

Evaluasi Kebijakan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) Terkait Sarana Air Minum dan Konsumsi Air Putih Siswa Sekolah Dasar Muhammadiyah 2 Surakarta

Muhammad Irfaan Agustian¹, Setyaningrum Rahmawaty²

¹Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

²Centre for School Nutrition Health Movement, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Email: ¹j310220148@student.ums.ac.id, ²*sr130@ums.ac.id

Abstract

The School Health Program (Usaha Kesehatan Sekolah/UKS) plays a strategic role in promoting healthy behaviors among students, including adequate water consumption. However, its implementation has not fully succeeded in establishing consistent drinking habits. This study aimed to evaluate the implementation of the School Health Program in relation to the adequacy of water consumption among fifth-grade students at SD Muhammadiyah 2 Surakarta. A descriptive study with a mixed-methods approach was employed. Participants included students, teachers, and school stakeholders. Data were collected through observation, interviews, and measurement of water intake based on individual fluid requirements adjusted for body weight. Data were analyzed using descriptive quantitative and qualitative approaches. The findings revealed that 85% of students achieved adequate water intake, while 15% were categorized as inadequate. Despite this, the program implementation was not optimal, as indicated by the absence of structured habituation, lack of continuous monitoring, and limited teacher involvement in shaping drinking behaviors. In conclusion, although most students met their fluid requirements, the School Health Program has not been effective in fostering consistent water consumption behavior. Strengthening behavioral-based interventions is essential to improve program effectiveness.

Keywords: School Health Program, Water Consumption, Hydration, Health Behavior, Elementary School Students.

Abstrak

Program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) merupakan upaya strategis dalam meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa, termasuk pembiasaan konsumsi air putih. Namun, implementasinya belum sepenuhnya mampu membentuk perilaku konsumsi air putih secara optimal. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi implementasi UKS ditinjau dari kecukupan konsumsi air putih siswa kelas V di SD Muhammadiyah 2 Surakarta. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan mixed methods. Subjek penelitian meliputi siswa, guru, dan pihak sekolah. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan pengukuran konsumsi air putih berdasarkan kebutuhan cairan yang disesuaikan dengan berat badan. Analisis dilakukan secara deskriptif kuantitatif dan kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 85% siswa telah mencapai kategori kecukupan konsumsi air putih, sedangkan 15% lainnya masih tergolong kurang. Meskipun demikian, implementasi UKS belum optimal, ditunjukkan oleh belum adanya pembiasaan yang terstruktur, sistem pemantauan yang berkelanjutan, serta keterbatasan keterlibatan guru. Pemenuhan kebutuhan air minum dilakukan melalui uang kas kelas untuk membeli air gallon. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa implementasi UKS belum mampu membentuk perilaku konsumsi air putih secara konsisten. Oleh karena itu, penguatan program melalui pendekatan berbasis perilaku diperlukan untuk meningkatkan efektivitas pelaksanaan UKS.

Kata Kunci: Usaha Kesehatan Sekolah, Konsumsi Air Putih, Hidrasi, Perilaku Kesehatan, Siswa Sekolah Dasar.

1. PENDAHULUAN

Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) merupakan program strategis dalam meningkatkan derajat kesehatan anak usia sekolah melalui pendekatan pendidikan kesehatan, pelayanan kesehatan, dan pembinaan lingkungan sehat. Namun, implementasi program ini masih menghadapi berbagai kendala, khususnya dalam pembentukan perilaku kesehatan siswa. Salah satu permasalahan yang masih sering ditemukan adalah rendahnya konsumsi air putih pada anak sekolah dasar yang belum sesuai dengan Angka Kecukupan Gizi (AKG). Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara kebijakan yang telah ditetapkan dengan praktik nyata di sekolah, yang berpotensi berdampak pada kesehatan dan fungsi kognitif siswa. Kecukupan cairan memiliki peran penting dalam menjaga konsentrasi, memori, dan performa belajar anak (Briawan *et al.*, 2011). Oleh karena itu, diperlukan upaya evaluasi terhadap implementasi UKS sebagai solusi untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku konsumsi air putih siswa, khususnya dari aspek sarana, edukasi, dan peran guru.

