

# Eksplorasi Pengalaman Guru dalam Implementasi Program Gerakan Sekolah Sehat di Taman Kanak-Kanak Kabupaten Kapuas

Maudy Muthia\*, Novi Suma Setyawati, Rizki Nugerhani Ilise

STKIP Islam Sabibal Muhtadin Banjarmasin

**Abstrak:** Program Gerakan Sekolah Sehat (GSS) merupakan inisiatif pemerintah yang bertujuan untuk menanamkan nilai-nilai kesehatan sejak usi dini melalui lima fokus utama, yaitu sehat bergizi, sehat fisik, sehat imunisasi, sehat jiwa, dan sehat lingkungan. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman guru dalam implementasi program GSS di tingkat pendidikan anak usia dini, khususnya dalam strategi pelaksanaan, tantangan yang dihadapi, serta respon orang tua dan siswa terhadap pembiasaan hidup sehat di sekolah. Metode penelitian menggunakan pendekatan kualitatif desain naratif. Partisipan terdiri dari tiga orang guru di TKIT Al Madina Kabupaten Kapuas yang di pilih melalui teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi, dokumentasi, kemudian di analisis menggunakan tahapan reduksi, penyajian, dan verifikasi data. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa implementasi GSS berdampak positif terhadap pembudayaan hidup bersih dan sehat di sekolah. Guru berperan sebagai teladan dan fasilitator pembiasaan, sementara dukungan orang tua berkontribusi dalam menjaga keberlanjutan praktik sehat di rumah. Implikasi penelitian ini menegaskan pentingnya kolaborasi sekolah dan keluarga dalam membentuk karakter anak yang sehat secara fisik, mental, dan sosial.

**Kata Kunci:** Gerakan Sekolah Sehat, Pendidikan Anak Usia Dini, Pengalaman Guru, Pendidikan Kesehatan, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat.

DOI:

<https://doi.org/10.47134/paud.v3i1.2155>

\*Correspondence: Maudy Muthia

Email:

[maudymuthia14@guru.paud.belajar.id](mailto:maudymuthia14@guru.paud.belajar.id)

Received: 22-08-2025

Accepted: 22-09-2025

Published: 22-10-2025



**Copyright:** © 2025 by the authors. Submitted for open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license

(<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

**Abstract:** The Healthy School Movement (HSM) is a government initiative aimed at instilling health values in early childhood through five key focuses: nutritious eating, physical fitness, immunization awareness, mental wellness, and environmental health. This study explores teachers' experiences in implementing the HSM at the early childhood education level, focusing on implementation strategies, challenges, and responses from students and parents toward healthy living habits at school. A qualitative narrative approach was applied, involving three teachers from TKIT Al Madina, Kapuas Regency, selected through purposive sampling. Data were collected through in-depth interviews, observation, and documentation, then analyzed using data reduction, presentation, and verification stages. Findings indicate that the HSM positively influences the formation of clean and healthy living habits in schools. Teachers play essential roles as role models and facilitators, while parents' involvement supports continuity of healthy practices at home. The study highlights the importance of collaborative efforts between schools and families to nurture children's physical, mental, and social well-being.

**Keywords:** Healthy School Movement, Early Childhood Education, Teacher Experience, Health Education, Clean and Healthy Living Behavior.

## Pendahuluan

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) memiliki peran fundamental dalam pembentukan karakter dan perilaku sehat. Menurut teori konstruktivisme Vygotsky (1978), pembelajaran anak terjadi secara optimal melalui interaksi sosial dalam Zona Perkembangan Proksimal (ZPD), dimana guru bertindak sebagai pembimbing yang membantu anak menginternalisasi kebiasaan baru, termasuk perilaku hidup sehat. Teori ekologi Brofenbrenner (2005) juga menegaskan bahwa perkembangan anak sangat dipengaruhi oleh sistem lingkungan seperti keluarga, sekolah, dan masyarakat. Selain itu, Bandura (1986) melalui teori pembelajaran sosial menyatakan bahwa perilaku anak terbentuk melalui proses observasi dan peniruan model di sekitarnya. Dengan demikian, guru berperan strategis dalam membentuk perilaku sehat melalui keteladanan dan pembiasaan.

