





Pelaksanaan Sekolah/Madrasah Sehat

















KATA PENGANTAR

Salam Sehat

Berkat rahmat Allah SWT, kita sangat bersyukur dan bahagia atas terbitnya Buku Saku Petunjuk Teknis Pelaksanaan Sekolah/Madrasah Sehat. Buku ini merupakan acuan bagi tim pelaksana UKS di sekolah dan puskesmas bagaimana melaksanakan trias UKS/M yang terintegrasi dengan kegiatan belajar mengajar. Buku Saku ini berisi penjelasan langkah-langkah menerapkan kegiatan pendidikan kesehatan (gerakan literasi, sarapan bersama, PHBS); pelayanan kesehatan (penjaringan kesehatan, imunisasi); dan pembinaan lingkungan sehat (kantin sehat, kebersihan, pemanfaatan pekarangan, pembinaan kader kesehatan sekolah) dalam keseharian yang tidak terpisahkan dari kegiatan belajar mengajar.

Kunci keberhasilan mewujudkan sekolah/ madrasah sehat memerlukan kolaborasi yang erat antara Sekolah dan Puskesmas, serta bimbingan teknis yang sangat rutin dari Tim Pembina UKS tingkat kabupaten-kota dan provinsi. Semoga melalui buku ini, akan lahir sekolah/ madrasah sehat sehingga bermanfaat bagi peserta didik dalam menumbuhkan kemampuan berperilaku hidup bersih dan sehat, memiliki keterampilan hidup sehat, dan keterampilan sosial yang baik sehingga dapat belajar, tumbuh dan berkembang secara harmonis dan optimal menjadi sumber daya manusia yang berkualitas.

Jakarta, Maret 2017 Direktur Kesehatan Keluarga

dr. Eni Gustina. MPH

DAFTAR ISI

Daftar	Istil	lah	i
BAB I P	end	ahuluan	1
	A.	Latar Belakang	
		Tujuan	
	C.	Sasaran	<u></u> – Ь
	D.	Landasan Hukum	7
BAB II 1	Гаhа	apan Pelaksanaan Sekolah/ Madrasah Sehat	9
	A.	Rangkaian kegiatan	10
	В.	Pelaksanan Sekolah/Madrasah Sehat	
	1.	Pendidikan Kesehatan	10
		a. Literasi Kesehatan	
		b. Cuci Tangan Bersama	23
		c. Pendidikan Gizi Seimbang dengan sarapan dan kudapan	23
		bersama	25
		d. Sikat Gigi Bersama	
		e. Optimalisasi 4L pada jam Istirahat dan Aktivitas Fisik	
		pada Pergantian Jam Pelajaran	31

2.	. Pe	layanan Kesehatan
		Penjaringan Kesehatan dan Pemeriksaan Kesehatan Berkala
	b.	Imunisasi, Pemberian Obat Cacing, Pemberian Tablet Tambah Darah
3.	. Pe	mbinaan Lingkungan Sehat
	a.	Pembinaan Kantin dan Pedagang Kaki Lima (PKL) di sekitar Lingkungan Sekolah
	b.	Pengelolaan Sampah
	c.	Pemanfaatan Pekarangan Sekolah
	d.	Pemberantasan Sarang Nyamuk
	e.	Pembinaan Kader Kesehatan Sekolah
	f.	Suasana sekolah yang menyenangkan
BAB III Bi	imbir	ngan Teknis, Monitoring dan Evaluasi
Α		Bimbingan Teknis
В		Monitoring dan Evaluasi
1.		Instrumen Data Status Kesehatan Peserta Didik
2.		Instrument penilaian pengetahuan dan sikap peserta didik
3.		Instrumen Pelaksanaan Trias UKS
4.		Instrumen pemeriksaan Kantin sekolah dan PKL

DAFTAR ISTILAH

UKS : Usaha Kesehatan Sekolah

TP UKS : Tim Pembina Usaha Kesehatan Sekolah

APM : Angka Partisipasi Murni

GSHS : Global School Health Survey

PHBS : Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

PKL : Pedagang Kaki Lima

Jumantik : Juru Pemantau Jentik

PSN : Pemberantasan Sarang Nyamuk

PBS : Pembiasaan

BAB : Buang Air Besar

BAK : Buang Air Kecil



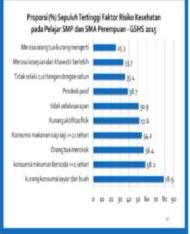
BAB I Pendahuluan

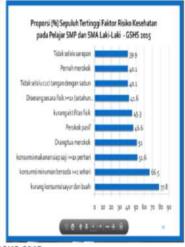
A. Latar Belakang



10 Besar Faktor Risiko Anak Usia Sekolah







Sumber: Riskesdas 2013

Sumber: GSHS 2015



Faktor RisikoKesehatan Anak Usia Sekolah Lainnya (SMP dan SMA)

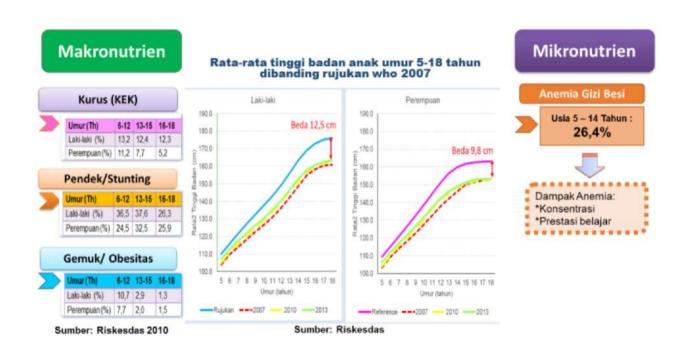
Rokok, Alkohol da	ali Ivalkoi	Ja
Perilaku Berisiko	Ĺ	Р
Pernah merokok	41,8	4,1
Saat ini merokok	22,0	1,6
Pernah mengkonsumsi minuman beralkohol	14,4	5,6
Pernah mengkonsumsi narkoba	2,6	0,8

Perilaku Seksual					
Perilaku Berisiko	L	P			
Pernah melakukan hubungan seksual	6,9	3,8			
Dipaksa melakukan hubungan seksual	4,5	3,2			

Bullying dan Ke	inginan Bu	ınuh Diri
Perilaku Berisiko	L	P
Pernah di <i>bully</i>	24,1	17,4
Ingin bunuh diri	4,3	5,9

Sumber: GSHS 2015

Status Gizi Anak Usia Sekolah



Life Skill Education di Sekolah

PENDIDIKAN KETERAMPILAN HIDUP SEHAT (PKHS) DI SEKOLAH	YA	TIDAK	TIDAK TAHU
Pernah diajarkan di kelas tentang menghindari pelecehan	63,62	22,81	13,57
Pernah diajarkan di kelas apa yang dilakukan jika seseorang mencoba memaksa untuk melakukan hubungan seksual pada anak SMP dan SMA	20,38	61,24	18,38
Pernah diajarkan di kelas tentang menahan rasa marah selama tahun ajaran sekolah pada anak SMP dan SMA	65,08	23,63	11,29
Pernah diajarkan di kelas bagaimana mengatakan pada seseorang bahwa tidak ingin melakukan hubungan intim seperti suami istri dengannya	36,33	28,33	35,34
Pernah diajarkan di kelas mengenai infeksi HIV atau AIDS pada anak SMP dan SMA	54,08	32,01	13,02
Pernah diajarkan di kelas cara mencegah HIV atau AIDS?	54,27	32,04	13,69
		102	

B. Tujuan

Memberikan acuan kepada Tim pelaksana UKS di sekolah dan puskesmas bagaimana melaksanakan trias UKS yang terintegrasi dengan proses belajar, untuk menghasilkan sekolah/madrasah sehat.

C. Sasaran

Sasaran tidak langsung:

- 1. TP UKS Pusat, Provinsi, Kabupaten/Kota, Kecamatan
- 2. Dinas Kesehatan Provinsi, Kabupaten/Kota
- 3. Dinas Pendidikan Provinsi, Kabupaten/Kota
- 4. Kanwil Agama Provinsi, Kabupaten/Kota

Sasaran langsung:

- 1. Tim Pelaksana UKS di Sekolah
- 2. Tim Pelaksana UKS di Puskesmas

D. Landasan Hukum

UUD 1945

Pasal 28 B

(2) Setiap anak berhak atas kelangsungan hidup, tumbuh, dan berkembang serta berhak atas perlindungan dari kekerasan dan diskriminasi

UU 36/2009 TENTANG KESEHATAN

Pasal 79

- (1) Kesehatan sekolah diselenggarakan untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat peserta didik dalam lingkungan hidup sehat sehingga peserta didik dapat belajar, tumbuh, dan berkembang secara harmonis dan setinggi-tingginya menjadi sumber daya manusia yang berkualitas
- (2) Kesehatan sekolah sebagaimana dimaksud pada ayat (1) diselenggarakan melalui sekolah formal dan informal atau melalui lembaga pendidikan lain.