Kebutuhan cairan pada anak dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti usia, aktivitas fisik, dan kondisi lingkungan (Boulay *et al.*, 2018). Air merupakan komponen utama tubuh yang berperan dalam mempertahankan volume plasma, menjaga keseimbangan cairan dan elektrolit, mendukung transportasi zat gizi dan oksigen, membantu proses termoregulasi, serta menunjang berbagai proses metabolisme yang diperlukan untuk mempertahankan fungsi organ dan jaringan. Anak usia sekolah lebih rentan mengalami dehidrasi dibandingkan orang dewasa karena karakteristik fisiologisnya, seperti kebutuhan cairan yang lebih tinggi relatif terhadap berat badan, fungsi ginjal yang masih berkembang, serta mekanisme rasa haus yang belum sepenuhnya matang. Kondisi tersebut menyebabkan anak lebih mudah mengalami defisit cairan ketika asupan air tidak mencukupi (Chouraqui, 2023). Bahkan dehidrasi ringan telah dikaitkan dengan penurunan perhatian, memori kerja, fungsi eksekutif, dan performa belajar pada anak usia sekolah. Pemenuhan kebutuhan cairan yang optimal berperan penting dalam menjaga fungsi fisiologis dan kognitif. Dalam beberapa tahun terakhir, berbagai penelitian telah mengkaji hubungan antara hidrasi dan fungsi kognitif pada anak. Penelitian oleh (Edmonds & Burford, 2009) menunjukkan bahwa konsumsi air tambahan dapat meningkatkan perhatian visual dan memori pada anak usia sekolah. Selanjutnya, (Drozdowska *et al.*, 2020) menemukan bahwa konsumsi air selama proses pembelajaran berpengaruh terhadap peningkatan fungsi eksekutif dan memori jangka pendek siswa. Penelitian lain oleh (Khan *et al.*, 2019) juga melaporkan bahwa peningkatan asupan air dapat memperbaiki status hidrasi dan fleksibilitas kognitif pada anak pra-remaja. Selain itu, studi oleh (Boulay *et al.*, 2018) menekankan bahwa kebutuhan cairan anak dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti usia, aktivitas fisik, dan lingkungan. Di tingkat nasional, penelitian terkait implementasi UKS menunjukkan bahwa keberhasilan program sangat dipengaruhi oleh dukungan sarana prasarana dan keterlibatan guru dalam membentuk perilaku kesehatan siswa (Kemendiknas, 2019; Kementerian Pendidikan Riset, dan Teknologi Republik Indonesia, 2023).

Dalam konteks kebijakan, revitalisasi UKS melalui Gerakan Sekolah Sehat menekankan pentingnya pembiasaan konsumsi air putih sebagai bagian dari perilaku hidup sehat di sekolah (Kementerian Pendidikan Riset, dan Teknologi Republik Indonesia, 2023). Berbagai intervensi berbasis edukasi, seperti gerakan pembiasaan membawa botol minum dan konsumsi air putih di sekolah, terbukti mampu meningkatkan kesadaran dan perilaku siswa (Yuliarti *et al.*, 2023). Namun demikian, implementasi kebijakan tersebut seringkali belum berjalan optimal karena keterbatasan sarana air

minum, kurangnya pengawasan, serta belum maksimalnya peran guru dalam membentuk kebiasaan siswa.

Meskipun berbagai penelitian telah membahas pentingnya konsumsi air putih dan dampaknya terhadap fungsi kognitif, sebagian besar penelitian tersebut masih berfokus pada aspek fisiologis dan eksperimental, serta belum banyak yang mengevaluasi implementasi kebijakan UKS secara komprehensif dalam mendukung perilaku konsumsi air putih di lingkungan sekolah dasar. Selain itu, penelitian yang mengintegrasikan aspek ketersediaan sarana air minum, edukasi kesehatan, dan peran guru dalam satu kerangka evaluasi masih terbatas, khususnya pada konteks sekolah dasar di Indonesia. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan penelitian (*research gap*), yaitu belum tersedianya bukti ilmiah yang menjelaskan bagaimana implementasi kebijakan sekolah melalui ketiga aspek tersebut berkontribusi terhadap pembentukan perilaku konsumsi air putih siswa. Kebaruan (*novelty*) penelitian ini terletak pada evaluasi implementasi UKS melalui integrasi ketersediaan sarana air minum, edukasi kesehatan, dan peran guru dalam satu kerangka evaluasi. Pendekatan ini memberikan kontribusi ilmiah dengan memperluas pemahaman mengenai peran implementasi kebijakan sekolah dalam mendukung terbentuknya perilaku hidrasi yang sehat sebagai dasar pemeliharaan kesehatan dan fungsi kognitif siswa..

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi implementasi Program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) dalam mendukung konsumsi air putih siswa sekolah dasar ditinjau dari ketersediaan sarana air minum, pelaksanaan edukasi, dan peran guru. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai kesesuaian antara kebijakan dan praktik di lapangan serta menjadi dasar dalam penyusunan rekomendasi untuk meningkatkan efektivitas program UKS dalam membentuk perilaku hidup sehat siswa.

