

Senam “Ayo Sakula” sebagai Implementasi Program UKS di SD Negeri 7 Panarung

by PJKR UPGRIS

Submission date: 30-Jan-2024 06:45AM (UTC+0700)

Submission ID: 2281611484

File name: 16982-55384-2-ED.docx (3.35M)

Word count: 4301

Character count: 27702

Senam “Ayo Sakula” sebagai Implementasi Program UKS di SD Negeri 7 Panarung

ARTICLE INFO

ABSTRACT (10PT)

Article history

Received
Revised
Accepted

Keywords

Children
Dayak Tribe
Extracurricular
Local Wisdom
Three Main Program

School Health Efforts (UKS) are one effort to improve the level of health in the school environment, but in general implementation is not optimal. “Ayo Sakula” Gymnastics was developed taking into account movements and music that are suitable for elementary school children and incorporates Dayak traditions. The aim of the research is to identify perceptions of the “Ayo Sakula” gymnastics program and analyze the implementation of the UKS program. This type of qualitative research was carried out at SD Negeri 7 Panarung. Data collection uses in-depth interviews and observations. Subjects are school residents. Sampling used a purposive technique, namely by considering school residents who were related to UKS and “Ayo Sakula” Gymnastics. The perception of the “Ayo Sakula” exercise is that the music is interesting, the movements are easy to follow, it is familiar with regional culture and it would be very good if it became one of the UKS programs. UKS implementation consists of three main UKS programs by optimizing existing resources. “Come on Sakula” exercise could be a new color in the implementation of the UKS program. The identification of the 7 pillars of SBM is an opportunity in developing Gymnastics as a UKS program to improve student fitness.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](#) license.



Kata kunci

Anak-anak
Dayak
Ekstrakurikuler
Tradisi
Trias UKS

Abstrak (10pt)

Usaha Kesehatan Sekolah merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan derajat kesehatan di lingkungan sekolah, namun pada umumnya implementasi belum optimal. Senam “Ayo Sakula” dikembangkan dengan mempertimbangkan gerakan dan musik yang sesuai untuk anak SD dan mengangkat tradisi Dayak. Tujuan penelitian adalah mengidentifikasi persepsi Program Senam “Ayo Sakula” dan menganalisis implementasi program UKS. Jenis penelitian kualitatif, dilakukan di SD Negeri 7 Panarung. Penggalan data menggunakan wawancara mendalam dan observasi. Subjek adalah warga sekolah SDN 7 Panarung terdiri Kepala Sekolah, Guru, Siswa, Pedagang Kantin dan Tenaga Keamanan. Pengambilan sampel menggunakan teknik purposive yaitu warga sekolah yang berkaitan dengan UKS dan Senam “Ayo Sakula”. Persepsi terhadap Senam “Ayo Sakula” bahwa musik menarik, gerakan mudah diikuti, mengenal budaya daerah dan sangat baik jika menjadi salah satu Program UKS. Implementasi UKS terdiri tiga program pokok UKS dengan mengoptimalkan sumber daya yang ada. Senam “Ayo Sakula” bisa menjadi warna baru dalam implementasi program UKS. Identifikasi 7 pilar MBS menjadi peluang dalam pengembangan Senam sebagai program UKS untuk meningkatkan kebugaran siswa.

Artikel ini open akses sesuai dengan lisensi [CC-BY-SA](#)



Usaha Kesehatan Sekolah merupakan salah satu upaya pemerintah untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat di lingkungan sekolah. Upaya mendukung terbentuknya peserta didik yang sehat, salah satu indikator yang direalisasikan adalah mengaktifkan program UKS yang dapat mengoptimalkan prestasi serta potensi peserta didik dalam belajar (Susanto *et al.*, 2019).

Unit Kesehatan Sekolah (UKS) merupakan suatu usaha untuk membina dan meningkatkan kebiasaan dan perilaku hidup sehat pada anak didik yang dilakukan secara menyeluruh (komprehensif) dan terpadu (integratif) melalui program pendidikan dan pelayanan kesehatan di sekolah. Kegiatan UKS melalui trias UKS yang meliputi pendidikan kesehatan, pelayanan kesehatan, dan pembinaan lingkungan sekolah yang sehat (Nurhana, Chrisnawati and Labertus, 2018).

Penerapan Trias UKS dapat dilakukan pada kegiatan kurikuler dan ekstrakurikuler. Karena terbatasnya waktu yang tersedia pada kegiatan kurikuler, maka program pokok UKS lebih banyak diharapkan melalui kegiatan ekstrakurikuler. Bentuk dari kegiatan ekstrakurikuler misalnya pendidikan kesehatan dalam wisata siswa, kemah, majalah dinding dan lainnya atau pembinaan lingkungan sekolah sehat melalui lomba kebersihan antar kelas, menggambar, sekolah sebagai wisata UKS dan lainnya (Susanto *et al.*, 2019).

