

Pendampingan Sekolah Sehat di UPT SMP Negeri 1 Panca Rijang

Sitti Aisa^{1*}, Rustam Efendy Rasyid², Muhammad Takdir³,
Hasniar Baharuddin⁴, Nur Faziah Ramadani⁵, Jusriani⁶, Indragandi⁷,
Musfiratul Soleha⁸, Nabila⁹

¹⁻⁹ Universitas Muhammadiyah Sidenreng Rappang

* ichaaisyahvandy@gmail.com

Abstrak

Program pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini adalah pendampingan Sekolah Sehat di UPT SMP Negeri 1 Panca Rijang yang dilaksanakan dari 1 hingga 10 September 2024. Program pendampingan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan perilaku hidup sehat di lingkungan sekolah. Kegiatan ini melibatkan penyuluhan kesehatan untuk siswa, pelatihan untuk guru dan staf sekolah, serta peningkatan fasilitas sanitasi. Metode pelaksanaan meliputi edukasi interaktif tentang kebersihan diri, pelatihan integrasi materi kesehatan dalam pembelajaran, dan perbaikan fasilitas sanitasi seperti penambahan tempat cuci tangan dan pemasangan papan informasi. Kampanye melalui media sosial dan kegiatan rutin seperti "Jumat Bersih" turut mendukung peningkatan partisipasi dan kesadaran seluruh warga sekolah. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman siswa tentang kebersihan, serta perbaikan kondisi kebersihan di sekolah. Program ini berhasil mendorong perilaku sehat yang berkelanjutan di kalangan siswa dan guru, dan diharapkan dapat menjadi model bagi program sekolah sehat di masa depan.

Kata Kunci: *pendampingan, sekolah sehat, SMP Negeri 1 Panca Rijang*

Pendahuluan

Kesehatan adalah salah satu aspek penting yang harus diperhatikan dalam proses pendidikan. Sebuah lingkungan belajar yang sehat akan menciptakan suasana belajar yang kondusif dan mendorong prestasi siswa. Kesehatan fisik dan mental siswa sangat dipengaruhi oleh kondisi lingkungan sekolah (Sukarno, 2021). Lingkungan yang bersih dan sehat bukan hanya berfungsi untuk menjaga kesehatan siswa, tetapi juga sebagai sarana untuk mendidik siswa tentang pentingnya kebersihan dan kesehatan. Namun, di banyak sekolah, termasuk UPT SMP Negeri 1 Panca Rijang, penerapan program sekolah sehat masih menghadapi banyak kendala.

Di UPT SMP Negeri 1 Panca Rijang, penerapan Program Sekolah Sehat sangat penting karena sekolah merupakan tempat berkumpulnya banyak siswa setiap hari. Menurut data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Sidenreng Rappang (2022), kasus penyakit menular, seperti infeksi saluran pernapasan atas (ISPA) dan diare, masih sering ditemui di kalangan siswa di wilayah ini. Lingkungan sekolah yang kurang bersih dan minimnya fasilitas sanitasi yang memadai menjadi salah satu faktor penyebab (Dinas Kesehatan

Kabupaten Sidenreng Rappang, 2022). Hal ini sejalan dengan temuan (Hartono, 2020) yang menyatakan bahwa sanitasi yang buruk di sekolah dapat menjadi sumber penyebaran penyakit menular di kalangan siswa. Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang berkelanjutan untuk memperbaiki situasi ini.

Program Sekolah Sehat bertujuan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan fisik dan mental siswa. Menurut Gunawan (2020), keberhasilan program ini sangat bergantung pada kesadaran dan partisipasi semua pihak, mulai dari guru, siswa, hingga orang tua. Namun, pada kenyataannya, masih banyak sekolah yang belum mampu menerapkan program ini secara optimal. Faktor-faktor seperti keterbatasan dana, kurangnya fasilitas sanitasi, dan minimnya kesadaran siswa dan tenaga pendidik tentang pentingnya kesehatan, menjadi penghambat utama. Di UPT SMP Negeri 1 Panca Rijang, tantangan-tantangan ini juga turut dihadapi, sehingga memerlukan strategi yang lebih konkret untuk mengatasinya.

Pendampingan dalam penerapan Program Sekolah Sehat menjadi salah satu solusi yang diusulkan untuk mengatasi kendala-kendala tersebut. Pendampingan ini mencakup berbagai aspek, mulai dari penyediaan fasilitas sanitasi yang memadai, peningkatan kesadaran siswa tentang pentingnya pola hidup sehat, hingga pelatihan bagi guru dan staf sekolah untuk mendukung implementasi program. Iskandar (2022) menjelaskan bahwa pendampingan yang efektif dapat meningkatkan kemampuan sekolah dalam merancang dan melaksanakan program kesehatan secara berkelanjutan (Iskandar, 2022). Dengan adanya pendampingan, sekolah dapat lebih aktif dalam menjaga kebersihan lingkungan, serta melibatkan seluruh warga sekolah dalam upaya menciptakan lingkungan yang sehat.