Namun demikian, implementasi GSS di tingkat PAUD masih belum berjalan secara optimal. Observasi awal di TKIT Al Madina Kabupaten Kapuas mengungkapkan adanya berbagai tantangan seperti rendahnya kesadaran siswa dalam mencuci tangan, kebiasaan membawa bekal yang kurang sehat, serta kurangnya partisipan orang tua dalam mendukung program GSS ini. Keadaan ini menunjukkan adanya kesenjangan antara kebijakan nasional dan praktik di lapangan, yang sebagian besar disebabkan oleh kurangnya strategi efektif dari guru dalam mensosialisasikan perilaku hidup bersih dan sehat.

beberapa penelitian terdahulu menunjukkan efektivitas program sekolah sehat dalam meningkatkan perilaku hidup bersih anak. Rachmawati & Wahyuni (2020) menemukan bahwa keterlibatan guru dalam PHBS mampu meningkatkan kesadaran anak terhadap kebersihan diri. Sementara studi oleh Rachmawati & Lestari (2023) menunjukkan pentingnya dukungan orang tua dalam keberhasilan implementasi GSS di TK. Namun, kebaruan penelitian ini terletak pada fokus eksploratif terhadap pengalaman guru PAUD dalam konteks lokal Kabupaten Kapuas, yang belum banyak diteliti sebelumnya. Penelitian ini juga menyoroti strategi guru dalam mengatasi kendala pelaksanaan dan membangun kolaborasi sekolah-orang tua sebagai praktik baik dalam pendidikan kesehatan anak usia dini.

Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini menjadi penting untuk di lakukan. Penelitian ini terletak pada fokusnya dalam mengeksplorasi pengalaman guru PAUD secara langsung di sekolah, pelaksanaan awal GSS di Kabupaten Kapuas, yakni TKIT Al Madina. Penelitian ini tidak hanya mengkaji pelaksanaan program, tetapi juga mendokumentasikan refleksi kritis guru terhadap strategi, hambatan, dukungan, dan responden siswa maupun orang tua.

Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi teoretis untuk pengembangan ilmu pendidikan anak usia dini dan kontribusi praktis dalam merancang pelatihan dan kebijakan berbasis sekolah untuk mendukung Gerakan Sekolah Sehat secara menyeluruh.

## Metodologi

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain naratif, yang bertujuan untuk memperoleh pemahaman terpadu tentang topik yang diteliti. Dalam studi naratif, peneliti berfokus pada pengumpulan cerita-cerita sehingga partisipan bisa menceritakan pengalaman mereka tentang proses pelaksanaan GSS tersebut. Penelitian ini dilaksanakan di TKIT Al Madina Jl. Keruing No.2b Kelurahan Selat Barat Kecamatan Selat Kabupaten Kapuas yang di laksanakan pada Bulan Maret 2025. Partisipan pada penelitian ini adalah 3 orang guru yang dipilih melalui teknik purposive sampling berdasarkan kriteria tertentu, yaitu (1) bersedia menjadi partisipan, (2) memiliki kualifikasi S1 Pendidikan, (3) Sudah memulai pengalaman mengajar selama 2 tahun. Metode yang di gunakan pada penelitian adalah dengan teknik wawancara, observasi, dan dokumentasi. Dari hasil penelitian tersebut berfokus pada strategi implementasi, tantangan guru, dan juga bagaimana respon orang tua dan siswa pada Program Gerakan Sekolah Sehat ini. Adapun teknik analisis data yang digunakan reduksi data yaitu data yang relevan diambil sementara data yang tidak sesuai di buang, penyajian data pengambilan tindakan memungkinkan penarikan kesimpulan dengan permasalahan pada peneliti, verifikasi yaitu penarikan kesimpulan memastikan bahwa kesimpulan yang di tarik valid, logis, dan sesuai.

## Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa program gerakan sekolah tersebut mampu membuat warga sekolah menjaga sekolah agar tetap bersih dan asri seperti membuang sampah pada tempatnya, memiliki taman sekolah yang rindang, para guru mempunyai kegiatan rutin piket bergantian setiap hari membersihkan halaman sekolah dan kelasnya masing-masing, dan mempunyai kegiatan sebulan sekali untuk membersihkan sekolah mulai dari bagian luar sampai dalam sekolah. Kemudian, anak-anak dapat menjaga kesehatan baik membawa bekal dengan pola yang sehat, mengurangi makanan cepat saji, mengikuti kegiatan berolahraga, membawa minum air putih dari rumah menggunakan tumbler, melakukan pembiasaan cuci tangan sebelum dan sesudah makan, menanamkan sikap spiritual dan adab yang baik. Guru pun memberikan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) setiap sardu minggu sekali, hal tersebut tentu sebagai salah satu penunjang anak-anak dapat mengikuti pembelajaran dengan konsentrasi secara optimal. Orang tua juga merasakan dampak positif dari program GSS yakni melihat perkembangan dan pertumbuhan anak-anak yang sangat signifikan cukup bagus, lingkungan sekolah yang bersih membuat orang tua menjadi tidak terlalu khawatir adanya sarang penyakit, dan dapat mengajarkan anak-anak mengurangi makanan dan minuman cepat saji dengan menyiapkan makanan sehat bergizi dan membawa air putih setiap hari.