Pengelolaan UKS membutuhkan manajemen yang baik dan keterlibatan semua pemangku kepentingan untuk mencapai tujuan. Proses pengelolaan UKS dilakukan dalam 4 tahapan yaitu perencanaan, pengorganisasian; pelaksanaan, dan evaluasi (Tim Direktorat Sekolah Dasar, 2020). Pengelolaan UKS melalui aplikasi 7 komponen MBS yaitu dengan identifikasi peluang dan tantangan kurikulum dan pembelajaran, peserta didik, pendidikan dan tenaga kependidikan, sarana dan prasarana, pembiayaan, kemitraan serta budaya dan lingkungan sekolah (Supriyatno *et al.*, 2021).

Pelaksanaan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) di Sekolah Dasar diharapkan mampu menjadi salah satu wadah dalam meningkatkan kemampuan dan keterampilan peserta didik dalam rangka membentuk perilaku hidup sehat. Pelaksanaan UKS belum dapat berjalan sesuai dengan harapan pemerintah akibat adanya keterbatasan sarana prasarana, kurangnya kepedulian lintas sector. SDM terlatih yang minim serta belum optimalnya dukungan dari orang tua siswa dan masyarakat (Ervina, Tahlil and Mulyadi, 2018).

Perilaku hidup sehat pada anak didik diantaranya dalam program kebugaran jasmani di sekolah yang dapat diperoleh melalui mata pelajaran PJOK maupun kegiatan-kegiatan ekstrakurikuler yang memaksimalkan gerak fisik secara menyeluruh. Upaya meningkatkan kebugaran jasmani peserta didik dapat melalui berbagai aktifitas fisik yang salah satunya adalah kegiatan senam (Arifin, 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Maryam, dkk. (2018) tentang Pelaksanaan Trias Usaha Kesehatan Sekolah pada Tingkat Sekolah Dasar Di Wilayah Kecamatan Tembalang Kota Semarang didapatkan hasil bahwa kegiatan pendidikan kesehatan di sekolah, sebesar 84.8% belum mengadakan kegiatan ekstrakurikuler (Nurhayu, Shaluhyah and Indraswari, 2018).

Tingkat kebugaran jasmani dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya aktivitas fisik. Penelitian pada siswa SDN 13 Sungai Pisang menunjukkan adanya korelasi bermakna antara aktivitas fisik dengan kebugaran jasmani berdasarkan pengukuran menggunakan Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ) dan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI) (Huwaida, Anggraini and

Firdawati, 2022). Program aktivitas fisik yang diprogramkan oleh suatu instansi atau pengelola beragam diantaranya adalah peregrangan, jalan sehat, senam. Penelitian tentang senam kebugaran jasmani yang dilakukan pada siswa kelas 5 di MIN Donomulyo Kabupaten Malang menunjukkan hasil bahwa latihan selama 3 kali seminggu terdapat peningkatan kebugaran jasmani pada peserta didik sekolah dasar (Arifin, 2018).

SD Negeri 7 Panarung merupakan salah satu sekolah yang mencanangkan program senam setiap hari jumat. Sekolah memiliki fasilitas UKS dengan dukungan SDM dan sarana prasarana yang ada, namun belum optimal dalam pelaksanaan trias UKS. Kepala Sekolah selaku pengelola UKS menyampaikan perlu variasi senam agar siswa lebih tertarik dan diantara belum optimal pelaksanaan trias UKS karena SDM belum mendukung. Hal ini yang menjadi dasar dilakukannya penelitian agar dapat mengaktifkan peran UKS, yaitu melalui senam "Ayo Sakula". Senam "Ayo Sakula" sebagai salah satu program pada trias UKS yaitu pendidikan kesehatan yang bertujuan agar peserta didik memiliki nilai dan sikap yang positif terhadap prinsip dan pola hidup sehat dan memiliki Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam kehidupan sehari-hari.

Tujuan penelitian ini adalah mengidentifikasi persepsi Program Senam "Ayo Sakula" sebagai Program Pendidikan Kesehatan di SD Negeri 7 Panarung dan menganalisis implementasi program UKS di SDN 7 Panarung terutama berkaitan dengan keberlanjutan Senam "Ayo Sakula" dalam Program UKS. Urgensi penelitian ini berkaitan tentang Senam "Ayo Sakula" yang merupakan program senam yang dirancang musik dan gerakannya agar sesuai dengan usia anak Sekolah Dasar dan kearifan lokal yaitu budaya dari Suku Dayak Kalimantan Tengah untuk pengoptimalan implementasi program UKS di Sekolah Dasar.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif yaitu penelitian yang dimaksudkan untuk memahami fenomena tertentu. Fenomena ini berupa sesuatu hal yang dialami oleh subjek penelitian dalam hal ini adalah perilaku, persepsi, tindakan dan sebagainya dideskripsikan dalam bentuk kata-kata yang menggambarkan kondisi mengenai Senam "Ayo Sakula" dan Implementasi Trias UKS.

Senam "Ayo Sakula" dirancang dan dikembangkan oleh tim peneliti dengan mempertimbangkan gerakan dan musik yang sesuai untuk anak usia SD. Senam ini sebagai bagian dari implementasi Trias UKS terutama pada komponen pendidikan kesehatan. Jenis senam merupakan aerobik. Musik menggunakan lagu anak-anak Dayak Kalimantan Tengah dengan judul "Ayo Sakula" ciptaan Ichiw dan dinyanyikan oleh penyanyi cilik yaitu May Sheilla dalam kanal youtube May Sheilla Channel (May Sheilla Channel, 2021). Senam divalidasi oleh praktisi yaitu instruktur senam yang tersertifikasi, setelah mendapatkan masukan dan diperbaiki sehingga dinyatakan layak digunakan.

