

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Konsep Gerakan Sekolah Sehat

a. Definisi Gerakan Sekolah Sehat

Gerakan sekolah sehat (GSS) memiliki keterkaitan erat dengan program usaha sekolah (UKS) karena pada hakikatnya GSS merupakan bentuk revitalisasi untuk mendorong satuan Pendidikan agar lebih mengoptimalkan pelaksanaan UKS. (Kementrian Pendidikan, 2024) Program ini juga dikenal dengan sebutan health promoting school, bertujuan untuk meningkatkan derajat Kesehatan seluruh warga sekolah serta memperkuat fungsi Pendidikan dalam membentuk karakter siswa melalui pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat. Pelaksanaan program ini didasarkan pada prinsip tria UKS yang meliputi tiga aspek yaitu Pendidikan Kesehatan, pelayanan Kesehatan dan pembinaan lingkungan sekolah. UKS sendiri merupakan suatu bentuk layanan kesehatan di lingkungan sekolah yang ditujukan untuk memberikan pertolongan pertama pada kecelakaan ringan, memantau pertumbuhan serta status gizi siswa dan menyediakan layanan Kesehatan dasar. (Aminah *et al.*, 2022)

Program gerakan sekolah sehat dirancang untuk meningkatkan mutu lingkungan sekolah melalui berbagai aktivitas yang menumbuhkan perilaku hidup bersih, pola hidup sehat serta kepedulian terhadap lingkungan di kalangan siswa. Program ini untuk menanamkan keasadaran siswa mengenai pentingnya menjaga kebersihan dan kelestarian lingkungan (Hamidan, 2024). Sementara menurut (Kementrian Pendidikan, 2024) Gerakan sekolah sehat (GSS) bertujuan untuk mendorong seluruh elemen dalam Pendidikan termasuk peserta didik, pendidik, tenaga

kependidikan, orang tua hingga Masyarakat dengan fokus lima hal berikut ini:

1) Sehat Bergizi merupakan upaya untuk meningkatkan Kesehatan peserta didik melalui penerapan pola makan yang sehat dan konsumsi makanan bergizi secara seimbang. Pelaksanaan aspek sehat bergizi di lingkungan satuan Pendidikan diwujudkan melalui berbagai kegiatan diantaranya :

- a) Membiasakan siswa untuk cukup mengkonsumsi air putih, minimal dua gelas selama berada di sekolah.
- b) Meningkatkan pemahaman serta membentuk kebiasaan sarapan dengan makanan bergizi seimbang yang kaya protein, buah-buahan dan sayuran.
- c) Mengurangi atau menghindari asupan makanan cepat saji serta makanan minuman yang mengandung pemanis buatan, pengawet, rendah serat dan tinggi kadar gula, garam serta lemak.
- d) Mendorong kebiasaan mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin bagi remaja putri.

2) Sehat Fisik bertujuan untuk meningkatkan kebugaran dan kondisi tubuh peserta didik agar tetap sehat dan aktif. Pelaksanaan program ini di lingkungan sekolah dapat diwujudkan melalui beberapa kegiatan antara lain:

- a) Membiasakan siswa melakukan peregangan minimal satu kali selama proses pembelajaran berlangsung, misalnya melalui Gerakan lagu bertema sekolah sehat.
- b) Menjadwalkan kegiatan senam atau aktivitas fisik serupa setidaknya sekali dalam seminggu
- c) Menanamkan kebiasaan berjalan kaki sebagai alternatif transportasi sehat.

- d) Melakukan tes kebugaran secara berkala untuk memantau kondisi fisik peserta didik.
- 3) Sehat Imunisasi merupakan upaya untuk memastikan bahwa seluruh siswa telah memperoleh imunisasi dasar secara lengkap. Penerapan program ini di satuan Pendidikan dapat dilakukan melalui langkah-langkah berikut :
- a) Melakukan pemetaan terhadap status imunisasi siswa yaitu dengan mengecek Riwayat imunisasi berdasarkan data dari puskesmas atau fasilitas Kesehatan terkait.
 - b) Memberikan informasi dan saran kepada orang tua mengenai anak-anak yang belum menerima imunisasi lengkap agar segera melengkapinya.
 - c) Menyelenggarakan kegiatan imunisasi di sekolah dalam rangka Bulan Imunisasi Anak Sekolah (BIAS) untuk menjamin cakupan imunisasi yang merata di kalangan peserta didik.
- 4) Sehat Jiwa bertujuan untuk mendukung perkembangan peserta didik secara menyeluruh baik fisik, mental, maupun sosial sehingga mereka mampu mengenali potensi diri, mengelola tekanan, belajar atau bekerja secara efektif, serta berkontribusi positif terhadap lingkungannya. Penerapan sehat jiwa di sekolah dapat dilakukan melalui sejumlah kegiatan seperti :
- a) Melaksanakan sosialisasi peraturan mendikbudristek nomor 46 tahun 2023 tentang pencegahan dan penanganan kekerasan di lingkungan sekolah, misalnya saat kegiatan Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah (MPLS).
 - b) Menyelenggarakan edukasi yang disampaikan dapat mencakup pengenalan dan pengelolaan emosi, pengembangan keterampilan sosial dan perilaku, pencegahan penyalahgunaan narkoba, serta penggunaan internet dan media sosial secara bijak dan sehat.

- c) Membiasakan doa bersama sebelum dan sesudah proses belajar mengajar.
 - d) Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pendidik dalam mendukung Kesehatan mental peserta didik.
 - e) Melakukan skrining Kesehatan mental siswa dengan berkoordinasi bersama pihak puskesmas atau fasilitas Kesehatan lainnya.
- 5) Sehat Lingkungan merupakan usaha untuk menciptakan lingkungan sekolah yang mendukung tumbuh kembang optimal siswa, menanamkan kebiasaan hidup bersih dan sehat, serta mendorong keterlibatan dalam upaya pelestarian lingkungan dan mitigasi perubahan iklim agar peserta didik terhindar dari dampak negatifnya. Implementasi program ini di sekolah dapat dilakukan melalui berbagai kegiatan berikut :
- a) Membiasakan cuci tangan dengan sabun di bawah air mengalir secara rutin.
 - b) Menanamkan kebiasaan membuang sampah pada tempat yang tertutup dan sudah dipilah sesuai jenisnya.
 - c) Mengadakan kegiatan kebersihan dan penghijauan sekolah secara rutin, minimal satu kali dalam sebulan.
 - d) Menerapkan kawasan bebas rokok dan vaping di area sekolah .
 - e) Menyediakan fasilitas toilet yang bersih, berfungsi dengan baik dan terpisah antara laki-laki dan Perempuan.
 - f) Menyediakan kantin yang menjual makanan sehat dan bergizi.
 - g) Menata ruang kelas dan fasilitas lainnya dengan memperhatikan ventilasi dan pencahayaan alami.

