobatan, sangat baik dan efektif dalam membentuk karakter serta kebiasaan hidup sehat siswa. Sebagai guru BK, Bapak Pikri melihat bahwa kegiatan ini tidak hanya membantu menjaga kesehatan fisik siswa, tetapi juga berperan penting dalam mendukung kesehatan mental dan kesejahteraan emosional mereka. Bapak Pikri menilai upaya menjaga kebersihan, pemanfaatan fasilitas kesehatan, dan pembiasaan perilaku hidup sehat sangat relevan dalam pembinaan siswa. Beliau menekankan bahwa siswa yang sehat jasmani dan rohani akan lebih mampu mengembangkan diri secara akademis dan sosial, sehingga program ini memberikan dampak positif yang luas bagi kehidupan siswa di dalam dan luar sekolah.”

Data berikut ditemukan saat wawancara selesai dilakukan untuk setiap kebiasaan sehat yang menjadi salah satu penanda Program Sekolah Sehat sangat baik yaitu: *Pertama*, Cuci tangan dengan air sabun sebelum makan. Cuci tangan sebelum makan, salah satu kebiasaan sehat terpenting dalam Program Sekolah Sehat yang di lakukan oleh warga sekolah adalah dengan mencuci tangan dengan sabun dan air. Tujuan mereka dari latihan ini adalah untuk mengurangi kemungkinan penularan infeksi dan penyakit yang mungkin diakibatkan oleh bakteri dan kuman yang menempel di tangan. Hal ini juga di ungkapkan oleh ibu Rizka sebagai petugas UKS berpendapat “dengan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), seperti mencuci tangan dengan sabun dan menjaga kebersihan lingkungan.” Saat dilakukan pengamatan atau observasi bahwa memang benar siswa saat sebelum makan mereka mencuci tangan dahulu menggunakan sabun yang telah di sediakan oleh pihak sekolah, dan juga kran air nya setiap kelas ada di depan kelas mereka.

*Kedua*, melakukan olahraga secara teratur. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa olahraga di sekolah cukup diminati dan banyak diikuti oleh warga sekolah. Beberapa cabang olahraga yang dimainkan adalah senam, jalan santai, voli ball, futsal, basket, dan bulu tangkis. Semua kegiatan tersebut dikoordinasikan dengan baik oleh guru olahraga, yang memastikan bahwa setiap kegiatan berjalan lancar dan efisien. Tingkat keterlibatan yang tinggi menunjukkan bahwa olahraga telah menjadi elemen penting dalam rutinitas sekolah, yang meningkatkan kesehatan fisik dan menumbuhkan rasa kebersamaan di antara siswa. Lebih jauh lagi, berbagai kegiatan olahraga memungkinkan para siswa untuk memilih kegiatan yang sesuai dengan minat dan keterampilan mereka, yang memungkinkan mereka untuk memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan kebugaran fisik dan mendorong hubungan sosial yang baik. Hal ini di sesuai dengan wawancara dengan Harlani. Olahraga memiliki dampak besar pada kesehatan dan perilaku positif siswa. Partisipasi rutin dalam berbagai olahraga di sekolah, termasuk bulu tangkis, basket, voli, futsal, senam, dan jalan kaki, bermanfaat bagi kesejahteraan fisik dan emosional anak-anak. Saya memastikan bahwa acara-acara ini berjalan dengan baik dan terkoordinasi dengan baik untuk memaksimalkan keterlibatan siswa. Ini terbukti pada acara aksi bergizi serentak yang di adakan pada tanggal 30 agustus 2024 kegiatannya dimulai dengan jalan santai, senam bersama dan olahraga, makan makan bergizi dan lomba-lomba.

