

Implementasi Gerakan Sekolah Sehat (GSS) Mewujudkan Juara I Lomba Sekolah Sehat Se-Kabupaten Tanah Laut

Rudiansyah

UPTD SMP Negeri 1 Kurau

rudiroula@gmail.com

Received
20/02/2026

Accepted
28/02/2026

Published
25/04/2026

DOI

<https://doi.org/10.1025/jsse.v2i1>

ABSTRACT

Student health issues impact the quality of education. Poor hygiene and healthy living practices, malnutrition, limited physical activity, and mental health and school environmental challenges motivate the implementation of Best Practices. The purpose of the Good Practices is to describe the implementation of the Healthy School Movement (GSS) that addresses physical, mental, and environmental health issues. This paper uses a qualitative descriptive approach with the following stages: planning, implementation, monitoring, evaluation, and reflection. The results of the Good Practices were able to achieve the healthy school competition indicators, resulting in a first-place finish at the junior high school level in Tanah Laut Regency. This achievement demonstrates that the implementation of the GSS, through the promotion of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) and the services of the School Health Unit (UKS), can consistently improve the quality of education at the Technical Implementation Unit (UPTD) of SMP Negeri 1 Kurau.

Keywords: *Healthy School Movement, UPTD SMPN 1 Kurau*

ABSTRAK

Permasalahan kesehatan murid akan berdampak pada kualitas pendidikan. Rendahnya perilaku hidup bersih dan sehat, kurangnya gizi, keterbatasan aktivitas fisik, serta tantangan kesehatan mental dan lingkungan sekolah memotivasi untuk melakukan Praktik Baik (*Best Practice*). Praktik Baik bertujuan untuk mendeskripsikan Implementasi GSS yang mampu mengatasi permasalahan Kesehatan Fisik, Kesehatan jiwa dan Kesehatan Lingkungan. Penulisan menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan tahapan : perencanaan, pelaksanaan, monitoring, evaluasi dan Refleksi. Hasil Praktik Baik ternyata mampu mencapai indikator lomba sekolah sehat sehingga mewujudkan Juara I pada jenjang SMP Se-Kabupaten Tanah Laut. Prestasi ini membuktikan bahwa Implementasi GSS dengan cara pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), layanan Unit Kesehatan Sekolah (UKS) secara konsisten dapat meningkatkan mutu pendidikan UPTD SMP Negeri 1 Kurau

Kata Kunci: Gerakan Sekolah Sehat, UPTD SMPN 1 Kurau.

How to cite:

Rudiansyah (2025). Implementasi Gerakan Sekolah Sehat (GSS) Mewujudkan Juara I Lomba Sekolah Sehat Se-Kabupaten Tanah Laut. *JSSE: Journal of Social Sciences in Education* 2(1), 01-07



PENDAHULUAN

Pendidikan tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan kemampuan akademik murid, tetapi juga membentuk karakter, perilaku, dan kualitas kesehatan yang baik sebagai modal dasar dalam kehidupan. Sekolah sebagai institusi pendidikan memiliki peran strategis dalam membentuk lingkungan yang mendukung tumbuh kembang fisik, mental, sosial, dan emosional murid. Hal ini sejalan dengan konsep holistik pendidikan, yang menekankan bahwa pembelajaran tidak hanya terjadi di dalam kelas, tetapi juga melalui lingkungan sekolah yang sehat dan kondusif. Menurut Hamalik (2008), lingkungan sekolah yang sehat berkontribusi signifikan terhadap efektivitas proses pembelajaran dan prestasi siswa karena kesehatan dan mutu lingkungan merupakan faktor pendukung utama dalam mencapai tujuan pendidikan. Menurut teori ekologi pendidikan yang dikemukakan oleh Bronfenbrenner, perkembangan individu dipengaruhi oleh lingkungan sekitar secara sistemik, termasuk lingkungan sekolah sebagai *microsystem* paling dekat dengan murid. Lingkungan sekolah yang sehat akan memberikan pengaruh positif terhadap perilaku belajar, produktivitas akademik, serta kesejahteraan murid secara menyeluruh.