Menurut (Kementrian Pendidikan, 2024) ruang lingkup implementasi Gerakan sekolah sehat dapat dipilah menjadi dua yaitu:

- 1) Penguatan tata Kelola merupakan serangkaian kegiatan yang disusun secara sistematis dan terstruktur, mencakup proses perencanaan,

analisis, serta penetapan langkah-langkah agar pelaksanaan Gerakan sekolah sehat dapat berjalan efektif dan mencapai sasaran yang telah ditetapkan.

- 2) Penguatan kolaborasi ekosistem melalui kemitraan adalah upaya menjalin kerja sama antar pemangku kepentingan yang terlibat, baik dari unsur internal maupun eksternal, untuk menciptakan sinergi dalam mewujudkan sekolah sehat.

Berdasarkan pedoman pembinaan penerapan sekolah sehat tahun 2021 yang diterbitkan oleh Kementerian Kesehatan, sekolah sehat didefinisikan sebagai lingkungan belajar yang bersih, hijau, rindang, aman dan nyaman, serta dihuni oleh peserta didik yang sehat, aktif, bugar, dan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Dari uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa Gerakan sekolah sehat adalah suatu inisiatif kolaboratif yang melibatkan berbagai pihak mulai dari pemerintah pusat, pemerintah daerah, mitra kerja, satuan Pendidikan, hingga Masyarakat dalam mendukung penerapan sekolah sehat. Fokus utama dari Gerakan ini meliputi lima aspek yaitu sehat bergizi, sehat fisik, sehat imunisasi, sehat jiwa dan sehat lingkungan. (Kementerian Pendidikan, 2024)

b. Prinsip-Prinsip Gerakan Sekolah Sehat

Prinsip utama yang menjadi landasan Gerakan sekolah sehat meliputi tiga aspek penting yaitu kebersihan, Kesehatan lingkungan serta keterlibatan aktif siswa dalam menjaga kebersihan dan Kesehatan.

1) Kebersihan

Kebersihan lingkungan memiliki dampak langsung terhadap Kesehatan dan kesejahteraan Masyarakat. Lingkungan yang terjaga kebersihannya tidak hanya menciptakan suasana yang nyaman, tetapi juga mendukung produktivitas dan kualitas hidup. Dalam ranah

Pendidikan, sekolah harus mampu menjadi tempat yang sehat dan menunjang proses belajar siswa. Menjaga kebersihan sekolah menjadi elemen mendasar dalam menciptakan suasana belajar yang kondusif. Lingkungan sekolah yang bersih dapat memberikan dampak positif terhadap Kesehatan fisik maupun mental siswa. (Gaurifa, 2023)

2) Kesehatan lingkungan

Menurut (Kemenkes, 2023) Kesehatan lingkungan merupakan upaya preventif untuk menghindari penyakit atau gangguan Kesehatan yang berasal dari faktor resiko lingkungan, baik dari sisi fisik, kimiawi, biologis, maupun sosial. Lingkungan yang sehat mampu mendukung tumbuhnya perilaku hidup bersih dan sehat menjaga kondisi jasmani dan Rohani tetap baik, serta melindungi warga sekolah dari dampak negative yang merugikan Kesehatan. Oleh karena itu, seluruh sekolah wajib menerapkan pedoman Kesehatan sekolah sebagai upaya untuk menciptakan lingkungan yang bersih, sehat, dan nyaman serta bebas dari risiko penyebaran penyakit. (Asiah, 2021)

3) Peran siswa dalam menjaga kebersihan dan Kesehatan

Siswa memiliki peran dalam menjaga kebersihan dan Kesehatan lingkungan sekolah. Dengan terlibat langsung dalam perencanaan dan pelaksanaan berbagai kegiatan kebersihan, siswa akan memiliki rasa tanggung jawab yang lebih besar terhadap lingkungan sekitarnya. Partisipasi aktif siswa dapat mewujudkan melalui kegiatan seperti sosialisasi, pelatihan, dan aksi bersih-bersih sekolah. Kegiatan ini tidak hanya meningkatkan kepedulian siswa, tetapi juga menanamkan nilai-nilai tanggung jawab terhadap kebersihan dan Kesehatan lingkungan. (Gaurifa, 2023)

c. Komponen Program Gerakan Sekolah Sehat

Komponen program Gerakan sekolah sehat meliputi Pendidikan Kesehatan, lingkungan sekolah sehat, pelayanan Kesehatan, edukasi Kesehatan dan penyuluhan tentang hidup bersih dan sehat.

1) Pendidikan Kesehatan

Pendidikan Kesehatan memiliki peran penting dalam mendukung kesejahteraan dan pertumbuhan anak-anak di Tingkat sekolah dasar. Melalui Pendidikan yang menyeluruh di bidang Kesehatan, keterampilan dan sikap yang diperlukan untuk mengambil Keputusan yang tepat terkait Kesehatan pribadi serta membangun gaya hidup sehat. Pembelajaran Kesehatan tidak hanya berdampak langsung pada kondisi Kesehatan siswa saat ini, tetapi juga menjadi fondasi bagi Kesehatan siswa di masa dewasa. Program Pendidikan Kesehatan yang disampaikan secara efektif terbukti mampu meningkatkan pemahaman siswa. Namun, peningkatan pengetahuan ini perlu dijaga melalui edukasi berkelanjutan agar dapat mendorong perubahan perilaku menuju pola hidup bersih dan sehat sebagai bagian dari pencegahan penyakit menular. (Oematan et al., 2023)

2) Lingkungan sekolah sehat

Lingkungan sekolah sehat merupakan suatu kondisi yang menunjang tumbuh kembang peserta didik secara optimal serta mendukung terbentuknya kebiasaan hidup bersih dan sehat yang sejalan dengan tujuan Gerakan sekolah sehat. Kondisi lingkungan sekolah yang baik sangat penting dalam menunjang proses Pendidikan, baik dari sisi pengetahuan, keterampilan, maupun sikap. Ciri dari sekolah yang sehat meliputi tersediannya sarana dan prasarana yang memadai serta adanya budaya sekolah yang menciptakan suasana

belajar yang nyaman, aman dan kondusif bagi seluruh warga sekolah.
(Suharti et al., 2021)

3) Pelayanan Kesehatan

Pelayanan Kesehatan merupakan Upaya peningkatan, pencegahan, pengobatan, dan pemulihan yang yang diberikan kepada siswa dan lingkungan sekitarnya. Layanan ini dapat diselenggarakan baik di sekolah maupun di puskesmas, mengingat keduanya merupakan tempat yang representatif dan mudah dijangkau di berbagai wilayah. Idealnya, pelayanan Kesehatan dilakukan oleh tenaga profesional yang memiliki keahlian serta legalitas formal seperti dokter atau tenaga medis lainnya. Namun, untuk Tindakan pencegahan, warga sekolah berperan aktif dalam memberikan layanan dasar. (Ummah, 2019)

