

II. TINJAUAN PUSTAKA

A. Pendidikan Kesehatan

Pendidikan Kesehatan merupakan bagian integral dari proses pendidikan secara keseluruhan. Oleh karena itu bidang pengajaran pendidikan kesehatan memiliki peranan yang sangat penting dan strategis sekali dalam upaya meningkatkan sumber daya manusia yang berkualitas, terutama dalam segi fisik dan mental.

Pengertian pendidikan kesehatan dalam pedoman khusus yang diterbitkan oleh Kurikulum Pendidikan Dasar tahun 1994 dalam Rahmat (1998), mengemukakan definisi Pendidikan kesehatan sebagai berikut :

Pendidikan kesehatan adalah usaha yang diberikan berupa bimbingan atau tuntunan kepada seseorang atau anak didik tentang kesehatan yang meliputi seluruh aspek pribadi (fisik, mental, sosial) agar dapat tumbuh dan berkembang secara harmonisi”.

Pendidikan kesehatan pada dasarnya berkaitan dengan pendidikan jasmani, sehingga menjadi pendidikan jasmani dan kesehatan yang juga merupakan bagian integral dari pendidikan keseluruhan. , pendidikan kesehatan di lingkungan sekolah terutama sekolah dasar sebaiknya diselenggarakan melalui pengalaman nyata dan langsung sebanyak mungkin (Rusli, 1995).

B. Definisi Sehat

Apa arti sehat? Sehat adalah pribadi seseorang seutuhnya meliputi sehat fisik, sehat mental, dan sehat social, yang ketiganya tidak dipisahkan. Menurut batasan WHO yang dimaksud kesehatan adalah keadaan yang meliputi kesehatan fisik, mental, dan sosial dan bukan hanya keadaan yang bebas dari penyakit, cacat dan kelemahan. Jadi, sehat secara menyeluruh melibatkan faktor fisik, mental dan sosial. Selaras dengan rumusan tersebut, Undang-undang kesehatan No. 23 Tahun 1992 menyebutkan, kesehatan adalah sejahtera dari badan, jiwa dan social dan ekonomis.

Pendidikan kesehatan merupakan proses sepanjang hayat. Tujuan itu akan tercapai melalui interaksi antara lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat. Ada beberapa alasan tentang perlunya pendidikan kesehatan di sekolah. Seperti kita ketahui, tujuan hidup pribadi dan masyarakat adalah untuk mencapai kehidupan yang berbahagia, lebih sehat dan lebih produktif. Sehubungan dengan itu, maka peserta didik perlu diajarkan bagaimana hidup bermasyarakat. Kita dihadapan dengan biaya kesehatan yang mahal. Jadi, pendidikan kesehatan itu mengandung tanggung jawab social dan ekonomi.

C. Kebiasaan (penerapan) Hidup Sehat

Kebiasaan terbentuk melalui praktik yang berulang-ulang sehingga melekat. Bila suda terbentuk kebiasaan, maka kebiasaan itu dilakukan tanpa sadar semuanya berlangsung secara otomatis tanpa pertimbangan. Pendidikan kesehatan di sekolah menitikberatkan pada upaya untuk memajukan pengetahuan, sikap, nilai, norma, dan tindakan nyata. Jadi, pembentukan pola kebiasaan hidup sehat

akan dapat dicapai melalui praktik nyata yang dilakukan oleh peserta didik itu sendiri.

D. Kesehatan Pribadi

Pada dasarnya kesehatan pribadi membicarakan dan mempelajari mengenai ; a. Bekerja (aktivitas tubuh); tidur, istirahat dan bersantai (rekreasi).

b. Penampilan pribadi

c. Keadaan kesehatan perorangan

d. Pemeliharaan Kesehatan panca indera

e. Pemeliharaan kesehatan gigi

f. Penyakit menular dan tidak

g. fungsi alat-alat tubuh

h. pertumbuhan

(Depdikbud, 1995)

E. Kesehatan Lingkungan

Perilaku hidup sehat terbentuk melalui interaksi antara individu dengan lingkungannya. Lingkungan ini meliputi lingkungan social dan lingkungan fisik. Manusia memiliki kemampuan mengontrol lingkungannya yaitu meliputi mengubah, memperbaiki, dan membangun. Namun demikian, bisa juga terjadi lingkungan itu menjadi rusak. Oleh karena itu, fungsi pembelajaran pendidikan kesehatan melalui, usaha kesehatan sekolah (UKS) selain menyampaikan informasi dan

membina sikap positif terhadap lingkungan yang sehat juga membiasakan perilaku kesadarana terhadap lingkungan.