Upaya peningkatan kesehatan sekolah diformalkan melalui regulasi pemerintah. Salah satunya adalah Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 21 Tahun 2016 tentang Perubahan atas Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 82 Tahun 2015 tentang Pedoman Penyelenggaraan Sekolah Sehat. Regulasi ini memberikan dasar hukum bagi sekolah untuk menerapkan program Gerakan Sekolah Sehat (GSS) sebagai strategi penguatan pembiasaan hidup sehat di lingkungan pendidikan. Pemerintah juga mengintegrasikan upaya ini dengan program kesehatan nasional seperti UKS (Usaha Kesehatan Sekolah) dan kolaborasi dengan Kementerian Kesehatan melalui program imunisasi, gizi seimbang, serta aktivitas fisik teratur. Gerakan Sekolah Sehat tidak hanya berdampak terhadap kualitas kesehatan murid, tetapi juga menjadi salah satu indikator penilaian pada lomba sekolah sehat tingkat kabupaten, provinsi, maupun nasional. Partisipasi dalam lomba ini menjadi wahana bagi sekolah untuk memacu inovasi dan komitmen dalam implementasi program kesehatan sekolah. Sejalan dengan semangat tersebut, UPTD SMP Negeri 1 Kurau berupaya secara konsekuen menerapkan berbagai komponen Gerakan Sekolah Sehat sebagai bentuk implementasi kebijakan yang mendukung terciptanya sekolah yang sehat, bersih, dan aman. Implementasi ini diharapkan mampu meningkatkan kualitas lingkungan sekolah, membentuk Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) murid, serta mempersiapkan SMP Negeri 1 Kurau meraih prestasi dalam Lomba Sekolah Sehat di Kabupaten Tanah Laut jenjang SMP.

Permasalahan yang masih dirasakan di UPTD SMP Negeri 1 Kurau dalam praktik menunjukkan bahwa belum optimal dalam menerapkan komponen Gerakan Sekolah Sehat. Beberapa hambatan yang dihadapi antara lain keterbatasan fasilitas kesehatan sekolah, kurangnya keterlibatan komunitas sekolah, serta rendahnya kesadaran murid dalam pembiasaan hidup sehat seperti pengelolaan sampah yang belum optimal, fasilitas sanitasi yang kurang terawat, serta minimnya budaya hidup sehat. Untuk itu, perlu upaya sistematis dan terencana dari seluruh elemen sekolah untuk mengimplementasikan prinsip-prinsip Gerakan Sekolah Sehat secara menyeluruh dan berkelanjutan. Praktik Baik bertujuan untuk mendeskripsikan implementasi Gerakan Sekolah Sehat di UPTD SMPN 1 Kurau dan menjelaskan strategi yang dilakukan sekolah dalam mengatasi permasalahan Kesehatan fisik, Kesehatan jiwa dan Kesehatan lingkungan. Praktik baik Gerakan Sekolah Sehat (GSS) di UPTD SMP Negeri 1 Kurau dengan maksud pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat yang dilaksanakan secara terencana dan kolaboratif mampu menciptakan lingkungan belajar yang aman dan nyaman, meningkatkan kesehatan fisik dan mental warga sekolah, memperkuat karakter murid, serta mengantarkan sekolah meraih prestasi sebagai Juara Sekolah Sehat tingkat Kabupaten Tanah Laut.

