

## **Pelaksanaan Usaha Kesehatan Sekolah Di SMAN 1 Hulu Kuantan Kabupaten Kuantan Singingi**

**Demi Pitriani<sup>1\*</sup>, Ishak Aziz<sup>2</sup>, Masrun<sup>3</sup>, Padli<sup>4</sup>, Putri Embun Pagi<sup>5</sup>**

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan,  
Universitas Negeri Padang, Indonesia.

Email Korespondensi: [dempitriani@gmail.com](mailto:dempitriani@gmail.com)<sup>1</sup>

### **ABSTRAK**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pelaksanaan usaha kesehatan sekolah di SMA Negeri 1 Hulu kuantan Kabupaten Kuantan Singingi. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Waktu Penelitian ini dimulai Februari 2021. di SMA Negeri 1 Hulu kuantan Kabupaten Kuantan Singingi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMA Negeri 1 Hulu kuantan Kabupaten Kuantan Singingi yang berjumlah 257 orang siswa. Teknik penarikan sampel menggunakan *propotional stratified random sampling*, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 55 orang siswa. Instrument dalam penelitian ini menggunakan kuesioner atau angket penelitian. Teknik analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif persentatif. Hasil penelitian ini adalah: 1) Pelaksanaan Usaha Kesehatan Sekolah di SMA Negeri 1 Hulu kuantan Kabupaten Kuantan Singingi pada indikator pendidikan kesehatan berada pada kategori sangat baik dengan persentase 90,51%, 2) Pelaksanaan Usaha Kesehatan Sekolah di SMA Negeri 1 Hulu kuantan Kabupaten Kuantan Singingi pada indicator pelayanan kesehatan berada pada kategori sangat baik dengan persentase 90,30, 3) Pelaksanaan Usaha Kesehatan Sekolah di SMA Negeri 1 Hulu kuantan Kabupaten Kuantan Singingi pada indicator lingkungan sekolah berada pada kategori sangat baik dengan persentase 94,13%.  
**Kata Kunci** : Usaha Kesehatan Kesekolah

## ***Implementation of School Health Efforts at SMAN 1 Hulu Kuantan, Kuantan Singingi Regency***

### **ABSTRACT**

*The purpose of this research is to determine the implementation of school health efforts at SMA Negeri 1 Hulu Kuantarn, Kuantan Singingi Regency. This type of research is descriptive research. Time This research begins in February 2021. at SMA Negeri 1 Hulu Kuantarn, Kuantan Singingi Regency. The population in this study were all students of SMA Negeri 1 Hulu Kuantarn, Kuantan Singingi Regency, totaling 257 students. The sampling technique used proportional stratified random sampling, so the number of samples in this study was 55 students. The instrument in this research uses a questionnaire or research questionnaire. The data analysis technique uses percentage descriptive statistical analysis. The results of this research are: 1) Implementation of School Health Efforts at SMA Negeri 1 Hulu Kuantan, Kuantan Singingi Regency in terms of health education indicators is in the very good category with a percentage of 90.51%, 2) Implementation of School Health Efforts at SMA Negeri 1 Hulu Kuantan, Kuantan Regency Singingi in the health service indicator is in the very good category with a percentage of 90.30, 3) Implementation of School Health Efforts at SMA Negeri 1 Hulu Kuantarn Kuantan Regency. Singingi in the school environment indicator is in the very good category with a percentage of 94.13%*

**Keywords**: School health

## PENDAHULUAN

Sekolah merupakan suatu lembaga formal dan dukungan dalam keaktifan menggalih ilmu atau wadah yang telah di berikan guru. Masa sekolah merupakan suatu proses masa buat menumbuhkan tatacara tumbuh yang kondusif dan impian supayah berusaha dapat mempengaruhi lingkungannya pada saat sekarang ini dan kesempatan selanjutnya.

Mendapatkan sumber daya manusia yang sehat dapat mewujudkan kesehatan fisik, mental, dan sosial serta mempunyai produktifitas yang optimal di perlukan pemeliharaan dan peningkatan kesehatan secara terus-menerus. Di sekolah pendidikan kesehatan yang paling di utamakan yaitu; guru, staf sekolah dan siswa. Dalam pendidikan kesehatan selalu melibatkan proses belajar, menurut kamus besar Indonesia belajar dapat diartikan “berusaha dalam mencari kepandaian dan ilmu”. Berdasarkan pernyataan tersebut dapat diartikan belajar merupakan suatu aktifitas manusia untuk memperoleh kepandaian atau ilmu, dalam hal ini manusia berusaha untuk memenuhi kebutuhannya agar mendapatkan ilmu yang belum dimilikinya sebelumnya.

