

Pelaksanaan Pendidikan Prilaku Hidup Sehat Dalam Pemenuhan Indikator Sekolah Ramah Anak ?

M. Hery Yuli Setiawan, Feri Faila Sufa

Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Slamet Riyadi
Heary3030@gmail.com, ferifailasufa@unisri.ac.id

Info Artikel

Sejarah Artikel:
Diterima (Januari) (2022)
Disetujui (Mei) (2022)
Dipublikasikan (Mei) (2022)

Keywords:

Sekolah Ramah; Anak, Prilaku Hidup Sehat.

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengevaluasi implementasi pendidikan gaya hidup sehat dalam pemenuhan indikator sekolah ramah anak di lingkungan PAUD Surakarta. Sejarah penelitian ini adalah tanggung jawab sekolah di kota Surakarta untuk mendapatkan predikat sekolah ramah anak, yang dalam banyak ukuran sekolah ramah anak mengandung arti perilaku hidup sehat. Upaya kolaborasi untuk mencapai status taman kanak-kanak ramah anak. Pendidikan untuk gaya hidup sehat sangat penting dalam mewujudkan pemenuhan hak dan keamanan anak. Metode analisis ini menggunakan studi deskriptif kualitatif melalui angket, wawancara, dan dokumentasi untuk menganalisis data. Selain pemenuhan hak anak dan perlindungan anak yang menjadi tujuan utama sekolah ramah anak, kesimpulan dari investigasi kebiasaan hidup sehat telah dilakukan dengan baik dan mendukung pemenuhan indikator sekolah ramah anak.

Abstract

The aim of this study is to evaluate the implementation of healthy lifestyle education in the fulfillment of child-friendly school indicators at the Surakarta institution of early childhood education. The history of this research is the responsibility of schools in the city of Surakarta to obtain the title of child-friendly schools, which in many measures of child-friendly schools implies healthy living behaviors. Efforts in the collaboration to achieve the status of child-friendly kindergarten. Education for healthier lifestyles is crucial in achieving the fulfillment of children's rights and security. This method of analysis uses descriptive qualitative studies through questionnaires, interviews, and documentation to analyze the data. In addition to fulfilling children's rights and protecting children, which are the key objectives of child-friendly schools, the conclusion of the healthy living habits investigation has been well carried out and supports the fulfillment of child-friendly school indicators

© 2022 M.Heri Yuli Setiawan, Feri Faila Sufa
Under the license CC BY-SA 4.0

Pendahuluan

Kesehatan merupakan kondisi yang diperlukan dalam menjalankan segala aktivitas, manusia akan kesulitan dalam melakukan aktivitas sehari-hari tanpa kesehatan. Organisasi kesehatan WHO menjelaskan, kesehatan adalah keadaan yang sempurna baik fisik, mental, maupun sosial dan tidak hanya bebas dari penyakit dan

cacat. Dengan demikian kesehatan tidak hanya dari sisi fisik, sosial dan mental saja termasuk juga tingkat produktif di mana setiap aspek mendukung kondisi kesehatan.

Salah satu penyakit yang sering terjadi akibat kurangnya kesadaran adalah diare, masalah kesehatan yang menghantui masyarakat yang dipicu oleh kesadaran masyarakat dalam menjalankan pola hidup sehat. Diare merupakan salah satu penyebab kematian balita nomor satu di dunia, menurut laporan WHO (Elfi Rahmawati, 2008), Diare merupakan salah satu penyebab kematian balita nomor satu di dunia. Sedangkan diare merupakan penyebab terbanyak kedua di Indonesia setelah Infeksi Saluran Pernapasan (ISPA). Penyakit juga merupakan masalah kesehatan masyarakat, terutama di Indonesia yang tersebar di pedesaan atau perkotaan. Tindakan sebagian besar masyarakat di Indonesia juga merupakan praktik membuang sampah sembarangan

Maka berdasarkan kasus – kasus tersebut perlunya perubahan pola perilaku yang ditanamkan kepada masyarakat, perubahan perilaku tersebut melalui pendidikan kesehatan untuk memutus mata rantai penyebaran penyakit. Di antara kesehatan masyarakat yang paling penting adalah kesehatan bagi anak-anak. Masa kanak-kanak 0-6 tahun. Era ini merupakan periode penting dalam kehidupan manusia terhadap perkembangan fisik, motorik, kognitif, emosi sosial bahasa dan seni berkembang sangat pesat.