Peraturan Bersama Menteri Pendidikan dan Kebudayaan, Menteri Kesehatan, Menteri Agama dan Menteri Dalam Negeri Nomor 6/X/PB Tahun 2014, Nomor 73 Tahun 2014, Nomor 41 Tahun 2014, Nomor 81 Tahun 2014 tentang Pembinaan dan Pengembangan Usaha Kesehatan Sekolah/Madrasah

PERMENKES 25/2014 TENTANG UPAYA KESEHATAN ANAK

- (1) Setiap Anak Usia Sekolah dan Remaja harus diberikan pelayanan kesehatan
- (2) Pelayanan Kesehatan Anak Usia Sekolah dan Remaja ditujukan agar setiap Anak memiliki kemampuan berperilaku hidup bersih dan sehat, memiliki ketrampilan hidup sehat, dan ketrampilan sosial yang baik sehingga dapat belajar, tumbuh dan berkembang secara harmonis dan optimal menjadi sumber daya manusia yang berkualitas.
- (3) Pelayanan Kesehatan Anak Usia Sekolah dan Remaja dilakukan paling sedikit melalui:
 a. usaha kesehatan sekolah; dan
 b. pelayanan kesehatan peduli remaja,
- (4) Pelayanan kesehatan dilakukan oleh tenaga kesehatan dengan melibatkan guru pembina usaha kesehatan sekolah, guru bimbingan dan konseling, kader kesehatan sekolah dan konselor sebaya.

BAB II Tahapan Pelaksanaan Sekolah/ Madrasah Sehat

A. Rangkaian kegiatan

Untuk mewujudkan sekolah/madrasah sehat, diperlukan rangkaian kegiatan sebagai berikut.

No	Kegiatan	Sasaran/ Peserta	Pelaksana	Output	Sumber biaya
1.	Orientasi pelaksanaan Sekolah/ Madrasah Sehat Tingkat Nasional	TP UKS Pusat, TP UKS Provinsi, Lintas program dan lintas sektor	TP UKS Pusat atau Kementerian	 Peserta pertemuan terorientasi kegiatan dalam model sekolah sehat Rencana kegiatan pengembangan model sekolah sehat Daftar sekolah/ madrasah untuk model 	APBN
2.	Orientasi pelaksanaan Sekolah/ Madrasah Sehat Tingkat Provinsi dan Kab-Kota	TP UKS Provinsi, Lintas program dan lintas sektor provinsi, TP UKS Kab, Sekolah dan Puskesmas terpilih	TP UKS Provinsi atau Dinas Provinsi	 Peserta pertemuan terorientasi kegiatan dalam model sekolah sehat Rencana kegiatan pengembangan model sekolah sehat Rencana daftar sekolah model terpilih per tahun 	APBN atau APBD atau sumber lain yang sah

3.	Orientasi pelaksanaan Sekolah/ Madrasah Sehat Tingkat Kab/Kota	TP UKS Kabupaten- Kota, Lintas program dan lintas sektor kab-kota, TP UKS Kecamatan, Sekolah dan Puskesmas terpilih	TP UKS Kabupaten – Kota atau Dinas Kabupaten – Kota	tau Dinas terorientasi model sekolah	
4.	Orientasi pelaksanaan Sekolah/ Madrasah Sehat bagi sekolah/ madrasah model	Guru, Masyarakat Sekolah dan Orang Tua	TP UKS Kecamatan atau Puskesmas	. coci ta toi oi i citati i i caci	
5	Penyediaan Sarana Prasarana				
	a. Buku Raport Kesehatanku	Buku Raport Peserta didik Sekolah/ Dinas		Tersedianya buku raport kesehatanku: Seri informasi untuk mendapatkan pesan kesehatan dan digunakan dalam kegiatan literasi Seri catatan kesehatan untuk mendokumentasikan hasil penjaringan kesehatan dan pemeriksaan berkala	APBN dekon atau APBD atau sumber lain yang sah

b. Wastafel/Air Mengalir di setiap kelas	Peserta didik	Sekolah/ Dinas Kab- Kota/ Dinas Provinsi/ Kementerian/ swasta	Tersedianya air mengalir disetiap kelas untuk digunakan peserta didik praktek mencuci tangan dan sikat gigi disekolah	APBD atau Swadaya atau sumber lain yang sah
c. Sabun Cuci Tangan	Peserta didik	Sekolah/ Dinas Kab- Kota/ Dinas Provinsi/ Kementerian/ swasta	Tersedianya sabun cuci tangan disetiap wastafel di kelas dan di toilet untuk digunakan peserta didk praktek mencuci tangan	Swadaya atau sumber lain yang sah
d. Alat Sikat Gigi	Peserta didik	Sekolah/ Dinas Kab- Kota/ Dinas Provinsi/ Kementerian/ swasta	Tersedianya sikat gigi, pasta gigi dan gelas kumur untuk digunakan peserta didk praktek menyikat gigi	Mandiri
e. Tempat Sampah di setiap kelas	Peserta didik	Sekolah/ Dinas Kab- Kota/ Dinas Provinsi/ Kementerian/ swasta	Tersedianya tempat sampah yang memilahkan sampah organik dan anorganik di setiap kelas	Swadaya atau sumber lain yang sah
f. Toilet terpisah laki- laki dan perempuan	Peserta didik	Sekolah/ Dinas Kab- Kota/ Dinas Provinsi/ Kementerian/ swasta	Tersedianya toilet terpisah laki dan perempuan, dilengkapi dengan tempat sampah, gantungan baju dan cermin	APBN atau APBD atau sumber lain yang sah

	g. Kantin	Peserta didik	Sekolah/ Dinas Kab-Kota/ Dinas Provinsi/ Kementerian/ swasta	Tersedianya pangan yang aman di kantin sekolah yang terbina dan terawasi	APBN atau APBD atau sumber lain yang sah
	h. Media KIE	Peserta didik	Sekolah/ Dinas Kab-Kota/ Dinas Provinsi/ Kementerian/ swasta	Tersedianya poster/ flyer berisi pesan kesehatan yang dipasang di titik strategis di lingkungan sekolah	APBN atau APBD atau sumber lain yang sah
6.	Baseline data	Peserta didik, warga sekolah	Sekolah, Dinas Kesehatan Kab/Kota dan Dinas Kesehatan Provinsi	Tersedianya baseline data pelaksanaan sekolah/madrasah sehat	APBN atau APBD atau sumber lain yang sah
7.	Pelaksanaan sekolah/ madrasah sehat	Peserta didik, warga sekolah	TP UKS pusat, TP UKS provinsi, TP UKS kab/kota, TP UKS kecamatan, lintas sektor terkait lainnya,kepala desa masyarakat sekolah	Tersedianya sekolah/ madrasah sehat yang menerapkan Trias UKS yang terintegrasi dengan jadwal pelajaran	Swadaya atau sumber lain yang sah
8.	Bimbingan Teknis	Peserta didik, warga sekolah	Dinas Kesehatan Provinsi dan Kab/kota, Dinas Pendidikan Provinsi dan Kab/Kota, Kanwil Agama tingkat Kabupaten/ Kota, Biro Kesra Kab/Kota, Dinas Kebersihan dan Pertamanan Kab/Kota, Balai POM, Pengawas Sekolah dan Puskesmas	Tersedianya bimbingan (koreksi, perbaikan) pelaksanaan Trias UKS	APBN atau APBD atau sumber lain yang sah

9.	Endline Data	Peserta didik, warga sekolah	Puskesmas, Dinas Kesehatan Kab/Kota dan Dinas Kesehatan Provinsi	Tersedianya endline data untuk mengukur hasil pelaksanaan sekolah/ madrasah sehat	APBN atau APBD atau sumber lain yang sah
10.	Analisa hasil baseline dan endline data	Puskesmas, Dinas	Puskesmas, Dinas Kesehatan Kab/Kota dan Dinas Kesehatan Provinsi	Tersedianya hasil analisa data perbandingan baseline dan endline data pelaksanaan sekolah/ madrasah sehat	APBN atau APBD atau sumber lain yang sah
11.	Evaluasi	TP UKS Provinsi, Dinas Pendidikan, Kanwil Agama, Biro Kesra, Lintas program dinas kesehatan provinsi, TP UKS Kab, Sekolah dan Puskesmas terpilih	TP UKS Provinsi atau Kab-Kota	 Pemaparan hasil analisa data pelaksanaan UKS/M Tersedianya rencana tindak lanjut sekolah/ madrasah model dan rencana replikasi sekolah/ madrasah lainnya 	APBN atau APBD atau sumber lain yang sah

B. Pelaksanan Sekolah/Madrasah Sehat

Untuk mewujudkan model sekolah/ madrasah sehat, kegiatan pendidikan kesehatan, pelayanan kesehatan dan pembinaan lingkungan sehat (Trias UKS/M) dilaksanakan terintegrasi dengan kegiatan belajar mengajar. Berikut contoh jadwal pelaksanaan kegiatan UKS/M disesuaikan dengan jadwal mata pelajaran Sekolah Dasar:

Tabel 1 Contoh Jadwal Pelajaran Terintegrasi dengan Pelaksanaan Sekolah Sehat

Jam Pelajaran	Hari							
	Senin	Selasa	Rabu Kamis		Jumat			
	Senyum, salam, sapa, sopan, santun (5S)	Senyum, salam, sapa, sopan, santun	Senyum, salam, sapa, sopan, santun	Senyum, salam, sapa, sopan, santun	Senyum, salam, sapa, sopan, santun			
06.30-07.05	06.30-07.05 Upacara		KBM	КВМ	Gerakan PSN 3M plus			
	CTPS Sarapan Bersama CTPS Sikat Gigi Bersama	Literasi Kesehatan	 CTPS Sarapan Bersama CTPS Sikat Gigi Bersama 	Literasi Kesehatan	Pengelolaan sampah			

07.05-07.40	KBM	KBM	KBM	КВМ	КВМ
07.40-08.15	КВМ	KBM	КВМ	КВМ	KBM
08.15-08.50	KBM	КВМ	КВМ	КВМ	KBM
08.50-09.25	КВМ	КВМ	КВМ	КВМ	КВМ
09.25-10.00	Aktivitas fisik (4L)	Aktivitas fisik (4L)	Aktivitas fisik (4L)	Aktivitas fisik (4L)	Pemanfaatan pekarangan sekolah
		CTPSKudapan bersamaCTPSSikat Gigi Bersama	Pembinaan Kantin	CTPSKudapan bersamaCTPSSikat Gigi Bersama	
10.00-10.35	KBM	КВМ	КВМ	КВМ	КВМ
10.35-11.10	KBM	КВМ	КВМ	КВМ	КВМ

11.10-11.15 11.15-11.45	Peregangan KBM	Peregangan KBM	Peregangan KBM	Peregangan KBM	Pembinaan kader kesehatan sekolah: Dokter kecil Jumantik Duta kebersihan Duta gizi, dll
11.45-12.15	КВМ	КВМ	КВМ	КВМ	
	5S	5\$	5\$	5\$	5S

Dalam mewujudkan sekolah sehat tersebut, puskesmas berperan aktif memberikan pelayanan kesehatan sebagaimana jadwal terlampir dibawah ini.

Tabel 2 Contoh Jadwal Pelayanan Kesehatan oleh Puskesmas

No	Kegiatan	Bulan											
		Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Jun	Jul	Ags	Sep	Okt	Nov	Des
1.	Penjaringan: kelas 1								√	1			
2.	Pemeriksaan Berkala: kelas 2 – 6			1	√								
3.	Pembinaan dan pengawasan kantin dan PKL	1	1	1	1	1	1	1	1	1	√	1	√
4.	BIAS								1	√	√	1	
5.	Pemberian obat cacing								√				
6.	Pemberantasan sarang nyamuk (PSN)	1	1	1	1	1	1	√	1	1	1	√	1
7.	Penyuluhan kesehatan dan konseling	√	√	1	√	√	√	1	√	1	√	√	1
8.	Pembinaan Kader	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

1.Pendidikan Kesehatan

a. Literasi Kesehatan

- Kegiatan: Membaca bersama dan berdiskusi tentang materi kesehatan
- Waktu dan tempat Pelaksanaan : 15 menit (1-2 x seminggu pada jam literasi (kurikulum 2013) atau pada jam PBS/Pembiasaan (kurikulum selain 2010)
- Pelaksana:
 - 1) Wali Kelas
 - 2) Guru UKS (koordinator)
 - 3) Orang tua/wali (memantau progress anak dalam menerapkan PHBS)
- Sarana: Buku Rapor Kesehatanku seri Informasi Kesehatan, Buku petunjuk teknis jumantik anak sekolah dan media kesehatan lainnya
- Mekanisme kegiatan:
 - 1) Wali Kelas mengalokasikan waktu khusus 1-2 hari dalam seminggu untuk membaca buku raport kesehatanku dan menentukan topiknya, misalnya:

Waktu	Materi					
Bulan Pertama						
	Minggu pertama	Cuci tangan pakai sabun				
	Minggu kedua	Menjaga kuku tetap pendek				
	Minggu ketiga	Menggunakan jamban sekolah				
	Minggu keempat	Membuang sampah pada tempatnya				
Bulan Kedua						
	Minggu pertama	Menyikat gigi yang benar				
	Minggu kedua	Gizi seimbang				
	Minggu ketiga	Sarapan				
	Minggu keempat	Kebutuhan air minum				
Dst hingga materi buku raport kesehatanku habis						

- 2) Pada waktu sehari sebelum jadwal yang ditentukan, peserta didik diminta membaca topik yang telah dijadwalkan dan membawa buku raport kesehatanku kesekolah
- 3) Saat pelaksanaan literasi, guru mendiskusikan topik sesuai dengan jadwal.
- 4) Setelah selesai berdiskusi, peserta didik diminta membawa pulang buku rapor kesehatanku untuk mendiskusikan dengan orangtuanya dan membubuhkan paraf pada kolom yang tersedia
- 5) Wali kelas akan mengulangi dengan topik yang berbeda pada jadwal yang telah ditentukan





Contoh: membaca materi gizi seimbang Gizi Seimbang remais kits sedang dalam mass pertumbuhan, tentunya dibutuhkan sisi yang nbang supaya kita sehat, tumbuh optimal Membaca bagian gizi seimbang Nah, ini dia tips gizi seimbang : emenuhi kebutuhan gizimu, bisa dibagi dalam menu 3 kali makar day 2 kali selingan, senerti contoh harikut Contoh Menu Seimbang untuk Usia 10-12 Tahun Nifel Gist : Laure Homes Lauk Nabort I pourse teal 100 1 mangios SMAR Mirror Guls Peri Bush 150 1 N potong Smick 1 pore







Cerdas memilih makanan minuman dengan membaca label, salah satunya kandungan gula dalam minuman soda

b. Cuci Tangan Bersama

- Kegiatan: Cuci tangan pakai sabun sebelum dan sesudah sarapan/kudapan bersama
- Waktu dan Tempat Pelaksanaan: Pelaksanaan mengikuti waktu sarapan bersama dan kudapan bersama di sekolah
- Sarana:
 - 1) wastafel/keran dengan air mengalir
 - 2) sabun cuci tangan
- Pelaksana:
 - 1) Kepala Sekolah
 - 2) Wali Kelas
 - 3) Guru UKS
 - 4) Peserta didik
- Mekanisme Pelaksanaan Kegiatan:
 - 1) Kegiatan sikat gigi bersama terintegrasi dengan kegiatan sarapan/kudapan bersama, lihat butir pesan gizi seimbang diatas.
 - 2) Setiap anak sebelum menyentuh makanannya diwajibkan untuk mencuci tangan dengan sabun di wastafel atau kran yang terdapat di sekolah dengan tertib dan teratur





4) Contoh dokumentasi pelaksanaan cuci tangan bersama dan cara cuci tangan pakai sabun yang baik.

c. Pendidikan Gizi Seimbang dengan sarapan dan kudapan bersama

1) Sarapan Bersama

Kegiatan:

Sarapan bersama dengan bekal yang dibawa dari rumah dengan menu lengkap yang bergizi seimbang (terdiri dari makanan pokok, sayuran, lauk hewani, lauk nabati dan buah).

Sarana:

Bekal dari rumah dengan menu makanan lengkap yang bergizi seimbang untuk sarapan.

Waktu dan tempat Pelaksanaan:

Sebelum memulai kegiatan belajar mengajar (pukul 07.00 pagi), dilaksanakan minimal 2 kali seminggu. Sarapan bersama dilaksanakan bersama-sama di aula atau di halaman sekolah, atau dilaksanakan di masing-masing kelas

Pelaksana:

- a) Masing-masing Wali Kelas
- b) Guru UKS
- c) Peserta didik
- d) Orang tua/wali

Mekanisme Pelaksanaan Pendidikan Gizi Seimbang:

- a) Kepala Sekolah dan Guru mensosialisasikan kegiatan sarapan pagi bersama kepada orang tua siswa melalui rapat Komite.
- b) Wali Kelas mengalokasikan waktu minimal 2 kali seminggu untuk melaksanakan sarapan bersama dengan menu sarapan yang sesuai dengan pedoman gizi seimbang dan disiapkan oleh masing-masing orang tua/wali peserta didik
- c) Pada hari pelaksanaan, wali kelas meminta peserta didik:
 - mencuci tangan dengan sabun sebelum sarapan bersama
 - berdoa
 - sarapan/kudapan bersama
 - minum air putih
 - membuang sampa ditempatnya
 - sikat gigi sesudah sarapan bersama
- d) Pada saat peserta didik sarapan, wali kelas memantau menu makanan yang dibawa oleh peserta didik dan memastikan menu makanan yang dibawa merupakan menu gizi seimbang



e) Contoh Porsi atau Ukuran untuk berbagai Jenis Makanan





f) Contoh menu sarapan bersama:

Menu 1:

- Nasi Goreng Sayur (wortel, sawi hijau, daun bawang) 150 gram
- Lalapan Tomat dan Mentimun minimal 3 potong
- Telur mata sapi 1 butir
- Tahu goreng 1 potong sedang
- Buah pisang 1 buah

Menu 2:

- Nasi Putih 150 gram
- Ayam goreng 1 potong sedang
- Tempe bacem 1 potong sedang
- Sayur tumis buncis dan wortel 1 mangkuk
- Buah jeruk 1 buah

g) Contoh dokumentasi pelaksanaan sarapan/kudapan bersama baik yang dilaksanakan di dalam ruangan maupun diluar ruangan.