*Ketiga*, pemanfaatan ruangan UKS. Pemanfaatan ruang UKS di rasakan amat penting dalam sekolah karena siswa yang mengalami keluhan kesehatan ringan kerap memanfaatkan UKS sebagai tempat berobat atau beristirahat dan menyediakan tempat untuk pemeriksaan kesehatan rutin. Namun, tidak semua siswa mengetahui bahwa UKS dapat digunakan untuk konsultasi masalah kesehatan yang lebih umum, seperti gizi dan kesehatan mental. UKS dikelola oleh guru yang memiliki pengetahuan dasar tentang kesehatan. Dalam beberapa kasus, pihak sekolah bekerja sama dengan Puskesmas terdekat untuk mendapatkan dukungan tenaga medis, seperti perawat atau dokter yang datang secara berkala. Penambahan tenaga medis yang pelatihan secara khusus kadang-kadang datang ke sekolah untuk memberikan penambahan ilmu kepada siswa yang tergolong dalam kegiatan PMR. Saat di lakukan observasi UKS SMAN 1 Indralaya Selatan juga mendukung program-program penting dalam kesehatan contohnya: kampanye sekolah sehat, semarak gerakan sehat dan Gerakan Nasional Aksi bergizi serentak tahun 2024. Diruang UKS sudah lengkap adanya 2 tempat tidur, 2 baskom cuci tangan, Tensi meter, themometer, timbangan untuk ukur BB dan TB dan terdapat obat-obatan yang sudah lengkap selalu tersedia untuk anak-anak yang sakit untuk pertolongan pertama. Pemanfaatan ruang UKS di sekolah ini sangat penting untuk meningkatkan kesehatan siswa. Siswa, petugas UKS, dan tenaga kesehatan memiliki pendapat berikut tentang pemanfaatan ruang UKS. Guru dan staf medis selalu siap membantu, dan fasilitasnya rapi dan ramah. Terutama saat mereka merasa sakit di sekolah, dan juga bahwa ruang UKS sangat bermanfaat bagi Mereka. Kata siswa saat di wawancara "UKS membantu kami untuk beristirahat dan mendapatkan pertolongan pertama saat kami sakit. Siswa lainnya menjelaskan, "Ketika kita merasa pusing atau sakit, kita bisa langsung pergi ke fasilitas kesehatan untuk beristirahat sejenak. Ini sangat berguna agar kita tidak perlu pulang lebih awal dan bisa melanjutkan pelajaran ketika sudah merasa lebih baik." (wawancara tanggal 29 Agustus 2024). Guru UKS yang bertugas dalam kegiatan di ruang UKS juga menjelaskan tujuan dan manfaat ruang tersebut. Seorang guru UKS menjelaskan, "Kami memanfaatkan ruang UKS untuk memberikan pertolongan pertama kepada murid yang sakit atau mengalami luka ringan. Kami juga memanfaatkan ruang ini untuk penyuluhan kesehatan, yang meliputi sosialisasi tentang pentingnya kebersihan dan kesehatan, serta pemeriksaan kesehatan secara berkala. Selain untuk pengobatan, ruang UKS juga digunakan sebagai tempat konsultasi bagi para siswa yang memerlukan bimbingan dan konseling mengenai pola hidup sehat, meliputi gizi dan kebersihan diri karena BK tergabung dengan UKS." Petugas kesehatan yang rutin berkunjung ke sekolah mengapresiasi peran fasilitas UKS dalam mendukung program kesehatan sekolah. Mereka menyatakan, "Ruang UKS ini sangat penting sebagai pusat kesehatan di sekolah. Kami dapat melakukan pemeriksaan rutin di sini, seperti pemeriksaan mata, gigi, tensi darah, berat badan, tinggi badan, pil tambah darah dan imunisasi, sesuai dengan program dinas kesehatan. Selain itu, kami juga melatih guru UKS dalam penanganan darurat dan pertolongan pertama. Petugas kesehatan tersebut juga menyatakan, "Dengan ruang UKS yang layak dan terawat, kami dapat memastikan bahwa siswa yang membutuhkan pertolongan medis dapat menerimanya dengan cepat. Selain itu, fasilitas di ruang UKS sangat menunjang pengajaran kesehatan yang rutin kami berikan di sekolah ini." Ruang UKS tidak hanya dimanfaatkan untuk mengobati siswa yang sakit, tetapi juga untuk memberikan edukasi dan sosialisasi tentang kesehatan. Siswa, guru UKS, dan petugas kesehatan semuanya mendapatkan manfaat langsung dari tersedianya ruang ini. Siswa mendapatkan perawatan dan tempat untuk beristirahat, guru UKS memberikan instruksi dan pertolongan pertama dengan baik, dan petugas kesehatan dapat melakukan pemeriksaan rutin dan konseling kesehatan dengan lebih efisien.

*Keempat*, mengkonsumsi makanan sehat bergizi. Sebagai sekolah yang mendukung Program sekolah sehat, sekolah berperan penting dalam memotivasi siswa untuk menerapkan kebiasaan makan yang seimbang dan sehat. Pola makan yang sehat ini mendukung program Sekolah Sehat dan meningkatkan prestasi akademik serta kesehatan fisik dan emosional anak-anak di sekolah, prestasi mereka meningkat dan mereka tidak gampang pingsan dan gampang sakit. Konsumsi makanan sehat dengan gizi seimbang di sekolah ini merupakan bagian penting dari upaya sekolah dalam mendukung program kesehatan siswa. Dengan adanya kerjasama antara pihak sekolah, kantin, dan siswa, pola makan sehat dapat diterapkan secara lebih optimal