Menurut Syahreni (Astuti, 2016) Perilaku merupakan tindakan yang dilakukan oleh seseorang dan dapat disaksikan secara langsung maupun tidak langsung. Kesehatan adalah alamiah, termasuk fisik, mental dan sosial, keadaan yang dapat diterima, karena bukan hanya pencegahan penyakit. Jadi perilaku yang baik adalah keputusan atau praktik khusus seseorang untuk melindungi dan meningkatkan kesehatannya serta mengurangi kemungkinan penyakit.

Skinner memperjelas, Perilaku kesehatan (*healthy behavior*) berarti reaksi terhadap rangsangan yang berkaitan dengan penyakit, penyakit, dan pengaruh kesehatan seperti makanan, minuman, iklim, dan sumber daya kesehatan yang mempengaruhi kesehatan (Siyoto, 2012). Sardiman menjelaskan bahwa aktivitas kesehatan mengacu pada peningkatan dan pemeliharaan kesehatan dalam semua perilaku atau aktivitas manusia, baik yang terlihat maupun yang tidak terlihat. Ini harus

menjadi tugas semua pihak di lingkungan sekolah untuk memberikan teladan positif bagi anak-anak, termasuk guru dan orang tua (Wulandari, 2011). Relevan bahwa dalam pengasuhan merupakan tanggung jawab orangtua (Sopiah, 2019), termasuk kesehatan.

Berdasarkan dari paparan tersebut perilaku hidup sehat anak usia dini adalah suatu kesadaran yang dimiliki oleh anak untuk menjaga pola sikap terhadap pemberian pelayanan kesehatan, makanan dan minuman serta lingkungan, sehingga wajib memperoleh gizi yang sesuai dengan kebutuhannya, memiliki waktu tidur atau istirahat yang cukup, melakukan olah raga secara rutin, menjaga kebersihan diri dan lingkungan, melakukan perawatan gigi dan mulut, agar terhindar dari berbagai macam bahaya.

Program SRA ini tak bisa lepas dari adanya Program Kota Layak Anak (KLA), Program Sekolah Ramah Anak merupakan salah satu indikator dari Program Kota Layak Anak. Hal ini juga menjamin bahwa satuan pendidikan mampu menumbuhkan minat, keterampilan, dan memastikan bahwa anak memiliki pola pikir sosial yang positif dengan mempromosikan, melaksanakan, dan mengamankan hak anak. Sekolah diharapkan tidak hanya melahirkan generasi yang berpendidikan emosional, tetapi juga memiliki sikap sosial dan moral yang positif.

Menurut Aqib Model Sekolah Ramah Anak memberikan prasangka yang lebih positif kepada anak, (Kristanto et al., 2012). Demikian juga dengan guru yang sadar akan berbagai kemampuan yang dimiliki oleh semua siswanya guna memberikan kesempatan kepada siswa untuk memilih tugas dan melakukan kegiatan sesuai dengan keinginannya. Guru dalam melakukan stimulasi hidup sehat melalui metode bercerita agar menyayangi tubuhnya (Kamilah, 2021).

Indikator dari sekolah ramah anak di dalamnya termuat mencakup pendidikan kesehatan melalui perilaku hidup sehat pada beberapa indikator dalam standar pendidikan. Untuk menjadi sekolah ramah anak maka sekolah harus menerapkan pendidikan Kesehatan. Maka sudah dipastikan sekolah ramah anak menerapkan pendidikan perilaku hidup sehat.

Kota Surakarta merupakan salah satu kota pelopor kota layak anak (Supeni et al., 2019) yang memiliki kebijakan setiap sekolah menjadi sekolah ramah anak sudah barang tentu lembaga pendidikan khususnya pendidikan anak usia dini di kota Surakarta adalah sekolah yang ramah anak. Dengan demikian penerapan pendidikan

perilaku hidup sehat anak usia dini diterapkan dalam upaya penunjang sekolah ramah anak.