Menurut Hotchkiss (2011:90) Faktor kondisi fisik, faktor teknik, faktor taktik dan faktor mental(psikis), kerja sama keempat faktor ini menentukan pembinaan prestasi olahraga. Menurut Norma (2014:225) Untuk pencapaian prestasi yang tinggi pembinaan dan pengembangan hendaknya dimulai pada usia dini agar tujuan yang diharapkan dapat tercapai dengan baik. Menurut Biondi (2003:280) Pengaruh olahraga pada sistem kekebalan merupakan masalah kesehatan masyarakat yang penting yang mencakup berbagai macam aktivitas, mulai dari jogging rekreasi hingga penampilan atlet yang menjalankan program pelatihan. Menurut Julien (2017:37) keberhasilan atau prestasi seseorang dalam berolahraga sangat tergantung pada kualitas kemampuan fisik (kondisi fisik) yang dimilikinya”. Semakin baik kondisi atau kemampuan fisik seseorang, maka semakin besar peluangnya untuk berprestasi. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah tingkat kondisi fisiknya maka semakin sulit ia untuk meraih prestasi. Menurut Yang Cheng (2014:34) kemampuan otot lengan untuk

mengarahkan kekuatan dengan cepat dalam waktu yang singkat untuk memberikan momentum yang paling baik pada objek dalam suatu gerakan eksplosif yang utuh mencapai tujuan yang dikehendaki.

Menurut Johan (2014:88) Untuk mengetahui atlet mana dari olahraga berbeda yang memiliki karakteristik fisik serupa memberikan program bakat dengan informasi berharga saat mengarahkan anak kecil ke olahraga yang secara optimal sesuai dengan karakteristik individu dan spesifik mereka. Menurut Lee (2020:45) Olahraga kekuatan Didefinisikan di sini sebagai olahraga kompetitif di mana memberikan stimulus beban berlebih utama dan di mana kekuatan maksimal atau keluaran gaya tinggi adalah penentu utama kinerja, dengan beban berlebih yang terbatas atau tidak ada tambahan dari pelatihan ketahanan. Menurut Irene (2017:65) Kemenangan dalam olahraga dapat memberikan kontribusi positif bagi suatu bangsa Posisi politik dan ekonomi, status kesehatan dan kesejahteraan sebagai pemain elit yang sukses dapat berfungsi sebagai sebuah bangsa. Menurut Michael (2018:165) Kondisi fisik merupakan suatu persyaratan yang harus dimiliki oleh seorang dalam meningkatkan dan mengembangkan prestasi olahraga yang optimal. Menurut Jan Haut (2017:84) Untuk mencapai prestasi olahraga yang setinggi mungkin mutlak diperlukan penyusunan program latihan yang baik dan tepat.

Menurut Masrun (2020:400) menyatakan prestasi adalah hasil dari usaha mengembangkan bakat secara terus menerus. Hasil belajar tersebut merupakan prestasi belajar peserta didik yang dapat diukur dari nilai siswa setelah mengerjakan soal atau pun praktek yang diberikan oleh guru pada saat evaluasi dilaksanakan. Menurut Sari S (2021:9) kesiapan mental dalam olahraga benar-benar berperan penting untuk tercapainya prestasi yang diharapkan. Menurut Yenes (2021:438) Jika atlet menguasai teknik dan taktik yang benar maka atlet tersebut dapat menguasai suatu permainan. Menurut Ningsih (2020:554) Agar bisa mencapai suatu prestasi yang maksimal dibutuhkan kemampuan fisik, teknik, taktik serta mental. Seorang atlet harus menguasai 4 elemen yang ada. Kondisi fisik yang baik akan memberikan performa yang maksimal ketika melakukan suatu olahraga. Menurut Ambia (2019:85) menyadari potensi dirinya

disuatu bidang maka ia akan terus menerus berusaha untuk mengembangkannya menjadi kemampuan utama.

Menurut Ishak (2019:90) Meningkatkan kontribusi olahraga sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia maka kegiatan olahraga yang dilakukan tidak hanya sekedar masyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat. Menurut Mulya (2019:60) olahraga menuntut menjunjung tinggi nilai-nilai moral, sportifitas, dan disiplin. Menurut Wati (2019:87) Latihan adalah jumlah semua ransangan yang dilaksanakan pada jarak-jarak tertentu dengan tujuan untuk meningkatkan prestasi, dan latihan itu dimaksud untuk mencapai perubahan atau penyesuaian fungsional dan morfologis organisme. Menurut Aulia (2018:65) Perkembangan olahraga mudah dipahami dimainkan semata-mata untuk tujuan rekreasi agar diperoleh kesenangan dan kegembiraan. Menurut Padli (2019:123) kesiapan mental akan mendorong prestasi olahraga yang didalamnya membutuhkan kemampuan untuk mengambil keputusan dalam waktu yang singkat.