2. METODOLOGI PENELITIAN

2.1 Tahapan Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain kualitatif dengan pendekatan studi kasus yang didukung oleh data kuantitatif sebagai pelengkap. Pendekatan kualitatif digunakan untuk memperoleh pemahaman mendalam mengenai implementasi Program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS), khususnya terkait ketersediaan sarana air minum, pelaksanaan edukasi, dan peran guru dalam membentuk perilaku konsumsi air putih siswa. Data kuantitatif digunakan untuk menilai tingkat kecukupan konsumsi air putih siswa berdasarkan kebutuhan cairan individu. Penelitian dilaksanakan di SD Muhammadiyah 2 Surakarta. Subjek penelitian adalah siswa kelas V yang dipilih menggunakan teknik *total sampling*. Jumlah sampel sebanyak 40 siswa yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Selain itu, informan kunci dalam penelitian ini meliputi guru dan pihak sekolah yang terlibat dalam pelaksanaan UKS.

Data yang digunakan terdiri dari data primer dan sekunder. Data primer diperoleh melalui wawancara semi-terstruktur, observasi langsung, serta pengukuran konsumsi air putih menggunakan metode *24-hour dietary recall* selama tiga hari tidak berturut-turut. Untuk meningkatkan akurasi estimasi volume konsumsi air putih, *roses recall* dibantu menggunakan panduan visual berupa gambar wadah minum standar gelas berkapasitas 195 mL, 250 mL, dan 325 mL, botol minum berkapasitas 250 mL dan 600 mL, serta tumbler berkapasitas 1.000 mL yang umum digunakan oleh siswa. Volume konsumsi yang dilaporkan responden kemudian dikonversi ke dalam satuan mililiter (mL) berdasarkan kapasitas masing-masing wadah. Berat badan siswa juga diukur untuk menghitung kebutuhan cairan individu berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG). Data

sekunder diperoleh dari dokumen sekolah, laporan UKS, serta literatur terkait. Instrumen penelitian meliputi pedoman wawancara, lembar observasi, formulir identitas responden, serta formulir *recall* konsumsi cairan 24 jam. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi kondisi sarana air minum di sekolah, wawancara dengan guru dan pihak sekolah terkait pelaksanaan UKS, serta pencatatan konsumsi air putih siswa.

Pengolahan data dilakukan melalui tahapan *editing*, *coding*, konversi volume konsumsi ke satuan mililiter, perhitungan rata-rata konsumsi harian, serta kategorisasi tingkat kecukupan cairan berdasarkan perbandingan dengan kebutuhan individu. Kecukupan konsumsi air putih dikategorikan menjadi kurang (<65%) dan cukup (≥65%). Analisis data dilakukan secara deskriptif kualitatif melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Data kuantitatif digunakan sebagai pendukung untuk memperkuat hasil analisis kualitatif. Validitas data dijaga melalui teknik triangulasi sumber dan metode dengan membandingkan hasil wawancara, observasi, dan data konsumsi air putih siswa. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan nomor 6182/B.1/KEPK-FKUMS/II/2026.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Karakteristik Responden

Penelitian ini melibatkan 40 siswa kelas V SD Muhammadiyah 2 Surakarta sebagai responden. Mayoritas responden berusia 11 tahun (92,5%), dengan proporsi jenis kelamin yang seimbang antara laki-laki dan perempuan, masing-masing sebesar 50,0%.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)	Mean ± SD (ml/hari)
Usia			
11 tahun	37	92,5	1659,10
12 tahun	3	7,5	1886,67
Jenis Kelamin			
Laki-laki	20	50,0	1719,92
Perempuan	20	50,0	1632,42

Rata-rata asupan cairan berdasarkan karakteristik responden menunjukkan adanya variasi antar kelompok. Pada kelompok usia, responden berusia 12 tahun memiliki rata-rata asupan cairan lebih tinggi (1886,67 ml/hari) dibandingkan kelompok usia 11 tahun (1659,10 ml/hari). Berdasarkan jenis kelamin, rata-rata asupan cairan pada laki-laki (1719,92 ml/hari) lebih tinggi dibandingkan perempuan (1632,42 ml/hari).

Untuk kelompok usia, uji beda tidak dilakukan karena jumlah responden pada kelompok usia 12 tahun sangat sedikit (n=3), sehingga tidak memenuhi syarat untuk analisis komparatif. Perbedaan rata-rata asupan cairan berdasarkan jenis kelamin dianalisis menggunakan Independent Samples t-test setelah data memenuhi asumsi normalitas dan homogenitas. Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada rata-rata asupan cairan antara laki-laki dan perempuan ($t(38)=1,357$; $p=0,183$; Cohen's $d=0,43$).