Selain itu, program pendampingan ini juga bertujuan untuk meningkatkan partisipasi siswa dalam menjaga kebersihan lingkungan sekolah. Menurut (Rahayu, 2021), partisipasi aktif siswa dalam menjaga kebersihan sekolah dapat menjadi kebiasaan yang berdampak jangka panjang pada pola hidup sehat mereka. Dengan demikian, siswa tidak hanya belajar di ruang kelas, tetapi juga belajar melalui pengalaman langsung tentang pentingnya menjaga kesehatan dan kebersihan di lingkungan sekitarnya. Program Sekolah Sehat yang didukung oleh pendampingan ini diharapkan dapat menanamkan nilai-nilai positif kepada siswa dan menciptakan budaya sehat di lingkungan sekolah.

Melalui pendampingan yang akan dilakukan di UPT SMP Negeri 1 Panca Rijang, diharapkan program sekolah sehat dapat berjalan dengan lebih efektif dan berkelanjutan. Pendampingan ini akan melibatkan seluruh komponen sekolah, mulai dari kepala sekolah, guru, siswa, hingga orang tua, sehingga menciptakan lingkungan belajar yang sehat, nyaman, dan mendukung prestasi akademik siswa. Dengan adanya lingkungan sekolah yang sehat, siswa akan lebih fokus dalam belajar dan mampu mencapai potensi maksimal mereka.

Metode Pelaksanaan

Untuk mencapai tujuan dari program "Pendampingan Sekolah Sehat di UPT SMP Negeri 1 Panca Rijang," metode pelaksanaan kegiatan dirancang melalui tahapan strategis yang terukur dan melibatkan seluruh elemen sekolah. Metode ini mencakup persiapan, pelaksanaan, serta evaluasi, guna memastikan keberhasilan program. Tahap

persiapan diawali dengan koordinasi awal dan persiapan logistik untuk menjamin kelancaran pelaksanaan. Langkah-langkah yang diambil pada tahap ini meliputi koordinasi dengan pihak sekolah, survei dan penilaian awal, serta penyusunan modul pendampingan. Selanjutnya, pada tahap pelaksanaan, berbagai kegiatan dilakukan dengan melibatkan siswa, guru, dan staf sekolah, bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan serta keterampilan terkait pola hidup sehat dan sanitasi sekolah. Kegiatan dalam tahap ini antara lain edukasi kesehatan dan kebersihan bagi siswa, pelatihan guru dan staf sekolah, penyediaan fasilitas sanitasi, serta kampanye sekolah sehat melalui media sosial dan kegiatan rutin. Setelah pelaksanaan, tahap evaluasi dilakukan untuk menilai keberhasilan kegiatan pendampingan serta memastikan keberlanjutan program. Evaluasi ini mencakup monitoring berkala, evaluasi fasilitas sanitasi, serta penyusunan laporan dan rekomendasi untuk pengembangan lebih lanjut.

Lebih lengkapnya alur pelaksanaan kegiatan PKM ini, dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 1. Metode Pelaksanaan

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan Pendampingan Sekolah Sehat yang dilaksanakan di UPT SMP Negeri 1 Panca Rijang pada tanggal 1–10 September 2024 telah berjalan dengan baik dan sesuai rencana. Hasil dari kegiatan pendampingan ini menunjukkan beberapa pencapaian signifikan dalam aspek edukasi kesehatan, partisipasi siswa, peningkatan fasilitas sanitasi, serta perubahan perilaku siswa dan guru.

Edukasi Kesehatan dan Kebersihan untuk Siswa

Pada kegiatan ini, siswa UPT SMP Negeri 1 Panca Rijang mendapatkan penyuluhan terkait pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Edukasi disampaikan melalui metode interaktif seperti simulasi cuci tangan, penjelasan mengenai pola hidup sehat, serta lomba kebersihan kelas.

Sekitar 85% siswa mampu menunjukkan peningkatan dalam pemahaman pentingnya kebersihan diri, terutama dalam praktik cuci tangan yang benar setelah melakukan

kegiatan belajar atau sebelum makan. Hal ini dibuktikan dari survei yang dilakukan setelah pelatihan, di mana mayoritas siswa menjawab dengan benar pertanyaan terkait kebersihan diri dan sanitasi (Gunawan, 2020).

Lomba kebersihan kelas memotivasi siswa untuk lebih aktif menjaga kebersihan ruangan belajar mereka. Hal ini terlihat dari kondisi kebersihan kelas yang meningkat selama dan setelah kegiatan pendampingan berlangsung, dengan sebagian besar kelas tetap terjaga kebersihannya setiap harinya.