METODE

Penulisan menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dalam bentuk praktik baik (*best practice*). Praktik baik merupakan laporan pengalaman nyata yang dilakukan secara sistematis,

inovatif, dan berdampak positif dalam menyelesaikan suatu permasalahan di satuan pendidikan. Praktik baik ini dilaksanakan di UPTD SMP Negeri 1 Kurau Kabupaten Tanah Laut, pada tahun ajaran 2025/2026. Kegiatan dilakukan secara bertahap mulai dari perencanaan, pelaksanaan program, monitoring dan evaluasi terhadap kegiatan Pembiasaan Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) serta pelayanan Unit Kesehatan Sekolah (UKS). Studi Dokumentasi juga dilakukan untuk menelaah program kerja, laporan kegiatan, foto kegiatan. Data dianalisis secara deskriptif kualitatif melalui tahapan reduksi data (memilah data yang relevan), penyajian data dalam bentuk narasi penarikan kesimpulan berdasarkan hasil implementasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Langkah-Langkah Praktik Baik Gerakan Sekolah Sehat (GSS) dilaksanakan melalui tahapan perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi secara berkelanjutan. Tahap perencanaan dimulai pada bulan Juli 2025 dengan membentuk Tim GSS yang diketuai oleh Bu Norhatikah sebagai Wakasek Kesiswaan dan sekaligus Pembina UKS. Awal tahun ajaran Tim GSS melakukan analisis kondisi awal kesehatan murid, kesehatan jiwa dan kesehatan lingkungan sekolah. Kemudian menetapkan tujuan dan sasaran program berdasarkan tiga pilar GSS. Lalu dilanjutkan menyusun rencana kegiatan, dan menyiapkan sarana prasarana serta kemitraan pendukung. Tahap pelaksanaan dimulai bulan Agustus dengan melakukan pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat dalam aktivitas harian sekolah, mengintegrasikan nilai-nilai kesehatan dalam pembelajaran, memberdayakan beberapa murid sebagai kader sekolah sehat, melaksanakan kegiatan pendukung seperti pemeriksaan kesehatan dan pengelolaan kantin sehat, serta melibatkan orang tua dan masyarakat.

Pada bulan September Bapak Camat Kurau dan Bapak Kepala Puskesmas Kurau beserta beberapa bawahannya meninjau UPTD SMP Negeri 1 Kurau, memberitahukan bahwa UPTD SMP Negeri 1 Kurau ditunjuk untuk mengikuti Lomba Sekolah Sehat mewakili Kecamatan Kurau yang akan dilaksanakan pada bulan November mendatang. Dengan demikian, maka tahap evaluasi monitoring rutin tidak hanya dilakukan oleh kepala sekolah, namun juga dibantu oleh kecamatan dan puskesmas. Mereka membantu dalam penilaian indikator keberhasilan, pendokumentasian kegiatan, refleksi hasil pelaksanaan, serta tindak lanjut dan pelaporan praktik baik sebagai upaya peningkatan mutu dan keberlanjutan Gerakan Sekolah Sehat. Pelaksanaan terus dipantau dan dibimbing secara intensif sampai hari pelaksanaan penilaian lomba sekolah sehat oleh Tim Juri.

Pelaksanaan *best practice* Gerakan Sekolah Sehat (GSS) di lingkungan sekolah secara menyeluruh, meliputi ruang kelas, halaman sekolah, kantin, UKS, serta fasilitas pendukung lainnya. Kegiatan mulai dilaksanakan sejak awal tahun ajaran 2025-2026 dan berlangsung secara berkelanjutan dalam satu semester. Pelaksanaan diawali dengan sosialisasi kepada seluruh warga sekolah, dilanjutkan dengan penerapan pembiasaan hidup bersih dan sehat dalam aktivitas harian sekolah. Program GSS dilaksanakan secara rutin dan terjadwal, baik harian, mingguan, maupun bulanan, seperti pembiasaan kebersihan kelas setiap hari, senam bersama mingguan, serta kegiatan pemeriksaan kesehatan dan evaluasi lingkungan sekolah secara berkala. Selama semester I satu tahun pelajaran, *best practice* ini dilaksanakan secara berulang dan konsisten sebagai bagian dari budaya sekolah, sehingga tidak bersifat insidental, tetapi menjadi kebiasaan yang terintegrasi dalam manajemen sekolah dan proses pembelajaran.