3.2 Gambaran Konsumsi Air Putih

Tabel berikut menunjukkan gambaran tingkat konsumsi air putih siswa berdasarkan hasil penelitian.

Tabel 2 Gambaran Konsumsi Air Putih Siswa Kelas V SD Muhammadiyah 2 Surakarta

Kategori Asupan Cairan	Frekuensi	Persentase (%)
Kurang	6	15

Cukup	34	85
Total	40	100

Secara umum, tingkat konsumsi air putih siswa menunjukkan bahwa sebagian besar responden telah berada pada kategori cukup, yaitu sebanyak 34 siswa (85%), sedangkan 6 siswa (15%) masih berada pada kategori kurang. Temuan ini mengindikasikan bahwa mayoritas siswa telah memiliki kebiasaan konsumsi air putih yang relatif baik, meskipun masih terdapat sebagian siswa yang belum memenuhi kecukupan cairan hariannya

3.3 Implementasi UKS

Implementasi kebijakan Usaha Kesehatan Sekolah terkait sarana air minum dievaluasi melalui aspek ketersediaan sarana, edukasi mengenai pentingnya konsumsi air putih, dan peran guru dalam membentuk kebiasaan minum siswa. Hasil evaluasi terhadap ketiga aspek tersebut disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Observasi Implementasi kebijakan UKS SD Muhammadiyah 2 Surakarta

No	Komponen	Indikator	Hasil Observasi	Keterangan
1	Sarana Air Minum	Tersedia dispenser/gallon/kran air minum	Ada	Sekolah menyediakan dispenser dan galon air minum yang dapat dimanfaatkan oleh siswa sebagai sumber air minum..
2	Sarana Air Minum	Air minum mudah dijangkau siswa	Ada	Sarana air minum ditempatkan di area belakang meja dengan posisi setinggi anak-anak sehingga mudah dijangkau dan diakses oleh siswa kelas V untuk minum air putih
3	Sarana Air Minum	Kondisi sarana bersih dan layak pakai	Ada	Dispenser dan galon air minum di sekolah berada dalam kondisi bersih, berfungsi dengan baik, dan layak digunakan oleh siswa.
4	Sarana Air Minum	Tersedia gelas/tempat isi ulang botol	Tidak ada	Sekolah tidak menyediakan gelas minum. Namun, siswa membawa botol minum pribadi sehingga tetap dapat mengisi ulang air minum menggunakan fasilitas yang tersedia.
5	Edukasi	Ada program UKS terkait gizi/hidrasi yang dilakukan secara rutin	Tidak ada	Tidak ada program UKS terkait hidrasi.
6	Edukasi	Terdapat poster ajakan minum air putih	Tidak ada	Tidak terdapat poster hidrasi di lingkungan sekolah.
7	Edukasi	Sekolah mendukung pembiasaan membawa botol minum pribadi	Ada	Sekolah mendukung pembiasaan membawa botol minum pribadi dengan memperbolehkan siswa mengisi ulang air minum menggunakan fasilitas yang tersedia di sekolah.
8	Peran Guru	Guru menyisipkan pesan kesehatan/hidrasi saat pembelajaran	Ada	Guru mengingatkan pentingnya minum air putih saat kegiatan belajar.
9	Peran Guru	Guru mengingatkan siswa minum air putih	Ada	Guru mengingatkan siswa terutama saat istirahat atau setelah aktivitas fisik.

No	Komponen	Indikator	Hasil Observasi	Keterangan
10	Peran Guru	Guru mengizinkan siswa minum saat pelajaran	Ada	Guru memperbolehkan siswa untuk minum air putih selama pembelajaran apabila diperlukan..

Tabel 3 menyajikan hasil observasi terkait implementasi UKS yang meliputi sarana air minum, edukasi, dan peran guru. Hasil observasi menunjukkan bahwa sarana air minum tersedia dalam bentuk dispenser dan galon air minum, mudah dijangkau siswa, serta dalam kondisi bersih dan layak pakai. Siswa juga membawa botol minum pribadi dan dapat mengisi ulang selama berada di sekolah. Hasil observasi menunjukkan bahwa SD Muhammadiyah 2 Surakarta telah menyediakan sarana air minum yang cukup mudah diakses siswa. Setiap kelas memiliki galon air minum yang dikelola melalui kas kelas, serta siswa diperbolehkan membawa botol minum pribadi untuk diisi ulang selama berada di sekolah. Kondisi ini menunjukkan adanya dukungan lingkungan sekolah terhadap pemenuhan kebutuhan cairan siswa selama kegiatan belajar berlangsung.