Penggalan data dilakukan dengan wawancara mendalam dan observasi. Subjek penelitian adalah warga sekolah terdiri dari Kepala Sekolah, Guru Pembina UKS, Guru, Siswa (10 anak), pedagang

kantin dan petugas keamanan. Jumlah informan sebanyak 10 siswa diperoleh berdasarkan temuan di lapangan ketika mencapai saturasi (pengulangan). Objek penelitian adalah persepsi senam “Ayo Sakula” sebagai program UKS dan implementasi program UKS. Pengambilan sampel menggunakan teknik purposive yaitu dengan warga sekolah yang terlibat dengan UKS baik sebagai pengelola maupun pengguna serta terlibat dalam Senam “Ayo Sakula” baik yang mengetahui pelaksanaan program maupun berperan sebagai pendamping siswa. Observasi dilakukan pada objek tertentu yaitu sarana dan prasarana serta indikator stratifikasi UKS.

Instrumen yang digunakan adalah panduan wawancara. Panduan wawancara disusun berdasarkan konsep pengelolaan UKS, yang meliputi Trias UKS sebagai Program Pokok UKS yaitu Pendidikan Kesehatan, Pelayanan Kesehatan dan Pembinaan Lingkungan Sekolah Sehat serta Pengelolaan UKS sesuai dengan Pedoman Pembinaan dan Pengembangan UKS/M serta Manajemen Berbasis Sekolah pada Kegiatan UKS. Instrumen telah dilakukan validasi ahli, yaitu Anggara Dwi Sulistiyanto, S.ST., M.Kes., AIFO (Tim Pembina UKS Kabupaten Rembang, Jawa Tengah) dan Intan Meidayanti, SKM., M.Kes (Penyuluh Kesehatan Masyarakat Ahli Pertama, Dinas Kesehatan Kabupaten Majene, Sulawesi Selatan). Lembar observasi disusun berdasarkan standar sarana dan prasarana untuk Sekolah Dasar/Madrasah Ibtidaiyah (SD/MI) serta stratifikasi UKS pada jenjang SD berdasarkan Pedoman Pembinaan dan Pengembangan UKS/M.

Tempat penelitian ini adalah SD Negeri 7 Panarung, Palangka Raya. Sedangkan Waktu pelaksanaan yaitu bulan Juni – Agustus 2023. Lokasi penelitian berdasarkan latar belakang sekolah yang telah mengupayakan UKS sebagai ruang kesehatan yang dapat dikunjungi oleh siswa yang sakit, Langkah-langkah penelitian dibagi kedalam tiga tahapan, yaitu persiapan/pralapangan, pekerjaan lapangan, dan analisis data.

Analisis yang dilakukan berupa analisis deskriptif, diawali dengan pengelompokan data yang sama, selanjutnya dilakukan interpretasi untuk memberi makna setiap sub aspek dan hubungan antara satu dengan lainnya. Analisis data bersifat induktif atau kualitatif. Teknik analisis data yang digunakan terdiri empat tahapan yaitu pengumpulan data, reduksi, penyajian data serta penarikan kesimpulan dan verifikasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dimulai dengan memperkenalkan Senam “Ayo Sakula” kepada warga sekolah pada pagi hari sebelum kegiatan pembelajaran dimulai. Pelaksanaan senam mengikuti jadwal pembinaan karakter yang ditetapkan sekolah yaitu selasa dan hari jumat yang biasanya juga dijadwalkan senam. Senam diikuti oleh semua siswa dan guru-guru di Halaman SD Negeri 7 Panarung.

Informasi terkait persepsi senam dan implementasi program UKS dilakukan dalam pengumpulan data yaitu wawancara mendalam. Subjek penelitian sebanyak 15 informan, terdiri dari Kepala Sekolah, Guru Pembina UKS, Guru (selain pembina UKS), Siswa, pedagang kantin dan petugas

keamanan. Observasi dilakukan untuk mengamati sarana dan prasarana UKS serta komponen-komponen pendukung lainnya di lingkungan sekolah yang berkaitan dengan indikator stratifikasi UKS. Hasil pengumpulan data sebagai berikut :

Persepsi terhadap Senam “Ayo Sakula”

Penilaian terhadap Senam “Ayo Sakula” oleh semua informan berdasarkan hasil wawancara bahwa musik menarik dan gerakan mudah diikuti. Nilai positif yang diperoleh yaitu anak-anak mengenal budaya daerah, karena musik menggunakan lagu anak-anak dari Dayak Kalimantan Tengah, sedangkan senam yang lain biasanya menggunakan lagu nasional atau lagu-lagu populer. Sikap positif adalah respon baik anak-anak untuk mengikuti senam, supaya lebih sehat dan bugar. Persepsi terhadap Senam “Ayo Sakula” sebagai salah satu Program UKS, sebagian besar menjawab sangat baik. Pihak sekolah memberikan respon bersedia jika ada guru dan siswa yang dilatih untuk memandu senam tersebut.



