

PENDIDIKAN KESEHATAN PADA ANAK DI SD NEGERI MLAJAH 1 BANGKALAN

Nurun Nikmah, A'im Matun Nadhiroh
Dosen STIKES Insan Se Agung Bangkalan
nurunx@yahoo.co.id

ABSTRAK

Tujuan pendidikan kesehatan merupakan domain yang akan dituju dari pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan memiliki beberapa tujuan antara lain pertama, tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga dan masyarakat dalam membina dan memelihara perilaku sehat dan lingkungan sehat, serta peran aktif dalam upaya mewujudkan derajat kesehatan yang optimal. Tujuan Kegiatan ini yaitu Menambah wawasan / pengetahuan kepada siswa/siswi tentang perilaku kesehatan terkait dengan kesehatan diri. Metode kegiatan yang akan dilakukan yaitu dengan metode ceramah, tanya jawab, demonstrasi, dan praktek. Dari hasil kegiatan penyuluhan mengenai "Pendidikan Kesehatan Pada Anak" di SD Negeri Mlajah 1 Bangkalan dapat diambil kesimpulan yaitu Pengetahuan siswa siswi bertambah mengenai cara menjaga kesehatan diri, Siswa siswi mampu mempraktikkan cara menjaga kesehatan diri, dan Siswa siswi mengatakan puas terhadap penyuluhan yang telah diberikan.

Kata Kunci : Pendidikan, Kesehatan, Anak, Kebersihan Diri

ABSTRACT

The purpose of health education is the domain that will be addressed from a health education. Health education has several goal. first, The achievement of the behavior changed from individuals, communities in building and maintaining health behaviour and environment and also involve actively in achieving optimal health status. The Objectives of this program is to add students' knowledge about self health behaviour. The Methods that will be done are lecturing, discussing, demonstrating, and practicing. From the findings of counseling activities "Health Education at Children" that is held in elementary school Mlajah 1 Bangkala, it can be taken conclusion that the students' knowledge about maintaining self health behaviour is getting better, Students are able to practice how to maintain self health and students are satisfied with the counseling given.

Keywords: Education, Health, Child, Personal Hygiene.

PENDAHULUAN

Secara umum pendidikan kesehatan dapat diartikan sebagai suatu upaya yang diberikan berupa bimbingan atau tuntunan kepada seseorang atau peserta didik tentang kesehatan yang meliputi seluruh aspek pribadi (fisik, mental, dan sosial termasuk emosional) agar dapat tumbuh dan berkembang secara harmonis. Adapun manfaat pendidikan kesehatan pada dasarnya adalah untuk membentuk manusia Indonesia seutuhnya, yang memiliki pertumbuhan dan perkembangan yang harmonis dan optimal.

Pendidikan kesehatan bagi peserta didik di tingkat sekolah dasar (SD) diarahkan untuk membina agar memiliki sikap dan perilaku hidup bersih, sehat, bugar dan berdisiplin. Disamping itu pendidikan kesehatan juga bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan peserta didik baik jasmaniah maupun rohaniah melalui pemahaman dan pengalaman gaya hidup sehat bagi peserta didik. Dengan demikian diharapkan anak tumbuh dan berkembang secara wajar dalam aspek jasmani, mental, sosial dan emosionalnya.

Tujuan pendidikan kesehatan merupakan domain yang akan dituju dari pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan memiliki beberapa tujuan antara lain pertama, tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga dan masyarakat dalam membina dan memelihara perilaku sehat dan lingkungan sehat, serta peran aktif dalam upaya mewujudkan derajat kesehatan yang optimal. Kedua, terbentuknya perilaku sehat pada individu, keluarga dan masyarakat yang sesuai dengan konsep hidup sehat baik fisik, mental dan social sehingga dapat menurunkan angka kesakitan dan kematian. Ketiga, menurut WHO tujuan penyuluhan kesehatan adalah untuk mengubah perilaku perseorangan dan atau masyarakat dalam bidang kesehatan.

Tujuan utama pendidikan kesehatan adalah agar orang mampu menerapkan masalah dan kebutuhan mereka sendiri, mampu memahami apa yang dapat mereka lakukan terhadap masalahnya, dengan sumber daya yang ada pada mereka ditambah dengan dukungan dari luar, dan mampu memutuskan kegiatan yang tepat guna untuk meningkatkan taraf hidup sehat dan kesejahteraan masyarakat.

Menurut Undang-undang Kesehatan No. 23 Tahun 1992 dan WHO, tujuan pendidikan kesehatan adalah meningkatkan kemampuan masyarakat untuk memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan; baik secara fisik, mental dan sosialnya, sehingga produktif secara ekonomi maupun social, pendidikan kesehatan disemua program kesehatan; baik pemberantasan penyakit menular, sanitasi lingkungan, gizi masyarakat, pelayanan kesehatan, maupun program kesehatan lainnya.