4) Penyuluhan tentang hidup bersih dan sehat

Penyuluhan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat dapat dilakukan oleh pihak sekolah secara internal maupun bekerja sama dengan pihak eksternal yang relevan. Tujuan utama dari kegiatan ini adalah meningkatkan wawasan dan pemahaman warga sekolah mengenai praktik hidup sehat seperti mencuci tangan dengan benar, mengonsumsi makanan bergizi, berolahraga secara rutin, menggunakan jamban dengan benar, serta membuang sampah pada tempatnya. Melalui penyuluhan ini, diharapkan dapat terbentuk pola hidup bersih dan sehat yang berdampak pada penurunan angka kejadian penyakit akibat lingkungan yang kurang bersih. Sekolah sehat menciptakan suasana belajar yang lebih baik, menjaga kesehatan warga sekolah, dan mendukung pencapaian prestasi siswa. Selain itu, citra sekolah sebagai institusi Pendidikan juga akan meningkat dan

menarik minat Masyarakat untuk menyekolahkan anaknya di tempat tersebut. (Septiyasari et al., 2023)

2. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

a. Pengertian PHBS

Perilaku hidup bersih sehat (PHBS) merupakan suatu pendekatan edukatif yang bertujuan memberikan pengalaman belajar, serta menciptakan kondisi yang mendukung perubahan perilaku individu, keluarga, maupun kelompok Masyarakat melalui jalur komunikasi, informasi dan edukasi. Upaya ini dirancang untuk meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap positif dan mendorong perilaku sehat. (Sulasmi et al., 2019)

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat adalah serangkaian kebiasaan sehat yang dilakukan secara sadar sebagai hasil dari proses pembelajaran, dimana individu atau kelompok terdorong untuk mandiri dalam menjaga kesehatannya sendiri sekaligus berkontribusi dalam peningkatan derajat Kesehatan Masyarakat. Di lingkungan sekolah, PHBS berfungsi sebagai sarana pemberdayaan bagi siswa, guru, serta Masyarakat sekitar agar memiliki pengetahuan, kemauan, dan kemampuan untuk menerapkan kebiasaan hidup bersih dan sehat serta terlibat aktif dalam mewujudkan sekolah yang sehat. (Fitriani et al., 2019)

Pelaksanaan PHBS di sekolah mencakup penerapan prosedur Kesehatan tertentu yang melibatkan partisipasi aktif dari guru, siswa dan Masyarakat sekitar. Tujuannya adalah menciptakan budaya hidup sehat demi terciptanya lingkungan sekolah yang bersih dan sehat (Nurfadillah, 2020). Dalam hal ini, peran orang tua dan guru sangat krusial karena mereka menjadi pendamping utama dalam keseharian anak. Keterlibatan mereka memiliki pengaruh besar terhadap kualitas hidup anak di masa depan. Oleh karena itu, penting bagi mereka untuk memahami beragam

isu Kesehatan yang mungkin dihadapi anak usia sekolah, serta mampu melakukan deteksi dini untuk mencegah terjadinya komplikasi yang lebih serius. (Maharwati & Dinatha, 2023)

Secara umum, PHBS di lingkungan sekolah merupakan wujud kesadaran siswa dan guru dalam menjaga kebersihan dan mencegah penyakit, serta menciptakan lingkungan belajar yang sehat. Sekolah memiliki peran strategis tidak hanya sebagai tempat memperoleh ilmu pengetahuan, teknologi dan nilai-nilai kehidupan, tetapi juga sebagai tempat untuk menanamkan kebiasaan hidup sehat sejak dini. Pengenalan dan pembiasaan PHBS kepada siswa sekolah dasar sangat penting untuk membentuk dasar perilaku sehat yang akan terbawa hingga dewasa. (Alfarid et al., n.d.)

Menurut (Aini et al., 2024) ada 8 indikator PHBS di Sekolah yaitu:

- 1) Mencuci tangan dengan air yang mengalir dan memakai sabun.

Kebiasaan mencuci tangan merupakan Tindakan sederhana yang memiliki dampak besar terhadap Kesehatan. Bila dilakukan dengan benar dan konsisten, praktik ini dapat mencegah penyebaran kuman dan penyakit, sehingga penting dijadikan rutinitas harian bagi siswa.

- 2) Mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah.

Makanan yang dijual di kantin sekolah harus bergizi, aman dan layak dikonsumsi oleh siswa. Oleh karena itu, pengelolaan kantin yang menyediakan jajanan sehat perlu menjadi perhatian utama pihak sekolah. Hal ini bertujuan membentuk kebiasaan makan yang baik dan mendukung pola konsumsi yang sehat sebagai investasi kualitas sumber daya manusia di masa depan.

- 3) Menggunakan jamban yang bersih dan sehat

Sarana sanitasi yang bersih, tidak berbau dan bebas dari serangga seperti lalat atau kecoa penting untuk mencegah penyebaran

penyakit. Jamban sekolah harus memenuhi standar kebersihan agar tidak menjadi sumber infeksi bagi siswa.

4) Olahraga yang teratur dan terukur.

Aktivitas fisik yang teratur membantu menjaga kebugaran tubuh dan Kesehatan mental. Kegiatan ini juga berfungsi untuk memperkuat sistem pernapasan, meningkatkan fungsi jantung, memperbaiki metabolisme serta menjaga berat badan ideal bagi siswa.

5) Memberantas jentik nyamuk.

Upaya pencegahan penyakit seperti demam berdarah dan malaria dapat dilakukan melalui pemberantasan sarang nyamuk. Salah satu langkahnya adalah menerapkan prinsip 3M menguras, menutup dan mengubur wadah atau barang yang berpotensi menjadi tempat berkembang biak nyamuk.

6) Tidak merokok di sekolah

Menghindari rokok harus dimulai sejak usia dini, termasuk di lingkungan sekolah dasar. Rokok mengandung zat berbahaya seperti nikotin, tar, dan karbon monoksida yang dapat merusak Kesehatan. Oleh karena itu, sekolah harus menjadi Kawasan tanpa rokok (KTR) yang konsisten dan tegas, termasuk dengan pemberlakuan sanksi bagi pelanggar.

7) Menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan

Pemantauan pertumbuhan siswa melalui pengukuran berat badan dan tinggi badan bertujuan untuk mengetahui status gizi dan mendeteksi potensi masalah Kesehatan sejak dini. Jika ditemukan kondisi kurang atau kelebihan gizi, pihak sekolah dapat bekerja sama dengan fasilitas Kesehatan untuk menangani kondisi tersebut, misalnya dengan pemberian makanan tambahan dan pembinaan aktivitas fisik.

8) Membuang sampah pada tempatnya

Sikap disiplin dalam membuang sampah perlu ditanamkan melalui Pendidikan langsung dan contoh nyata dari guru maupun warga sekolah lainnya. Pembelajaran bisa dilakukan dengan cara yang menarik seperti cerita, permainan, atau praktik langsung. Sekolah juga perlu menyediakan tempat sampah yang sesuai jenisnya untuk mendukung pembiasaan ini.

