

BAB 9

PERAN GURU DAN KETERLIBATAN ORANG TUA

A. Peran Guru

Guru merupakan sebuah profesi yang membutuhkan suatu keahlian khusus untuk mengajarkan suatu ilmu kepada peserta didik atau murid di suatu lembaga pendidikan misalnya sekolah. “Guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik

Peran guru dalam Pendidikan Kesehatan Sekolah (PKS) sangat penting dan beragam. Guru memiliki tanggung jawab besar dalam membentuk pemahaman, sikap, dan perilaku siswa terkait kesehatan. Berikut adalah beberapa peran utama guru dalam PKS:

1. Pendidik:

Guru berperan sebagai pendidik utama dalam memberikan pengetahuan dan pemahaman yang relevan tentang berbagai aspek kesehatan kepada siswa. Mereka mengajar materi-materi seperti gizi, pola makan sehat, aktivitas fisik, kebersihan diri,

penyalahgunaan zat, kesehatan reproduksi, dan topik kesehatan lainnya.

2. Pembimbing:

Guru membimbing siswa dalam mengembangkan keterampilan kritis, seperti pemecahan masalah, pengambilan keputusan sehat, dan kemampuan komunikasi yang efektif. Mereka juga membantu siswa mengidentifikasi risiko kesehatan dan cara mengelolanya.

3. Contoh Perilaku Sehat:

Guru berperan sebagai contoh teladan dalam perilaku sehat. Mereka harus menjalani gaya hidup sehat, seperti menerapkan pola makan yang baik, rutin berolahraga, menjaga kebersihan diri, dan menghindari perilaku berisiko. Dengan demikian, mereka menginspirasi siswa untuk mengikuti contoh tersebut.

4. Fasilitator Diskusi:

Guru memfasilitasi diskusi kelas tentang isu-isu kesehatan yang relevan. Ini mencakup berbicara tentang masalah-masalah seperti kebiasaan merokok, penggunaan alkohol, penggunaan obat-obatan terlarang, perilaku seksual sehat, dan aspek-aspek penting lainnya terkait kesehatan.

5. Mengintegrasikan PKS dalam Kurikulum:

Guru harus dapat mengintegrasikan PKS dalam kurikulum pendidikan yang ada, baik itu dalam mata pelajaran ilmu pengetahuan, pendidikan jasmani, atau bidang studi lainnya. Hal ini membantu siswa melihat kesehatan sebagai

bagian integral dari kehidupan sehari-hari mereka.

6. Menilai Kemajuan Siswa:

Guru bertanggung jawab untuk menilai pemahaman dan keterampilan kesehatan siswa. Ini dapat dilakukan melalui ujian, tugas, atau proyek terkait kesehatan. Hasil penilaian ini dapat membantu guru dan siswa untuk mengevaluasi kemajuan mereka dalam pemahaman dan perilaku kesehatan.

7. Mendukung Siswa yang Membutuhkan:

Guru juga harus peka terhadap kebutuhan khusus siswa yang mungkin memerlukan perhatian khusus terkait kesehatan, seperti anak-anak dengan alergi makanan, penyakit kronis, atau masalah kesehatan mental. Mereka harus bekerja sama dengan staf kesehatan sekolah dan orangtua untuk memberikan dukungan yang tepat.

B. Guru dapat Memberikan Kontribusi

Dengan melaksanakan peran-peran ini, guru dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam membantu siswa mengembangkan pemahaman yang baik tentang kesehatan dan mendorong mereka untuk mengadopsi gaya hidup sehat yang akan membawa manfaat jangka panjang bagi kesejahteraan mereka.

Terkait dengan peran guru dalam Pendidikan Kesehatan Sekolah, ada beberapa poin tambahan yang penting untuk diperhatikan:

1. Menciptakan Lingkungan Belajar yang Sehat:

Guru memiliki tanggung jawab untuk menciptakan lingkungan belajar yang mendukung kesehatan. Ini melibatkan aspek-aspek seperti memastikan kebersihan kelas, menyediakan fasilitas air minum yang aman, dan mengidentifikasi dan mengatasi potensi risiko kesehatan di sekolah.

2. Berkomunikasi dengan Orangtua:

Guru harus berkomunikasi secara teratur dengan orangtua atau wali murid untuk membahas masalah kesehatan dan kesejahteraan siswa. Ini termasuk memberikan laporan perkembangan kesehatan siswa dan berdiskusi tentang cara orangtua dapat mendukung praktik kesehatan yang baik di rumah.

3. Mengatasi Mitos dan Stereotip:

Guru harus aktif dalam mengatasi mitos dan stereotip yang berkaitan dengan kesehatan. Mereka memiliki kesempatan untuk memberikan informasi yang akurat dan berbasis bukti kepada siswa, membantu mereka mengambil keputusan yang bijak tentang kesehatan mereka.