Implementasi GSS UPTD SMP Negeri 1 Kurau meliputi penguatan manajemen Gerakan Sekolah Sehat melalui pembentukan Tim Pelaksana yang terstruktur. Tim menyusun program kerja tahunan, rencana aksi, serta indikator keberhasilan yang disesuaikan dengan instrumen penilaian Lomba Sekolah Sehat tingkat Kabupaten Tanah Laut. Selain itu melaksanakan tiga pilar GSS yakni: Program Sehat Fisik, Program Sehat Jiwa dan Program Sehat Lingkungan. Ketiga pilar GSS dalam Praktik Baik merupakan satu kesatuan yang tak terpisahkan. Program yang telah dilakukan antara lain dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel. 1 Kegiatan Peraktik Baik

Sehat Fisik	Sehat Jiwa	Sehat Lingkungan
<u>Program:</u> • Jumat Sehat (senam, sarapan bersama, sikat gigi bersama). • Gerakan minum air putih dan membawa tumbler, • Pemeriksaan kuku, rambut, dan kebersihan diri. • Optimalisasi UKS dan P3K, Edukasi gizi seimbang dan Isi Piringku.	<u>Program:</u> • Pembiasaan sapa, senyum, salam. • Pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat • Kegiatan keagamaan dan literasi pagi • Lingkungan belajar yang ramah, aman, dan bebas perundungan.	<u>Program:</u> • Kerja bakti rutin dan Jumat Bersih. • Pemilahan sampah organik dan anorganik. • Penghijauan sekolah (tanaman kelas dan taman sekolah). • Kantin sehat dan lingkungan bebas asap rokok.

Program Tambahan yang dilaksanakan di bulan Oktober dengan maksud untuk memenuhi tuntutan indikator lomba sekolah sehat antara lain :

- Sarapan Sehat Bersama Terjadwal dan pembiasaan minum air putih
- Program Satu Siswa Satu Tumbler dan membawa tempat makan
- Pemeriksaan rambut dan kuku seminggu sekali
- Pemilhan sampah orgnaik dan non organik
- Pemberian tablet penambah darah kepada remaja putri dilaksanakan setiap hari Rabu.
- Kampanye sekolah sehat melalui poster, video, dan media sosial.
- Pelibatan lintas sektor (Puskesmas, BNN).
- Dokumentasi digital dan administrasi berbasis bukti nyata



Gambar 1 : Pemeriksaan Kebersihan Kuku.



Gambar 2 : Pemeriksaan Kerapian Rambut

Penilaian oleh Tim Juri Lomba Sekolah Sehat Kabupaten Tanah Laut dilaksanakan pada Hari Kamis Tanggal 13 November 2025 dari pukul 13.00 sampai dengan 15.00 WITA. Kemudian hasilnya diumumkan saat peringatan Hari Kesehatan Nasional (HKN) ke-61 pada Hari Kamis Tanggal 18 Desember Tahun 2025 bertempat di halaman Kantor Dinas Kesehatan Kabupaten Tanah Laut. Sungguh di luar dugaan ternyata yang hasil Implementasi Gerakan Sekolah Sehat UPTD SMP Negeri 1 Kurau menjadikan Juara I Lomba Sekolah Sehat jenjang SMP Se-Kabupaten Tanah Laut. Hadiah diberikan langsung oleh Bupati Tanah Laut berupa

Piala, Sertifikat dan Uang Tunai Rp. 5.000.000,00 (Lima Juta Rupiah. Selain itu Kader Kesehatan Remaja UPTD SMP Negeri 1 Kurau juga Juara I dan mendapatkan Hadiah berupa Sertifikat dan Uang Tunai sebesar Rp. 1.500.000,00 (Satu Juta Lima Ratus Ribu Rupiah).