Temuan tersebut diperkuat oleh hasil wawancara dengan informan yang menyampaikan bahwa ketersediaan air minum di kelas telah menjadi bagian dari kebutuhan rutin siswa. Salah satu informan menyatakan:

“Setiap kelas ada galon sendiri, anak-anak biasanya bawa botol minum dari rumah lalu diisi ulang di kelas kalau habis.” (Guru kelas)

Pada aspek edukasi, hasil wawancara menunjukkan bahwa sekolah belum memiliki program khusus yang secara spesifik membahas pentingnya konsumsi air putih. Edukasi yang diberikan masih bersifat umum melalui penyampaian lisan saat kegiatan belajar mengajar atau saat guru memberikan pengingat kepada siswa. Sebagaimana disampaikan oleh informan:

“Kalau edukasi khusus tentang minum air putih belum ada, biasanya hanya diingatkan supaya anak-anak sering minum, terutama setelah olahraga atau saat cuaca panas.” (Guru UKS)

Selain itu, guru juga memiliki peran dalam membentuk kebiasaan konsumsi air putih melalui pengingat langsung kepada siswa. Namun, hasil wawancara menunjukkan bahwa peran tersebut masih bersifat situasional dan belum didukung dengan sistem pemantauan yang terstruktur.

“Guru biasanya mengingatkan minum saat istirahat atau habis olahraga, tapi belum ada pengecekan rutin apakah anak-anak minumannya cukup atau tidak.” (Guru UKS)

3.4 Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi kebijakan Usaha Kesehatan Sekolah terkait penyediaan sarana air minum di SD Muhammadiyah 2 Surakarta telah didukung oleh ketersediaan fasilitas yang relatif memadai dan mudah dijangkau oleh siswa. Keberadaan galon air minum di setiap kelas, kemudahan akses terhadap air minum, serta kebiasaan siswa membawa botol minum pribadi mencerminkan adanya dukungan lingkungan sekolah dalam memfasilitasi pemenuhan kebutuhan cairan selama kegiatan belajar berlangsung. Ketersediaan fasilitas tersebut menjadi komponen penting dalam mendukung perilaku konsumsi air putih, mengingat akses yang mudah terhadap air minum merupakan salah satu determinan utama dalam pemenuhan kebutuhan cairan pada anak (Boulay *et al.*, 2018). Lingkungan fisik yang mendukung ini seharusnya dapat menjadi faktor pendorong terbentuknya kebiasaan konsumsi air putih yang baik pada siswa.

Meskipun aspek penyediaan sarana telah berjalan dengan baik, implementasi kebijakan UKS pada aspek edukasi masih menunjukkan beberapa keterbatasan. Hasil penelitian mengindikasikan bahwa penyampaian informasi mengenai pentingnya konsumsi air putih masih bersifat insidental dan belum dikembangkan dalam bentuk program edukasi yang terencana, terjadwal, dan berkelanjutan. Selain itu, belum tersedianya media promosi kesehatan yang secara khusus memuat pesan mengenai pentingnya konsumsi air putih menunjukkan bahwa komponen promotif dalam implementasi UKS belum berjalan secara optimal. Dalam konsep pendidikan kesehatan, perubahan perilaku dipengaruhi oleh intensitas paparan informasi, konsistensi penyampaian pesan, serta metode edukasi yang digunakan (Notoatmodjo, 2014). Edukasi yang tidak berkelanjutan cenderung kurang efektif dalam membentuk kebiasaan jangka panjang. Hal ini sejalan dengan penelitian di Indonesia yang menunjukkan bahwa edukasi gizi yang dilakukan secara terstruktur mampu meningkatkan pengetahuan dan perilaku konsumsi air pada siswa sekolah dasar (Carolina & Arisandy, 2023). Selain itu, program edukasi seperti yang dilakukan oleh (Yuliarti *et al.*, 2023) juga terbukti efektif dalam meningkatkan kebiasaan minum air putih siswa melalui pendekatan pembiasaan.

Pada aspek peran guru, guru telah terlibat dalam mendukung perilaku konsumsi air putih melalui pemberian imbauan atau pengingat kepada siswa untuk minum, terutama pada waktu istirahat maupun setelah aktivitas fisik. Namun demikian, keterlibatan tersebut masih bersifat situasional dan belum diikuti dengan sistem pembiasaan maupun pemantauan yang dilakukan secara konsisten. Dalam perspektif perubahan perilaku, pembentukan kebiasaan sehat memerlukan penguatan (*reinforcement*) yang dilakukan berulang serta dukungan lingkungan yang stabil (Contento, 2016). Peran guru sebagai agen perubahan sangat penting dalam membentuk perilaku kesehatan siswa melalui pengawasan dan pembiasaan (Khotimah & Wibisana, 2021). Dengan belum adanya mekanisme monitoring yang terstruktur, perilaku konsumsi air putih siswa kemungkinan masih lebih banyak dipengaruhi oleh kesadaran individu, bukan hasil dari pembinaan perilaku yang sistematis melalui program sekolah..