Masa usia sekolah merupakan periode penting dalam kehidupan anak untuk menanamkan nilai-nilai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Pada tahap ini, siswa memiliki peluang besar untuk menjadi penggerak perubahan dalam menyebarluaskan perilaku sehat di lingkungan sekolah, keluarga, dan masyarakat sekitar. Sekolah sekaligus institusi pendidikan menjadi tempat strategis untuk mengimplementasikan PHBS, sehingga pelaksanaannya dapat berlangsung secara optimal. PHBS sendiri bertujuan memberikan pengalaman pembelajaran siswa, agar mereka tidak hanya mampu menerapkannya di lingkungan sekolah, namun juga di masyarakat. (Febrianta & Hari Yuwono, 2021)

Dapat disimpulkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan sekolah merupakan bagian penting dalam menciptakan generasi yang sehat, mandiri dan bertanggung jawab terhadap kesehatannya sendiri. Melalui pendekatan edukatif yang terstruktur, PHBS membentuk pengetahuan, sikap dan perilaku siswa agar mampu menjalani gaya hidup sehat dan berperan aktif dalam menjaga kebersihan lingkungan sekolah. Sekolah sebagai tempat Pendidikan formal memiliki posisi strategis dalam membentuk perilaku sehat sejak dini. Dukungan dari guru, orang tua dan Masyarakat sekitar sangat berperan dalam keberhasilan penerapan PHBS, termasuk dalam upaya deteksi dini masalah kesehatan pada anak. Dengan penerapan PHBS yang berkelanjutan, sekolah tidak hanya menjadi tempat belajar akademik tetapi

juga sebagai wahana pembentuk karakter dan budaya hidup sehat yang akan berdampak positif hingga usia dewasa.

b. Manfaat Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) bagi siswa

Menurut (Ivonne Ruth Situmeang et al., 2024) secara umum tujuan dari PHBS adalah untuk meningkatkan kesadaran siswa dalam menerapkan pola hidup yang bersih dan sehat. Hal ini bertujuan agar siswa dapat mencegah serta mengatasi berbagai permasalahan Kesehatan. Dengan menerapkan PHBS, siswa juga dapat menciptakan lingkungan yang lebih sehat serta meningkatkan kualitas hidup mereka.

Di lingkungan sekolah, PHBS menjadi sarana pemberdayaan bagi siswa, guru, serta warga sekolah lainnya agar terbiasa menerapkan kebiasaan hidup sehat, sehingga tercipta sekolah yang sehat secara menyeluruh. Manfaat penerapan PHBS di sekolah antara lain adalah terciptanya lingkungan yang bersih dan sehat, peningkatan kualitas proses pembelajaran, serta terwujudnya kondisi fisik dan mental yang sehat bagi seluruh warga sekolah. Menurut (Febiyanti & Rizana, 2023) manfaat PHBS di sekolah yaitu :

- a. Terciptanya lingkungan sekolah yang bersih dan sehat sehingga melindungi siswa, guru dan seluruh warga sekolah dari ancaman penyakit.
- b. Meningkatkan antusiasme dalam proses belajar mengajar yang berdampak positif terhadap prestasi siswa.
- c. Memberikan citra positif bagi sekolah sebagai Lembaga Pendidikan, sehingga mampu menarik perhatian dan kepercayaan orang tua siswa.
- d. Meningkatkan citra pemerintah daerah dibidang pendidikan.

Pola hidup bersih dan sehat merupakan landasan penting bagi kesejahteraan siswa, baik secara fisik maupun mental. Hal ini mencakup kebiasaan menjaga kebersihan pribadi dan lingkungan sekitar serta menjalani gaya hidup yang menunjang Kesehatan. PHBS memiliki peran

penting dalam membantu siswa mencegah penyebaran penyakit, seperti dengan membiasakan mencuci tangan secara rutin yang efektif untuk menghindari penyakit menular seperti flu, diare, atau infeksi kulit. Selain itu, menjaga kebersihan lingkungan tempat tinggal juga berperan menurunkan risiko berbagai penyakit. Seperti yang dijelaskan (Sorik *et al.*, 2024) penerapan PHBS turut memberikan dampak positif terhadap kualitas hidup siswa. Lingkungan yang bersih dan tertata dapat menciptakan rasa nyaman serta menenangkan pikiran yang pada akhirnya membantu menurunkan Tingkat stress dan mendukung Kesehatan mental secara menyeluruh.

c. Faktor yang mempengaruhi PHBS pada anak

Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat pada anak dibagi menjadi dua yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

1) Faktor Internal

a. Pengetahuan PHBS pada anak

Pemahaman siswa terhadap perilaku hidup bersih dan sehat sudah tergolong baik karena mereka telah mengetahui bahwa praktik mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir dapat mencegah penyebaran kuman penyebab penyakit seperti diare. Sementara itu, pengetahuan siswa yang berada pada Tingkat sedang ditandai dengan pemahaman mereka tentang pentingnya menjaga Kesehatan di sekolah termasuk manfaat olahraga bagi kebugaran tubuh. Adapun siswa dengan pengetahuan yang masih rendah belum memahami pentingnya memilih jajanan yang sehat, dimana seharusnya mereka membeli makanan di kantin sekolah dan bukan di luar lingkungan sekolah. (Sufiadiani & Pelima, 2023)

b. Kebiasaan

Kebiasaan siswa dipengaruhi oleh Tingkat pengetahuan mereka. Umumnya, siswa yang memiliki pengetahuan tinggi

menunjukkan kebiasaan dan sikap yang positif terhadap PHBS. Pengetahuan yang baik cenderung membentuk perilaku dan sikap yang positif pula, misalnya dengan membiasakan mencuci tangan menggunakan sabun, membuang sampah pada tempatnya, serta menghindari kebiasaan merokok karena dapat memicu timbulnya penyakit. Namun, tidak semua siswa dengan pengetahuan cukup atau kurang menunjukkan sikap negatif beberapa tetap memiliki sikap yang baik. Beberapa siswa memahami pentingnya membeli makanan sehat di kantin sekolah, namun masih ada juga yang memilih membeli jajanan dari luar sekolah. (Sufiadiani & Pelima, 2023)