(Kementerian pemberdayaan perempuan dan perlindungan anak, 2015), Pengertian Sekolah Ramah Anak dicirikan sebagai program untuk mewujudkan kondisi lingkungan yang aman, bersih, seimbang, penuh kasih sayang dan berbudaya yang dapat menjamin terpenuhinya hak-hak anak dan keselamatan dari kejahatan, kefanatikan dan pelecehan lainnya selama anak di sekolah. Inisiatif ini mempromosikan peran anak-anak dalam perencanaan, strategi, pembelajaran, dan pemantauan. Sekolah Ramah Anak tidak menciptakan sekolah baru, tetapi membuat lingkungan sekolah nyaman bagi anak-anak dan memastikan bahwa sekolah sesuai dengan dan melindungi kepentingan anak, karena sekolah, setelah keluarganya sendiri, adalah rumah kedua bagi anak.

Sering kali Kesehatan anak dilalaikan. Hal ini menyebabkan terganggunya Kesehatan anak, padahal dalam upaya pemenuhan Hak dan Perlindungan anak dalam sekolah ramah anak Kesehatan termasuk dalam upaya pemenuhan hak dan perlindungan, kurang memperhatikan masalah kesehatan, seperti: waktu tidur yang kurang, tidak menjaga kebersihan badan dan pola makan yang tidak teratur. (Maria & Novianti, 2020)

Disimpulkan bahwa Sekolah Ramah Anak adalah sekolah yang mengupayakan anti terhadap kekerasan anak, anti berpartisipasi, mendorong kehidupan sosial yang baik, serta kesejahteraan anak. Serta perlunya dukungan dari berbagai pihak terutama warga sekolah itu tersendiri.

Tujuan dari penelitian ini adalah melihat bagaimana pelaksanaan pendidikan perilaku hidup sehat dalam pemenuhan indikator sekolah ramah anak di Lembaga PAUD Kota Surakarta

Metode Penelitian

Lokasi penelitian ini berlokasi di Lembaga PAUD Kota Surakarta yang di ambil secara sampling, dilaksanakan pada bulan Maret – Oktober 2020. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif.

Teknik pengumpulan data melalui wawancara, observasi, dokumentasi dengan Validitas reliabilitas yang digunakan adalah Triangulasi Data dan Sumber, kemudian dianalisis dengan menggunakan Model analisis Interaktif (Miles *and* Huberman)

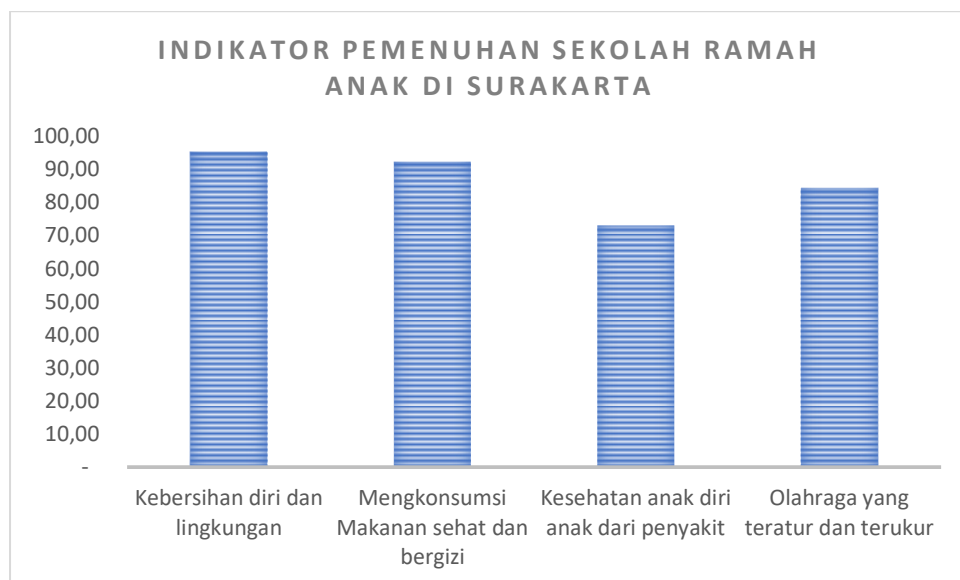
Hasil Penelitian

Fokus penelitian ini adalah bagaimana pelaksanaan Pendidikan perilaku hidup sehat di Lembaga PAUD kota Surakarta dalam upaya pelengkap pemenuhan indikator sekolah ramah anak. Dalam melakukan analisis dilakukan melalui tiga metode, yaitu angket, wawancara, dan dokumentasi. Para ahli, kepala sekolah, administrator, orang tua dan anak-anak termasuk di antara responden yang bersangkutan. Penelitian ini melibatkan tim peneliti yang terdiri dari 2 dosen dan 1 mahasiswa yang memiliki tanggung jawab yang sama berupa observasi dan ujian dalam melaksanakan penelitian. Adapun Temuan Penelitian dari hasil angket/kuisisioner, wawancara dan dokumentasi.