2) Kudapan Bersama

Kegiatan:

Makan kudapan bersama dengan bekal dari rumah untuk memenuhi kebutuhan gizi anak.

- Waktu Pelaksanaan: Waktu jam istirahat pertama
- Pelaksana:
 - a) Masing-masing Wali Kelas
 - b) Guru UKS (koordinator)
 - c) Peserta didik
- Mekanisme Pelaksanaan:

Mekanisme kudapan bersama sama dengan sarapan bersama. Yang membedakan adalah bekal kudapan yang dibawa oleh peserta didik berupa buah-buahan/rebusan/makanan berprotein yang mencukupi 10% kebutuhan gizi dalam sehari.

d. Sikat Gigi Bersama

- Kegiatan: Sikat Gigi menggunakan pasta gigi berflouride
- Waktu dan tempat pelaksanaan: Setelah pelaksanaan sarapan/kudapan bersama di sekolah
- Sarana:
 - 1) Sikat gigi dengan tutup, gelas kumur, pasta gigi (dibawa mandiri oleh peserta didik)
 - 2) Air bersih

Pelaksana:

- Wali Kelas
- 2) Guru UKS
- 3) Orang Tua/Wali: penyediaan sikat dan pasta gigi

Mekanisme Pelaksanaan Kegiatan:

- Kegiatan sikat gigi bersama terintegrasi dengan kegiatan sarapan/kudapan bersama, lihat butir pesan gizi seimbang diatas.
- 2) Pada saat memulai tahun ajaran baru, setiap anak diwajibkan untuk membawa sikat gigi, pasta gigi dan gelas plastik. Sikat gigi ini disimpan di sekolah untuk dipergunakan pada saat kegiatan sikat gigi bersama setelah sarapan/kudapan bersama.



 Pada saat peserta didik sikat gigi, guru mengajari cara menyikat gigi yang benar sesudah makan dan sebelum tidur malam.



4) Contoh dokumentasi pelaksanaan sikat gigi bersama di sekolah dan cara menyikat gigi yang benar.

e. Optimalisasi 4L pada jam Istirahat dan Aktivitas Fisik pada Pergantian Jam Pelajaran

Kegiatan:

- Gerakan peregangan setiap pergantian jam pelajaran
- Optimalisasi aktivitas fisik di jam istirahat (4L=lari,loncat,lempar,lompat)

Waktu dan tempat Pelaksanaan:

- Peregangan di dalam kelas dilaksanakan minimal 1 kali sehari pada pergantian jam pelajaran atau pada saat anak sudah mulai merasa bosan dan lelah.
- Optimalisasi jam istirahat dilaksanakan di halaman sekolah

Sarana:

Kreasi gerakan peregangan yang dapat dibuat oleh guru atau peserta didik misalnya gerak kapiten, gerak penguin, dll. Kreasi gerakan peregangan diusahakan dapat dilakukan dengan diiringi lagu dan tidak memerlukan sarana audio visual elektronik.

Pelaksana: Wali Kelas dan Peserta didik

Mekanisme Pelaksanaan Kegiatan:

- 1) Wali kelas mengalokasikan waktu di antara pergantian jam pelajaran untuk melakukan gerakan peregangan bersama-sama
- 2) Untuk kelas 1, 2 dan 3, gerakan peregangan dipimpin oleh masing-masing wali kelas. Sedangkan untuk kelas 4,5 dan 6, gerakan peregangan dapat dipimpin oleh dokter kecil/ketua kelas/peserta didik lainnya secara bergantian. Wali kelas dan peserta didik dapat berkreasi dalam membuat gerakan peregangan.
- 3) Contoh dokumentasi pelaksanaan kegiatan optimalisasi 4L pada jam istirahat dan gerak peregangan pada pergantian jam pelajaran







2. Pelayanan Kesehatan

a. Penjaringan Kesehatan dan Pemeriksaan Kesehatan Berkala

Kegiatan:

Penimbangan berat badan, tinggi badan, pemeriksaan tanda vital, pemeriksaan tajam penglihatan, tajam pendengaran, pemeriksaan kesehatan gigi dan mulut, kuesioner kesehatan mental emosional dan dominasi otak, kuesioner kesehatan reproduksi, dll

- Waktu dan tempat pelaksanaan:
 - 1) Penjaringan Kesehatan: satu kali di awal Tahun Ajaran
 - 2) Pemeriksaan Berkala: satu kali dalam setahun
- Sasaran:
 - 1) Penjaringan Kesehatan: Peserta Didik Kelas 1 SD/MI
 - 2) Pemeriksaan Berkala: Peserta Didik Kelas 2 6 SD/MI
- Pelaksana:
 - 1) Petugas Puskesmas 2) Guru 3) Dokter Kecil
- Sarana:
 - 1) UKS Kit dibawa oleh Puskesmas ke Sekolah
 - 2) Buku Rapor Kesehatanku untuk catatan hasil penjaringan kesehatan (sekolah) dicetak oleh Kementerian Kesehatan/Dinas Kesehatan Provinsi
- Mekanisme pelaksanaan kegiatan:
 - Petugas Puskesmas berkoordinasi dengan pihak sekolah menentukan jadwal pelaksanaan penjaringan kesehatan dan pemeriksaan berkala

- 2) Guru Pembina UKS meminta wali kelas untuk mengizinkan beberapa peserta didiknya untuk menjadi dokter kecil
- 3) Petugas puskesmas mengorientasikan cara pemeriksaan yang dapat dibantu Guru dan Dokcil (IMT, Kuesioner kespro, Kuesioner dominasi Otak dan Kesehatan mental emosional)
- Petugas Puskesmas beserta guru dan dokcil melaksanakan penjaringan kesehatan dan pemeriksaan berkala
- 5) Puskesmas dan sekolah menindaklanjuti hasil penjaringan kesehatan dan pemeriksaan berkala
- 6) Untuk peserta didik yang menghasilkan kesimpulan hasil pemeriksaan yang kurang baik maka tenaga kesehatan puskesmas melakukan:
 - Memberikan surat pengantar rujukan ke puskesmas untuk pemeriksaan lanjutan, pengobatan dll
 - Puskesmas berkoordinasi dengan sekolah pada saat umpan balik hasil penjaringan kesehatan dan pemeriksaan berkala, memberikan saran rujukan ke Puskesmas untuk peserta didik yang memerlukan. Petugas Puskesmas meminta sekolah untuk menginformasikan hasil penjaringan kesehatan dan pemeriksaan berkala ke orang tua peserta didik dan saran rujukan tindak lanjut ke Puskesmas.
- 7) Contoh dokumentasi pelaksanaan penjaringan kesehatan dan pemeriksaan berkala







b. Imunisasi, Pemberian Obat Cacing, Pemberian Tablet Tambah Darah

Kegiatan:

- 1) Imunisasi DT dan Campak untuk peserta didik kelas 1
- 2) Imunisasi TD untuk untuk peserta didik kelas 2 dan 3
- 3) Imunisasi HPV untuk peserta didik perempuan kelas 5 dan 6
- 4) Pemberian obat cacing bagi peserta didik SD/MI sejumlah 1 tablet per tahun
- 5) Pemberian tablet tambah darah bagi peserta didik perempuan SMP dan SMA sejumlah 1 tablet per minggu

Waktu dan tempat pelaksanaan:

- 1) Imunisasi Campak dilaksanakan di sekolah pada bulan September
- 2) Imunisasi DT dilaksanakan di sekolah pada bulan November
- 3) Imunisasi Td dilaksanakan di sekolah pada bulan November
- 4) Imunisasi HPV dilaksanakan di sekolah (sementara masih pilot di DKI dan DIY)
- 5) Obat cacing dilaksanakan di sekolah pada bulan Agustus
- 6) Pemberian TTD dilaksanakan di sekolah setiap bulan
- Pelaksana: Petugas Puskesmas
- Sarana: Alat suntik, Vaksin, tablet tambah darah dan obat cacing yang dibawa oleh petugas Puskesmas

Mekanisme Pelaksanaan Kegiatan:

- 1) Petugas puskesmas berkoordinasi dengan kepala sekolah dan guru untuk menentukan jadwal pemberian imunisasi dan obat cacing kepada peserta didik
- 2) Pada hari pelaksanaan pemberian imunisasi dan obat cacing, guru membantu petugas puskesmas untuk mengatur peserta didik agar peserta didik dapat tertib dan teratur.
- 3) Contoh dokumentasi pelaksanaan pemberian imunisasi, obat cacing dan TTd pada peserta didik







3. Pembinaan Lingkungan Sehat

a. Pembinaan Kantin dan Pedagang Kaki Lima (PKL) di sekitar Lingkungan Sekolah

- Kegiatan:
 - 1) Inspeksi higiene sanitasi dan keamanan makanan kantin sekolah
 - 2) Aman (tidak ada bahan bahaya), bermutu (tidak kadaluarsa) dan bergizi
 - 3) Inspeksi makanan dan minuman jajanan
 - 4) Pembinaan menu jajanan kantin sekolah dan PKL sekitar sekolah (kebersihan, keamanan pangan dan gizi)
- Waktu dan tempat Pelaksanaan: Minimal 1 kali/minggu di kantin sekolah dan PKL sekitar sekolah
- Sarana: Daftar tilik inspeksi higiene sanitasi kantin sekolah dan makanan jajanan
- Pelaksana:
 - Kepala Sekolah
 - 2) Guru
 - 3) Peserta didik
 - 4) Pengawasan Petugas Puskesmas minimal 1 kali/bulan
 - 5) Komite sekolah

Mekanisme pelaksanaan kegiatan:

- Dinas Kesehatan Kabupaten/Kota bersama Puskesmas dan BPOM melaksanakan sosialisasi dan pembinaan kepada pengelola kantin dan PKL mengenai pengelolaan makanan dan jajanan sehat, kebersihan di sekitar lingkungan tempat berjualan, serta menghindari penjualan makanan yang mengandung bahan dan zat berbahaya. BPOM juga mengambil sampel makanan yang di jual untuk diteliti apakah mengandung zat berbahaya atau tidak
- Kepala Sekolah dan Guru melakukan pembinaan dan pengawasan secara berkala mengenai pengelolaan makanan dan jajanan sehat pada kantin dan PKL
- Dokcil sebagai detektif kantin melaporkan kepada Guru atau Kepala Sekolah jika di kantin maupun PKL terdapat makanan yang dicurigai mengandung bahan dan zat berbahaya.
- 4) Pembinaan kantin juga dilakukan terhadap kemasan atau tempat penyajian makan yang digunakan yaitu dengan mengurangi penggunaan kemasan plastik dan sterofoam dan apabila memungkinkan gurudengan menggunakan alat makan yang bisa dicuci.

5) Contoh dokumentasi pembinaan kantin dan PKL

Contoh menu kantin gizi seimbang



Pembinaan pada petugas kantin





b. Pengelolaan Sampah

Kegiatan:

- 1) Membuang sampah pada tempatnya sesuai pemilahannya
- 2) Melakukan kerja bakti bersama membersihkan sekolah
- 3) Pembuatan pupuk organik (kementan mohon membuat mekanisme tahapan kegiatan)

Waktu dan tempat Pelaksanaan:

Membuang sampah pada tempatnya dilakukan setiap hari dan pelaksanaan kerja bakti bersama dilakukan minimal 1 kali seminggu yang dilakukan di lingkungan sekolah.

Sarana:

- 1) 2 unit tempat sampah tertutup dan terpilah di setiap kelas
- 2) Alat-alat kebersihan : sapu, plastik dll
- 3) Tempat pembungan sementara
- 4) Sarana pembuatan pupuk

Pelaksana:

- 1) Kepala Sekolah
- 2) Guru
- 3) Peserta didik

Mekanisme Pelaksanaan Kegiatan:

- 1) Guru Pembina UKS meminta wali kelas untuk mengizinkan beberapa peserta didiknya untuk menjadi kader kebersihan sekolah
- 2) Guru membuat jadwal pelaksanaan pengelolaan sampah
- 3) Guru mengajarkan tentang pengelolaan sampah (pemilahan sampah, kerja bakti, dan pengenalan daur ulang sampah (3R)) kepada peserta didik

- 4) Kader kebersihan sekolah yang melihat teman sebayanya membuang sampah tidak pada tempatnya, mengingatkan teman sebayanya untuk membuang sampah pada tempatnya, dan apabila ada teman sebaya tersebut tidak memperdulikan peringatan tersebut, kader kebersihan mencatat dan melaporkan kepada wali kelas yang bersangkutan
- 5) Wali kelas meminta peserta didik untuk menggunakan wadah atau tempat makanan/minuman yang tidak sekali pakai sehingga dapat mengurangi volume sampah plastik bungkus makanan/minuman disekolah
- 6) Guru UKS membimbing kader kebersihan untuk menggunakan dan memanfaatkan kembali barangbarang yang sudah tidak terpakai menjadi sesuatu yang baru. Dengan mendaur ulang sampah organik menjadi kompos ataupun sampah anorganik menjadi bahan baru yang bernilai ekonomis. Dalam hal belum mnemiliki ketrampilan tersebut, kepala sekolah dapat meminta bantuan atau bimbingan dari dinas kebersihan atau PKK.
- 7) Contoh dokumentasi pelaksanaan pengelolaan sampah disekolah





c. Pemanfaatan Pekarangan Sekolah

Kegiatan:

- Memanfaatkan halaman atau lahan sekolah yang masih kosong untuk ditanami tanaman obat, sayuran, buah serta tanaman pengusir nyamuk.
- Memberi label pada tanaman (nama latin, nama Indonesia dan nama daerah serta manfaatnya)
- Waktu dan tempat Pelaksanaan: 1 (satu) kali / minggu di halaman sekolah

Sarana:

- 1) Bibit sayuran: (a) aneka sayuran daun: bayam, kangkung, sawi/sayuran daun, dll; (b) aneka sayuran buah: cabai rawit, cabai keriting, tomat, terong, dan lain-lain; dan (c) aneka sayuran umbi: bawang merah, bawang putih, kentang, dan lain-lain. Atau disesuaikan dengan kearifan lokal masing-masing daerah.
- 2) Bibit tanaman obat: aneka temu-temuan: jahe, kunyit, kencur, dan lain-lain; tanaman obat daun: kumis kucing, jambu biji, dll). Atau disesuaikan dengan kearifan lokal masing-masing daerah.
- 3) Bibit tanaman pengusir nyamuk, misal: Zodia, Lavender dan sereh.
- 4) Kompos dan atau pupuk organik.
- 5) Botol plastik bekas dan atau kaleng bekas. Atau disesuaikan dengan kearifan lokal masingmasing daerah.
- 6) Benih ikan tawar yang mudah dibudidayakan (mas, lele, nila, patin, gurame, belut, dan lainlain) serta dan ikan pemakan jentik (ikan cupang dan ikan kepala timah). Atau disesuaikan dengan kearifan lokal masing-masing daerah.

Pelaksana:

- Kepala Sekolah
- 2) Guru
- 3) Peserta didik

Mekanisme Pelaksanaan Kegiatan:

- Setiap peserta didik pada saat memasuki tahun ajaran baru diwajibkan membawa satu bibit tanaman sayuran dan atau tanaman obat kemudian ditanam di taman/kebun sekolah. Selain kebun sekolah, penanaman tanaman juga bisa dilakukan dengan memanfaatkan botol/kaleng plastik sebagai wadah tanam terutama untuk sekolah dengan lahan yang terbatas. Bila sekolah memiliki sarana pengairan/ dekat dari sumber air tawar peserta didik diwajibkan untuk membawa benih ikan tawar yang akan dibudidayakan di empang/kolam/embung/ dan lain-lain, yang dimiliki oleh sekolah.
- 2) Setiap kelas memiliki kewajiban untuk membentuk taman kelas.
- 3) Perawatan budidaya di taman/kebun/kolam dilakukan oleh peserta didik secara bergilir setiap minggunya. Perawatan yang dilakukan antara lain menyiram tanaman setiap hari dan memberi pupuk atau kompos pada tanaman, pakan bagi budidaya ikan tawar.
- 4) Kepala sekolah dan guru melakukan pembinaan sedikitnya 2 kali seminggu.