Yang seharusnya di wujudkan dalam meningkatkan kegiatan pembelajaran ekstrakurikuler adalah pelajaran Pendidikan Jasmani olahraga, dan Kesehatan yang tercantum dalam materi pendidikan kesehatan. Pelaksanaan pembelajaran dilakukan melalui meningkatkan pengetahuan, keterampilan terutama melalui peningkatan pemahaman dan penafsiran konsep-konsep yang berkaitan dengan prinsip hidup sehat sehingga mempunyai kemampuan untuk menularkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Misalkan bahaya narkoba, cara menghindari seks bebas, bahaya HIV/AIDS, dan cara menghindari penularan seks bebas.

## METODE

Adapun jenis penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Penelitian ini dilaksanakan di SMA N 1 Hulu Kuatan Kabupaten Kuantan Singingi pada hari Sabtu, 30 Oktober 2021. penelitian menggunakan metode *propotional stratified random sampling*. Ridwan (2010) menyatakan *propotional stratified random sampling* yaitu teknik penarikan sampel

berdasarkan tingkat dan pengambilannya secara acak dan berstrata secara proposional.

## HASIL

### 1. Pendidikan Kesehatan

Berdasarkan hasil Berdasarkan indikator pendidikan yang diberikan sebanyak 9 item pertanyaan kepada 55 orang siswa yang dijadikan sebagai responden, ditemukan jumlah total jawaban “YA” sebanyak = 448 jawaban atau 90,51%, dan total jawaban “TIDAK” sebanyak 47 jawaban atau 9,49%. . Agar lebih jelasnya deskripsi kecepatan dapat dilihat pada tabel 1 di bawah ini.

Tabel 1. Distribusi frekuensi Pendidikan Kesehatan

| No | Jawaban      | Skor (x) | Fa                               | Fr    | $\sum$ Skor<br>(x . fa) |
|----|--------------|----------|----------------------------------|-------|-------------------------|
| 1  | Ya           | 1        | 448                              | 90.51 | 448                     |
| 2  | Tidak        | 0        | 47                               | 9.49  | 0                       |
|    | Jumlah       |          | 495                              | 100   | 448                     |
|    | Skor Ideal   |          | $1 \times 9 \times 55 = 495$     |       |                         |
|    | Skor Capaian |          | $448/495 \times 100\% = 90,51\%$ |       |                         |

diperoleh skor capaian sebesar 448 sedangkan skor ideal 495. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan Usaha Kesehatan Sekolah di SMA Negeri 1 Hulu Kuantan Kabupaten Kuntan Singingi dilihat dari indikator pendidikan kesehatan adalah 90,51%. Menurut Arsil (2015: 192 ) kategori nilai antara 81% - 100% adalah berada pada klasifikasi “sangat baik”.

## PEMBAHASAN

### 1. Pelaksanaan Usaha Kesehatan Sekolah di SMA Negeri 1 Hulu Kuantan Kabupaten Kuntan Singingi dilihat Dari Indicator Pendidikan Kesehatan

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan, diperoleh skor capaian sebesar 448 sedangkan skor ideal 495. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan Usaha Kesehatan Sekolah di SMA Negeri 1 Hulu Kuantan Kabupaten Kuntan Singingi dilihat dari indikator pendidikan kesehatan adalah 90,51% atau berada pada klasifikasi “sangat baik”. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa pelaksanaan Usaha Kesehatan Sekolah di SMA Negeri 1 Hulu Kuantan Kabupaten Kuntan Singingi dilihat Dari Indicator Pelayanan

Kesehatan sudah sangat baik sekali. Artinya sekolah sudah menerapkan pentingnya pendidikan kesehatan di lingkungan SMA Negeri 1 Hulu Kuantan Kabupaten Kuntan Singingi dilihat Dari Indicator Pelayanan Kesehatan.