4. Menghadapi Perubahan Perilaku:

Guru sering kali berhadapan dengan tugas mengubah perilaku siswa yang tidak sehat. Ini bisa melibatkan memberikan dukungan kepada siswa yang ingin berhenti merokok, mengurangi

konsumsi makanan tidak sehat, atau menghindari perilaku berisiko lainnya. Guru dapat memberikan pemahaman tentang manfaat perubahan perilaku tersebut.

5. Kolaborasi dengan Ahli Kesehatan:

Guru harus siap bekerja sama dengan tenaga kesehatan profesional, seperti perawat sekolah atau konselor, untuk memberikan layanan kesehatan yang lebih mendalam kepada siswa yang membutuhkannya. Kolaborasi ini dapat membantu mengidentifikasi dan mengatasi masalah kesehatan yang lebih serius.

6. Pemantauan Kesehatan Siswa:

Guru juga berperan dalam pemantauan kesehatan siswa, seperti memperhatikan tanda-tanda masalah kesehatan, penyakit menular, atau masalah kesejahteraan mental. Mereka dapat memberi tahu staf kesehatan sekolah jika mereka melihat siswa yang memerlukan perhatian medis.

7. Edukasi Masyarakat Sekolah:

Guru juga dapat memainkan peran dalam edukasi masyarakat sekolah, termasuk orangtua, staf sekolah, dan siswa lainnya tentang pentingnya kesehatan. Mereka dapat menjadi advokat untuk mengintegrasikan PKS dalam semua aspek kehidupan sekolah.

Dengan melaksanakan peran-peran ini, guru dapat membantu menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan siswa dalam hal kesehatan fisik, mental, dan sosial. Hal ini

tidak hanya berdampak pada kesejahteraan individu, tetapi juga pada produktivitas dan keberhasilan sekolah secara keseluruhan. Pendidikan Kesehatan Sekolah menjadi kunci untuk membantu generasi muda mengambil keputusan.

C. Peran Orang Tua dalam Mendukung Pendidikan Kesehatan Sekolah



Gambar 14. Peran Orang Tua dan Pengasuh Sangatlah Penting dalam Mengajari Anak Mencuci Tangan (*Liputan6.com/health*, 2020)

Peran orang tua dalam mendukung pendidikan kesehatan sekolah sangat penting dalam memastikan anak-anak mereka tumbuh dan berkembang dengan gaya hidup yang sehat. Berikut adalah beberapa aspek peran orang tua dalam mendukung pendidikan kesehatan sekolah:

1. Model Perilaku Sehat:

Orang tua berperan sebagai model bagi anak-anak mereka dalam hal perilaku sehat. Anak-anak sering meniru apa yang mereka lihat dari orang tua mereka. Oleh karena itu, orang tua yang menerapkan pola makan sehat, rajin

berolahraga, dan menjaga kesehatan mental dapat menginspirasi anak-anak mereka untuk mengikuti contoh yang sama.

2. Memberikan Makanan Sehat:

Orang tua bertanggung jawab untuk menyediakan makanan sehat di rumah. Mereka dapat memastikan bahwa anak-anak memiliki akses ke makanan bergizi seperti buah, sayuran, sumber protein sehat, dan makanan pokok yang baik. Ini membantu membentuk kebiasaan makan yang baik pada anak-anak.

3. Mendorong Aktivitas Fisik:

Orang tua dapat mendorong anak-anak untuk berpartisipasi dalam aktivitas fisik. Mereka dapat mengajak anak-anak bermain di luar, bersepeda, berenang, atau melakukan olahraga lainnya yang disukai. Aktivitas fisik adalah bagian penting dari gaya hidup sehat.

4. Pengawasan Terhadap Penggunaan Teknologi:

Orang tua dapat mengawasi dan mengatur penggunaan teknologi seperti komputer, ponsel, dan permainan video. Mereka dapat memastikan bahwa anak-anak tidak menghabiskan terlalu banyak waktu di depan layar dan mengalokasikan waktu yang sehat untuk aktivitas fisik, belajar, dan tidur.

5. Pendekatan Terbuka terhadap Topik Kesehatan:

Orang tua dapat menciptakan lingkungan di mana anak-anak merasa nyaman untuk berbicara tentang topik-topik kesehatan,

termasuk seksualitas, narkoba, kesehatan mental, dan pertumbuhan tubuh. Komunikasi terbuka memungkinkan anak-anak untuk mendapatkan informasi yang akurat dan memahami pentingnya menjaga kesehatan mereka.

6. Pendukung Kesehatan Mental:

Orang tua harus sensitif terhadap kesehatan mental anak-anak mereka. Mereka perlu memberikan dukungan emosional, mendengarkan ketika anak-anak memiliki masalah atau stres, dan membantu mereka mencari bantuan jika diperlukan. Ini adalah bagian penting dari menjaga kesehatan mental anak-anak.