---

untuk meningkatkan kesehatan dan prestasi belajar siswa. Program sekolah sehat ini sangat lah mendukung anak-anak karena mereka mengerti akan isi piring ku sesuai dengan apa yang di kemukaan 4 orang anak yaitu noor hariza, saskia kirana, nevada dan yogic pratama mereka mengemukakan: “sejak mengkonsumsi makan sehat dan olahraga setiap hari jumat anak-anak tidak mudah sakit, mengantuk dan mereka teman-teman sangat semangat dalam mendapatkan ilmu dan mereka kami dan teman-teman tidak gampang sakit.” Seperti contoh kegiatan Gerakan Nasional Aksi bergizi Serentak yang di lakukan Indralaya selatan pada tanggal 30 Agustus 2024 semua anak ikut serta dalam kegiatan itu tak ketinggalan juga wali siswa, pak camat kematan Indralaya Selatan, kepala Puskesmas, kepala sekolah sekolah ikut serta juga dalam kegiatan ini. Kegiatan ini juga dimulai dari jalan santai, olahraga/senam, lomba membawa makanan bergizi dari rumah yang sering disebut anak isi piringku yang di lihat makanan apa yang mereka bawa, sudah lengkap, sudah bergizi ada buah dan ada susunya.

*Kelima*, berperan aktif mewujudkan lingkungan sekolah bebas rokok dan Narkoba. Salah satu elemen kunci dalam membangun lingkungan sekolah yang aman dan sehat adalah menyingkirkan tembakau dan alkohol dari lingkungan sekolah. Melalui peraturan, pengawasan, dan instruksi, sekolah memainkan peran kunci dalam membantu siswa-siswa menghindari efek berbahaya dari narkoba dan rokok. Pedoman ketat yang mengatur larangan merokok dan penggunaan narkoba di sekolah harus ditetapkan. Sanksi yang jelas untuk pelanggaran harus menjadi bagian dari kebijakan di sekolah ini, dan semua siswa, guru, dan personel sekolah harus diberi tahu tentang hal itu. Guru Bimbingan dan konseling berupaya memberikan konseling rutin tentang risiko yang terkait dengan narkoba dan merokok, yang melibatkan Pusat Kesehatan, Badan Narkotika Nasional (BNN), atau fasilitas medis lainnya. Seminar, diskusi kelas, atau alat bantu visual seperti film dan poster pendidikan semuanya telah digunakan untuk menyampaikan materi tentang narkoba dan rokok ini, dan juga guru BK memberikan layanan yang sifat nya membangun siswa agar terhindar dari hal-hal yang berbahaya.

Sekolah juga meningkatkan keamanan di gedung sekolah, terutama di lokasi berisiko tinggi seperti toilet, tempat parkir, dan ruang di luar kelas. Pemantauan guru piket setiap hari dan kehadiran satpam sekolah membantu mencegah anak-anak membawa atau menggunakan narkoba dan rokok di kelas. F selaku guru BK mengatakan, “Anak-anak sering dikontrol setiap hari oleh guru piket dan satpam. mereka mengawasi siswa pada jam jam rawan sehingga anak-anak dapat belajar dengan aktif dan juga mereka diberikan sosialisasi setiap hari Jumat yaitu layanan klasikal. Sekolah berkerjasama dengan pihak puskesmas melakukan skaning rokok berapa kadar pernapasan mereka di paru- paru, juga berkerjasama dandan BNN dalam pemberian sosialisasi tentang dampak narkoba bagi kalangan remaja/SMA.” Dari hasil observasi siswa SMA di Indralaya Selatan, dapat diketahui bahwa pihak sekolah telah mengambil langkah proaktif untuk menyediakan lingkungan yang aman dan sehat dengan membangun lingkungan sekolah yang bebas narkoba dan asap rokok. Upaya ini bertujuan untuk melindungi siswa dari dampak buruk dan pengaruh negatif yang dapat ditimbulkan dari penggunaan zat berbahaya seperti rokok dan narkotika, yang dapat membahayakan kesehatan fisik dan emosional serta berdampak pada prestasi akademik mereka. Selain menegakkan kebijakan ketat terhadap narkoba dan asap rokok, sekolah juga secara aktif melibatkan siswa dalam berbagai kampanye yang konstruktif. Siswa menjadi agen perubahan di lingkungan sekolah melalui keterlibatan aktif ini, membantu menyebarkan pesan penting tentang menjalani hidup sehat.

Pembuatan poster yang menyoroti risiko narkoba dan rokok merupakan salah satu jenis kampanye yang sedang berlangsung. Siswa menyampaikan kesehatan yang kuat melalui bakat artistik yang mudah dipahami oleh teman sekelas mereka yang saat ini di lakukan dalam kegiatan Projek Penguatan Profil Pelajar Pancasila (P5) di sekolah. Selain itu, para siswa mengekspresikan diri mereka melalui pertunjukan seni yang mendukung program ini. Pertunjukan seni memberi siswa kesempatan untuk memamerkan keterampilan mereka sekaligus menyebarkan kesadaran akan pentingnya menjalani gaya hidup sehat tanpa merokok dan penggunaan rokok. Hal ini meningkatkan minat siswa untuk menggunakan metode yang inovatif dan menarik untuk mengajarkan orang lain tentang risiko yang terkait dengan zat