Gambar 1. Siswa Mengikuti Senam “Ayo Sakula” di Halaman Sekolah

Senam “Ayo Sakula” yang dikembangkan ini serupa dengan Senam Kebugaran “Kitorang Bersatu” karena dipadukan dengan kearifan lokal budaya setempat. Senam Kebugaran “Kitorang Bersatu” dilatarbelakangi tradisi suku marind di Merauke yang suka menyanyi dan menari sehingga dikembangkan melalui research and development menjadi aktivitas gerak irama yang dapat digunakan pada kegiatan adat sebagai penyeragaman gerak tari dan dipadukan unsur olahraga (Sumarsono and Wasa, 2019).

Kontribusi olahraga dalam pelestarian budaya. Banyak cabang olahraga yang dijadikan sebagai aktivitas untuk mencapai tujuan tertentu dan menggambarkan bahwa olahraga dan budaya memiliki hubungan kuat untuk saling mempengaruhi (Perdana and Harvianto, 2020). Penelitian (Harvianto and Abeng (2021) mengidentifikasi kegiatan untuk melestarikan nilai luhur budaya Dayak melalui olahraga yaitu Lawang Sakepeng, Manyipet, Sepak Sawut, dan Balogo, sedangkan pada penelitian ini olahraga yang dimaksud adalah senam, yang dipadukan dengan budaya daerah berupa lagu Bahasa Dayak sebagai pendukung (irama) senam.

Tabel 1. Persepsi terhadap Senam “Ayo Sakula”

<i>Sub Variabel</i>	<i>Hasil Wawancara</i>	<i>Informan</i>
<i>Musik & Gerakan Senam “Ayo Sakula”</i>	<i>“Musiknya memang sesuai untuk anak sekolah, musiknya beda, biasanya menggunakan lagu nasional atau bahkan musik untuk orang dewasa. Gerakan mudah diikuti, anak-anak mungkin agak canggung karena pertama, setelah diulangi”</i>	KS
	<i>“music menarik, gerakan mudah diikuti”</i>	G1, G2
	<i>“musiknya bagus, tetapi senamnya hanya sebentar”</i>	S1, S8
	<i>“Setelah mempraktikkan senam ini saya merasa senang, senam ini seru karena ada yang baru, selain itu gerakannya mudah diikuti, musiknya menarik dan asik. paling suka gerakan yang melompat.”</i>	S2
	<i>“Musiknya bagus. Gerakan mudah diikuti”</i>	S3, S6
<i>Nilai dan Sikap Positif dari Senam “Ayo Sakula”</i>	<i>“Musik membuat ingin menari-nari. Gerakan susah sedikit., paling senang pas gerakan lompat-lompat.”</i>	S4
	<i>“Nilai positif karena mengangkat ciri khas daerah, anak-anak jadi mengenal budaya daerah, namun tidak semua siswa mengerti Bahasa Dayak karena siswa majemuk dari berbagai suku. Sikap positif anak-anak untuk mengikuti senam, ada aktivitas fisik”.</i>	KS
	<i>“Nilai positifnya baik untuk perkembangan anak-anak”</i>	G1
<i>Senam “Ayo Sakula” sebagai Salah Satu Program UKS</i>	<i>“Senamnya membuat senang, sehat dan seru”</i>	S5, S7
	<i>“sangat senang dan sangat setuju jika diimplementasikan ke dalam program UKS, pertama karena musik yang digunakan mengangkat ciri khas daerah, kedua karena bagus untuk psikomotik anak sehingga mendukung tujuan program UKS yaitu dengan meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat serta derajat kesehatan peserta didik”.</i>	KS
	<i>“Bisa diterapkan dan dimasukkan ke dalam program UKS, senam ini gerakannya mudah untuk diikuti oleh peserta didik, musiknya mencirikan khas daerah sini. Namun, sebelum diterapkan ada baiknya perwakilan siswa diajarkan agar menghafal seluruh gerakan senam sehingga nantinya bisa menjadi instruktur senam di sekolah. Program senam ini akan kami bicarakan dengan kepala sekolah, kemungkinan akan dilaksanakan dua minggu sekali.”</i>	G1
	<i>“Bisa, agar ada variasi”</i>	G2
	<i>“Mau... karena senang.. ”</i>	S9, S10

Sumber : Data Primer (2023)

Implementasi Program UKS

Analisis keberlanjutan Senam “Ayo Sakula” dalam Program UKS dikaji berdasarkan pengelolaan program UKS di sekolah. Hasil observasi sarana dan prasarana UKS yaitu ruangan dengan ventilasi yang cukup terdiri 1 ruang dengan 2 (dua) tempat tidur, meja dan kursi, kotak P3K, poster serta bahan bacaan. Ruang UKS disediakan tersendiri, dengan mengoptimalkan bangunan yang ada. Indikator pendidikan kesehatan pada strata standar, namun pada pelayanan kesehatan dan pembinaan lingkungan sekolah sehat pada strata minimal, sehingga pengukuran strata berdasarkan alat ukur trias UKS diperoleh strata minimal.