2) Faktor Eksternal

a. Lingkungan Sekolah

Lingkungan sekolah yang tidak mendukung penerapan PHBS dapat berdampak negatif, seperti suasana belajar yang tidak kondusif, penurunan semangat belajar, menurunnya prestasi, hingga berkurangnya citra sekolah di mata masyarakat. Sebaliknya, penerapan PHBS yang optimal oleh siswa, guru dan seluruh warga sekolah dapat membentuk sikap mandiri dalam menjaga Kesehatan, mencegah penyakit, serta menciptakan lingkungan belajar yang sehat dan nyaman. (Sigalingging et al., 2024)

b. Keluarga

Keluarga, khususnya orang tua berperan besar sebagai pendidik pertama bagi anak dalam menanamkan kebiasaan hidup bersih dan sehat. Peran ini diwujudkan melalui pemberian contoh nyata, edukasi, dan praktik langsung dalam kehidupan sehari-hari. Dengan memberikan pemahaman sejak dini, orang tua membantu anak memahami pentingnya menjaga kebersihan, dampak positif dari PHBS serta konsekuensi jika hal itu diabaikan. Peran orang

tua sangat penting dalam mendukung perkembangan kesehatan dan fisik.(Rexmawati & Santi, 2021)

c. Masyarakat

Lingkungan Masyarakat juga berpengaruh terhadap penerapan PHBS. Masih rendahnya Tingkat pengetahuan Sebagian Masyarakat menyebabkan kebiasaan yang kurang sehat tetap terjadi, seperti minimnya aktivitas fisik, kebiasaan merokok dalam rumah, penggunaan jamban yang tidak layak, serta membuang sampah sembarangan. Masalah-masalah tersebut masih menjadi tantangan dalam upaya peningkatan Kesehatan Masyarakat.(Wati & Ridlo, 2020) Diharapkan, masyarakat dapat mengambil peran aktif sebagai agen perubahan dalam menjaga dan meningkatkan kualitas Kesehatan baik secara individu maupun kolektif.(Santoso & Sa'adah, 2024)

3. Implementasi Program Gerakan Sekolah Sehat di Sekolah Dasar

a. Tahapan Implementasi Gerakan Sekolah Sehat

Menurut (Kementrian Pendidikan, 2024) tahap implementasi Gerakan Sekolah Sehat terdiri dari :

1) Tahap Perencanaan

- a) Pemerintah pusat (Kemendikbudristek) menerbitkan surat edaran yang berisi imbauan pelaksanaan GSS dan mengirimkannya kepada pemerintah daerah dan dinas Pendidikan.
- b) Surat edaran tersebut kemudian diteruskan oleh pemerintah daerah atau dinas Pendidikan kepada sekolah-sekolah, instansi daerah terkait, serta mitra lainnya.
- c) Sekolah melakukan sosialisasi isi surat edaran kepada seluruh warga sekolah dan Masyarakat sekitar.
- d) Kemendikbudristek mengadakan sosialisasi dan advokasi terkait GSS kepada dinas Pendidikan di tingkat daerah.

- e) Dinas Pendidikan, bersama dengan UPT Kemendikbudristek, menindaklanjuti dengan menyosialisasikan dan mengadvokasi pelaksanaan GSS kepada pemangku kepentingan daerah dan sekolah, khususnya tim pelaksana UKS.
 - f) Pemerintah daerah bersama UPT Kemendikbudristek juga menyelenggarakan orientasi atau pelatihan mengenai GSS kepada para pihak yang terlibat, seperti perangkat daerah, tim Pembina UKS, pengawas, kepala sekolah, guru dan terutama guru Pendidikan jasmani.
 - g) Pembentukan tim pelaksana GSS di daerah dilakukan tanpa membentuk tim baru karena pelaksanaannya menyatu dengan tim Pembina dan pelaksana UKS yang sudah ada.
 - h) Pemerintah daerah Menyusun rencana program dan kegiatan GSS untuk dilaksanakan di Tingkat daerah.
 - i) Satuan Pendidikan juga Menyusun rencana kegiatan GSS dan mengintegrasikan ke dalam Rencana Anggaran Pendapatan dan Belanja (RAPBS). Perencanaan ini mengacu pada data yang tersedia, termasuk referensi kegiatan yang ada dalam rapor Pendidikan 2024 untuk meningkatkan Kesehatan siswa dari segi gizi, fisik, dan cakupan imunisasi.
- 2) Tahap Pelaksanaan
- a) Pemerintah pusat (kemendikbudristek dan upt kemendikbudristek memberikan pembinaan kepada dinas Pendidikan dan tim Pembina UKS.
 - b) Pemerintah daerah menjalankan program GSS sesuai rencana yang telah disusun sebelumnya
 - c) Sekolah melaksanakan berbagai program GSS dengan fokus pada lima aspek utama dalam Gerakan Sekolah sehat.

- d) Kegiatan ini dijalankan di bawah koordinasi tim pelaksana UKS dan di bombing oleh pengawas serta tim Pembina UKS, dengan melibatkan peran orang tua, Masyarakat dan pemangku kepentingan lainnya.
- e) Dinas Pendidikan memfasilitasi pelaksanaan GSS di sekolah-sekolah, baik melalui bimbingan, pendampingan, dukungan dana, penyediaan sarana prasarana maupun kegiatan motivasi lainnya.
- f) Dalam pelaksanaan pembinaan dan pendampingan, dinas Pendidikan bekerja sama dengan pengawas sekolah dan tim Pembina UKS, serta dapat didukung oleh UPT Kemendikbudristek.

3) Tahap Supervisi, Monitoring, dan Evaluasi

- a) Kemendikbudristek Menyusun instrument dan mengoordinasikan kegiatan supervise, pemantauan dan evaluasi pelaksanaan GSS.
- b) Pelaksanaan monitoring dan evaluasi dilakukan secara nasional dengan metode sampling oleh kemendikbudristek.
- c) UPT kemendikbudristek juga melakukan pemantauan dan evaluasi di daerah kerja masing-masing menggunakan metode sampling.
- d) Dinas Pendidikan di Tingkat daerah melaksanakan supervise dan evaluasi dengan bantuan pengawas sekolah dan tim Pembina UKS.
- e) Sekolah wajib menyiapkan dokumen dan data yang diperlukan sebagai bahan dalam kegiatan supervise, monitoring dan evaluasi.

b. Peran Guru, Siswa, dan Orang Tua dalam GGS

Dalam melaksanakan program Gerakan sekolah sehat dibutuhkan peran guru, siswa, dan orang tua sehingga dapat mewujudkan keberhasilan program tersebut.