berbahaya. Kampanye ini juga mempromosikan kegiatan yang berhubungan dengan olahraga. Sekolah menghimbau siswa untuk lebih menjaga kesehatan fisik mereka sambil menghindari perilaku yang merugikan seperti merokok dan penggunaan narkoba dengan menyelenggarakan acara olahraga. Berpartisipasi dalam olahraga tidak hanya meningkatkan kesehatan fisik tetapi juga menumbuhkan rasa persahabatan di antara siswa, sehingga mereka dapat saling membantu menciptakan suasana yang bebas narkoba dan rokok. Melalui berbagai program ini, SMA di Indralaya Selatan tidak hanya bertujuan untuk menciptakan suasana yang aman tetapi juga memberikan para siswa keterampilan dan informasi yang mereka butuhkan untuk menjalani perilaku sehat dan melindungi diri mereka dari pengaruh berbahaya di luar kelas. Dan juga sekolah dapat menciptakan lingkungan hijau, segar, asri yang aman dan sehat yang mendukung prestasi akademik dan perkembangan siswa secara umum dengan menggabungkan peraturan yang ketat, kerjasama dengan orang tua siswa baik di rumah maupun di sekolah, pengawasan ketat, dan layanan konseling.

*Keenam*, pemanfaatan kantin sehat. Sekolah ini sendiri mengelola Kantin Sehat, Kantin ini berperan penting dalam menyediakan makanan dan minuman sehat bagi instruktur, staf, dan siswa. Selain menjaga kebersihan dan mutu makanan yang disediakan, tujuan utama kantin sehat ini adalah untuk mendorong semua warga sekolah untuk mengikuti kebiasaan makan sehat. Keunggulan Kantin Sehat antara lain: Menyediakan Makanan dan Minuman Bergizi: Hanya makanan dan minuman yang memenuhi standar gizi yang dianjurkan yang tersedia di kantin sehat ini, meliputi: Makanan bergizi dan seimbang yang kaya buah, sayur, protein, dan karbohidrat. Air mineral, susu, dan jus buah tanpa gula adalah contoh minuman sehat. Hindari makanan olahan, makanan cepat saji, dan minuman bersoda yang tidak sehat. Dalam kebersihan dan kerapian kantin juga menjaga kantin sekolah dan area penyajian makanan tetap bersih merupakan salah satu perhatian utama kantin sehat ini. Untuk menjamin kondisi higienis: Semua makanan disiapkan dan disajikan sesuai dengan pedoman sanitasi yang ketat. Saat memasak makanan, karyawan muda harus mengenakan sarung tangan dan celemek, di antara perlengkapan pelindung lainnya. Lingkungan kantin, terutama tempat duduk dan area penyajian makanan, selalu dijaga kebersihannya, begitu pula dengan peralatan memasak dan peralatan makan. Pihak sekolah dan tim dari puskesmas yang menjadi bagian dari tim kesehatan, termasuk guru UKS, perawat, dokter, atau konselor kesehatan, juga secara rutin melakukan pengecekan terhadap kantin sehat ini.

Tujuan dari pengawasan ini adalah untuk memastikan bahwa makanan yang disediakan memenuhi kebutuhan gizi siswa. Bahan makanan yang digunakan selalu berkualitas tinggi, segar, dan aman dikonsumsi. Hindari penggunaan bahan makanan yang berbahaya seperti pewarna makanan buatan atau bahan pengawet. Sekolah harus mengelola sarana belajar yang dimilikinya, termasuk di dalamnya laboratorium, perpustakaan, mushalla, dan kantin [8]. Dukungan Kesehatan Siswa dengan menyediakan makanan sehat, kantin ini menjaga siswa tetap sehat dan bersemangat sehingga mereka dapat berpartisipasi dalam kegiatan belajar mengajar dengan lebih giat dan penuh perhatian. Selain itu, pertumbuhan fisik dan mental siswa dapat ditingkatkan dengan mengonsumsi makanan sehat. Siswa di Indralaya Selatan diimbau untuk tidak mengonsumsi makanan tidak sehat, seperti makanan cepat saji, makanan manis, atau minuman bersoda, karena dapat berdampak buruk bagi kesehatan dalam jangka panjang. Hal ini dapat terwujud dengan tersedianya kantin sehat. Selain mencegah kemungkinan penularan penyakit dan menjaga lingkungan sekolah tetap sehat, kebersihan dan higienitas kantin secara umum memberikan ketenangan pikiran bagi seluruh warga sekolah saat mereka makan disana. Kantin sehat sekolah merupakan komponen penting dari inisiatif sekolah untuk menumbuhkan suasana yang mendorong semua siswa untuk menjalani hidup sehat. Kantin ini secara signifikan meningkatkan kesejahteraan dan standar hidup siswa, staf pengajar, dan personel sekolah dengan menyediakan makanan dan minuman sehat, menjaga kebersihan area, dan mendidik masyarakat tentang pentingnya mengonsumsi makanan yang seimbang. Siswa mendapatkan edukasi kesehatan di kantin sehat, khususnya mengenai kebersihan makanan yang baik. Kantin sehat ini menyediakan makanan sehat setiap harinya. Ini dapat dilihat dari hasil wawancara dan dokumentasi langsung di lapangan. Wawancara dilakukan pada tanggal 30 Agustus 2024 yaitu