Evaluasi menunjukkan bahwa program pendampingan telah memberikan dampak positif terhadap perilaku siswa dan lingkungan sekolah. Perubahan ini sejalan dengan temuan Rahayu (2021), yang menyatakan bahwa pendampingan secara intensif dan berkelanjutan dapat membawa perubahan perilaku dalam menjaga kebersihan dan kesehatan.



Gambar 2. Lokasi Pengabdian SMP Negeri 1 Panca Rijang

Pelatihan Guru dan Staf Sekolah

Pelatihan khusus untuk guru dan staf sekolah diadakan untuk meningkatkan pemahaman mereka mengenai peran dalam pelaksanaan Program Sekolah Sehat. Guru dilatih untuk mendampingi siswa dalam menjaga kebersihan dan mengintegrasikan pendidikan kesehatan ke dalam pembelajaran.

15 guru yang terlibat dalam pelatihan menunjukkan peningkatan pengetahuan terkait pola hidup sehat dan teknik monitoring kebersihan di sekolah. Mereka juga mulai memasukkan materi terkait kesehatan dalam pelajaran IPA dan PJOK sebagai bagian dari pembelajaran harian.

Guru-guru yang telah dilatih juga lebih aktif dalam memantau dan mendampingi siswa saat kegiatan kebersihan rutin, seperti kegiatan Jumat bersih, di mana siswa diajak untuk membersihkan lingkungan sekolah secara bersama-sama.

Pelatihan ini efektif dalam mempersiapkan guru sebagai fasilitator dan pengawas program kesehatan di sekolah. Pelatihan yang tepat dapat meningkatkan peran guru sebagai agen perubahan dalam menjaga kesehatan siswa (Rahayu, 2021). Pengintegrasian pendidikan kesehatan dalam mata pelajaran formal memberikan kontribusi penting dalam pembelajaran holistik yang mendukung penerapan Program Sekolah Sehat.

Peningkatan Fasilitas Sanitasi

Selama pelaksanaan pendampingan, dilakukan peningkatan fasilitas sanitasi dengan menyediakan tempat cuci tangan yang dilengkapi dengan sabun di beberapa titik strategis sekolah. Selain itu, papan informasi mengenai kebersihan dan kesehatan juga dipasang di setiap sudut sekolah.

Terdapat penambahan 5 fasilitas cuci tangan yang dilengkapi dengan sabun cair di area kantin, toilet, dan di depan kelas. Sebelum pendampingan, sekolah hanya memiliki 2 tempat cuci tangan yang tidak selalu berfungsi dengan baik.

Pemasangan papan informasi tentang cuci tangan yang benar dan pentingnya menjaga kebersihan di area strategis seperti di kantin dan toilet berhasil menarik perhatian siswa. Setelah pemasangan papan informasi, lebih banyak siswa yang terlihat rutin mencuci tangan sebelum makan di kantin.

Peningkatan fasilitas sanitasi sangat berpengaruh dalam mendukung program kebersihan di sekolah. Fasilitas yang memadai, disertai edukasi yang berkelanjutan, dapat mendorong perilaku hidup bersih di kalangan siswa dan guru (Iskandar, 2022). Penempatan fasilitas cuci tangan di lokasi strategis berhasil meningkatkan frekuensi penggunaan, menunjukkan bahwa ketersediaan sarana sanitasi yang mudah diakses dapat mendorong perilaku sehat.



Gambar 3. Peningkatan Fasilitas Sanitasi dan Cuci Tangan

Kampanye Sekolah Sehat Melalui Media Sosial dan Kegiatan Rutin

Kampanye Program Sekolah Sehat juga dilakukan melalui media sosial sekolah serta kegiatan kebersihan rutin seperti "Jumat Bersih" yang melibatkan seluruh siswa dan guru.

Kampanye melalui media sosial, terutama di Instagram dan WhatsApp grup sekolah, mendapat respons positif dari siswa dan orang tua. Posting tentang kegiatan kebersihan sekolah seperti cuci tangan dan lomba kebersihan kelas berhasil meningkatkan kesadaran di kalangan siswa dan orang tua. Kegiatan Jumat Bersih berjalan lebih terstruktur dan melibatkan partisipasi aktif seluruh warga sekolah. Setiap kelas secara bergiliran bertanggung jawab atas kebersihan area tertentu di sekolah.

Kampanye media sosial terbukti efektif sebagai sarana untuk meningkatkan kesadaran siswa dan orang tua akan pentingnya Program Sekolah Sehat. Menurut Hartono (2020), penggunaan media sosial sebagai alat kampanye kesehatan

memberikan dampak signifikan dalam mendorong keterlibatan komunitas sekolah dalam program-program kesehatan. Sementara itu, kegiatan kebersihan rutin seperti Jumat Bersih memberikan wadah yang konsisten bagi siswa untuk mempraktikkan pola hidup bersih di sekolah.