5) Contoh dokumentasi pelaksanaan pemanfaatan halaman sekolah







d. Pemberantasan Sarang Nyamuk

Kegiatan:

Pemantauan jentik dan pemberantasan sarang nyamuk di lingkungan sekolah dan sekitar sekolah

- Waktu dan tempat Pelaksanaan: 1 (satu) kali/minggu di lingkungan sekolah
- Sarana: Senter dan baterai senter
- Pelaksana:
 - 1) Guru UKS/Penanggung Jawab PSN
 - 2) Peserta didik (jumantik cilik)
- Mekanisme Pelaksanaan Kegiatan:
 - Guru Pembina UKS meminta wali kelas untuk mengizinkan beberapa peserta didiknya untuk menjadi kader jumantik
 - 2) Guru membuat jadwal pelaksanaan PSN
 - 3) Guru Pembina UKS mengajarkan Jumantik-PSN kepada kader jumantik
 - 4) Setiap minggu siswa melakukan pemantauan jentik dan PSN di sekolah dan dan melakukan pencatatan hari dan tanggal pelaksanaan, jenis tempat perkembangbiakan nyamuk, ada tidaknya jentik dan kegiatan PSN 3M yang dilakukan dilaporkan setiap minggu ke guru penanggung jawab dan diparaf oleh guru penanggung jawab
 - 5) Guru penanggungjawab memeriksa formulir tersebut, apabila laporan ditemukan jentik maka guru wajib memberikan arahan kepada siswa untuk meningkatkan kegiatan PSN 3M, serta membuat rekap laporan ke Puskesmas terdekat untuk ditindaklanjuti.

Contoh dokumentasi pelaksanaan PSN di sekolah oleh jumantik



e. Pembinaan Kader Kesehatan Sekolah

Guru UKS meminta wali kelas 4 dan 5 untuk mengizinkan sedikitnya 10% dari jumlah siswa untuk menjadi kader kesehatan sekolah. Pembinaan materi kesehatan diberikan oleh tenaga kesehatan Puskesmas (petugas UKS atau PKPR).

Sehubungan materi kesehatan dan program UKS cukup banyak, dalam melaksanakan tugas seharihari supaya lebih mudah, penugasan kader kesehatan sekolah dapat dibagi berdasarkan kegiatan UKS yang diselenggarakan di sekolah, misalnya sebagai berikut:

a) Dokter kecil: membantu melaksanakan dan memantau penjaringan kesehatan atau pemeriksaan berkala (penilaian IMT), BIAS (memantau, TTD)

- b) Duta PHBS: membantu mensosialisasikan menu gizi seimbang, cuci tangan dan sikat gigi
- c) Duta aktifitas fisik: membantu mensosialisasikan olahraga, kebutuhan 4L dan peregangan
- d) Duta kebersihan: membantu membiasakan perilaku membuang sampah, mendaur ulang sampah
- e) Duta kantin: membantu membiasakan teman sebaya untuk memilih jajanan yang sehat
- f) Jumantik: membantu memberantas sarang nyamuk dan jentik nyamuk
- g) Duta kebun sehat: membantu mengendalikan perawatan tanaman obat, sayur,kolam ikan





f. Suasana sekolah yang menyenangkan

Kegiatan yang dilaksanakan dalam rangka membangun suasana sekolah yang menyenangkan antara lain:

- Membiasakan kepada seluruh warga sekolah (Guru, murid, karyawan sekolah lainnya termasuk satpam dan petugas kebersihan) untuk melaksanakan senyum, sapa, salam, sopan dan santun setiap hari di dalam lingkungan sekolah
- Membiasakan membaca doa setiap mulai jam pelajaran sesuai dengan agama dan kepercayaannya
- 3) Sekolah mengembangkan Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) yang aktif, interaktif, dan menyenangkan misalnya: penggunaan multi media untuk materi pelajaran atau materi kesehatan, berlatih peran, bernyayi, belajar di alam terbuka (*outbond*), bercocok tanam bersama, dll
- 4) Sekolah menerapkan metode penghargaan dan hukuman (*Reward and Punishment*) yang mendidik dengan memperhatikan kesehatan fisik dan mental murid
- 5) Sekolah menyelenggarakan kegiatan-kegiatan keagamaan/ibadah misalnya sholat Zuhur/Jumat bersama dilanjutkan kultum, misa, dll
- 6) Sekolah mengembangkan kegiatan-kegiatan ekstra kulikuler yang menyenangkan untuk menjadi tempat pembelajaran materi-materi kesehatan fisik dan mental misalnya Pramuka, PMR

- 7) Sekolah mengembangkan kegiatan yang bersifat gotong royong dan setia kawan misalnya piket kelas, jumat bersih, menengok teman yang sakit dalam jangka waktu yang lama (mengajarkan empati)
- 8) Sekolah menyelenggarakan lomba-lomba yang dapat meningkatkan semangat, pengetahuan dan kerja sama murid misalnya lomba kelas sehat, lomba membuat mading sesuai dengan tema hari-hari kesehatan tertentu, lomba membuat jargon kesehatan terbaik misalnya "tanpa *bullying* belajar tenang", lomba senam, dll
- 9) Sekolah memfasilitasi pelatihan bagi guru-guru terutama Guru BK untuk dapat memberikan konseling bagi siswa-siswa yang ingin "curhat" atau membutuhkan konseling tanpa membuat siswa tsb terstigma sebagai "siswa yang bermasalah"
- 10) Sekolah memberikan pengetahuan tambahan mengenai isu-isu kesehatan yang sedang tren misalnya bullying, tawuran, seks bebas, Napza dan Narkoba melalui kegiatan yang menyenangkan dan media yang interaktif.



BAB III Bimbingan Teknis, Monitoring dan Evaluasi

A. Bimbingan Teknis

Kunci keberhasilan untuk mewujudkan model sekolah/ madrasah sehat salah satunya adalah dengan melakukan bimbingan teknis secara rutin, dilakukan melalui kunjungan ke sekolah-sekolah dengan waktu yang terjadual sedikitnya dua kali dalam sebulan. TP UKS, Puskesmas, Dinas terkait berkoordinasi untuk menjadwalkan bimbingan teknis secara berkala ke sekolah. Demikian juga Puskesmas atau Dinas Kesehatan untuk mengkoordinasikan lintas program agar melaksanakan bimbingan teknis secara terpadu. Bimbingan teknis bertujuan sebagai upaya untuk mengetahui tingkat implementasi UKS/M, kemajuan model sekolah sehat apakah sudah dilaksanakan atau belum, jika sudah dilaksanakan apakah sesuai dengan pedoman sehingga jika belum sesuai maka koreksi dapat segera diberikan. Bimbingan teknis walaupun dilakukan banyak pihak namun efisien karena diatur terjadwal menggunakan instrumen yang sama untuk memantau kemajuan pelaksanaan UKS/M tersebut diatas apakah sudah sesuai dengan mekanismes kegiatan dan waktu pelaksanaan sebagaimana dalam bab II, yaitu:

- 1. Pendidikan Kesehatan
 - a. Literasi Kesehatan
 - b. Cuci Tangan Bersama
 - c. Pendidikan Gizi Seimbang dengan sarapan dan kudapan bersama
 - d. Sikat Gigi Bersama
 - e. Optimalisasi 4L pada jam Istirahat dan Aktivitas Fisik pada Pergantian Jam Pelajaran
- 2. Pelayanan Kesehatan
 - a. Penjaringan Kesehatan dan Pemeriksaan Kesehatan Berkala
 - b. Imunisasi peserta didik dan pemberian obat cacing
 - c. Pemanfaatan Pekarangan Sekolah
 - d. Pemberantasan Sarang Nyamuk

- 3. Pembinaan Lingkungan Sehat
 - a. Pembinaan Kantin dan PKL di sekitar Sekolah
 - b. Pengelolaan Sampah
 - c. Pembinaan Kader Kesehatan Sekolah
 - d. Suasana sekolah yang menyenangkan

B. Monitoring dan Evaluasi

Monitoring dilaksanakan menggunakan data obyektif yang didapat melalui instrumen kuesioner melalui analisa data untuk memastikan apakah pelaksanaan Trias UKS berdampak pada peningkatan status kesehatan peserta didik. Monitoring dilakukan secara berjenjang oleh TP UKS, Puskesmas, Dinas terkait. Tahapan monitoring dan evaluasi sebagai berikut:

- Monitoring Awal, dilakukan pada awal dimulainya program model sekolah sehat, disarankan bertepatan dengan awal tahun ajaran baru, untuk menghasilkan data dasar status kesehatan peserta didik dan pelaksanaan trias UKS/M di sekolah.
- 2. Monitoring Akhir, dilakukan pada akhir tahun ajaran, untuk menghasilkan data akhir status kesehatan peserta didik dan pelaksanaan trias UKS/M di sekolah, yang akan dibandingkan dengan data dasar untuk di dapatkan data dampak pelaksanaan Trias UKS.
- 3. Evaluasi, dilakukan untuk mengetahui tahapan pelaksanaan Trias UKS, permasalahan dan solusi serta yang terpenting adalah memperoleh rencana tindak lanjut bagaimana melanjutkan pelaksanaan Trias UKS/M di sekolah tersebut ataupun mereplikasi ke sekolah lainnya.

Untuk melakukan monitoring tersebut, diperlukan instrumen yang sama yang memerlukan isian data status kesehatan peserta didik dan pelaksanaan Trias UKS sebagai berikut:

1. Instrumen Data Status Kesehatan Peserta Didik

Instrumen digunakan untuk mengetahui data baseline dan endline.