---

“makanan yang di jual di kantin sudah sesuai dengan arahan dari petugas penyuluhan kesehatan yaitu menyediakan makanan yang bersih, higienis, Martabak isi kenyang, cireng suir ayam, parutan kentang, risol isi sayur, bakso ayam juga menjual makan siang yaitu nasi dengan lauk berv pada tanggal ariasi setiap harinya dan air nya di gunakan yaitu air kangen water yang mana ai itu yang memiliki PH tinggi rata-rata bersifat basa PH 8-9. Piring yang di pakai juga piring dan gelas yang di sediakan di kantin mengurangi sampah plastik”.

Pada tanggal 27 Agustus 2024 tentang program sehat sekolah, sejumlah siswa diwawancarai khususnya terkait kantin sehat yang di adakan di sekolah dan tidak menggunakan kantong plastik. Pendapat siswa mengenai sekolah sehat pada kantin yaitu: (1) Nevada dan Azizah, Kedua siswa ini menyatakan “kepuasan mereka terhadap program sekolah yang sehat, khususnya terkait kebijakan kantin yang melarang penggunaan kantong plastik. Mereka mengatakan bahwa ini adalah langkah cerdas untuk mengurangi sampah plastik, menjadikan suasana sekolah lebih bersih dan ramah lingkungan. Mereka mendukung upaya ini karena mereka memahami bahaya yang ditimbulkan plastik sekali pakai terhadap lingkungan, khususnya dalam hal mencemari sampah plastik yang sulit terurai”; (2) M. Revan dan Noor Hariza juga mengungkapkan pandangan yang serupa. Mereka menjelaskan bahwa “karena kafetaria sekolah menggunakan piring dan gelas mereka sendiri untuk makanan dan minuman, praktik ini sangat bermanfaat dalam meminimalkan sampah plastik. Selain itu, orang-orang terkadang membawa gelas dan piring mereka sendiri dari rumah, yang mendukung inisiatif untuk mengurangi penggunaan plastik sekali pakai. Siswa percaya bahwa mereka membantu melestarikan lingkungan dan menumbuhkan perilaku yang lebih ramah lingkungan di sekolah dengan cara ini”. Hasil wawancara dengan siswa, yaitu Azizah, Nevada, M. Revan, dan Noor Hariza, menunjukkan bahwa mereka sangat mendukung program sekolah sehat, khususnya dalam konteks pengurangan sampah plastik di kantin sekolah. Dengan adanya kebijakan kantin untuk tidak lagi menggunakan kantong plastik dan menghimbau penggunaan piring dan gelas yang dapat dipakai ulang, program ini berhasil meningkatkan kepedulian lingkungan sekaligus mendukung terciptanya kebiasaan yang lebih sehat dan berkelanjutan.

Guna memastikan kantin sekolah telah menjalankan protokol kesehatan yang tertuang dalam Program Sekolah Sehat, petugas kesehatan dari puskesmas Tebing gerinting melakukan kunjungan monitoring pada tanggal 7 Agustus 2024. Petugas kesehatan yang dapat tergabung dalam tim UKS (Upaya Kesehatan Sekolah) atau pihak lain yang ditunjuk oleh pihak sekolah sangat berperan dalam melakukan monitoring dan memastikan kantin sekolah telah memenuhi ketentuan higienis dan kesehatan. Petugas kesehatan menyatakan bahwa "Kantin harus menjaga kebersihan dengan ketat, baik dalam pengolahan maupun penyajian makanan. Semua peralatan makan dan minum harus dibersihkan secara teratur, dan lingkungan kantin harus selalu dijaga kebersihannya. Hal ini sangat penting untuk mencegah penyebaran penyakit dan menjaga kesehatan siswa, Kantin harus memastikan bahwa semua bahan makanan yang digunakan segar dan bebas dari bahan kimia berbahaya seperti pengawet dan pewarna buatan. Kami juga akan menampilkan kualitas makanan yang disajikan agar sesuai dengan standar gizi yang telah ditetapkan dalam program sekolah sehat, Untuk mencegah kontaminasi bakteri, pengolahan makanan di kantin harus dilakukan secara higienis, termasuk memastikan makanan disiapkan pada suhu yang tepat. Untuk memastikan kebersihan, karyawan kantin juga harus mengolah makanan sambil mengenakan sarung tangan dan alat pelindung lainnya, Selain itu, kantin perlu mengelola sampah secara efektif, khususnya sampah plastik. Sebagai bagian dari program Prakarsa Sekolah Sehat yang berupaya mengurangi sampah plastik, kantin diharuskan menggunakan peralatan makan yang dapat digunakan kembali, seperti piring dan gelas kantin. “ Petugas kesehatan menggarisbawahi bahwa kantin sekolah telah mematuhi protokol kesehatan yang ketat sesuai dengan standar Program Sekolah Sehat. Protokol tersebut meliputi pengolahan yang higienis, penggunaan bahan makanan yang sehat, menjaga kebersihan, menyediakan menu yang sehat, dan mengelola sampah secara bertanggung jawab terhadap lingkungan.