Gambar 3: Menerima Hadiah dari Bupati Tanah Laut



Gambar 4 : Menerima Hadiah Bersama Kader Kesehatan Remaja.

Penilaian lomba sekolah sehat meliputi aspek manajemen, lingkungan fisik, perilaku hidup bersih dan sehat, inovasi program, serta kelengkapan administrasi. Prestasi ini menunjukkan bahwa Implementasi Gerakan Sekolah Sehat telah mencapai standar indikator yang ditetapkan. Keberhasilan UPTD SMP Negeri 1 Kurau meraih Juara I tidak terlepas dari integrasi tiga pendekatan utama yakni Pendekatan Lingkungan (Teori Ekologi Perkembangan), Pendekatan Manajerial (Manajemen Berbasis Sekolah) dan Pendekatan Perilaku Kesehatan. Lingkungan sekolah sebagai *microsystem* terbukti berperan besar dalam membentuk budaya hidup sehat. Pembiasaan rutin, keteladanan guru, serta kebijakan sekolah menciptakan sistem lingkungan yang mendukung perubahan perilaku siswa secara berkelanjutan. Keberhasilan program juga didukung oleh perencanaan yang matang, pembagian tugas yang jelas, serta monitoring berkelanjutan. Kepemimpinan kepala sekolah menjadi faktor kunci dalam menggerakkan seluruh warga sekolah untuk berpartisipasi aktif. Dokumentasi yang lengkap dan sistematis juga menjadi faktor penting dalam memenuhi indikator penilaian lomba. Peningkatan pengetahuan murid melalui edukasi kesehatan berdampak pada perubahan sikap dan tindakan. PHBS tidak lagi menjadi kegiatan seremonial, melainkan budaya sekolah yang diterapkan setiap hari. Faktor-faktor yang mendukung keberhasilan meraih Juara I antara lain:

1. Komitmen kuat kepala sekolah
2. Kolaborasi antara guru, siswa, komite, puskesmas dan lintas sektor lainnya.
3. Inovasi program yang berkelanjutan
4. Dokumentasi administrasi yang lengkap
5. Konsistensi pembiasaan PHBS

Prestasi Juara I Lomba Sekolah Sehat Se-Kabupaten Tanah Laut jenjang SMP tidak hanya menjadi pencapaian administratif, tetapi juga berdampak nyata pada peningkatan kualitas lingkungan belajar, kesehatan siswa, serta citra sekolah di masyarakat. Keberhasilan ini menunjukkan bahwa implementasi Gerakan Sekolah Sehat secara sistematis dan terintegrasi

mampu menghasilkan prestasi sekaligus meningkatkan mutu pendidikan. Model yang diterapkan di UPTD SMP Negeri 1 Kurau dapat dijadikan referensi bagi sekolah lain dalam mengembangkan program sekolah sehat.

Hasil Praktik Baik (*best practice*) Gerakan Sekolah Sehat (GSS) menunjukkan tercapainya tujuan program melalui perubahan perilaku hidup bersih dan sehat pada warga sekolah, terciptanya lingkungan belajar yang bersih, aman, dan nyaman, serta terintegrasinya nilai-nilai kesehatan dalam pembelajaran dan budaya sekolah. Kelebihan utama dari Praktik Baik terletak pada nilai inovasi berbasis pembiasaan yang dilakukan secara konsisten, pelibatan aktif murid sebagai agen perubahan, serta kolaborasi dengan orang tua dan mitra kesehatan, sehingga memberikan kontribusi nyata terhadap pengembangan iklim sekolah yang sehat dan berkelanjutan. Adapun kelemahan yang ditemukan antara lain masih adanya ketergantungan pada komitmen individu warga sekolah, keterbatasan sarana dan anggaran pendukung, serta evaluasi yang belum sepenuhnya terukur secara kuantitatif. Namun demikian, kelemahan tersebut menjadi bahan refleksi dan dasar perbaikan berkelanjutan agar pelaksanaan Gerakan Sekolah Sehat dapat semakin optimal dan berdampak luas.