			Kelas	i I	Kela	s II	Kela	s III	Kelas	IV	Kelas	s V	Kelas	VI	Ket
Α	Data	a dari sekolah	Р	L	Р	L	Р	L	Р	L	Р	L	Р	L	
	1	Jumlah peserta didik													
	2	Jumlah peserta didik yang dilakukan penjaringan kesehatan/pemeriksaan berkala 6 bulan terakhir													
	3	Jumlah peserta didik yang absen karena sakit dalam 6 bulan terakhir													
	4	Jumlah keracunan makanan													
	5	Jumlah peserta didik diberikan obat cacing dalam 6 bulan terakhir													
		Jumlah kader kesehatan sekolah													

В		Data dari pukesmas hasil penjarkes/pemeriksaan berkala -		Kelas I		Kelas II		Kelas III		Kelas IV		Kelas V		Kelas VI	
	pei			L	Р	L	Р	L	Р	L	Р	L	Р	L	
		Status Gizi													
		Sangat kurus													
		Kurus													
	1	Normal													
		Gemuk													
		Sangat gemuk													
		Stunting													
		Tanda klinis													
		Anemia													
	2	Gigi berlubang/caries													

2. Instrument penilaian pengetahuan dan sikap peserta didik

Instrumen digunakan sebagai Pre test pada saat sebelum pelaksanaan model sekolah/madrasah sehat dan post test dilaksanakan pada saat pengambilan data endline

Pre dan post test bagi peserta didik

Nama	Jenis Kelamin	Umur (tahun)	Berat Badan (kg)	Tinggi Badan (cm)		

- 1. Apa yang kamu ketahui tentang kegiatan usaha kesehatan sekolah (UKS)?
 - a. Pembiasaan perilaku hidup bersih sehat di sekolah
 - b. Penjaringan Kesehatan
 - c. Pertolongan pertama pada kecelakaan (P3K)
 - d. Lingkungan sekolah bebas asap rokok
 - e. Semua benar

2. Untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan berikut, kalian diminta untuk menjawab sebagaimana yang pernah kamu lakukan secara jujur. Beritanda √ pada kolom pilihan jawaban (Ya atauTidak) sesuai jawaban kalian

	Kegiatan	Ya	Tidak
1.	Mencuci tangan dengan sabun setiap sebelum dan sesudah makan		
2.	Menggunting kuku tetap pendek dan bersih		
3.	Mencuci tangan dengan sabun sesudah buang air besar dan buang air kecil		
4.	Buang air kecil selalu di wc/ toilet		
5.	Membuang sampah selalu di tempat sampah		
6.	Menyikat gigi 2 kali sehari		
7.	Sarapan terdiri dari nasi, lauk, sayur dan buah		
8.	Sarapan (makan dan minum) sebelum jam 9 pagi		
9.	Minum air putih 7-8 gelas ukuran sedang (1,5-2 liter) sehari		

	Kegiatan	Ya	Tidak
10.	Membeli makanan yang tidak mengandung pengawet, pewarna,		
	penyedap, dan pemanis buatan		
11.	Menimbang berat badan secara rutin (minimal setiap bulan)		
12.	Olah raga paling sedikit 2 kali dalam seminggu		
13.	Menonton TV atau bermain game tidak lebih dari 2 jam		
14.	Mendengarkan musik dengan volume suara yang tidak terlalu keras		
	atau tidak mengganggu orang lain		
15.	Memakai masker ketika batuk atau pilek		
16.	Mengganti pakaian dalam sedikitnya 2 (dua) kali dalam sehari		
17.	Menyimpan nomor telepon orang tua untuk dihubungi bila dalam		
	keadaan darurat		
18.	Berbagi cerita suka dan duka dengan orang tua		
19.	Berjalan dan menyeberang di tempat yang aman		

3. Instrumen Pelaksanaan Trias UKS (Data diambil dari wawancara dan observasi)

Α		Kegiatan	Ya	Tidak	Keterangan
	1	Gerakan Literasi			
	2	Cuci Tangan Bersama			
	3	Pendidikan Gizi Seimbang dengan sarapan/kudapan bersama			
	4	Sikat Gigi Bersama			
	5	Optimalisasi 4L pada jam istirahat dan Aktivitas Fisik pada Pergantian Jam Pelajaran			
	6	Penjaringan Kesehatan dan Pemeriksaan Kesehatan Berkala			
	7	Imunisasi Anak Sekolah dan Pemberian obat cacing			
	8	Pemanfaatan Pekarangan Sekolah			
	9	Pemberantasan Sarang Nyamuk			

Α		Kegiatan	Ya	Tidak	Keterangan
	10	Pembinaan Kantin dan PKL di sekitar Sekolah			
	11	Pengelolaan Sampah			
	12	Pembinaan Kader Kesehatan Sekolah			
	13	Suasana Sekolah yang Menyenangkan			
В.		Sarana Prasarana	Ya	Tidak	Keterangan
	14	Ruang kelas			 Dinding (tidak lembab) Atap (kuat, tidak bocor) Lantai (utuh/rata, tidak retak, tidak licin) Penataan (ruang gerak leluasa) Langit-langit (jarak antara langit-langit dan lantai minimal 3m)

	Sarana Prasarana	Ya	Tidak	Keterangan
15	Ruang UKS			
	Kelengkapan Ruang UKS			 Tempat tidur Alat ukur berat badan Alat ukur tinggi badan Termometer Model rahang dan sikat gigi Sarana pelayanan UKGS (kaca mulut, sonde, pinset) Sarana KIE kesehatan reproduksi laki-laki dan perempuan Snellen chart/kartu E Lemari Senter Air minum, gelas, dan sendok Obat luka Kain kasa steril

	Sarana Prasarana	Ya	Tidak	Keterangan
	Kelengkapan Ruang UKS			14. Kapas 15. Alcohol 16. Sarana KIE terkait Kesehatan dan Kebersihan 17. Plester kecil untuk luka 18. Elastis verban 19. Plester 20. Verban 21. Spalk (penyangga tulang patah) 22. Mitela/kain segitiga 23. Gunting
15	Keberadaan WC Laki-laki (guru dan siswa) termasuk urinoir			Jumlah :
16	Keberadaan WC Laki-laki (guru dan siswa)			Jumlah :
17	Ketersediaan Sumber Air			
18	Tempat Cuci Tangan			Jumlah :

	Sarana Prasarana	Ya	Tidak	Keterangan
19	Tempat Sampah			Tertutup dan Terpilah disetiap ruang kelas
20	Halaman Sekolah			Ditanami tanaman obat dan tanaman sayur
21	Kawasan Tanpa Rokok			

Instrumen pemeriksaan Kantin sekolah dan PKL a) Fomulir Data Kantin Sekolah 4.

NO	URAIAN	YA	TIDAK
1	LOKASI, BANGUNAN, FASILITAS		
	Area Kantin		
	a. Bebas dari serangga, tikus dan binatang pengganggu		
1	a. Rapi(estetika)		
	c. Tidak terdum bau busuk atau tidak sedap yang berasal dari sumber pencemaran		
	a. Tidak ada sampah berserakan		
2	Konstruksi Bangunan		
_	Terpelihara dan bersih		

NO	URAIAN	YA	TIDAK
1	LOKASI, BANGUNAN, FASILITAS		
3	Lantai		
	Terpelihara dan kering		
	Dinding dan Langit langit		
4	a. bebas debu		
	a. terpelihara		
П	PENCAHAYAAN		
5	Penca hayaan cukup sesuai dengan kebutuhan kerja		
Ш	PENGHA WAAN		
6	Area ker ja mempunya i sirk ula si udara yang baik (nyaman)		
IV	PEMBUANGAN SAMPAH		
7	Tersedia tempat sampah yang tertutup sesuai dengan jumlah sampah		
	yang dihasilkan (per gerai)		
٧	RUANG PENGOLAHAN MAKANAN		
8	Luas area cukup sehingga penjamah makanan dapat bekerja dengan		
	leluasa		
9	Ruangan bersih dari barang yang tidak berguna		

VI	PENJAMAH MAKANAN	YA	TIDAK
10	Tampilan fisik bersih dan sehat		
11	a. Pakaian bersih menggunakan celemek bersih		
	b. Pakai alas kaki		
	c. Rambut tertutup rapi menggunakan tutup kepala		
	d. Tidak menggunakan perhiasan di tangan		
	e. Penjamah sudah dilaksanakan peningkatan kemampuan		
12	a. Tangan selalu dicuci bersih sebelum menyentuh		
	makanan dan setelah beraktifitas yang lain		
	b. Kuku dipotong pendek		
	c. Berperilaku higienis dalam menyiapkan makanan / tidak merokok, meludah, mengupil,menggaruk, tidak		
	berbicara pada saat mengolah makanan		
	d. Penjamah makanan tidak kontak langsung dengan uang selama proses kerja		
	e. Mengambil makanan dengan menggunakan alat bantu atau hand gloves		

X	MAKANAN	YA	TIDAK
13	Bahan baku baik mutunya, utuh dan tidak rusak		
14	 Bahan baku dari produk yang terdaftar, berlabel asli, tidak kadaluarsa (dalam label tercantum nama pangan, nama dan alamat produsen tanggal kadaluarsa, no. Izin edar, komposisi, kode produksi) 		
	b. Produk yang sudah jadi terdaftar, berlabel, tidak kadaluarsa (dalam label alamat produsen, tanggal kadaluarsa,nomor izin edar, komposisi, kode produksi)		
15	a. Makanan yang dijual		
	b. Tidak mengandung bahan kimia berbahaya (rhodamin B, methanil yellow, formalin, borax)		
16	Bahan makanan mentah disimpan terpisah dengan pangan matang		
17	Display bersih, rapi dan tertutup		
18	Suhu penyimpanan pangan matang >63 derajat Celsius, penyimpanan dingin <8 derajat Celsius		
19	Penyajian makanan tertutup		
20	Bahan kimia beracun (misal: pestisida, pembersih lantai, dll) disimpan tersendiri di tempat yang aman, terlindung, menggunakan label tanda yang jelas untuk digunakan.		