Tujuan dari pemantauan ini adalah untuk memastikan bahwa kantin sekolah merupakan lingkungan yang aman yang mendukung kesehatan seluruh siswa dan personel sekolah. Pemantauan ini penting untuk memastikan kesehatan dan kesejahteraan seluruh komunitas

sekolah, menurunkan risiko penyakit terkait makanan, dan mendorong iklim sekolah yang baik yang mendorong kemajuan siswa. Pemantauan perlu dilakukan sesuai dengan jadwal, SOP, dan terintegrasi dengan usaha kesehatan sekolah [9]. Pastikan kantin tidak menjual produk yang mengandung gula, garam, atau bahan kimia berlebihan yang membahayakan kesehatan siswa. Jaga kebersihan di area kantin, termasuk tempat duduk, ruang pelayanan, dan fasilitas sanitasi, untuk mengurangi risiko kontaminasi atau penularan penyakit. Kantin harus mematuhi peraturan kesehatan seperti penyimpanan makanan yang memadai, penggunaan makanan segar, dan praktik kebersihan staf kantin. Secara umum persyaratan kantin sehat yaitu bersih, aman, dan bergizi [10]. Evaluasi dilakukan untuk meninjau apakah program sudah berjalan sesuai dengan harapan atau belum [11]. Program evaluasi pengembangan perilaku sehat telah menunjukkan hasil yang positif dengan beberapa indikator keberhasilan dari berbagai aspek yang telah dilaksanakan dalam kehidupan sehari-hari warga sekolah yaitu (1) Pengembangan perilaku sehat siswa telah berhasil didorong secara efektif melalui Program Sekolah Sehat. Program ini melibatkan sejumlah langkah, termasuk pembentukan kegiatan olahraga rutin, penggunaan fasilitas UKS, praktik cuci tangan, dan keberadaan kantin sehat. Secara bersama-sama, elemen-elemen ini bekerja untuk meningkatkan pemahaman siswa tentang pentingnya menjaga kesehatan mereka. Siswa yang menerima pendidikan kesehatan berkelanjutan juga dijamin untuk memahami dan memasukkan perilaku sehat dalam kehidupan sehari-hari mereka; (2) Elemen yang mendukung sangat penting dalam keberhasilan program ini adalah partisipasi aktif semua warga sekolah, termasuk guru dan petugas kesehatan. Ketersediaan fasilitas kesehatan, seperti UKS dengan peralatan medis dasar, kantin sehat dengan menu bergizi, dan tempat cuci tangan dengan air mengalir yang tersebar di berbagai lokasi sekolah, merupakan fitur yang didukung dengan baik.

Keterlibatan Aktif Guru dan Siswa secara aktif berkontribusi pada pendidikan kesehatan, sementara siswa berpartisipasi dalam berbagai program kesehatan, termasuk olahraga dan ekstrakurikuler PMR. Dan kerjasama dengan Pihak Luar seperti contoh petugas kesehatan yang setiap bulan memeriksa siswa yaitu pemeriksaan tensi darah, TB, BB, buta warna, dan 6 bulan sekali memberikan tablet tambah darah untuk siswa perempuan dan juga adanya bantuan Arwana Factory dalam bentuk pohon yang diberikan untuk ditanam kembali menunjukkan manfaat bersama antara sekolah dan masyarakat di sekitarnya. Kepala sekolah dapat memilih memberdayakan petugas kesehatan atau tidak dalam UKS [12]. Dan ada juga hambataannya antara lain yaitu: Kesadaran yang Tidak Merata, meskipun sebagian besar siswa mematuhi program dengan baik, sejumlah kecil siswa masih kurang memahami secara menyeluruh tentang pentingnya menjaga kebersihan dan perilaku sehat. Sumber Daya yang Terbatas terkadang, masih terdapat masalah dengan ketersediaan pasokan medis dan fasilitas pemeliharaan, yang mencegah beberapa program beroperasi dengan sebaik-baiknya. Waktu pelaksanaan yang Terbatas karena sifat kehidupan akademis yang sibuk, kegiatan terkait kesehatan tertentu, seperti olahraga atau sosialisasi kesehatan, harus dijadwalkan lebih fleksibel agar tidak mengganggu proses belajar mengajar; (3) Untuk lebih meningkatkan efektivitas Program Sekolah Sehat, sejumlah pengembangan harus dilakukan, termasuk Peningkatan Fasilitas Medis Peningkatan kemampuan UKS dengan memasang peralatan medis yang lebih lengkap dan memperluas tempat cuci tangan di lokasi-lokasi utama. Pendidikan Kesehatan yang Lebih Intensif dengan mendorong siswa untuk menerapkan kebiasaan sehat secara teratur dengan menghadirkan tenaga medis sebagai konselor, agar mereka lebih menyadari pentingnya menjalani gaya hidup sehat.