F. Usaha Kesehatan Sekolah (UKS)

Usaha kesehatan sekolah disingkat **UKS** adalah suatu usaha yang dilakukan sekolah untuk menolong murid dan juga warga sekolah yang sakit di kawasan lingkungan sekolah. UKS biasanya dilakukan di ruang kesehatan suatu sekolah. Usaha Kesehatan Sekolah merupakan upaya terpadu lintas program dan sektoral yang ditinjau dari sudut pembangunan di bidang kesehatan yang merupakan salah satu strategi untuk mencapai kemandirian masyarakat khususnya peserta didik dalam mengatasi masalah kesehatan dan menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan selanjutnya akan menghasilkan derajat kesehatan yang optimal. (Depkes RI, 1995).

G. Tujuan UKS

Tujuan umum dari UKS adalah meningkatkan kemampuan hidup sehat dan derajat kesehatan peserta didik serta menciptakan lingkungan sehat sehingga memungkinkan pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal dalam rangka pembentukan manusia seutuhnya, sedangkan tujuan khususnya adalah meningkatkan derajat kesehatan peserta didik yang mencakup upaya menurunkan angka kesakitan anak sekolah, meningkatkan kesehatan pesera didik baik fisik, mental maupun sosial, serta memberikan pengetahuan, sikap dan keterampilan untuk melaksanakan prinsip hidup sehat serta berpartisipasi aktif dalam usaha

kesehatan di sekolah, di rumah maupun di lingkungan masyarakat (Mubaraq, 2009).

H. Ruang Lingkup

Kegiatan utama UKS disebut dengan Tri Program UKS (Trias UKS) yang terdiri atas komponen-komponen berikut :

a. Pendidikan kesehatan

Kegiatan yang dilakukan berupa intrakurikuler dan ekstrakurikuler. Pada kegiatan intrakurikuler dimaksudkan bahwa promosi kesehatan adalah bagian daripada kurikulum sekolah. Hal ini dapat diterapkan pada program pembelajaran yang berdiri sendiri dalam ilmu kesehatan atau pada mata pelajaran olahraga, ilmu pengetahuan alam atau lainnya. Sedangkan kegiatan ekstra kurikuler dimaksudkan bahwa promosi kesehatan bertujuan untuk menanamkan pola perilaku hidup sehat bagi siswa-siswi. Adapun kegiatan nyata yang dapat dilakukan oleh petugas kesehatan adalah memberikan penyuluhan kesehatan yang berkaitan dengan kesehatan.

b. Pelayanan kesehatan

Kegiatan ini dimaksudkan untuk memelihara, mengetahui gejala dini dari suatu penyakit, serta untuk meningkatkan status kesehatan, baik siswa, petugas sekolah maupun guru. Kegiatan nyata yang dilakukan adalah pemeriksaan kesehatan, pemeriksaan perkembangan kecerdasan, pemberian imunisasi, pengobatan sederhana, pertolongan pertama pada kasus darurat, termasuk rujukan jika ditemukan

penyakit yang tidak dapat ditanggulangi di sekolah.

c. Pembinaan lingkungan sekolah yang sehat

Pemeliharaan lingkungan sekolah bertujuan agar lingkungan sekolah dapat terjamin pemeliharaannya, yang diawali dengan lingkungan kehidupan sekolah yang bersih dan sehat, sehingga tidak mudah terkena wabah penyakit.

I. Karakteristik Anak Sekolah Dasar

Menurut Meumann dalam Kartono (1980) pada pengamatan perkembangan anak menerangkan bahwa anak usia 7-12 tahun mulai memahami benda-benda dan peristiwa serta tumbuh wawasan akal budinya atau insight. Anak bersifat realisme dan kritis. Anak sudah bisa mengadakan sintesa logis karena munculnya pengertian, wawasan dan akal yang sudah mencapai taraf kematangan. Anak sekolah dasar mulai memandang semua peristiwa dengan objektif. Semua kejadian ingin diselidiki dengan tekun dan penuh minat.. Anak pada usia ini sangat aktif dan dinamis. Banyak keterampilan mulai dikuasai dan kebiasaan-kebiasaan tertentu mulai dikembangkan. Disamping keluarga, sekolah memberikan pengaruh yang sistematis terhadap pembentukan akal budi anak. Ingatan anak pada usia SD ini mencapai intensitas paling besar dan paling kuat, anak mampu memuat jumlah materi ingatan paling banyak (Kartono, 1980).

J. Hipotesis

Hipotesis merupakan petunjuk arah proses penelitian untuk menjelaskan permasalahan yang harus dicari pemecahannya. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah : “Penerapan pembelajaran Usaha Kesehatan Sekolah yang efektif dapat meningkatkan kesadaran hidup sehat pada siswa SDN 1 Jagabaya Kecamatan Tanjung Karang Timur Bandar Lampung”.