Program Gerakan Sekolah Sehat di canangkan oleh pemerintah ini merupakan langkah yang sangat bijak mengingat kesehatan dan kebersihan di lingkungan sekolah merupakan hal yang sangat wajib diterapkan dan tidak lupa dengan pola makanan gizi seimbang dan kebiasaan sehari-hari seperti mencuci tangan dengan sabun, membuang sampah pada tempatnya, minum air putih minimal 2 kali sehari, berolahraga dan senam minimal 1 kali seminggu. Dengan penerapan tersebut sedikit demi sedikit akan menjadi kebiasaan dan menjadi suatu kedisiplinan yang baik bagi peserta didik. pelaksanaan Program GSS pada anak usia dini mengajarkan tentang kesadaran untuk terbiasa hidup

sehat, yang dimana sehat secara lahiriah, batiniah, dan sosial berjalan dengan baik. Melalui penerapan lima fokus, tertanam nilai-nilai kebersihan secara alami, membentuk karakter kemandirian, anak-anak lebih fokus dalam mengikuti pembelajaran. Program GSS bukan saja hanya mengenalkan pola hidup sehat tetapi membentuk karakter baik secara dini. Peran guru sangat penting dimana guru memiliki peranan yang sangat vital dan pendukung paling utama sehingga program tersebut berjalan secara efektif. Selain peran guru, respon orang tua juga sangat menunjang dalam program GSS ini pasalnya sekolah bukan saja tanggung jawab guru dan peserta didik tetapi orang tua juga memiliki peranan yang tidak kalah penting dalam mendukung program tersebut.

Program Gerakan Sekolah Sehat (GSS) merupakan upaya kolaboratif dalam mendukung tumbuh kembang anak melalui penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), menciptakan lima fokus (Sehat Bergizi, Sehat Fisik, Sehat Imunisasi, Sehat Jiwa, dan Sehat Lingkungan) seperti lingkungan sekolah yang asri dan nyaman, badan menjadi lebih bugar dan sehat, dan dapat memantau gizi seimbang anak. Pada tingkat Taman Kanak-Kanak program ini lebih di fokuskan pada pembiasaan hidup sehat melalui pembelajaran, keteladanan para guru, serta melibatkan orang tua dan masyarakat. Penelitian yang di lakukan di TKIT Al Madina yang berlokasi di Kuala Kapuas, Provinsi Kalimantan Tengah. Lembaga pendidikan ini menampung 70 siswa dan memiliki 10 orang guru tetap. Sejak tahun 2023, TKIT Al Madina telah melaksanakan Program Gerakan Sekolah Sehat (GSS), sebagai bagian dari program kerja sama antara Dinas Pendidikan dan Dinas Kesehatan.

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), sekolah sehat adalah lembaga pendidikan yang terus memperkuat kemampuannya untuk menciptakan lingkungan belajar dan kondisi kesehatan yang optimal bagi siswa, pendidik, dan seluruh warga sekolah. Konsep ini menekankan peran penting sekolah dalam menumbuhkan gaya hidup sehat sejak dini dan menyediakan lingkungan yang mendukung kesejahteraan mental, emosional, dan sosial. Gerakan Sekolah Sehat (GSS) tidak hanya menekankan aspek fisik dan kebersihan lingkungan, tetapi juga pengembangan karakter dan peningkatan kesadaran siswa akan pentingnya menjaga kesehatan pribadi dan lingkungan. Secara umum, Gerakan Sekolah Sehat bertujuan untuk mewujudkan lingkungan sekolah yang mendukung tumbuh kembang anak secara optimal, baik fisik, mental, maupun sosial melalui penerapan PHBS, penyediaan pelayanan kesehatan, serta penyediaan sarana dan prasarana pendukung yang lengkap.

Guru pada jenjang Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) memegang peran krusial, tidak hanya sebagai instruktur, tetapi juga sebagai fasilitator, mentor, dan panutan dalam menumbuhkan kebiasaan hidup bersih dan sehat. Guru berperan sebagai panutan dengan menunjukkan praktik-praktik kesehatan sederhana, seperti mencuci tangan sebelum makan, menjaga kebersihan diri, dan memilih makanan bergizi.