## **2. Pelaksanaan Usaha Kesehatan Sekolah di SMA Negeri 1 Hulu Kuantan Kabupaten Kuntan Singingi dilihat Dari Indicator Pelayanan Kesehatan**

Menurut Nanda & Syamsuar (2019) “Pelayanan kesehatan di sekolah adalah upaya meningkatkan, mencegah, dan pengobatan serta pemulihan yang dilakukan terhadap peserta didik dan lingkungan. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilan melakukan tindakan hidup sehat dalam rangka membentuk perilaku hidup sehat”. Sedangkan menurut Andrianto & Agus (2017) “Pelayanan kesehatan merupakan suatu aktivitas yang bersifat tidak kasat mata, yang terjadi akibat interaksi antara konsumen dengan karyawan. Setiap upaya yang diselenggarakan sendiri atau secara bersama-sama dalam suatu organisasi untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan lalu mencegah dan menyembuhkan penyakit serta memulihkan kesehatan masyarakat” dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa pelayanan kesehatan adalah suatu upaya atau aktivitas yang bersifat kasat mata yang bertujuan meningkatkan, mencegah, dan pengobatan serta pemulihan yang dilakukan terhadap peserta didik dan lingkungan.

## **3. Pelaksanaan Usaha Kesehatan Sekolah di SMA Negeri 1 Hulu Kuantan Kabupaten Kuntan Singingi dilihat Dari Indicator Lingkungan Sekolah**

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan, diperoleh skor capaian sebesar 673 sedangkan skor ideal 715. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan Usaha Kesehatan Sekolah di SMA Negeri 1 Hulu Kuantan Kabupaten Kuntan Singingi dilihat dari indikator lingkungan sekolah adalah 94,13%, berada pada klasifikasi “sangat baik”. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa lingkungan SMA Negeri 1 Hulu Kuantan sudah dalam kategori yang sangat baik. Baik dalam artian lingkungan yang bebas dari polusi udara yang menyebabkan udara disekitar menjadi tidak baik. Ketersediaan sarana dan prasarana kesehatan di lingkungan sekolah menjadi faktor pendukung baik kesehatan lingkungan di sekolah SMA Negeri 1 Hulu Kuantan.

Karena untuk menciptakan lingkungan sekolah yang sehat tidak lepas dari adanya sarana dan prasarana yang lengkap. Sarana dan prasarana adalah segala sesuatu yang dapat dipakai alat penunjang demi terselenggaranya suatu proses dalam mencapai maksud dan tujuan tertentu baik yang berpindah tempat maupun yang tetap. Dalam pelaksanaan program UKS sarana dan prasarana merupakan salah satu bagian yang penting dan patut diperhatikan, baik dalam bentuk tersedianya sarana dan prasarana jumlah, keadaan maupun kelengkapan sarana dan prasarana yang tersedia. Jumlah yang dimaksud adalah keberadaan banyak atau sedikitnya sarana dan prasarana yang dimiliki, sebab apabila sarana dan prasarana yang dimiliki tidak memadai mustahil suatu keadaan dapat berjalan dengan lancar.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan kesimpulan diatas, maka dapat diberikan beberapa saran sebagai berikut

1. Untuk siswa di SMA Negeri 1 Hulu Kuantan diharapkan dapat selalu membiasakan hidup sehat dan peduli terhadap lingkungan
2. Untuk pihak sekolah SMA Negeri 1 Hulu Kuantan disarankan agar lebih meningkatkan kerjasama dengan instansi terkait demi terlaksananya program UKS dengan baik.
3. Untuk dinas kesehatan dan puskesmas supaya lebih intens dan rutin lagi dalam melakukan sosialisasi tentang kesehatan di sekolah-sekolah
4. Kepada masyarakat yang ada di lingkungan sekolah SMA Negeri 1 Hulu Kuantan supaya ditingkatkan lagi kerjasamanya dalam upaya untuk menciptakan sekolah yang sehat.