7. Pengambilan Keputusan Bersama:

Dalam hal keputusan terkait kesehatan, orang tua dapat melibatkan anak-anak dalam proses pengambilan keputusan. Ini membantu anak-anak merasa memiliki kendali atas kesehatan mereka dan belajar membuat keputusan yang bijak.

8. Mengikuti Pendidikan Kesehatan Sekolah:

Orang tua dapat mendukung program pendidikan kesehatan sekolah dengan berpartisipasi dalam kegiatan dan acara yang diselenggarakan sekolah. Mereka juga dapat berkomunikasi dengan guru atau staf sekolah untuk memahami apa yang diajarkan kepada anak-anak mereka dan bagaimana mereka dapat mendukungnya di rumah.

9. Mengawasi Pola Tidur:

Orang tua perlu memastikan bahwa anak-anak mendapatkan cukup tidur yang berkualitas. Pola tidur yang baik memiliki dampak positif pada kesehatan fisik dan mental anak-anak.

10. Mengajarkan Keterampilan Pengelolaan Stres:

Orang tua dapat mengajarkan anak-anak cara mengatasi stres dan tekanan emosional dengan teknik relaksasi, meditasi, atau olahraga. Ini membantu mereka menghadapi situasi yang menantang dengan lebih baik.

11. Memantau Kesehatan dan Perkembangan Anak:

Orang tua perlu memantau kesehatan fisik dan perkembangan anak-anak mereka. Ini termasuk menjadwalkan pemeriksaan kesehatan rutin, vaksinasi yang diperlukan, dan memberikan perawatan medis saat diperlukan.

12. Menyediakan Dukungan Emosional:

Orang tua harus selalu ada untuk memberikan dukungan emosional kepada anak-anak. Ini mencakup mendengarkan mereka, menghadapi ketakutan atau kekhawatiran mereka, dan membantu mereka mengatasi masalah pribadi atau sekolah.

13. Mengenalkan Pendidikan Kesehatan di Rumah:

Orang tua dapat memperluas pendidikan kesehatan yang diberikan di sekolah dengan mendiskusikan topik-topik seperti diet sehat,

kebersihan pribadi, pentingnya berolahraga, dan bahaya zat-zat berbahaya di rumah.

14. Memantau Aktivitas *Online* Anak-anak:

Di era digital, orang tua juga perlu memantau aktivitas *online* anak-anak mereka. Ini termasuk memastikan bahwa anak-anak tidak terlibat dalam perilaku berisiko atau paparan konten yang tidak sesuai.

15. Bekerja Sama dengan Sekolah:

Orang tua dapat berkolaborasi dengan sekolah untuk memastikan bahwa program pendidikan kesehatan di sekolah sesuai dengan kebutuhan anak-anak. Mereka dapat berpartisipasi dalam pertemuan orang tua-guru dan proyek-proyek sekolah terkait kesehatan.

16. Mengenali Tanda-tanda Masalah Kesehatan:

Orang tua perlu mengenali tanda-tanda potensial masalah kesehatan pada anak-anak mereka, seperti perubahan perilaku, gejala fisik, atau perubahan suasana hati, dan mengambil langkah-langkah yang diperlukan untuk mendapatkan bantuan medis jika diperlukan.

17. Memberikan Kasih Sayang dan Dukungan:

Yang paling penting, orang tua harus memberikan kasih sayang, dukungan, dan perhatian kepada anak-anak mereka. Ini menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi pertumbuhan dan perkembangan mereka.

Peran orang tua dalam mendukung pendidikan kesehatan sekolah adalah kunci untuk memastikan anak-anak tumbuh dengan gaya hidup sehat. Mereka berperan sebagai teladan dengan perilaku sehat, menyediakan nutrisi yang baik, mendorong aktivitas fisik, mengawasi penggunaan teknologi, menjalankan komunikasi terbuka mengenai kesehatan, memberikan dukungan pada kesehatan mental, dan mengikutsertakan anak dalam proses pengambilan keputusan yang berkaitan dengan kesehatan. Selain itu, orang tua juga mendukung program pendidikan kesehatan di sekolah, memantau pola tidur, mengajarkan cara mengelola stres, memperhatikan kesehatan dan perkembangan anak, serta memberikan dukungan emosional yang diperlukan. Semua upaya ini berperan penting dalam memastikan anak-anak dapat tumbuh dan berkembang dengan baik.