Menurut Vygotsky, proses belajar anak berlangsung melalui interaksi sosial dan berada dalam Zona Perkembangan Proksimal (ZPD), yaitu rentang kemampuan yang dapat dicapai anak dengan bantuan dari orang dewasa maupun teman sebaya. Pandangan ini memperkuat pentingnya peran guru dalam membimbing dan mendampingi anak dalam membentuk perilaku sehat. Strategi yang diterapkan yaitu mengkampanyekan Gerakan Sekolah Sehat (GSS) kepada peserta didik dan mengadakan kegiatan parenting bersama

orang tua/wali murid. Tujuannya adalah memahami isi program serta mendukung penerapannya di rumah. Selain itu, sekolah juga memasang baliho, poster, dan spanduk bertema kesehatan di sekitar lingkungan sekolah sebagai bentuk visualisasi pesan-pesan sehat yang disampaikan.

Namun, dalam pelaksanaannya guru menghadapi berbagai kendala yang berpotensi menghambat efektivitas program. Salah satu kendalanya bersumber dari kurangnya pemahaman sebagian orang tua tentang pentingnya peran mereka dalam mendukung keberhasilan GSS. Hal ini tercermin dari terbatasnya ketersediaan media edukasi kesehatan di rumah, masih minimnya bekal makan sehat bagi anak, dan kurangnya kebiasaan hidup bersih dan sehat di lingkungan keluarga. Ketidaksiuaian antara kebiasaan di rumah dan di sekolah ini menyulitkan anak untuk secara konsisten mempertahankan perilaku sehat. Keterbatasan waktu belajar di sekolah menjadi tantangan bagi guru dalam mengintegrasikan seluruh materi dengan kegiatan pendukung GSS. Untuk mengatasi kendala ini, guru mengambil solusi praktis dan kontekstual. Salah satunya adalah memaksimalkan penggunaan media yang tersedia, seperti visualisasi melalui poster atau lagu edukatif yang mendorong anak-anak untuk mempraktikkan kebersihan yang baik, pembelajaran dilakukan juga melalui praktik langsung (*learning by doing*). Untuk membantu orang tua yang memiliki keterbatasan waktu dalam menyiapkan bekal, sekolah menyediakan kantin sehat yang memungkinkan anak-anak membeli makanan di sekolah.

Salah satu yang paling menonjol dari penerapan GSS adalah terbentuknya rutinitas gaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari anak. Penerapan GSS berkontribusi pada tumbuhnya kesadaran anak-anak akan pentingnya menjaga kesehatan diri dan lingkungan mereka. Melalui kegiatan rutin seperti olahraga pagi, makan siang sehat, dan pemeriksaan kesehatan rutin, anak-anak menunjukkan peningkatan kebugaran dan daya tahan tubuh. Program GSS juga berkontribusi pada pengembangan karakter anak, terutama dalam hal disiplin, tanggung jawab, dan kemandirian. Dampak positif lainnya adalah meningkatnya kompetensi guru dalam memberikan edukasi kesehatan. Guru menjadi lebih terampil dalam mengintegrasikan materi hidup sehat ke dalam kegiatan pembelajaran, memanfaatkan media yang menarik, dan secara langsung mencontohkan perilaku sehat kepada anak-anak. Dengan praktik yang konsisten dan kolaborasi yang melibatkan semua pihak, lingkungan sekolah menjadi lebih sehat dan nyaman. Fasilitas seperti tempat cuci tangan, kantin sehat, tempat sampah yang tertata rapi, dan media edukasi yang dipajang sekitar sekolah berkontribusi pada terciptanya lingkungan belajar yang bersih, sehat, dan menyenangkan bagi anak-anak.

## Simpulan

Program Gerakan Sekolah Sehat berperan penting dalam membentuk budaya hidup bersih dan sehat di lingkungan PAUD. Guru berperan sebagai fasilitator dan teladan utama, sementara dukungan orang tua menjadi faktor kunci keberlanjutan program. Penelitian ini memberikan kontribusi empiris terhadap pemahaman peran guru dalam implementasi GSS di daerah, serta merekomendasikan peningkatan pelatihan dan sinergi lintas sektor untuk memperkuat pendidikan kesehatan anak usia dini di Indonesia. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan arahan dan referensi berkaitan dengan Pengalaman guru dalam implementasi Program Gerakan Sekolah Sehat (GSS) di satuan PAUD, serta dapat

memberikan informasi tambahan yang bermanfaat untuk mengenalkan Pembiasaan Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) melalui Program Gerakan Sekolah Sehat bagi anak usia dini untuk penelitian lebih lanjut. Kemudian, guru memainkan peran yang krusial dalam keberhasilan Program Gerakan Sekolah Sehat (GSS) maka dari itu dukungan pelatihan, fasilitas yang memadai dan kolaborasi dengan orang tua serta pemangku kepentingan lainnya untuk menanamkan kebiasaan hidup sehat sejak dini di Taman Kanak-Kanak.