Gambar 2. Ruang UKS di SD Negeri 7 Panarung

Pengelolaan UKS di sekolah melalui pembentukan struktur organisasi sesuai panduan, dan di SD Negeri 7 Panarung, Guru PJOK ditunjuk sebagai pembina UKS, karena belum ada guru yang mengikuti pelatihan UKS dan belum ada program tersebut dalam 5 tahun terakhir. SDM yang pernah mengikuti pelatihan UKS adalah Kepala Sekolah tahun 2004, sebelum bertugas sebagai kepala sekolah di SDN 7 Panarung. Program UKS dikoordinasikan dengan mitra yaitu Puskesmas Panarung terkait pembinaan UKS, misalnya penjangkaran, imunisasi dan lainnya.

Implementasi UKS berupa pendidikan kesehatan dilaksanakan dalam intrakurikuler didalam mata pelajaran PJOK, ekstrakurikuler dalam kegiatan pramuka, Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah (MPLS) bekerja sama dengan Puskesmas, berupa edukasi perilaku hidup sehat, makanan sehat. Pelayanan kesehatan di sekolah berupa layanan P3K yaitu obat luar, memberi kesempatan istirahat di ruang UKS bagi siswa sakit, penyediaan air minum, kerja sama dengan puskesmas dalam penjangkaran kesehatan dan pemeriksaan perkala.

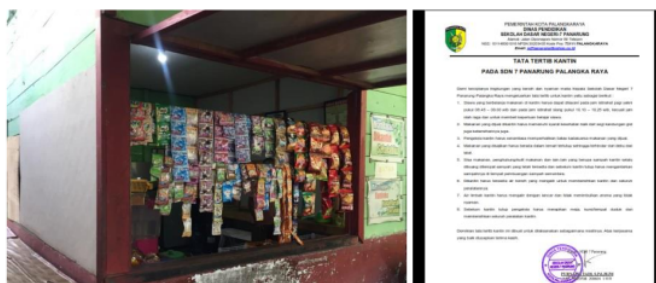


Gambar 2. Pelayanan Kesehatan kerjasama dengan Puskesmas Panarung

Pembinaan lingkungan sehat berupa pembiasaan menjaga kebersihan lingkungan melalui penyediaan sarana cuci tangan, tempat sampah, piket kelas, kerja bakti, penghijauan, penggunaan masker di ruang kelas, ekstrakurikuler karate dan lainnya. Pembinaan kantin juga dilakukan bekerja sama dengan mitra. Sekolah memiliki Tata Tertib Kantin pada SDN 7 Panarung Palangka Raya. Tata tertib mengatur jam buka, pengelola, makanan yang dijual, sisa makanan dan limbah serta kebersihan lingkungan, namun tidak ditemukan dokumen terkait kegiatan monitoring dan evaluasi. Pengendalian faktor risiko di sekolah, diantaranya pencahayaan ruang sekolah cukup dengan fungsi ruang, ventilasi baik sehingga udara segar dapat menjangkau setiap sudut ruangan



Gambar 3. Pembinaan Lingkungan Sekolah Sehat di SD Negeri 7 Panarung



Gambar 4. Kantin Sekolah dan Tata Tertib Kantin

Rencana kegiatan UKS terdiri dari lingkungan sekolah, kebersihan diri dan pendidikan kesehatan namun belum dirinci dalam tahapan dan jadwal kegiatan serta belum dituangkan dalam Rencana Kerja Sekolah (RKS). Kebutuhan UKS termuat dalam dalam Rencana Kegiatan dan Anggaran Sekolah (RKAS) yaitu pengadaan mebelair ruang UKS dan obat-obatan yang digunakan dalam penerapan trias UKS. Upaya pengembangan UKS yang dilakukan berupa pembenahan ruangan, awalnya tergabung di ruang guru, kemudian disiapkan tempat terpisah. Hambatan dalam pengembangan yaitu ruang UKS terbatas, minim fasilitas pendukung serta tidak ada program pelatihan/penyegaran UKS.

Rencana pengembangan UKS di SD Negeri 7 Panarung pada tahun kedepan adalah program dokter kecil. Rencana pengembangan tersebut berdasarkan hasil komunikasi dengan mitra bahwa dokter kecil perlu diterapkan di sekolah dan dimasukkan dalam program sekolah. Tahun depan akan disusun program pembinaan dokter kecil dengan melibatkan narasumber dari puskesmas mitra.

Dokter kecil merupakan salah satu program UKS untuk memaksimalkan program UKS. Dokter kecil adalah seorang murid yang dilatih di sekolah bagaimana berperilaku hidup sehat baik diri sendiri maupun untuk teman sejawat dan lingkungannya di sekolah. Siswa yang menjadi dokter kecil harus memenuhi persyaratan dan mengikuti pelatihan. Beberapa kegiatan yang bisa dilaksanakan Dokter Kecil atas bimbingan guru, kader kesehatan, sekolah maupun petugas kesehatan antara lain Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), KM-AS (Kartu Menuju Sehat Anak Sekolah), Pertolongan Pertama pada Penyakit dan Kecelakaan (P3K) dan Ketrampilan Dasar Dokter Kecil (Saadah *et al.*, 2022).