XII	PERALATAN MAKAN DAN MASAK	YA	TIDAK
21	Peralatan untuk memasak, penyimpanan dan pencucian tersedia		
	cukup dan berfungsi dengan baik		
22	Peralatan yang digunakan food grade dan maintenance dengan		
	baik		
23	Pencucian peralatan dengan air bersih yang mengalir dan		
	disanitasi (menggunakan deterjen/sabun cuci piring)		
24	Pencucian peralatan dan bahan makanan terpisah		
25	Menggunakan serbet yang bersih		
26	Seluruh peralatan tidak boleh terbuat dari kayu (pisau, talenan,		
	sodet, piring, dll)		
27	Peralatan makan dan penyajian dalam kondisi kering		
28.	Penyajian atau kemasan makanan tidak mengandung bahan kimia		
	seperti streofoam, kertas Koran, kertas lainnya, plastik		
	mengandung BPA untuk penyajian pangan, dll		
	Total:		

b) Formulir PKL Sekolah

No	PE	PERSYARATAN		Tidak
I	PE	NJAMAH MAKANAN		
	1	Apakah Penjamah makanan menjaga kebersihan tangan, rambut, kuku, dan pakaian		
	2	Apakah Penjamah makanan memakai celemek, dan tutup kepala		
	3	Apakah Penjamah makanan mencuci tangan setiap kali hendak menangani makanan		
	4	Apakah Penjamah makanan menjamah makanan memakai alat/perlengkapan, atau dengan alas tangan		
	5	Apakah Penjamah makanan tidak sambil merokok, menggaruk anggota badan (telinga, hidung, mulut atau bagian lainnya		
	6	Apakah Penjamah makanan tidak batuk atau bersin di hadapan makanan jajanan yang disajikan dan atau tanpa menutup mulut atau hidung		

No	PE	RSYARATAN	Ya	Tidak
II	PEI	RALATAN		
	1	Apakah peralatan yang digunakan untuk mengolah dan menyajikan makanan jajanan sesuai dengan peruntukannya dan memenuhi persyaratan hygiene sanitasi		
	2	Apakah peralatan yang sudah dipakai dicuci dengan air bersih dan dengan sabun		
	3	Apakah peralatan yang sudah dicuci diatas dikeringkan dengan alat pengering/lap yang bersih		
III	AIF	R, BAHAN MAKANAN, BAHANTAMBAHAN DAN PENYAJIAN	Ya	Tidak
	Apakah semua bahan yang diolah menjadi makanan jajanan dalam keadaan baik mutunya, segar dan tidak busuk. Apakah makanan jajanan disajikan dengan tempat/alat perlengkapan yang bersih, dan aman bagi kesehatan.			
	3	Apakah makanan jajanan yang dijajakan dalam keadaan terbungkus dan atau tertutup.		
	Apakah pembungkus yang digunakan dan atau tutup makanan jajanan dalam keadaan bersih dan tidak mencemari makanan.			
	5	Apakah makanan jajanan yang diangkut, dalam keadaan tertutup atau terbungkus dan dalam wadah yang bersih.		

IV	SA	RANA PENJAJA	YA	TIDAK
	1	Apakah sarana penjaja mudah dibersihkan;		
	Apakah sarana penjaja tersedia tempat untuk penyimpanan bahan makanan			
	Apakah sarana penjaja tersedia tempat untuk penyimpanan makanan jadi/siap disajikan;			
	Apakah sarana penjaja tersedia tempat untuk penyimpanan peralatan;			
	5	Apakah sarana penjaja tersedia tempat cuci alat, tangan, bahan makanan;		
	6	Apakah sarana penjaja tersedia tempat sampah.		
	7	Apakah sarana penjaja terlindungi dari debu, dan pencemaran		

Catatan: Jakarta,

1. Jawablah setiap pertanyaan dengan

mencontreng ($\sqrt{}$): sesuai kondisi Inspektur

2. Memenuhi syarat kesehatan jika % jawaban Ya HSP,

Rata-Rata Nilai Pre Test dan Post Test SD/MI
di Kep. Seribu

Test SD/MI

Test

Evaluasi dari pelaksanaan kegiatan dapat dinilai dari hasil pengisian instrumen monitoring tersebut, yang membandingkan antara data baseline dan endline. Analisis data yang

dilakukan untuk melihat bagaimana pelaksanaan kegiatan UKS terintegrasi dengan kegiatan belajar mengajar, konsisi dan kelengkapan sarana dan prasarana UKS, kondisi kantin dan PKL, penurunan jumlah hari sakit, peningkatan status gizi dan perbaikan pengetahuan dan sikap peserta didik. Contoh hasil analisis data dapat dilihat pada grafikgrafik berikut:



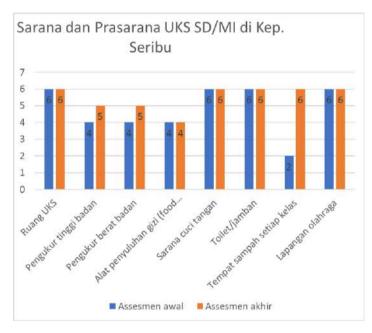


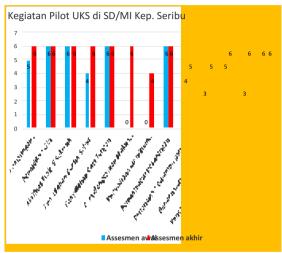
PEMBINAAN KANTIN SEKOLAH (UKS) DI KEPULAUAN SERIBU DAN JAKARTA PUSAT TAHUN 2016



Kasus Karies, Gang. Penglihatan dan Serumen pada peserta didik SD/MI di Kep. seribu







Tim Penyusun

dr. Christina Manurung, MKM, dr. Ni Made Diah Permata Laksmi D, MKM, dr. Linda Siti Rohaeti, MKM,
Hana Shafiyyah Zulaidah, SKM
Putu Krisna Saputra, SKM, Maya Raiyan, M.Psi
Sari Angreani, SKM, dr. Florentine Marthatilova, dr. Erni Risvayanti, M.Kes, Evasari Ginting, SKM

Kontributor

Theresia Rhabina Noviandari Purba (Kemenkes)
dr. Tyas Natasya Citrawati (Kemenkes)
Drs. Pribowo Putro, M.M. (Kemendikbud)
Ns.Syaiful Anwar, S.Kep (Dinas Kesehatan DKI Jakarta)
dr. Yetty M.P Silitonga (Kemenkes)
Dra. Ernawati, M.Pd (Kemenag)
dr. Ivo Novita Salim (Puskesmas Cempaka Putih)
dr. Elia Rahmawati (Peuskesmas Cempaka Putih)
dr. Astrid Septrisia (Kemenkes)
Nadiatul Maunah (Kemenkes)
Dewi Nurhayati (Puskesmas Cempaka Putih)
Supriyati,M.Pd (SDN Cepaka Putih Timur 03)

Drs. Agung Tri Wahyunto, M.Pd (Kemendikbud) dr. Carolina Rusdy Akib, M.Sc (Kemenkes)
Drs. Wachid Hidayat, M.Si (Kemendikbud) dr. Siti Chadidjah Nurillah (Kemenkes)
Endang Triastuti, SE (Kemendagri)
Dra. Asri Tresnawati (KemenLHK)
Heny Purbaningsih (Kemenkes)
dr. Rita MS, M.Kes (Suku Dinas Kesehatan Jakarta Pusat)
Dra. Mariati, M.Pd (Kemendikbud)
Bambang Hartono (Kemenkes)
Uum Mulyati (SDN Rawasari 05)







Direktorat Kesehatan Keluarga - Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat

Gedung Kementerian Kesehatan Lantai 7 R.713,

Jl. H.R. Rasuna Said Blok X.5 Kav. 4-9, Kuningan, Jakarta 12950

Telp: 021-5221227