Berdasarkan data yang diperoleh dari kuesioner yang dilakukan secara daring melalui google form yang diberikan kepada guru, kepala sekolah, dan orang tua murid pada TK Saraswati dan TK ABA Toyibah, mengenai pelaksanaan Pendidikan perilaku hidup sehat dan bersih dengan aspek 1) Kebersihan diri dan lingkungan, 2) Mengonsumsi Makanan sehat dan bergizi. 3) Kesehatan anak dari penyakit. 4) Olahraga yang teratur dan terukur. Dengan hasil angket pemenuhan indikator tersebut dapat di lihat pada gambar 1.

Berdasarkan gambar tersebut dapat di simpulkan bahwa Pendidikan perilaku hidup sehat telah di laksanakan dengan baik terbukti dari 85 responden yang mengisi angket tersebut dihasilkan rata-rata 85.14% anak memiliki perilaku hidup sehat dan bersih yang baik.

Gaambar 1. Perilaku kesehatan yang distimulasi anak di Sekolah Ramah Anak



Temuan wawancara dengan kepala sekolah, guru dan orang tua, dalam pelaksanaan Pendidikan perilaku hidup sehat. Dalam wawancara dengan kepala sekolah disimpulkan bahwa pelaksanaan Pendidikan hidup sehat telah dilaksanakan dalam upaya pemenuhan Hak dan perlindungan anak, yaitu hak atas Kesehatan dan perlindungan dari penyakit yang ini merupakan suatu gambaran dari indikator sekolah ramah anak.

Pada wawancara dengan guru bahwa guru telah berupaya menanamkan perilaku hidup sehat ini setiap hari baik di sekolah maupun di rumah melalui nasehat dan pesan serta contoh. Pada awal penanaman memang terlihat sulit karena memang anak belum terbiasa melakukannya namun setelah berulang-ulang maka ini menjadi kebiasaan. Apa lagi pada saat pandemi ini perilaku hidup sehat ini semakin ditingkatkan walaupun anak belajar dari rumah namun guru mendapatkan video perkembangan anak di rumah yang barang tentu tidak lupa untuk melakukan pelaksanaan perilaku hidup sehat ini. Kendala yang di hadapi di sekolah adalah dalam penyediaan sarana.

Menurut para guru bahwa kegiatan ini juga merupakan upaya dalam pemenuhan hak dan perlindungan kepada anak sehingga ini sangat lah menunjang dalam perolehan indikator sekolah ramah anak yang memang sudah diwajibkan di sekolah khususnya kota Surakarta.

Berdasarkan wawancara dengan orang tua juga ditemukan bahwa perilaku hidup sehat dan bersih ini sudah suatu kebiasaan anak yang telah ditanamkan oleh guru, sehingga selama belajar di rumah anak memang sudah terbiasa untuk melakukan perilaku ini dan sadar sendiri tidak perlu untuk diingatkan.

Berdasarkan hasil dokumentasi yang dimiliki sekolah baik pada saat pembelajaran di sekolah maupun pembelajaran di rumah terlihat perilaku hidup sehat anak memang tercermin dalam kegiatan yang dilakukan, seperti selalu penjaga kebersihan, mampu membedakan mana yang bersih dan tidak, mau untuk makan-makanan bergizi dan minum air putih yang cukup, serta sadar apa yang dilakukan ketika sedang tidak enak badan.

Diskusi

Berdasarkan data yang diperoleh dengan kajian yang mendalam pada hasil kuesioner, wawancara, dan dokumentasi kemudian dikumpulkan reduksi data dilakukan dan ditampilkan serta diperiksa dengan triangulasi data kualitatif menghasilkan beberapa penjelasan dan rekomendasi.