Jika dikaitkan dengan tingkat kecukupan konsumsi air putih siswa, sebagian besar responden telah berada pada kategori konsumsi cukup. Namun, capaian tersebut kemungkinan belum dapat secara langsung diinterpretasikan sebagai bentuk keberhasilan implementasi kebijakan UKS. Kondisi ini dapat disebabkan oleh fakta bahwa perilaku konsumsi air putih pada anak kemungkinan dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kebiasaan minum di rumah, pola pengasuhan, preferensi individu, serta lingkungan sosial di sekitarnya (Alwi *et al.*, 2022). Hal ini menunjukkan bahwa perilaku kesehatan anak dapat terbentuk melalui interaksi berbagai faktor, baik faktor individu, keluarga, sekolah, maupun lingkungan sosial yang lebih luas. Dengan demikian, tingkat kecukupan konsumsi air putih pada siswa lebih tepat dipahami sebagai kemungkinan hasil interaksi berbagai determinan, bukan semata-mata outcome dari implementasi program UKS di sekolah. (Duijster *et al.*, 2017).

Masih ditemukannya siswa dengan konsumsi air putih kategori kurang dapat mengindikasikan bahwa implementasi kebijakan UKS terkait konsumsi air putih kemungkinan belum menjangkau seluruh siswa secara merata. Variasi tingkat konsumsi antar siswa dapat mencerminkan bahwa kebiasaan konsumsi air putih belum sepenuhnya terbentuk sebagai budaya kesehatan yang konsisten di lingkungan sekolah. Kondisi ini sejalan dengan Penelitian (Franse *et al.*, 2019) yang menyebutkan bahwa tanpa intervensi yang terstruktur, perilaku konsumsi cairan pada anak cenderung bervariasi dan dipengaruhi oleh faktor situasional. Oleh karena itu, hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa implementasi kebijakan UKS di sekolah kemungkinan telah cukup baik pada aspek penyediaan sarana, namun masih memerlukan penguatan pada aspek edukasi dan

optimalisasi peran guru, agar pembentukan perilaku konsumsi air putih berpotensi berlangsung secara lebih terarah, konsisten, dan berkelanjutan.

Temuan bahwa masih terdapat 15% siswa dengan asupan cairan kategori kurang, meskipun sarana air minum di sekolah telah tersedia secara memadai, dapat dimaknai lebih dalam melalui perspektif teori perilaku kesehatan. *Health Belief Model (HBM)* menjelaskan bahwa perilaku kesehatan seseorang tidak semata-mata ditentukan oleh ketersediaan akses, melainkan juga oleh persepsi individu terhadap kerentanan (*perceived susceptibility*) dan keparahan (*perceived severity*) akibat kurang minum air putih, persepsi manfaat (*perceived benefits*) dari kebiasaan minum yang cukup, serta persepsi hambatan (*perceived barriers*) seperti lupa, tidak merasa haus, atau enggan meminta izin saat pembelajaran (Al-Haroni *et al.*, 2024). Selama edukasi mengenai pentingnya hidrasi belum diberikan secara terstruktur di SD Muhammadiyah 2 Surakarta, siswa yang belum memiliki persepsi kerentanan maupun manfaat yang kuat terhadap konsumsi air putih cenderung tidak terdorong mengubah kebiasaannya, sekalipun galon dan akses minum telah tersedia di kelas. Kondisi ini sejalan dengan temuan bahwa peran guru dalam mengingatkan siswa untuk minum masih bersifat situasional dan belum disertai penguatan pemahaman mengenai pentingnya hidrasi secara konsisten.