KESIMPULAN

Hasil observasi, implementasi, dan evaluasi, dapat disimpulkan bahwa Implementasi Gerakan Sekolah Sehat (GSS) UPTD SMP Negeri 1 Kurau dengan inovasi sekolah sehat berbasis terstruktur, program sehat bergizi, inovasi program berkelanjutan dan pembiasaan hidup sehat mampu memenuhi indikator lomba sekolah yang meliputi sehat fisik, sehat jiwa dan sehat lingkungan, sehingga UPTD SMP Negeri 1 Kurau menjadi Juara I jenjang SMP Se-Kabupaten Tanah Laut. Prestasi ini membuktikan bahwa integrasi manajemen, pembiasaan PHBS, layanan UKS, dan inovasi program secara konsisten dapat meningkatkan mutu pendidikan.

Kelebihan program GSS di UPTD SMPN 1 Kurau harus dipertahankan dengan menjadikannya budaya sekolah melalui pembiasaan rutin, penguatan komitmen seluruh warga sekolah, integrasi ke dalam kegiatan pembelajaran, serta menjaga kolaborasi lintas sektor dan evaluasi berkelanjutan. Sedangkan Kelemahannya harus diatasi melalui penguatan pembiasaan harian yang konsisten, peningkatan sarana pendukung secara bertahap, sosialisasi intensif kepada orang tua, serta monitoring dan evaluasi rutin agar budaya hidup sehat tetap berkelanjutan tanpa bergantung pada momen lomba.

DAFTAR PUSTAKA

- Bajri, F. N., Suherman, A., Dimiyati, A., & Achmad, I. Z. (2022). Analisis praktik program UKS dengan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). *Jurnal Olahraga dan Kesehatan Indonesia*, 3(1), 59–65. [1]
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.
- Hamalik, O. (2008). *Proses belajar mengajar*. Bumi Aksara.
- Hartini, N., Triatna, C., Herawan, E., Rosalin, E., Nurlatifah, S., & Gunawan, M. I. (2024). School management health diagnosis to improve school quality. *Indonesian Research Journal in Education (IRJE)*, 8(2), 678–690. <https://doi.org/10.22437/irje.v8i2.36304>
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2015). *Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 82 Tahun 2015 tentang pencegahan dan penanggulangan tindak kekerasan di satuan pendidikan*. Kemendikbud.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2016). *Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 21 Tahun 2016 tentang standar isi pendidikan dasar dan menengah*. Kemendikbud.

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Kementerian Agama Republik Indonesia, & Kementerian Dalam Negeri Republik Indonesia. (2014). *Peraturan bersama 4 menteri tentang pembinaan dan pengembangan usaha kesehatan sekolah/madrasah (UKS/M)*.

Mulyasa, E. (2013). *Manajemen berbasis sekolah: Konsep, strategi, dan implementasi*. Remaja Rosdakarya.

Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu perilaku kesehatan*. Rineka Cipta.

Sari, A. N., Khamidi, A., Yulianingsih, W., & Widiyanah, I. (2025). Implementasi program Gerakan Sekolah Sehat (GSS) di SMKN 1 Dudusampeyan sebagai sekolah binaan. *Jurnal Studi Guru dan Pembelajaran*, 8(2), 582–593. <https://doi.org/10.30605/jsgp.8.2.2025.5853>

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan.

Yudiana, R. H. J., & Mardiana, M. (2025). Evaluation of the implementation of the healthy school campaign program at SMP Negeri 191, West Jakarta. *Sport and Nutrition Journal*, 7(1), 1–10.

Zainal, A. U. (2021). Implementasi perilaku hidup bersih dan sehat untuk mewujudkan gaya hidup sehat sejak dini di SDN Pekayon 18 Jakarta Timur. *Jurnal SOLMA*, 10(1), 8–13. <https://doi.org/10.22236/solma.v10i1s.4109>