Berdasarkan hasil analisis peneliti maka dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan perilaku hidup sehat di Lembaga PAUD Kota Surakarta telah dilaksanakan dengan baik sebagai upaya pemenuhan Hak dan Perlindungan kepada anak usia dini. Secara tidak langsung, penerapan pola hidup aman ini mendorong terpenuhinya indikator pendidikan ramah anak yang tertuang dalam indikator sekolah ramah anak. Terdapat indikator perilaku hidup sehat pada standar kompetensi lulusan berupa Perilaku memiliki rasa tanggung jawab menjaga kesehatan diri (3.1.4) dan orang lain sebagai salah satu syarat kelulusan, Standar pendidik dan tenaga kependidikan berupa Pendidik dinyatakan sehat jasmani dan rohani (4.2.3), Pendidik memfasilitasi makanan sehat melalui kantin sekolah (4.2.8), Pendidik memfasilitasi kebutuhan kesehatan anak di sekolah, Standar sarana prasarana (4.2.9) dan Tersedianya fasilitas kesehatan (UKS) yang memadai bagi anak 5.2.3. Indikator dari perilaku hidup sehat dengan kata lain juga tercermin atau termuat dalam indikator sekolah ramah anak tersebut.

Sesuai dengan amanat undang-undang yang berlaku bahwa pemenuhan Hak dan Perlindungan anak adalah suatu kewajiban setiap satuan Pendidikan yang tercermin dalam sekolah ramah anak. Untuk mencapai predikat sekolah ramah anak bukanlah hal yang

mudah perlu kerja sama yang baik semua warga sekolah termasuk orang tua dan masyarakat. Salah satu implementasi dari pemenuhan hak dan perlindungan juga dapat direpresentasikan dalam pengelolaan pembelajaran di sekolah (Mayasarokh et al., 2021) dan juga tidak dapat dilepaskan dari kolaborasi orangtua dan guru dalam pemenuhan hak dan perlindungan anak (Rachmawaty, 2022).

Perlunya kerja sama antara pemerintah, sekolah, dan orang tua sangat diperlukan dalam optimalisasi perkembangan dan pertumbuhan melalui perilaku hidup sehat pada anak usia dini. Perilaku hidup sehat sejak dini memiliki manfaat pola perilaku kesadaran hidup sehat yang bermanfaat untuk kemudian hari. Dapat diartikan anak usia dini terbiasa untuk melakukan perilaku hidup sehat sehingga tidak mudah hilang dalam tahapan perkembangan selanjutnya. Dengan memiliki perilaku hidup sehat anak-anak akan terbebas dari serangan berbagai penyakit yang sering menyerang, seperti diare, batuk/pilek, TBC, campak, infeksi telinga dan kulit. Terhindar pula dari kecelakaan yang disebabkan oleh lingkungan seperti keracunan, terjatuh, tenggelam, tertusuk benda tajam dan duri. Sehingga perkembangan anak akan terhindar dari gangguan dan berkembang secara optimal

Menurut Bandura anak-anak akan membentuk perilakunya dari mencontoh atau meniru apa yang dilihatnya sehari-hari (Yanto & Syaripah, 2017). Anak usia dini belajar dari pengamatan terhadap suatu kegiatan yang dilakukan oleh orang lain, anak akan meniru kegiatan yang dilakukan orang tua sehingga anak memperoleh pengetahuan dan pengalaman tentang suatu kegiatan. Jika orang tua memberikan kebiasaan kegiatan perilaku hidup sehat maka anak akan terbiasa.

Pendidikan Perilaku Hidup Sehat ini berarti telah dilaksanakan dengan baik oleh sekolah bekerja sama dengan orang tua untuk kesamaan tujuan memberikan anak pembiasaan perilaku dalam rangka perlindungan kepada anak. Pada masa pandemi covid-19 ini perilaku hidup sehat anak juga mengalami peningkatan karena kedisiplinan dari guru untuk mengingatkan dan orang tua memberikan rangsangan langsung serta kesadaran anak tentang bahaya virus menular yang ada di lingkungan sekitar.