D. Peran Masyarakat

Peran masyarakat dalam mendukung pendidikan kesehatan sekolah juga sangat penting. Berikut beberapa contoh peran masyarakat dalam mendukung pendidikan kesehatan sekolah:

- 1. Partisipasi dalam Program Pendidikan Kesehatan:** Masyarakat dapat aktif berpartisipasi dalam program-program pendidikan kesehatan yang diselenggarakan oleh sekolah. Ini bisa termasuk menghadiri seminar kesehatan, lokakarya, atau kampanye penyuluhan yang diadakan di sekolah.

2. **Mendukung Inisiatif Sekolah:** Masyarakat dapat mendukung inisiatif-inisiatif kesehatan sekolah dengan menjadi sukarelawan, menyediakan sumber daya, atau berkontribusi pada kegiatan-kegiatan kesehatan yang diperlukan oleh sekolah.
3. **Mengedukasi Anggota Masyarakat:** Orang-orang dalam komunitas dapat berperan sebagai sumber informasi tentang kesehatan bagi siswa dan orang tua. Mereka dapat berbagi pengetahuan mereka tentang praktik kesehatan yang baik dan pentingnya menjaga kesehatan fisik dan mental.
4. **Menghubungkan Sekolah dengan Sumber Daya Lokal:** Masyarakat dapat membantu sekolah mengidentifikasi dan mengakses sumber daya kesehatan lokal seperti klinik, rumah sakit, pusat kesehatan masyarakat, atau ahli kesehatan yang dapat memberikan layanan dan bimbingan.
5. **Mengadakan Acara Kesehatan Komunitas:** Acara-acara kesehatan komunitas seperti bazaar kesehatan, perjalanan bersepeda sehat, atau pemeriksaan kesehatan gratis dapat digunakan untuk meningkatkan kesadaran akan kesehatan di masyarakat dan mengajak orang untuk hidup sehat.
6. **Menyediakan Dukungan kepada Anak-anak:** Masyarakat dapat menciptakan lingkungan yang mendukung anak-anak dalam menjalani gaya hidup sehat. Ini mencakup pengawasan terhadap anak-anak saat bermain di luar, menyediakan akses ke fasilitas olahraga, dan memberikan contoh perilaku sehat.

7. **Menyokong Kebijakan Sekolah Kesehatan:** Masyarakat dapat mendukung kebijakan sekolah yang berkaitan dengan kesehatan seperti larangan merokok di area sekolah, menawarkan makanan sehat di kantin, atau menyediakan fasilitas air minum yang aman.
8. **Mengadvokasi Pendidikan Kesehatan:** Masyarakat dapat menjadi advokat untuk memastikan bahwa pendidikan kesehatan tetap menjadi prioritas di sekolah-sekolah dan mendukung alokasi sumber daya yang cukup untuk program-program kesehatan.
9. **Memantau Kesehatan Anak-anak:** Anggota masyarakat, terutama tetangga dan teman sebaya, dapat membantu memantau kesehatan anak-anak dan melaporkan jika mereka melihat tanda-tanda masalah kesehatan atau perilaku berisiko.

Melalui partisipasi aktif dan dukungan dari masyarakat, pendidikan kesehatan sekolah dapat menjadi lebih efektif dalam mempromosikan kesehatan dan kesejahteraan siswa. Pendidikan kesehatan yang terintegrasi dengan baik antara sekolah dan masyarakat dapat menciptakan lingkungan yang mendukung gaya hidup sehat bagi generasi muda.

Rangkuman

Peran guru, orang tua, dan masyarakat dalam Pendidikan Kesehatan Sekolah (PKS) sangat penting. Guru berperan sebagai pendidik utama, pembimbing,

dan contoh perilaku sehat bagi siswa. Mereka juga memfasilitasi diskusi kelas tentang isu-isu kesehatan, mengintegrasikan PKS dalam kurikulum, menilai pemahaman siswa, dan mendukung siswa yang memerlukan perhatian khusus terkait kesehatan.

Orang tua harus menjadi model perilaku sehat, menyediakan makanan sehat, mendorong aktivitas fisik, mengawasi penggunaan teknologi, dan menciptakan lingkungan yang mendukung komunikasi terbuka tentang kesehatan. Mereka juga perlu memberikan dukungan emosional, melibatkan anak dalam pengambilan keputusan terkait kesehatan, dan mendukung program PKS di sekolah.

Masyarakat dapat berpartisipasi dalam program kesehatan sekolah, mendukung inisiatif sekolah, dan mengedukasi anggota masyarakat tentang praktik kesehatan yang baik. Mereka juga dapat membantu sekolah mengakses sumber daya kesehatan lokal, mengadakan acara kesehatan komunitas, mendukung kebijakan sekolah kesehatan, dan memantau kesehatan anak-anak.

Dengan partisipasi dan dukungan dari semua pihak, PKS dapat menjadi lebih efektif dalam mempromosikan kesehatan siswa dan menciptakan lingkungan yang mendukung gaya hidup sehat bagi generasi muda.