Sejalan dengan hal tersebut, *Theory of Planned Behavior (TPB)* menekankan bahwa niat (*intention*) untuk berperilaku sehat dipengaruhi oleh sikap terhadap perilaku (*attitude*), norma subjektif (*subjective norm*), dan kontrol perilaku yang dipersepsikan (*perceived behavioral control*), yang terbukti menjadi prediktor signifikan niat siswa dalam mengonsumsi air minum (Saefi *et al.*, 2023). Dukungan lingkungan sekolah berupa penyediaan galon dan izin minum dari guru dapat dipandang sebagai bentuk *perceived behavioral control* yang bersifat eksternal, namun tanpa penguatan sikap positif terhadap konsumsi air putih dan norma subjektif yang konsisten dari guru maupun teman sebaya, niat siswa untuk secara aktif memenuhi kebutuhan cairannya tidak selalu terbentuk. Hal ini menjelaskan mengapa intervensi lingkungan semata belum cukup mengubah kebiasaan hidrasi pada sebagian kecil siswa yang asupannya masih kurang: intervensi tersebut baru menysasar faktor pemungkin (*enabling factor*) berupa akses, sedangkan faktor predisposisi (*predisposing factor*) berupa pengetahuan, sikap, dan keyakinan individu terhadap pentingnya hidrasi belum tersentuh secara memadai. Dengan demikian, penguatan implementasi UKS ke depan perlu diarahkan tidak hanya pada penyediaan sarana, tetapi juga pada strategi edukasi yang secara spesifik menysasar perubahan persepsi dan sikap siswa terhadap perilaku minum air putih, sejalan dengan prinsip HBM dan TPB tersebut.

Secara keseluruhan, hasil penelitian mengindikasikan bahwa implementasi kebijakan Usaha Kesehatan Sekolah di sekolah kemungkinan telah berjalan cukup baik pada aspek penyediaan sarana, namun diduga masih belum optimal pada aspek edukasi dan peran guru dalam mendukung pembentukan perilaku konsumsi air putih siswa. Adanya kesenjangan antara ketersediaan fasilitas dan pembentukan kebiasaan dapat mengindikasikan bahwa implementasi UKS kemungkinan masih lebih berfokus pada penyediaan lingkungan fisik, dan belum sepenuhnya diarahkan pada penguatan perilaku kesehatan siswa. Oleh karena itu, implementasi program berpotensi menjadi lebih optimal apabila didukung melalui edukasi yang terjadwal, pembiasaan konsumsi air putih secara rutin, serta sistem monitoring sederhana yang dapat mendukung perubahan perilaku siswa secara lebih konsisten dan berkelanjutan.

Implikasi penelitian ini mengindikasikan bahwa keberhasilan implementasi UKS kemungkinan tidak hanya dipengaruhi oleh ketersediaan sarana, tetapi juga oleh efektivitas edukasi kesehatan serta keterlibatan guru dalam membentuk kebiasaan konsumsi air putih pada siswa. Sekolah berpotensi memperkuat implementasi program

melalui integrasi edukasi konsumsi air putih ke dalam kegiatan rutin sekolah, disertai pembiasaan yang terjadwal serta monitoring sederhana yang dapat dilakukan secara berkala. Pendekatan berbasis pembiasaan (habit-based intervention) kemungkinan menjadi salah satu strategi yang relevan untuk mendukung terbentuknya perilaku konsumsi air putih yang lebih konsisten dan berkelanjutan pada siswa.

4. KESIMPULAN

Implementasi kebijakan Usaha Kesehatan Sekolah terkait sarana air minum di SD Muhammadiyah 2 Surakarta kemungkinan telah berjalan cukup baik pada aspek penyediaan sarana, yang ditunjukkan oleh ketersediaan air minum yang mudah diakses siswa selama berada di sekolah. Namun demikian, implementasi pada aspek edukasi terkait pentingnya konsumsi air putih dan optimalisasi peran guru dalam pembentukan kebiasaan minum diduga belum berjalan secara optimal, karena belum terdapat edukasi yang terstruktur, pembiasaan yang terjadwal, maupun monitoring perilaku konsumsi air putih secara rutin. Meskipun sebagian besar siswa telah memiliki tingkat konsumsi air putih dalam kategori cukup, capaian tersebut kemungkinan dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik dari lingkungan sekolah maupun luar sekolah. Oleh karena itu, implementasi kebijakan UKS berpotensi menjadi lebih efektif apabila didukung melalui penguatan edukasi hidrasi, pembiasaan konsumsi air putih secara konsisten, serta keterlibatan guru dalam monitoring perilaku sehat siswa secara berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Ibu Setyaningrum Rahmawaty selaku dosen pembimbing atas bimbingan, arahan, serta motivasi yang diberikan sejak tahap perencanaan hingga selesainya penelitian ini. Ucapan apresiasi juga disampaikan kepada SD Muhammadiyah 2 Surakarta beserta seluruh pihak yang telah memberikan izin, dukungan, dan bantuan selama proses pengumpulan data sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan baik.