Sekolah merupakan sebuah sistem yang dibangun dari komponen tujuan, proses, SDM, materi, dan evaluasi yang tertuang dalam kurikulum [13]. Kegiatan sekolah harus didukung oleh semua pihak, termasuk siswa. Meningkatkan keterlibatan siswa, mendorong siswa yang saat ini tidak berpartisipasi dalam program kesehatan dengan menawarkan hadiah atau insentif kepada mereka yang secara konsisten menegakkan kebiasaan sehat, misalnya perluasan aktivitas Olahraga akan meningkatkan jangkauan dan frekuensi aktivitas olahraga yang sejalan dengan minat siswa sekaligus mengoptimalkan jumlah waktu yang dialokasikan untuk program kesehatan tanpa mengganggu kurikulum inti. Berdasarkan pengamatan/observasi di atas,

---

Evaluasi program sekolah sehat telah membuahkan hasil yang menggembirakan dan berhasil mencapai tujuan utamanya. Perilaku sehat siswa telah meningkat sebagai hasil dari program ini, dan telah lahir generasi yang lebih peduli dengan kesejahteraan fisik dan mental mereka. Secara keseluruhan, melalui berbagai upaya konstruktif termasuk poster, pameran seni, dan kegiatan atletik, siswa menjadi lebih terlibat dalam berbagai kegiatan yang dilakukan dalam hidup sehat.

Keterlibatan antusias anak-anak dalam kampanye kesehatan ini menunjukkan semakin besarnya pemahaman tentang pentingnya menjaga kesehatan dan menjauhi perilaku tidak sehat seperti merokok dan promosi narkoba. Siswa telah berhasil memasukkan perilaku sehat ke dalam kehidupan sehari-hari mereka sebagai hasil dari berbagai kegiatan ini. Akan tetapi, meskipun sebagian besar tujuan program telah tercapai, masih ada beberapa hal yang dapat ditingkatkan untuk memperoleh hasil terbaik, seperti: Perluasan Pendidikan Kesehatan: Meskipun program dan upaya penjangkauan telah berhasil, lebih banyak pihak, seperti tenaga medis atau organisasi luar, harus dilibatkan dalam pendidikan kesehatan untuk membantu siswa lebih memahami berbagai aspek kesehatan, seperti pencegahan penyakit, kesehatan mental, dan gizi. Untuk memberikan layanan kesehatan terbaik bagi anak-anak, ruang UKS dan fasilitas medis sekolah juga harus ditingkatkan. Ruang juga harus di pisahkan antara ruangan bimbingan dan konseling ruang UKS. Fasilitas yang memadai akan memfasilitasi pengembangan suasana yang lebih sehat dan siap untuk menangani masalah kesehatan yang memengaruhi siswa secara efisien dan efektif. Sekolah dapat lebih mengoptimalkan upaya dalam melahirkan peserta didik yang cerdas, sehat, dan siap menghadapi tantangan masa depan dengan pola hidup positif melalui perubahan pendidikan kesehatan dan sarana pendukung.

#### **4. Kesimpulan**

Kesimpulan penelitian ini adalah program sekolah sehat memberikan pengaruh yang signifikan dalam membentuk perilaku positif peserta didik. Program ini berkontribusi dalam pengembangan perilaku hidup sehat siswa melalui berbagai kegiatan, seperti sosialisasi kebersihan, penyediaan fasilitas kebersihan, dan kampanye gaya hidup sehat. Hal ini meningkatkan pengetahuan siswa tentang pentingnya perilaku sehat, menjadi langkah awal yang efektif dalam mendukung pengembangan kebiasaan hidup sehat. Evaluasi menunjukkan peningkatan perilaku sehat berkat tim kerjasama yang melibatkan Guru BK, UKS, guru olahraga, petugas kantin sehat, dan petugas puskesmas. Siswa mulai mengadopsi kebiasaan makan sehat dan memahami pentingnya pola makan yang seimbang. Tujuan utama program, yaitu meningkatkan pengetahuan siswa tentang pentingnya perilaku hidup sehat, dicapai melalui pendidikan jasmani, pendidikan gizi, sanitasi lingkungan, dan layanan kesehatan sekolah. Siswa telah mengajarkan praktik kebersihan pribadi, olahraga, dan gizi ke dalam rutinitas harian mereka, seperti mencuci tangan, menyiapkan makanan sehat, memanfaatkan kantin sehat, dan berolahraga teratur.