### Daftar Pustaka

- Asyifa, W. M. (2023). *Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat: Strategi Guru di TK Aisyiyah Bustanul Athfal Nangka Binjai*. Retrieved from Al-Hanif Jurnal Pendidikan dan Parenting
- Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. Prentice Hall.
- Bronfenbrenner, U. (2005). *Making Human Beings Human: Bioecological perspectives on human development*. Retrieved from SAGE Publications.
- Chairatul, H. T. S. (2025). *Strategi Guru dalam Menerapkan Pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak Usia Dini di TK Bungong Seulupok Banda Aceh*. Retrieved from Jurnal Pendidikan Tambusai.
- Clandinin, D. J. (2000). *Narrative Inquiry: Experience and story in qualitative research*. Retrieved from San Fransisco.
- Creswell, J. W. (2018). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches (4th ed.)*. Retrieved from Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Hastuti, D. P. (n.d.). *Penerapan PHBS untuk Mewujudkan Sekolah Sehat di TK Aisyiyah 8 Musi Rawas*.
- Hapsari, A. &. (2022). *Kompetensi profesional guru PAUD dalam pembelajaran kontekstual*. Retrieved from Jurnal Pendidikan Anak, 11(2), 145–158.
- Khusniyati, M. (2020). *Implementasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sekolah rujukan nasional TK Aisyiyah*. Retrieved from Jurnal Penelitian PAUD,7(1),35– 48.
- Kementerian Pendidikan. (2023). *Petunjuk teknis implementasi Gerakan Sekolah Sehat, Jakarta: Kemdikbudristek*.
- Kompasiana. (2020). *Permendikbud Nomor 15 Tahun 2018: Tugas Pokok dan Fungsi Guru*. Retrieved from kompasiana.com.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2019). *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook*. SAGE Publications.
- Mulyana, A. (2020, Februari 15). *Sekolah Sehat, Aman, Ramah Anak, Dan Menyenangkan*
- Ngawi, K. M. (2019, Oktober 2020). *Analisis Data Kualitatif Model Miles Dan Huberman*. Retrieved from Sebuah rangkuman dari buku Analisis Data Kualitatif, Mathew B. Miles dan A. Michael Huberman).
- Misbar, N. F. (n.d.). *Pengembangan Perangkat Pembelajaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di TK Al-Aqsha Parepare*. Retrieved from Jurnal Laksana : Pendidikan Guru Anak Usia Dini.
- Putri, A. Y. (2021). *Profesionalisme Guru Dalam Penerapan Pola Hidup Bersih Dan Sehat*. Retrieved from Jurnal Pendidikan Dasar dan Anak Usia Dini, 5(2), 133–140.

- 
- Rachmawati, I. &. (2020). *Implementasi Program Gerakan Sekolah Sehat Di Taman Kanak-Kanak: Studi Kualitatif Deskriptif*. Retrieved from Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini .
- Rahmawati, L. &. (2023). *Persepsi Guru Tentang Program Sekolah Sehat*. Retrieved from Jurnal Ilmu Pendidikan, 17(1), 89–101.
- Sari, M. &. (2021). *Penguatan Perilaku Hidup Sehat Melalui Bermain Peran*. Retrieved from Jurnal PAUD Kreatif, 3(1), 25–33.
- UNESCO. (2023). *Early Childhood Education and Health Promotion*. Paris: UNESCO Publishing.
- Utami, D. (2023). *Sinergi Orang Tua Dan Guru Dalam PHBS Anak Usia Dini*. Retrieved from Jurnal Pendidikan dan Kesehatan Anak, 2(1), 55–68.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- WHO. (2022). *Global Standards for Health-Promoting Schools*. Geneva: World Health Organization.
- Wibowo, S. (2020). *Evaluasi Program UKS Di Taman Kanak-Kanak*. Retrieved from Jurnal Pendidikan Kesehatan, 9(2), 41-50.
- Wulandari, I. (2020). *Peran Guru Dalam Pembiasaan PHBS Pada Anak Usia Dini*. . Retrieved from Jurnal Anak Sehat Indonesia, 4(1), 11–18.
- Zakky. (2020, Februari 24). *Pengertian Guru Menurut Para Ahli | Definisi, Tugas dan Perannya*.