REFERENCES

- Al-Haroni, H., Nik Farid, N. D., & Azanan, M. S. (2024). Effectiveness of education intervention, with regards to physical activity level and a healthy diet, among Middle Eastern adolescents in Malaysia: A study protocol for a randomized control trial, based on a health belief model. *PLoS ONE*, 19(1), e0289937.
- Alwi, M. H., Nurfaridah, K., Purba, S. A. B., Hati, S. P., & Nasution, F. (2022). Peran Pola Asuh Orang Tua Terhadap Pembentukan Karakter Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 4(6), 13067–13075.
- Boulay, A. M., Bare, J., Benini, L., Berger, M., Lathuillière, M. J., Manzardo, A., Margni, M., Motoshita, M., Núñez, M., Pastor, A. V., Ridoutt, B., Oki, T., Worbe, S., & Pfister, S. (2018). The WULCA consensus characterization model for water scarcity footprints: assessing impacts of water consumption based on available water remaining (AWARE). *International Journal of Life Cycle Assessment*, 23(2), 368–378. <https://doi.org/10.1007/s11367-017-1333-8>
- Briawan, D., Rachma, A., & Annisa. (2011). Kebiasaan konsumsi minuman dan asupan cairan pada anak usia sekolah di perkotaan. *Journal of Nutrition and Food*, 6(3), 186–191.
- Carolina, M., & Arisandy, M. (2023). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan siswa SD mengenai hidrasi. *Jurnal Sains Medis*, 14(2), 45–52.
- Chouraqui, J.-P. (2023). Children's water intake and hydration: a public health issue. *Nutrition Reviews*, 81(5), 610–624. <https://doi.org/10.1093/nutrit/nuac073>

- Contento, I. R. (2016). *Nutrition education: Linking research, theory, and practice* (3rd ed.). Jones & Bartlett Learning.
- Drozdowska, A., Falkenstein, M., Jendrusch, G., Platen, P., Luecke, T., Kersting, M., & Jansen, K. (2020). Water consumption during a school day and children's short-term cognitive performance: The cognidrop randomized intervention trial. *Nutrients*, 12(5). <https://doi.org/10.3390/nu12051297>
- Duijster, D., Monse, B., Dimaisip-Nabuab, J., Djuarnoko, P., Heinrich-Weltzien, R., Hobdell, M., & Benzian, H. (2017). Fit for school—A school-based water, sanitation and hygiene programme to improve child health. *BMC Public Health*, 17(1), 302. <https://doi.org/10.1186/s12889-017-4203-1>
- Edmonds, C. J., & Burford, D. (2009). Should children drink more water?. The effects of drinking water on cognition in children. *Appetite*, 52(3), 776–779. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2009.02.010>
- Franse, C. B., Wang, L., Constant, F., Fries, L. R., & Raat, H. (2019). Factors associated with water consumption among children. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 16(1), 64. <https://doi.org/10.1186/s12966-019-0821-5>
- Kemendiknas. (2019). buku pedoman pembinaan dan Pengembangan UKS/M. *Buku Pedoman Pembinaan BKB*, 1–9.
- Kementerian Pendidikan Riset, dan Teknologi Republik Indonesia, K. (2023). *Pedoman Gerakan Sekolah Sehat*. Kemendikbudristek.
- Khan, N. A., Westfall, D. R., & Hillman, C. H. (2019). The relation of hydration status to cognitive performance in children. *Public Health Nutrition*, 22(10), 1–9. <https://doi.org/10.1017/S1368980019001234>
- Khotimah, V. K., & Wibisana, E. (2021). Penerapan program UKS dengan PHBS. *Pensa*, 3, 485–495.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Rineka Cipta.
- Saefi, M., Fauzi, A., Kristiana, E., Adi, W. C., Islami, N. N., Ikhsan, M. A., Ramadhani, M., Ningrum, D. E. A. F., Setiawan, M. E., & Muchson, M. (2023). Theory of planned behavior to analyze students' intentions in consuming tap water. *Eurasia Journal of Mathematics, Science and Technology Education*, 19(3), em2236.
- Yuliarti, Y., Sari, I. P., & Wulandari, D. (2023). Edukasi Gerakan Ayo Minum Air Putih (AMIR) sebagai Upaya Peningkatan Konsumsi Air pada Siswa Sekolah Dasar. *J-Dinamika: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 8(2), 120–126. <https://doi.org/10.250TY> - JOUR AU - Edmonds, Caroline J. AU - Burford, David PY - 2009 TI - Should children drink more water? The effects of drinking water on cognition in children JO - Appetite VL - 52 IS - 3 SP - 776 EP - 779 DO - 10.1016/j.appet.2009.02.010 ER - TY - JOUR AU - Drozdowska, Alicja AU - Falkowska, Anna AU - Jozwik, Alicja PY - 2020 TI - Water consumption improves cognitive performance in school children JO - Nutrients VL - 12 IS - 4 SP - 1234 DO - 10.3390/nu12041234 ER - TY - JOUR AU - Khan, N