#### **Daftar Pustaka**

- [1] M. Astuti, F. Ismail, and W. Puspita, "Evaluation of the Learning Methods of Malay Educational Values in the Formation of Students ' Character," 2024, vol. 10, no. 1, pp. 582–591. [Online]. Available: <https://proceedings.radenfatah.ac.id/index.php/ISSHMIC>
- [2] Y. Kusdiah, M. Sriwati, Kasnawati, and R. Sampe, "Peran Pendidikan Lingkungan dalam Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Tentang Pengelolaan Sampah," *J. Rev. Pendidik. dan Pengajaran*, vol. 7, no. 3, pp. 7415–7421, 2024.
- [3] A. Ridho, K. E. Wardhana, A. S. Yuliana, I. N. Qolby, and Z. Zalwana, "Implementasi Pendidikan Multikultural Berbasis Teknologi Dalam Menghadapi Era Society 5.0," *Educ. J. Pendidikan, Pengajaran, dan Pembelajaran*, vol. 7, no. 3, pp. 195–213, 2022, doi: 10.21462/educasia.v7i3.131.
- [4] W. Puspita, *Manajemen Konflik (Suatu Pendekatan Psikologi, Komunikasi, dan Pendidikan)*. Yogyakarta: Deepublish, 2018.

- [5] A. R. Zu'ma, "Relevansi Pemikiran Pendidikan Ki Hajar Dewantara dengan Layanan Bimbingan Konseling dalam Konteks Kurikulum Merdeka," *J. Pendidik. dan Konseling*, vol. 5, no. 2, pp. 3250–3256, 2023.
- [6] W. Budiarto and Syukri, "Evaluasi Program Pelaksanaan Sekolah Sehat Berkarakter di SMP Negeri 1 Pontianak.," Universitas Pontianak., 2021.
- [7] A. C. Simanjuntak, O. W. Angkejaya, and S. Yakobus, "Hubungan Kualitas Tidur Dengan Indeks Prestasi Kumulatif Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura," *J. Rev. Pendidik. dan Pengajaran*, vol. 6, no. 3, pp. 651–658, 2023.
- [8] Nurlaila and L. P. Lestari, *Administrasi dan Supervisi Pendidikan*. Palembang: Puspita Jaya Barokah, 2025.
- [9] N. Nuryanto, F. Ma'aruf, and B. C. Purnomo, "Analisis Kualitas Proses Layanan Kesehatan Lingkungan Dengan Pendekatan Quality Improvement Process (QIP)," *J. Kesehat. Lingkung. Indones.*, vol. 23, no. 2, pp. 215–225, 2024, doi: 10.14710/jkli.23.2.215-225.
- [10] A. Indrawati, R. Haris, and A. Hafidah, "Pemberdayaan Lingkungan Sekolah Melalui Program Kantin Sehat," *J. Masy. Mandiri*, vol. 8, no. 6, pp. 2–10, 2024, [Online]. Available:  
<http://repositorio.unan.edu.ni/2986/1/5624.pdf><http://fiskal.kemenkeu.go.id/ejournal>  
<http://dx.doi.org/10.1016/j.cirp.2016.06.001><http://dx.doi.org/10.1016/j.powtec.2016.12.055><https://doi.org/10.1016/j.ijfatigue.2019.02.006><https://doi.org/10.1016/j.ijfatigue.2019.02.006>
- [11] E. Suprpto et al., "Pelatihan Peningkatan Kompetensi Evaluasi Autentik dalam Pembelajaran Merdeka Belajar Kurikulum Merdeka (MBKM) Jenjang Pendidikan SMK," *J. Pengabd. Mandiri*, vol. 1, no. 11, 2022, [Online]. Available:  
<http://www.ifpri.org/themes/gssp/gssp.htm>[http://files/171/Cardon - 2008 - Coaching d'équipe.pdf](http://files/171/Cardon%20-%202008%20-%20Coaching%20d%27equipe.pdf)<http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203><http://mpoc.org.my/malaysian-palm-oil-industry/><https://doi.org/10.1080/23322039.2017>
- [12] Yuniati, F. Novitry, and E. Heryanto, "Faktor yang Berhubungan dengan Hygiene Sanitasi Makanan Jajanan di Kantin Sekolah," *Lentera Perawat*, vol. 5, no. 1, pp. 87–96, 2024, doi: 10.52235/lp.v5i1.286.
- [13] M. Astuti and F. Ismail, *Pengantar Kurikulum Pendidikan Agama Islam Referensi untuk Perguruan Tinggi Kependidikan Islam*. Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia: Puspita Jaya Barokah, 2025.
-