Terdapat dua sisi fungsi Pendidikan perilaku hidup sehat ini pada ketercapaian sekolah ramah anak yang pertama Pendidikan hidup sehat ini memiliki aspek masuk dalam beberapa standar yang ada dalam pemenuhan indikator sekolah ramah anak, yang kedua Pendidikan hidup sehat merupakan upaya pemenuhan Hak dan Perlindungan kepada anak yang merupakan tujuan utama dari sekolah ramah anak, Hak dari perolehan Kesehatan dan

perlindungan dari penyakit

Simpulan

Peneliti menyimpulkan bahwa pendidikan perilaku hidup sehat memiliki aspek yang masuk dalam 3 standar yang ada dalam indikator sekolah ramah anak. Selain terkandung dalam standar indikator sekolah ramah anak tersebut pendidikan perilaku hidup sehat merupakan upaya dalam pemenuhan HAK anak dan Perlindungan anak yang merupakan tujuan utama dari Sekolah ramah anak. Dengan demikian pelaksanaan pendidikan perilaku hidup sehat sangat menunjang dalam pemenuhan indikator sekolah ramah anak.

Rekomendasi yang dapat di berikan adalah melaksanakan pendidikan perilaku hidup sehat yang baik dan berkelanjutan pada Lembaga PAUD di Kota Surakarta sebagai penunjang pemenuhan indikator sekolah ramah anak.

Daftar Pustaka

- Astuti, A. K. (2016). Pelaksanaan Perilaku Sehat Pada Anak Usia Dini Di Paud Purwomukti Desa Batur Kecamatan Getasan. *Scholaria : Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 6(3), 264. <https://doi.org/10.24246/j.scholaria.2016.v6.i3.p264-272>
- Kamilah, S. (2021). Analisis Konten Bu ku Cerita “ Aku Sayang Tubuhku ” s ebagai Media Pendidikan Seksual untuk Anak Usia Dini. *JAMBURA Early Childhood Education Journal*, 3(2), 93–105.
- Kristanto, K., Khasanah, I., & Karmila, M. (2012). Identifikasi Model Sekolah Ramah Anak (Sra) Jenjang Satuan Pendidikan Anak Usia Dini Se-Kecamatan Semarang Selatan. *Paudia : Jurnal Penelitian Dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(1), 38–58. <https://doi.org/10.26877/paudia.v1i1.257>
- Maria, I., & Novianti, R. (2020). *Efek Penggunaan Gadget pada Masa Pandemi Covid-19 terhadap Perilaku Anak (The Effects of Using Gadgets during the Covid-19 Pandemic on Children 's Behaviour)*. 3(2), 74–81.
- Mayasarokh, M., Kodariah, Y., Guru, P., Anak, P., & Dini, U. (2021). Pengelolaan Pembelajaran Anak Usia Dini Di Raudhatul Athfal Nurul Ilmi. *JAMBURA Early Childhood Education Journal*, 3, 83–92. <http://ejournal-fip-ung.ac.id>
- Perlindungan, K. P. P. dan. (2015). *Panduan Sekolah Ramah Anak*.
- Rachmawaty, M. (2022). Kolaborasi Guru dan Orang Tua PAUD di Masa Pandemi. *JAMBURA Early Childhood Education Journal*, 4(1), 89.
- Siyoto, S. (2012). Model-Model Perilaku Kesehatan Keluarga Penerima Jamkesmas. *STRADA Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(2), 86–102.
- Sopiah, C. (2019). *Pengasuhan Anak Usia Dini Menurut Perspektif Ajaran Islam anaknya*

dalam berperilaku berdasarkan perspektif Islam . Dalam konteks pendidikan formal , pendidikan dilaksanakan melalui proses peristiwa yang dilakukan oleh pengajar dalam rangka mengoptimalkan . 1, 32–36.

- Supeni, S., Nurati, D. E., Sufa, F. F., & Jumintono. (2019). Character education development model based on regional culture. *Journal of Advanced Research in Dynamical and Control Systems*, 11(5 Special Issue), 673–683.
- Wulandari, H. (2011). Pelaksanaan Pendidikan Kesehatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Usia Dini di TK ABA Tegalsari Yogyakarta. *Digital Library UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta*, 1–135.
- Yanto, M., & Syaripah. (2017). Penerapan Teori Sosial Dalam Menumbuhkan Akhlak Anak Kelas I Madrasah Ibtidaiyah Negeri 1 Rejang Lebong. *TERAMPIL Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Dasar*, 4(2), 65–85.