Kegiatan pelatihan dokter kecil terbukti memberikan pengaruh positif sebagai upaya mengembangkan UKS. Pelatihan Dokter Kecil di Sekolah Dasar Kabupaten Sidoarjo berperan dalam menggerakkan perilaku hidup sehat, P3K, upaya menjaga kesehatan lingkungan dan pribadi (Aliviamaita, Purwanti and Wisaksono, 2019). Kegiatan serupa dilakukan di SDN 21 Limau Sundai berupa edukasi tentang UKS, kesehatan diri dan kebersihan lingkungan sekolah, nutrisi yang sehat, imunisasi, penyakit, dan pengobatan, keterampilan klinis dasar, serta pertolongan pertama pada kecelakaan (Rahmaddiansyah *et al.*, 2023).

Pengelolaan UKS berdasarkan Manajemen Berbasis Sekolah (MBS-UKS) dilakukan berdasarkan 7 pilar yang menjadi peluang dan tantangan sekolah (Supriyatno *et al.*, 2021). Hasil identifikasi diperoleh hasil bahwa aspek kurikulum dan pembelajaran, sarana prasarana, pembiayaan dan kemitraan memenuhi kondisi ideal. Kondisi ini menunjukkan bahwa 4 aspek tersebut merupakan peluang bagi pengelolaan UKS di SD Negeri 7 Panarung. Kondisi ideal belum terpenuhi yaitu keterlibatan siswa dalam perawatan sarana, dokter kecil, pelatihan UKS bagi guru, sarana jamban terpisah namun belum tersedia pembalut cadangan serta kebijakan dan budaya yang sebelumnya efektif diterapkan di masa pandemi. Informasi lengkap disajikan dalam tabel berikut.

Tabel 2. Identifikasi Peluang dan Tantangan 7 Pilar MBS-UKS di SD Negeri 7 Panarung

No.	Aspek	Kondisi Ideal	Kondisi di Lapangan
1.	Kurikulum & Pembelajaran	1. Pendidikan Kesehatan sudah masuk ke Rencana Pembelajaran	√
		2. Pendidikan kesehatan dilakukan secara Kurikuler dan ekstrakurikuler	√
		3. Pendidikan jasmani dilaksanakan secara kurikuler	√
2.	Peserta didik	1. Peserta didik terlibat dalam kegiatan perawatan sarana (jadwal Piket)	Belum
		2. Pembiasaan peserta didik dalam PHBS	√
		3. Peserta didik terbiasa melakukan protokol kesehatan 3M	√
		4. Dokter Kecil berperan mengingatkan teman sebaya untuk PHBS dan 3M	Belum
3.	Pendidikan & Tenaga Kependidikan	1. Guru sudah mengikuti pelatihan UKS	Belum
		2. Ada guru UKS (dengan SK)	√
		3. Adanya buku pegangan guru dan bacaan tentang pendidikan kesehatan	√
		4. Memiliki guru mata pelajaran pendidikan jasmani	√
		5. Guru melakukan pembiasaan rutin kegiatan PHBS	√
4.	Sarana Prasarana	1. Ada akses air bersih	√
		2. Ada sarana jamban terpisah, lengkap dengan pembalut cadangan	(tidak ada pembalut)
		3. Ada sarana cuci tangan pakai sabun dan air mengalir	√
		4. Ada tempat sampah dan kegiatan pengelolaan sampah	√
		5. Ada drainase	√
		6. Ada ruang UKS	√
5.	Pembiayaan	1. Kegiatan UKS masuk dalam RKAS	√
		2. Perawatan dan pemeliharaan fasilitas sanitasi masuk dalam RKAS	√
		3. Alat dan bahan edukasi untuk kegiatan PHBS	√

No.	Aspek	Kondisi Ideal	Kondisi di Lapangan
		masuk dalam RKAS	
6.	Kemitraan/ Hubungan Sekolah dan Masyarakat	Adanya program kemitraan pelaksanaan Trias UKS dengan instansi terkait antara lain dengan Puskesmas, Kepolisian, PMI, BPPOM, Perusahaan (CSR) dll.	√
7.	Budaya dan Lingkungan Sekolah	<ol style="list-style-type: none"> 1. Memiliki kebijakan area wajib masker 2. Kegiatan pembiasaan cuci tangan pakai sabun yang rutin misal sebelum masuk sekolah di depan gerbang, sebelum masuk kelas, sesudah dari jamban 3. Ada kebijakan peserta didik wajib membawa botol minum dan tempat makanan 4. Ada kebijakan area bebas rokok 	√ - (efektif di masa pandemi) - -

Sumber : Data Primer (2023)

Hasil wawancara tentang keberlanjutan Senam “Ayo Sakula” dalam Program UKS jika dilakukan secara rutin pada periode tertentu sebagai program UKS yaitu sebagian besar responden memberikan respon positif. Guru menyampaikan akan dimasukkan dalam agenda jumat, setiap 2 minggu sekali, bergantian dengan kegiatan yang biasanya sudah diterapkan. Kepala Sekolah juga mendukung dan merespon baik hal tersebut. Masukan dan saran mengenai yang disampaikan yaitu pengembangan senam dalam tahapan pemanasan, gerakan inti dan penutupan dengan durasi yang lebih lama.