1) Peran Guru

Guru memiliki posisi yang sangat krusial dalam keberhasilan pelaksanaan program GSS karena berperan langsung dalam

membentuk perilaku siswa. Sebagai pendampingan siswa dalam berbagai kegiatan di lingkungan sekolah, guru menjadi figur utama yang berpengaruh terhadap kebiasaan sehat siswa. Dukungan guru terhadap praktik hidup sehat akan mendorong siswa menirunya, mengingat guru dianggap sebagai orang tua kedua di sekolah dan menjadi panutan dalam kehidupan sehari-hari. Selain menjadi contoh yang baik, guru juga bertugas mengawasi serta mengarahkan siswa dalam menerapkan kebiasaan sehat, sehingga keberhasilan GSS dapat tercapai secara maksimal. (Sayati & Murni, 2024)

2) Peran Siswa

Siswa memiliki tanggung jawab untuk turut menjaga dan mengawasi kebersihan sekolahnya. Salah satu bentuk peran aktif siswa adalah dengan menegur teman yang membuang sampah sembarangan serta terlibat langsung dalam menjaga kebersihan kelas dan lingkungan, seperti membersihkan ruangan atau halaman sekolah. Melalui sistem piket kelas, siswa berkontribusi dalam menjaga ketertiban, keamanan, kebersihan dan keharmonisan suasana kelas. Di luar sekolah, siswa juga diharapkan menerapkan kebiasaan hidup bersih dan sehat dalam keluarga maupun Masyarakat, misalnya dengan ikut serta dalam kerja bakti atau menyampaikan pentingnya lingkungan sehat kepada anggota keluarga. (Ummah, 2019)

3) Peran Orang Tua

Orang tua memainkan peran yang sangat strategis dalam mendukung anak untuk menerapkan GSS. Sebagai pengasuh utama sejak dini, orang tua tidak hanya bertugas merawat dan mendidik, tetapi juga mengarahkan dan melindungi anak dalam berbagai fase tumbuh kembangnya. Dalam konteks GSS, orang tua bertindak sebagai pemberi motivasi dengan terus mendorong anak untuk berperilaku sehat. Mereka juga berperan memberikan contoh positif

melalui gaya hidup sehat yang diterapkan dalam keseharian di rumah, sehingga anak dapat meneladani dan membentuk kebiasaan hidup sehat sejak dini. (Aini et al., 2023)

c. Contoh Program yang dijalankan di sekolah

Dalam pelaksanaan program Gerakan sekolah sehat (GSS) terdapat berbagai bentuk kegiatan nyata yang mencerminkan penerapan kebersihan lingkungan sekolah. Contohnya meliputi kegiatan kerja bakti, pembiasaan membuang sampah pada tempatnya, penerapan Kawasan bebas rokok di area sekolah serta penyediaan dan perawatan fasilitas toilet agar tetap bersih dan layak digunakan. Selain aspek kebersihan, program ini juga mencakup aktivitas fisik seperti senam bersama setiap minggu, pembiasaan melakukan peregangan saat proses pembelajaran berlangsung dan ajakan berjalan kaki sebagai bagian dari rutinitas sehat. Di bidang gizi, implementasi program dilakukan melalui pembiasaan membawa air minum sendiri, membawa bekal makanan dari rumah, peningkatan pemahaman mengenai pentingnya makanan bergizi, serta kebiasaan mengkonsumsi tablet tambah darah setiap seminggu sekali. (Purwanto, 2024)

4. Pengaruh Gerakan Sekolah Sehat Terhadap Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa

a. Teori dan Penelitian Terkait Pengaruh Gerakan Sekolah Sehat terhadap PHBS pada Siswa

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Fitri Hamidan (2024) yang berjudul “Analisis Penerapan Program Sekolah Sehat dalam Meningkatkan Kesadaran Siswa Tentang Pentingnya Menjaga Lingkungan di SDN Kebon Jeruk 08”. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan Teknik data melalui triangulasi sumber serta metode penguatan hasil data. Proses analisis datanya mengikuti model Miles dan Huberman, yang mencakup tahap pengumpulan data, reduksi

data, penyajian, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Gerakan sekolah sehat memiliki dampak positif terhadap perilaku siswa, khususnya dalam menjaga kebersihan lingkungan sekolah. Program ini terbukti efektif dalam menumbuhkan rasa tanggung jawab dan kepedulian siswa terhadap lingkungan sekitar. Jika sebelumnya banyak siswa yang tidak peduli dan terbiasa membuang sampah sembarangan, setelah mengikuti kegiatan edukatif dan praktik langsung yang diselenggarakan sekolah, terjadi perubahan perilaku yang cukup signifikan. Siswa mulai aktif menjaga kebersihan ruang kelas dan area sekolah, serta terlibat dalam kegiatan kebersihan rutin. Tak hanya itu, mereka juga mulai menerapkan kebiasaan positif seperti membawa wadah makan sendiri untuk mengurangi limbah plastik dan lebih bijak dalam menggunakan sumber daya alam. Perubahan tersebut menunjukkan bahwa program sekolah sehat berhasil menciptakan generasi muda yang tidak hanya memahami pentingnya kebersihan lingkungan, tetapi juga memiliki komitmen untuk turut serta dalam menjaganya secara berkelanjutan. (Hamidan, 2024)

B. Penelitian yang Relevan

Peneliti melakukan penelusuran terhadap berbagai referensi dan penelitian terdahulu yang relevan dengan topik yang dikaji, guna memperkuat dasar teori serta dukungan pelaksanaan penelitian ini. Adapun beberapa penelitian terkait antara lain sebagai berikut :

1. Penelitian lain yang dilakukan oleh Fitri Hamidan (2024) yang berjudul “Analisis Penerapan Program Sekolah Sehat dalam Meningkatkan Kesadaran Siswa Tentang Pentingnya Menjaga Lingkungan di SDN Kebon Jeruk 08”. Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif kualitatif, menggunakan metode uji keabsahan data yang dilakukan melalui triangulasi sumber data dan teknik memperkuat hasil. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Gerakan sekolah sehat memiliki dampak positif terhadap perilaku siswa, khususnya

dalam menjaga kebersihan lingkungan sekolah. Program ini terbukti efektif dalam menumbuhkan rasa tanggung jawab dan kepedulian siswa terhadap lingkungan sekitar. Jika sebelumnya banyak siswa yang tidak peduli dan terbiasa membuang sampah sembarangan, setelah mengikuti kegiatan edukatif dan praktik langsung yang diselenggarakan sekolah, terjadi perubahan perilaku yang cukup signifikan.

2. Penelitian yang dilakukan oleh (Wilaga et al., 2024) dengan judul penelitian “Pengaruh edukasi Kesehatan terhadap perubahan perilaku hidup bersih dan sehat di Sekolah dasar” penelitian ini menggunakan desain pre eksperimental dengan pendekatan kuantitatif, yang melibatkan 83 siswa sebagai responden. Pemilihan sampel dilakukan menggunakan metode stratified random sampling untuk memastikan keterwakilan tiap kelompok. Data dianalisis dengan menggunakan Uji Paired T-test untuk mengetahui adanya perbedaan sebelum dan sesudah perlakuan. Hasil menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam perilaku hidup sehat siswa setelah diberikan edukasi Kesehatan. Hal ini terlihat dari rata-rata skor perilaku siswa yang meningkat dari 11,64 menjadi 29,05. Hasil uji statistic menunjukkan nilai signifikansi ($p < 0,05$) yang menandakan bahwa intervensi pendidikan kesehatan berpengaruh secara nyata terhadap perubahan perilaku hidup sehat siswa.
3. Penelitian yang dilakukan oleh (Sufiadiani & Pelima, 2023) yang berjudul “Pengetahuan Dan Sikap Siswa Tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di Sekolah Dasar Negeri 25 Balaesang Kecamatan Balaesang Kabupaten Donggala” Jenis penelitian yaitu deskriptif. variabel dalam penelitian ini adalah pengetahuan dan sikap siswa tentang PHBS di Sekolah Dasar Negeri 25 Balaesang Kecamatan Balaesang Kabupaten Donggala. Analisis data dengan menggunakan analisis univariat. Populasi dalam penelitian kelas 4, 5 dan 6 dengan total 56 orang dan seluruh populasi tersebut juga dijadikan sampel penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari total responden, Sebagian besar siswa memiliki pengetahuan yang baik tentang PHBS yaitu