Jadi tujuan pendidikan kesehatan adalah untuk memperoleh pengetahuan dan pemahaman pentingnya kesehatan untuk tercapainya perilaku kesehatan sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatan fisik, mental dan sosial, sehingga produktif secara ekonomi maupun sosial.

Studi pendahuluan yang dilakukan di SDN 1 Mlajah Bangkalan membutuhkan sentuhan pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan yang disarankan kepala sekolah yaitu tentang:

1. Kebersihan mulut dan gigi
2. Kebersihan dan kesehatan kulit
3. Kebersihan kuku
4. Kebersihan rambut
5. Kebersihan dan kesehatan mata

Kepala sekolah SDN 1 Mlajah mengharapkan adanya kegiatan pendidikan kesehatan atau penyuluhan kesehatan kepada siswanya agar pemahaman kesehatan siswanya dapat bertambah dan meningkat.

Kegiatan penyuluhan kesehatan yang dilakukan kepada siswa akan dilakukan follow up serta adanya penjadwalan kegiatan penyuluhan kesehatan secara continue.

Tujuan kegiatan ini dapat menambah wawasan / pengetahuan kepada siswa/siswi tentang perilaku kesehatan terkait dengan kesehatan diri. Manfaat kegiatan penyuluhan ini: Melaksanakan Tri Darma Perguruan Tinggi, salah satunya yaitu pengabdian kepada masyarakat, meningkatkan kerja sama yang baik antara SD Negeri Mlajah 1 Kabupaten Bangkalan dengan STIKES Insan Se Agung Bangkalan dan memberikan informasi dan edukasi kepada siswa/siswi tentang Kesehatan diri.

METODE PELAKSANAAN

Sasaran: Siswa/siswi SD Negeri Mlajah 1 Kabupaten Bangkalan

Waktu Dan Tempat: Selasa, 16 Desember 2015, Pukul 08.00-10.00 WIB, di SD Negeri Mlajah 1 Kabupaten Bangkalan

Metode Kegiatan: metode ceramah, tanya jawab, demonstrasi, dan praktek.

Evaluasi

1. Evaluasi Struktur
 - a. Peserta hadir ditempat penyuluhan
 - b. Penyelenggaraan penyuluhan dilaksanakan di SDN 1 Mlajah
2. Evaluasi Proses
 - a. Peserta antusias terhadap materi penyuluhan
 - b. Peserta mengajukan pertanyaan dan menjawab pertanyaan secara benar
3. Evaluasi Hasil

Setelah penyuluhan diharapkan sekitar 80% peserta penyuluhan mampu mengerti dan memahami penyuluhan yang diberikan sesuai dengan tujuan khusus

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan dilakukan di SD Negeri Mlajah 1 Kabupaten Bangkalan pada Selasa, 16 Desember 2015, Pukul : 08.00 – 10.00 WIB (2 Jam).

Materi penyuluhan di Buka oleh Kepala Sekolah SD Negeri Mlajah 1 dan kemudia disambung perkenalan oleh Penyuluh kesehatan yaitu:

- 1) Nurun Nikmah, SST., M.Kes
- 2) A'im M. Nadhiroh, S.Si.T., M.P.H

Setelah pembukaan dan perkenalan maka dilanjutkan dengan pemaparan penyuluhan kesehatan tentang: yaitu tentang:

- 1) Kebersihan mulut dan gigi
- 2) Kebersihan dan kesehatan kulit
- 3) Kebersihan kuku
- 4) Kebersihan rambut
- 5) Kebersihan dan kesehatan mata



Gambar 1. Kegiatan Pemberian Materi Penyuluhan

Kegiatan pemberian materi penyuluhan dengan menggunakan media power point juga disertakan dengan peragaan menggunakan media peraga atau pentum dan perlengkapan lainnya, guna lebih meningkatkan pemahaman siswa terhadap materi tersebut. Siswa sangat antusias dalam memperhatikan materi demi materi yang telah disampaikan, bahkan ada siswa yang melontarkan pertanyaan pada saat materi sedang disampaikan.



Gambar 2. Suasana Penyuluhan Sangat Hidup Ketika Pemeragaan Kegiatan Kebersihan Diri Dilakukan



Gambar 3. Evaluasi Kegiatan

Setelah penyampaian materi dan pemeragaan dilakukan maka kami lakukan sesi evaluasi dengan cara tanya jawab materi penyuluhan dan evaluasi tentang praktik dalam melakukan kesehatan diri. Kami mulai dengan memanggil ketua kelas dan dilanjut aktif oleh siswa lain yang mayoritas mengangkat tangan dan berebut ingin maju mempraktikkan cara kebersihan diri.