“Guru-guru menyampaikan ingin belajar senam ini, agar bisa dilakukan rutin, dan senam yang dilakukan beragam, dan menjadi bagian dari UKS. Jika diizinkan menggunakan senam tersebut, kami siap mengimplemenntasikan” (KS)

Hasil penelitian pelaksanaan trias UKS di SD Negeri Pongangan bahwa terdapat 31 indikator telah terlaksana (78,1%). Pelaksanaan pendidikan kesehatan di SD Negeri Pongangan terdiri dari 4 indikator, sebanyak 2 indikator (50%) sudah terlaksana meliputi perenggangan dan senam bersama. Untuk mencapai tujuan UKS yang telah direncanakan, pihak sekolah berupaya dengan sungguh-sungguh untuk menciptakan lingkungan sekolah yang mempromosikan kesehatan (Maidira Kariyanti, 2023).

Implementasi UKS di SD Kristen Tananahu Teluk Elpaputih bahwa program UKS dilaksanakan sesuai dengan tiga program pokok, penyusunan rencana berjalan baik dan sesuai pedoman pembinaan dan pengembangan UKS. Pelaksanaan pendidikan kesehatan untuk kurikuler terintegrasi dalam mata pelajaran penjas yaitu olahraga, sedangkan ekstrakurikuler terintegrasi dalam pramuka dan kerja bakti (Janwarin, Maahaly and The, 2022). Sedangkan implementasi UKS di SDN Pinang 4 Kota Tangerang, ditemukan UKS tidak menjadi mata pelajaran terjadwal di sekolah, sarana prasarana penunjang tidak lengkap, proses penerapan PHBS melalui contoh baik yang dilakukan guru, guru tidak dibekali cukup pelatihan tentang praktik baik PHBS sesuai dengan pedoman UKS (Aminah *et al.*, 2021).

Keberhasilan implementasi UKS dipengaruhi oleh beberapa hal. Pelaksanaan program UKS harus didorong dan dimasyarakatkan kepada semua pihak. Penelitian di Puskesmas Karanggan diketahui

adanya hubungan yang bermakna antara SDM terhadap pelaksanaan UKS di wilayah kerja Puskesmas Karanggen dan adanya hubungan yang bermakna antara sarana dan prasarana terhadap pelaksanaan UKS (Utami, Chotimah and Khodijah Parinduri, 2021).

Pengelolaan UKS meliputi 4 (empat) tahap yang harus diperhatikan dalam menunjang keberhasilan pengelolaan tersebut, yaitu perencanaan, pengorganisasian; pelaksanaan, dan evaluasi (Tim Direktorat Sekolah Dasar, 2020). Perencanaan di SD Negeri 7 Panarung sudah termuat dalam RKS dan RKAS. Pengorganisasian dilakukan dengan pembentukan struktur organisasi yang jelas dalam upaya pembinaan dan pelaksanaan UKS. Pelaksanaan program UKS melalui kegiatan-kegiatan intrakurikuler dan ekstrakurikuler didukung dengan kegiatan kemitraan serta pembiasaan kegiatan positif. Monitoring dan evaluasi belum dilakukan secara terstruktur sehingga dampak pelaksanaan UKS terhadap pencapaian program belum bisa dilaporkan dengan rinci.

KESIMPULAN

Kesimpulan hasil penelitian yaitu persepsi positif terhadap senam karena mengangkat nilai daerah, sesuai dengan perkembangan anak-anak dan gerakan mudah diikuti. Penerapan UKS memenuhi unsur Trias UKS, dimana pendidikan kesehatan dilakukan dalam intrakurikuler, ekstrakurikuler (pramuka) dan MPLS. Identifikasi MBS-UKS sekolah memiliki peluang dalam aspek kurikulum dan pembelajaran, sarana prasarana, pembiayaan dan kemitraan yang memungkinkan Senam "Ayo Sakula" diterapkan dalam program UKS. Rekomendasi peneliti selanjutnya yaitu dengan metode Research and Development (R&D) berkaitan dengan rancangan senam yang dikembangkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aliviameita, A., Purwanti, Y. and Wisaksono, A. (2019) 'Pelatihan Dokter Kecil Sebagai Upaya Mengembangkan Usaha Kesehatan Sekolah di Sekolah Dasar Kabupaten Sidoarjo', *JPM (Jurnal Pemberdayaan Masyarakat)*, 4(1), pp. 283–290. doi: 10.21067/jpm.v4i1.3260.
- Aminah, S. *et al.* (2021) 'Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) untuk Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Siswa Sekolah Dasar', *Jurnal JKFT: Universitas Muhamadiyah Tangerang*, 6(1), pp. 18–28. Available at: <http://jurnal.umt.ac.id/index.php/jkft/article/view/5214>.
- Arifin, Z. (2018) 'Pengaruh Latihan Senam Kebugaran Jasmani (SKJ) terhadap Tingat Kebugaran Siswa Kelas V di MIN Donomulyo Kabupaten Malang', *Al Mudarris, Journal of Education*, 1(1), pp. 22–29. Available at: <http://e-journal.staima-alhikam.ac.id/index.php/al-mudarris/>.
- Ervina, Tahlil and Mulyadi (2018) 'Pelaksanaan Program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) di Puskesmas', *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 6(2), pp. 11–21. Available at: <http://jurnal.usk.ac.id/jik/article/view/14248/12197>.
- Harvianto, Y. and Abeng, A. T. (2021) 'Pelestarian Nilai Luhur Budaya Dayak Melalui Olahraga di Kota Palangka Raya', *Jendela Olahraga*, 6(1), pp. 130–138. doi: 10.26877/jo.v6i1.7073.
- Huwaida, Z., Anggraini, F. T. and Firdawati, F. (2022) 'Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kebugaran