sebesar 66,1%, diikuti oleh siswa dengan pengetahuan cukup sebesar 28,6% dan hanya 5,4% yang berada pada pengetahuan kurang. Sementara dalam aspek sikap, mayoritas siswa juga menunjukkan sikap yang baik terhadap PHBS yakni sebesar 66,1% sedangkan sisanya 33,9% berada pada kategori sikap yang cukup.

4. Penelitian lain yang dilakukan oleh (Febrianta, 2022) yang berjudul “Pengaruh Tingkat Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Terhadap Prestasi Akademik Siswa Kelas IV Dan V Sekolah Dasar Universitas Muhammadiyah Purwokerto”. Penelitian ini merupakan penelitian penelitian survey yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh Tingkat penerapan perilaku hidup bersih dan sehat terhadap prestasi akademik siswa kelas IV dan V di SD Universitas Muhammadiyah Purwokerto. Penelitian ini melibatkan 40 siswa dari dua Tingkat kelas tersebut sebagai sampel. Data dianalisis menggunakan uji-t dengan terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat yaitu uji normalitas dan homogenitas untuk memastikan kelayakan data. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai t-hitung sebesar 13,970 jauh lebih tinggi dibandingkan nilai t-tabel sebesar 2,0227 pada taraf signifikansi 5%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara Tingkat pengetahuan mengenai PHBS dengan prestasi akademik siswa.
5. Penelitian yang dilakukan oleh (Pieters et al., 2025) dengan judul penelitian yaitu “ *Changes in hand Hygiene Knowledge, Attitudes, and Practices Among Primary School Students: Insights from a Promotion Program in Guatemala*” penelitian ini bertujuan untuk menilai dampak dari intervensi kebersihan berbasis sekolah dasar di Guatemala. Selain itu, studi ini juga mengumpulkan masukan dari para guru untuk menyempurnakan program serupa di masa mendatang. Intervensi mencakup sejumlah kegiatan seperti festival cuci tangan, penyediaan fasilitas handrub berbasis alcohol serta modifikasi lingkungan sekolah yang mendukung perilaku cuci tangan, survei KAP dilakukan sebelum dan sesudah intervensi, masing-masing melibatkan 109

dan 144 siswa serta wawancara dengan enam guru untuk memperoleh perspektif tambahan. Hasil menunjukkan adanya peningkatannya yang signifikan dalam pengetahuan siswa tentang peran cuci tangan dalam pencegahan penyakit dari 84,4% menjadi 96,5% $p < 0,01$ serta pemahaman terhadap momen penting melakukan HH dari 84,4% menjadi 92,4%, $p < 0,05$. Perilaku mencuci tangan selama minimal 20 detik juga meningkat dari 68,8% menjadi 79,9% , $p < 0,05$ %. Meskipun begitu, minat siswa terhadap penggunaan ABHR sedikit menurun, dari 89% menjadi 78,5%.