## DAFTAR PUSTAKA

- A. S. Hotchkiss (2011) Volley Ball Coaching, American Physical Education Review, 32:10, 755-761 <http://dx.doi.org/10.1080/23267224.2011.10651915>
- Ambia, S., & Ridwan, M. (2019). Korelasi Kelentukan Badan dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Smash Atlet Bola voli Klub Padang Adios. *Jurnal Patriot*, 1(1), 52-57. <https://doi.org/10.24036/patriot.v1i1.154>
- Aulia, R. T., & Ihsan, N. (2019). Tinjauan Kondisi Fisik Atlet Padepokan Pencak Silat Elang Putih Kota Lubuk Linggau. *Jurnal JPDO*, 2(2), 30-34.
- Barlian, E. (2018). Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif. Padang : Sukabina Press.
- Biondi, R., Tassi, C., Rossi, R., Benedetti, C., Ferranti, C., Paolocci, N., ... Capodicasa, E. (2003). *Changes in Plasma Level of Human Leukocyte Elastase During Leukocytosis from Physical Effort. Immunopharmacology and Immunotoxicology*, 25(3), 385–396. doi:10.1081/iph-120024506
- Ikhsan, M., & Masrun, M. (2020). Koordinasi Mata Tangan Dan Kelentukan Togok Berhubungan Dengan Kemampuan Smash Tennis Meja. *Jurnal Patriot*, 2(2), 399-408. <https://doi.org/10.24036/patriot.v2i1.553>
- Irene R. Faber, Johan Pion, Goran Munivrana, Niels R. Faber & Maria W.G. Nijhuis-Van der Sanden (2017): Does a perceptuomotor skills assessment have added value to detect talent for table tennis in primary school children?, *Journal of Sports Sciences*, DOI:10.1080/02640414.2017.1316865
- Ishak itit, & -, T. H. S. (2019). Tinjauan Kondisi Fisik Atlet Bolavoli Putra. *Jurnal Patriot*, 1(3), 1226-1238. <https://doi.org/10.24036/patriot.v1i3.407>
- Jan Haut & Christian Gaum (2017): Does elite success trigger mass participation in table tennis? An analysis of trickle-down effects in Germany, France and Austria, *Journal of Sports Sciences*, DOI: 10.1080/02640414.2017.1361895
- Johan Pion, Veerle Segers, Job Fransen, Gijs Debuyck, Dieter Deprez, Leen Haerens, Roel Vaeyens, Renaat Philippaerts & Matthieu Lenoir (2014): Generic anthropometric and performance characteristics among elite adolescent boys in nine different sports, *European Journal of Sport Science*, DOI: 10.1080/17461391.2014.944875

- Julien Fuchs (2017): Les colonies de vacances en France, 1944–1958: impulsions politiques autour d'un fait social majeur, *Paedagogica Historica*, DOI: 10.1080/00309230.2017.1287745
- Lee Bell , Alan Ruddock , Thomas Maden-Wilkinson & David. Rogerson (2020): Overreaching and overtraining in strength sports and resistance training: A scoping review, *Journal of Sports Sciences*, DOI: 10.1080/02640414.2020.1763077
- Michael Fuchs, Ruizhi Liu, Ivan Malagoli Lanzoni, Goran Munivrana, Gunter Straub, Sho Tamaki, Kazuto Yoshida, Hui Zhang & Martin Lames (2018): Table tennis match analysis: a review, *Journal of Sports Sciences*, DOI: 10.1080/02640414.2018.1450073
- Mulya, U., & -, P. (2019). Studi Tentang Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Pemain Bola voli Putri. *Jurnal Patriot*, 1(3), 951-962. <https://doi.org/10.24036/patriot.v1i3.414>
- Ningsih, T., Witarsyah, W., Sin, T., & Setiawan, Y. (2020). MANFAAT LATIHAN VARIASI JARAK SERVIS TERHADAP KETEPATAN SERVIS ATAS PESERTA EKSTRAKULIKULER BOLA VOLI. *Jurnal Patriot*, 2(4), 916-927. <https://doi.org/10.24036/patriot.v2i4.692>
- Norma M. Leavitt (2014) Improving Public Relations through a Volley Ball Demonstration, *The Journal of Health and Physical Education*, 19:1, 25-70 <http://dx.doi.org/10.1080/23267240.2014.10624428>
- Padli, Madri, M., Zumroni, & Yulifri. (2019). Training of Basic Techniques for Sepaktakraw Playing For Teacher of Penjasorkes Basic School of Padang Utara Sub-District. *Journal Humanities: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1).
- Rahmad, Y., Yenes, R., Witarsyah, W., & Arifianto, I. (2021). Pengaruh Kondisi Fisik Umum terhadap Kepercayaan Diri Atlet Bolavoli SMA N 8 Padang. *Jurnal Patriot*, 3(4), 436-451. <https://doi.org/10.24036/patriot.v3i4.791>
- Sari, D., sari, S., Mariati, S., rozi, muhammad, & Afrizal S, A. S. (2021). The Influence of the Sport Drajat Training Method with the Sport Drajat Series of Playing on the Basic Skills of a Fighter. *Jurnal Patriot*, 3(1), 1-10. <https://doi.org/10.24036/patriot.v3i1.775>
- Wati, Widya, & Ridwan, M. (2019). Circuit Training Method Influences the Service Ability of Volleyball. *Jurnal Patriot*, 1(3), 1114-1123. <https://doi.org/10.24036/patriot.v1i3.236>
- Yangfan Cheng , Honghao Ma , Rong Liu & Zhaowu Shen (2014) Explosion Power and Pressure Desensitization Resisting Property of Emulsion Explosives Sensitized by

MgH<sub>2</sub> , Journal of Energetic Materials, 32:3, 207-218, DOI:  
10.1080/07370652.2013.818078