- Jasmani Siswa SDN 13 Sungai Pisang', *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, 2(4), pp. 243–248. doi: 10.25077/jikesi.v2i4.361.
- Janwarin, L., Maahaly, H. M. and The, F. (2022) 'Analisis Pelaksanaan Program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) di SD Kristen Tananahu Kecamatan Teluk Elpaputih', *Moluccas Health Journal*, 3(2), pp. 19–25. doi: 10.54639/mhj.v3i2.725.
- Maidira Kariyanti, F. I. (2023) 'Analisis Pelaksanaan Trias Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) di Sekolah Dasar Negeri Pongangan', *Jurnal Patriot*, 5(2), pp. 103–117. Available at: <http://patriot.ppj.unp.ac.id/index.php/patriot>.
- May Sheilla Channel (2021) *Ayo Sakula*. Indonesia: May Sheilla Channel. Available at: https://www.youtube.com/watch?v=t9unxgmoW_Q.
- Nurhana, Chrisnawati and Labertus (2018) 'Faktor-Faktor Pendukung Pelaksanaan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) di Tingkat Sekolah Dasar', *JKSI*, 3(2). Available at: <http://journal.stikessuakainsan.ac.id/index.php/jksi/article/view/122>.
- Nurhayu, M. ., Shaluhiyah, Z. and Indraswari, R. (2018) 'Pelaksanaan Trias Usaha Kesehatan Sekolah pada Tingkat Sekolah Dasar di Wilayah Kecamatan Tembalang Kota Semarang', *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 6(1), pp. 770–9. Available at: <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/article/view/20315/19157>.
- Perdana, J. A. and Harvianto, Y. (2020) 'Perbedaan Tingkat Daya Tahan Kardiorespirasi Pada Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli dan Bola Basket', *Jendela Olahraga*, 5(2), pp. 114–121. doi: 10.26877/jo.v5i2.6183.
- Rahmaddiansyah, R. *et al.* (2023) 'Peningkatan Program Kesehatan Sekolah melalui Pembinaan Dokter Kecil pada Siswa di SDN 21 Limau Sundai Kabupaten Pesisir Selatan', *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, 6(1), pp. 26–34. Available at: <http://buletinnagari.lppm.unand.ac.id>.
- Saadah, N. *et al.* (2022) *Buku Panduan Dokter Kecil*. Edited by R. R. Rerung. Jakarta: CV Media Sains Indonesia.
- Sumarsono, A. and Wasa, C. (2019) 'Pengembangan Senam Kebugaran “Kitorang Bersatu” Pada Suku Marind Pappua', *Jendela Olahraga*, 4(1), pp. 1–11. doi: 10.26877/jo.v4i1.2417.
- Supriyatno *et al.* (2021) *Manajemen Berbasis Sekolah (MBS) pada Kegiatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS)*. Cetakan 1. Jakarta. Available at: Direktorat Sekolah Dasar Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi.
- Susanto *et al.* (2019) *Pedoman Pembinaan dan Pengembangan UKS/M*. Cetakan Ke. Edited by S. Nuraeni and A. Suharyanto. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Tim Direktorat Sekolah Dasar (2020) *Tata Kelola UKS di Sekolah Dasar*. Jakarta: Direktorat Sekolah Dasar Direktorat Jenderal PAUD, Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Utami, P., Chotimah, I. and Khodijah Parinduri, S. (2021) 'Faktor yang Berhubungan dengan Pelaksanaan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) Tingkat SD/MI di Wilayah Kerja Puskesmas Karanggen Kabupaten Bogor Tahun 2020', *Promotor*, 4(5), pp. 423–435. doi: 10.32832/pro.v4i5.5655.

Senam "Ayo Sakula" sebagai Implementasi Program UKS di SD Negeri 7 Panarung

ORIGINALITY REPORT

27 %

SIMILARITY INDEX

26 %

INTERNET SOURCES

9 %

PUBLICATIONS

10 %

STUDENT PAPERS

MATCH ALL SOURCES (ONLY SELECTED SOURCE PRINTED)

8%

★ eprints.uny.ac.id

Internet Source

Exclude quotes Off

Exclude matches Off

Exclude bibliography On