Gambar 4. Kampanye Sehat

Evaluasi dan Monitoring

Evaluasi akhir menunjukkan peningkatan perilaku bersih di kalangan siswa dan keberlanjutan program kebersihan di sekolah. Monitoring dilakukan melalui observasi langsung dan survei kepada siswa serta guru.

Berdasarkan hasil survei, sebanyak 90% siswa menyatakan bahwa mereka lebih peduli terhadap kebersihan diri dan lingkungan sekolah setelah mengikuti program pendampingan. Kondisi kebersihan sekolah secara keseluruhan meningkat signifikan, terutama di area kelas dan toilet. Pihak sekolah melaporkan penurunan jumlah sampah yang tidak dibuang pada tempatnya, serta penggunaan fasilitas cuci tangan yang lebih teratur oleh siswa.

Program edukasi kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran siswa terkait kebersihan pribadi dan lingkungan. Interaksi langsung dan penggunaan metode kompetitif, seperti lomba kebersihan, menjadi pendorong utama peningkatan partisipasi siswa. Sebagaimana diungkapkan oleh Hartono (2020), melibatkan siswa dalam kegiatan yang bersifat kompetitif dapat menumbuhkan rasa tanggung jawab mereka terhadap kebersihan (Hartono, 2020).

Kesimpulan

Program Pendampingan Sekolah Sehat di UPT SMP Negeri 1 Panca Rijang yang dilaksanakan pada tanggal 1–10 September 2024 telah berhasil mencapai berbagai pencapaian penting dalam meningkatkan kesadaran dan perilaku hidup sehat di kalangan siswa, guru, dan seluruh staf sekolah. Edukasi kesehatan yang diberikan kepada siswa melalui simulasi interaktif dan lomba kebersihan terbukti efektif dalam menumbuhkan kesadaran akan pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Siswa menunjukkan peningkatan pemahaman dan lebih aktif dalam menjaga kebersihan kelas serta menggunakan fasilitas sanitasi, seperti mencuci tangan dengan benar

sebelum makan dan setelah aktivitas di sekolah. Di sisi lain, pelatihan yang diberikan kepada guru dan staf sekolah memperkuat peran mereka sebagai fasilitator dalam mendampingi siswa serta mengintegrasikan materi kesehatan ke dalam pembelajaran harian, seperti pada mata pelajaran IPA dan PJOK.

Penambahan fasilitas sanitasi berupa tempat cuci tangan dan pemasangan papan informasi kesehatan di area strategis sekolah juga memberikan dampak positif, mendorong siswa untuk lebih rutin menjaga kebersihan. Selain itu, kampanye Program Sekolah Sehat melalui media sosial sekolah berhasil melibatkan partisipasi aktif siswa, guru, dan orang tua, memperluas kesadaran akan pentingnya pola hidup sehat. Kegiatan rutin seperti "Jumat Bersih" juga memperkuat budaya kebersihan di sekolah, dengan siswa secara terstruktur bergiliran menjaga kebersihan lingkungan sekolah. Evaluasi yang dilakukan menunjukkan perubahan positif dalam perilaku hidup bersih dan sehat, serta menunjukkan keberlanjutan program yang diharapkan mampu memberikan dampak jangka panjang. Secara keseluruhan, program pendampingan ini berhasil meningkatkan kualitas lingkungan dan perilaku sehat di UPT SMP Negeri 1 Panca Rijang, dan mampu menjadi model program sekolah sehat yang berkelanjutan.

Ucapan Terimakasih

Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya disampaikan kepada Kepala Sekolah, guru-guru, dan seluruh staf di UPT SMP Negeri 1 Panca Rijang yang telah memberikan kesempatan dan dukungan penuh dalam pelaksanaan kegiatan Pendampingan Sekolah Sehat ini. Terima kasih juga disampaikan kepada para siswa yang telah antusias berpartisipasi dan menunjukkan komitmen mereka dalam menjaga kebersihan dan kesehatan di lingkungan sekolah.

Referensi

- Hartono, D. (2020). Tantangan Pelaksanaan Program Sekolah Sehat di Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 45-60.
- Iskandar, M. (2022). Pendampingan dan Peningkatan Kesadaran Hidup Sehat di Sekolah. *Jurnal Pendidikan Sehat*, 15(2), 101-115.
- Rahayu, N. (2021). Peran Siswa dalam Menjaga Kebersihan Sekolah: Sebuah Studi Kasus. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 14(2), 88-100.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Sidenreng Rappang. (2022). *Laporan Kesehatan Siswa di Kabupaten Sidenreng Rappang*.
- Sukarno, T. (2021). Peran Lingkungan Sekolah dalam Meningkatkan Kesehatan Siswa. *Jurnal Pendidikan dan Kesehatan*, 10(3), 75-90.