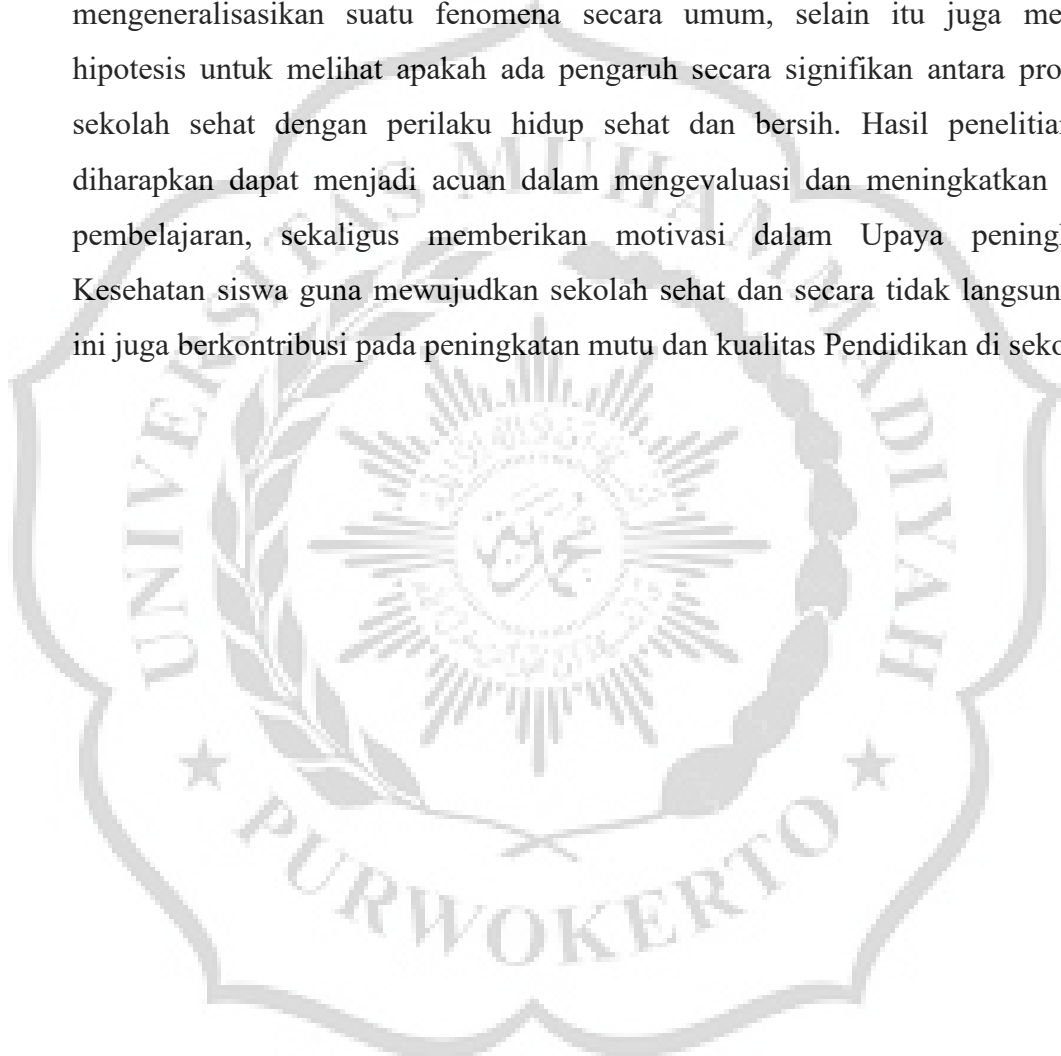
C. Kerangka Pikir

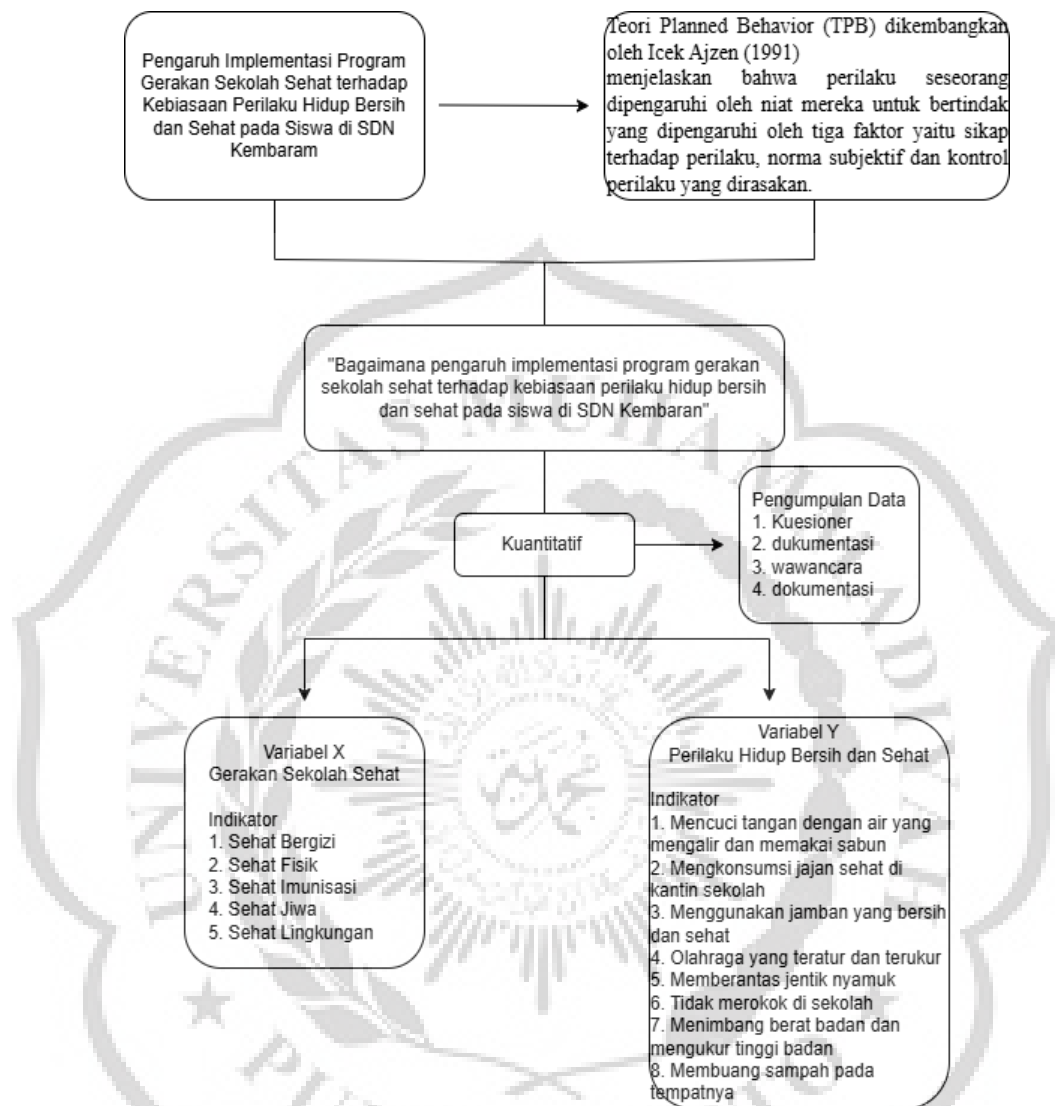
Berdasarkan rumusan masalah mengenai pengaruh implementasi program Gerakan sekolah sehat terhadap kebiasaan perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa di SDN kembaran. Diketahui bahwa pemahaman siswa terhadap Gerakan sekolah sehat dan PHBS masih terbatas. Kesadaran siswa terhadap pentingnya kebersihan juga masih rendah, terbukti dari masih adanya siswa yang belum menerapkan program sekolah sehat serta kurangnya menjaga kebersihan pribadi dan lingkungan. Oleh karena itu, penyampaian materi yang tepat kepada siswa dapat mendukung keberhasilan program ini di sekolah. Dengan meningkatkan pengetahuan, siswa diharapkan dapat mengembangkan sikap dan kebiasaan hidup bersih dan sehat sehingga mampu mencegah berbagai penyakit.

Penelitian ini dapat mengukur tingkat pengetahuan dan penerapan program Gerakan sekolah sehat serta perilaku hidup bersih dan sehat terhadap kebersihan siswa di SDN Kembaran. Penelitian ini didukung oleh teori *planned behavior* (TPB) yang dikembangkan oleh Icek Ajzen (1991) menjelaskan bahwa perilaku seseorang dipengaruhi oleh niat mereka untuk bertindak yang dipengaruhi oleh faktor sikap terhadap perilaku, norma subjektif dan kontrol perilaku yang dirasakan. Dalam konteks penelitian ini, TPB dapat membantu memahami bagaimana sikap siswa terhadap PHBS, norma subjektif tentang PHBS di sekolah dan keyakinan siswa tentang kemampuan mereka untuk

menerapkan PHBS mempengaruhi niat mereka untuk berperilaku hidup bersih dan sehat. Selanjutnya niat ini akan mempengaruhi kebiasaan PHBS siswa.

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah disebutkan diatas dirumuskan menggunakan metode kuantitatif korelasi karena peneliti ingin mengeneralisasikan suatu fenomena secara umum, selain itu juga menguji hipotesis untuk melihat apakah ada pengaruh secara signifikan antara program sekolah sehat dengan perilaku hidup sehat dan bersih. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam mengevaluasi dan meningkatkan mutu pembelajaran, sekaligus memberikan motivasi dalam Upaya peningkatan Kesehatan siswa guna mewujudkan sekolah sehat dan secara tidak langsung hal ini juga berkontribusi pada peningkatan mutu dan kualitas Pendidikan di sekolah.





D. Hipotesis

Berdasarkan kerangka pikir penelitian ini, dirumuskan hipotesis sebagai berikut :

H_1 : terdapat pengaruh yang signifikan antara implementasi program gerakan sekolah sehat terhadap kebiasaan perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa di SDN Kembaran.

H_0 : tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara implementasi program gerakan sekolah sehat terhadap kebiasaan perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa di SDN Kembaran.