Gambar 4. Foto Bersama Peserta Kegiatan

Kegiatan foto bersama ini kami lakukan setelah kegiatan penyuluhan selesai guna meningkatkan silaturahmi dan kedekatan kami dengan siswa, agar penyuluhan kedepan siswa sudah mengenal dan lebih berani untuk menanyakan pada kami seputar kesehatan.

Kebersihan diri merupakan hal yang penting dan perlu diterapkan sejak dini. Pentingnya menjaga kebersihan tubuh karena ada slogan "Didalam tubuh yang sehat ada jiwa yang kuat", dan ada pula slogan yaitu "kebersihan pangkal kesehatan". Barangkali kita kerap mendengar slogan itu. Slogan yang banyak didapati di dinding-dinding sekolah serta tempat-tempat umum. Bila sejak dini sudah mengetahui dan menerapkan kesehatan diri khususnya kebersihan diri maka anak akan menjadi terjaga kesehatannya.

Menjaga kesehatan diri yaitu kebersihan diri adalah sebuah hal yang memang akan mendatangkan banyak sekali manfaat bagi diri Kita dan juga lingkungan Kita. Untuk lebih khususnya ketika kita menjaga kebersihan tubuh maka akan memberikan manfaat bagi tubuh itu sendiri.

Menjaga kebersihan tubuh dapat dilakukan dengan berbagai macam cara. Karena memang tubuh memiliki begitu banyak bagian dan ke setiap bagian tersebut memiliki keharusan untuk dijaga dan dirawat kebersihannya.

Menjaga kebersihan tubuh tidaklah sulit, selagi Kita dapat berdisiplin diri mengatur pola hidup kesehatan yang baik. Tentu saja ketika berhasil melaksanakan itu semua, akan dapat merasakan manfaat yang luar biasa untuk tubuh. Maka dari itu sebagai tenaga kesehatan memberikan pendidikan kesehatan atau penyuluhan kesehatan kepada anak-anak agar mereka terbiasa dengan perilaku sehat yaitu dengan menjaga kesehatan dirinya. Pendidikan kesehatan yang paling penting diajarkan pada anak yaitu tentang:

1. Kebersihan mulut dan gigi
2. Kebersihan dan kesehatan kulit
3. Kebersihan kuku
4. Kebersihan rambut
5. Kebersihan dan kesehatan mata

Kebersihan adalah perbuatan yang baik untuk harus selalu diperhatikan. Jika Kita menyepelkan hal ini, maka tentu saja dampaknya akan buruk untuk semua orang. Oleh sebab itu, pentingnya tenaga kesehatan khususnya pendidik kesehatan juga memberikan sumbangsih ilmu pada masyarakat khususnya anak-anak SD untuk diberikan ilmu tentunya tentang kesehatan. Semakin pendidikan kesehatan kita berikan sejar dini yaitu pendidikan kesehatan diri maka akan menjadikan anak-

anak untuk terbiasa menjaga dan berperilaku sehat terhadap dirinya, sehingga masalah kesehatan dapat menurun atau dapat dicegah.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Dari hasil kegiatan penyuluhan mengenai "Pendidikan Kesehatan Pada Anak" di SD Negeri Mlajah 1 Bangkalan dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

- a. Pengetahuan siswa siswibertambah mengenai cara menjaga kesehatan diri
- b. Siswa siswi mampu mempraktikkan cara menjaga kesehatan diri
- c. Siswa siswi mengatakan puas terhadap penyuluhan yang telah diberikan

Saran

- a. Penyuluhan merupakan kegiatan penyampian informasi dan edukasi, sehingga perlu dilakukan secara bertahap dan berkesinambungan
- b. Lebih meningkatkan kerjasama dengan Guru di SD Negeri Mlajah 1 Bangkalan

REFERENSI

Aip Syarifudin, 1993, *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, Jakarta : Ditjen Dikti, Depdikbud.

Ibrahim Rusli, 2003, *Modul 1 dan 2: Dasar-Dasar Pendidikan Kesehatan*, Jakarta : Ditjen Dikdasmen Depdiknas.

Muchtamaji, M. Ali, 2001, *Pendidikan Keselamatan: Konsep dan Penerapan*, Jakarta: Ditjen dikdasmen Depdiknas.

Waryono, 2013, *Mengenalkan Pendidikan Kesehatan di Sekolah Dasar*, Diakses tgl 15 Oktober 2015 di <http://mail.lmpjogja.org>.

<http://ragamanfaat.blogspot.co.id/2013/06/pentingnya-menjaga-kebersihan-tubuh.html>. Pentingnya Menjaga Kebersihan Tubuh.