

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan kesehatan merupakan bagian integral dari proses pendidikan secara keseluruhan. 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).

Setelah munculnya SK Mendikbud RI No. 0413/U/1987 yang menyatakan bahwa pendidikan olahraga dan kesehatan (orkes) pada kurikulum yang telah disempurnakan, berubah namanya menjadi Pendidikan Jasmani yang berlaku mulai dari tingkat sekolah dasar (SD) sampai dengan sekolah menengah pertama (SMP). Kemudian menyusul lahirnya Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional (UUSPN) No. 2 tahun 1989 menjadi “Pendidikan Jasmani dan Kesehatan”, yaitu sebagai salah satu bahan kajian dan pelajaran yang wajib termuat dalam isi kurikulum setiap jenis, jalur dan jenjang pendidikan.

Dalam kurikulum 1994, mata pelajaran Pendidikan Jasmani merupakan salah satu mata pelajaran inti bagi Sekolah Dasar (SD)., bahwa tujuan pendidikan jasmani dan kesehatan di sekolah dasar ialah membantu siswa untuk perbaikan derajat kesehatan dan kebugaran jasmani melalui pengertian,

II. KAJIAN 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, mengemukakan : 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).

III. METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Dalam memecahkan masalah sangat diperlukan suatu cara atau metode. Peneliti menggunakan metode penelitian tindakan (kaji tindak) yang akan dilaksanakan pada siswa kelas V SDN 1 Tulung Agung Kec. Gadingrejo Kab. Pringsewu dengan alasan siswa memiliki kesadaran pola hidup sehat yang kurang.

Penelitian tindakan bertujuan untuk mengembangkan ketrampilan baru atau cara pendekatan baru dan untuk memecahkan masalah dengan penerapan langsung di dunia kerja atau dunia aktual lain.

Penelitian ini bercirikan sebagai berikut : (1) Menyediakan kerangka kerja yang teratur untuk memecahkan masalah dan perkembangan-perkembangan baru yang lebih baik, (2) Bersifat kolaboratif, (3) Tujuan untuk meningkatkan pelaksanaan suatu program pembelajaran yang efektif dan efisien, (4) Dilakukan melalui putaran-putaran berspiral.

Sedangkan tujuan utama dari PTK adalah untuk perbaikan dan peningkatan praktik pembelajaran secara berkesinambungan, juga untuk pengembangan kemampuan ketrampilan guru untuk menghadapi permasalahan aktual

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Data yang dikumpulkan melalui instrumen observasi pada setiap siklus dapat disajikan dalam tabel berikut ini.

Tabel 1. Hasil Skor Peningkatan Kemampuan Siswa dalam Peningkatan Kesadaran Hidup Sehat

Siklus	Jumlah Skor	Rata-rata
I	1060	53
II	1325	66,25

Tabel di atas menunjukkan bahwa sikap siswa untuk meningkatkan kesadaran hidup sehat pada setiap siklus mengidentifikasi adanya peningkatan sehingga bisa dikatakan bahwa peningkatan kesadaran hidup sehat melalui pembelajaran usaha kesehatan sekolah yang disajikan secara aktif, inovatif, kreatif, efektif dan menyenangkan lebih nyata dari pada pembelajaran biasa atau pembelajaran yang dilakukan secara konvensional. Sedangkan berdasarkan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) menunjukkan adanya peningkatan. KKM ini telah ditetapkan sebesar 65 % dari kemampuan belajar siswa, seperti ditampilkan dalam tabel berikut.

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan pada Bab IV maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Melalui pembelajaran UKS dengan menggunakan model PAIKEM dapat meningkatkan kesadaran hidup sehat pada siswa kelas V SD Negeri 1 Tulung Agung Kecamatan Gading Rejo Kabupaten Pringsewu
2. Dengan meningkatnya kesadaran hidup sehat maka pembelajaran UKS pada siswa kelas V SD Negeri 1 Tulung Agung Gading Kabupaten Pringsewu bisa dikatakan efektif.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan dan kesimpulan maka perlu diajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Agar hasil penelitian ini lebih komprehensif terutama dalam upaya peningkatan kesadaran hidup sehat secara menyeluruh bagi seluruh siswa, sebaiknya dilakukan penelitian dengan menggunakan metode yang berbeda dan obyek diteliti dari aspek yang berbeda pula.