

Buku 6:

Menciptakan Lingkungan Inklusif,
Ramah terhadap Pembelajaran
yang Aman dan Sehat



Panduan

Buku ini menjelaskan bagaimana membuat kebijakan tentang sekolah yang sehat dan aman serta melaksanakan monitoring dan evaluasi terhadap kebijakan sekolah. Buku ini memberikan informasi tentang kecakapan hidup yang harus dimiliki oleh peserta didik, layanan fasilitas kesehatan dan gizi sekolah serta bagaimana menciptakan lingkungan yang aman dan mudah dijangkau.

Perangkat 6.1 Membuat Kebijakan Tentang Lingkungan Sekolah Yang Sehat Dan Aman

Bagi Peserta Didik 1

Advokasi Kebijakan Sekolah untuk Kesehatan 2

Menjalin Kesepakatan 4

Monitoring dan Evaluasi tentang Kebijakan Sekolah 5

Mengatasi Kekerasan: Pelaksanaan Program 9

Perangkat 6.2 Memberikan Kecakapan Hidup Kepada Anak 14

Pendidikan Kesehatan Berbasis Kecakapan 14

Kecakapan Apa yang Diperlukan? 16

Bagaimana Kecakapan ini Diterapkan? 18

Bagaimana Kecakapan ini Dapat Diajarkan? 21

Kecakapan untuk Mencegah HIV dan AIDS 22

Perangkat 6.3 Layanan Fasilitas Kesehatan Dan Gizi Sekolah 31

Asesmen Situasi Sekolah 31

Ide-ide untuk Menciptakan Lingkungan Sekolah yang Sehat 34

Lingkungan yang Aman dan Mudah Dijangkau 40

Aksesibilitas Non Fisik 44

Perangkat 6.4 Apa yang Telah Kita Pelajari? 45

Kebijakan Tentang Sekolah Sehat 45

Memberikan Kecakapan Hidup untuk Anak! 45

Mengembangkan Gizi, Kesehatan, dan Sanitasi 46

Perangkat 6.1

Membuat Kebijakan tentang Lingkungan Sekolah yang Sehat dan Aman bagi Peserta Didik

Memastikan bahwa semua peserta didik sehat, aman, dan dapat belajar adalah bagian penting dari lingkungan pembelajaran inklusif yang efektif. Banyak sekolah memiliki program seperti ini, karena mereka menyadari bahwa faktor kesehatan, gizi yang baik dan lingkungan yang aman akan berpengaruh dalam mengembangkan potensi peserta didik secara optimal.

Kebijakan sekolah tentang kesehatan adalah mengupayakan peningkatan kesehatan, kebersihan, gizi dan keamanan bagi semua peserta didik dengan beragam latar belakang dan kemampuan. Kebijakan tersebut harus menjamin dapat menciptakan sekolah yang sehat, aman dan lingkungan yang ramah. Sehingga anak dapat belajar karena mereka merasa aman.

Melibatkan berbagai pihak terkait adalah cara terbaik untuk mengembangkan kebijakan sekolah tentang kesehatan. Tujuannya agar mereka memberikan sumbangan pemikiran dalam program ini. Perangkat ini memberikan kegiatan yang dapat digunakan untuk mengadvokasikan kebijakan tentang kesehatan sekolah.

Contoh Kebijakan Kesehatan dan Perlindungan Sekolah

Isu Kebijakan	Contoh Kebijakan Sekolah
Kehamilan dini yang tidak diinginkan dan konsekuensinya.	<ul style="list-style-type: none"> • Memberikan kesempatan peserta didik yang hamil tetap bersekolah. • Melibatkan pendidikan kehidupan keluarga dalam kurikulum. • Melarang semua jenis diskriminasi.
Sekolah bebas rokok dan penyalahgunaan NAPZA.	<ul style="list-style-type: none"> • Larangan merokok di lingkungan sekolah. • Larangan menjual rokok kepada anak. • Larangan adanya iklan dan promosi rokok. • Pendidikan kesehatan yang memfokuskan kepada bahaya penyalahgunaan NAPZA
Sanitasi dan Kesehatan	<ul style="list-style-type: none"> • Pemisahan WC untuk guru lelaki dan perempuan dan juga untuk peserta didik laki-laki dan perempuan. • Penggunaan air bersih di semua sekolah. • Komitmen aktif dari guru dan orangtua serta Komite Sekolah untuk memelihara fasilitas air dan sanitasi.

HIV dan AIDS dan penyakit menular lainnya.	<ul style="list-style-type: none"> • Pendidikan kesehatan berbasis kecakapan yang memfokuskan pada pencegahan HIV dan AIDS. • Pemberdayaan teman sebaya dan konseling HIV dan AIDS di sekolah. • Tidak ada diskriminasi kepada guru dan peserta didik yang mengidap HIV DAN AIDS dan penyakit menular lainnya • Pendidikan kesehatan yang memfokuskan kepada pencegahan dan bahaya penyakit menular lainnya. • Adanya akses terhadap upaya pencegahan melalui media
Kekerasan dan pelecehan seksual terhadap peserta didik.	<ul style="list-style-type: none"> • Jaminan hukum bahwa kekerasan dan pelecehan seksual itu dilarang di sekolah. • Sosialisasi perundangan agar dikenal dan diterima semua orang. • Pemberdayaan remaja untuk melaporkan kasus-kasus yang ditemukan. • Memperkuat tindakan kedisiplinan yang efektif untuk mereka yang melakukan kekerasan.
Sosialisasi tentang kesehatan dan gizi sekolah.	<ul style="list-style-type: none"> • Pelatihan dan pemanfaatan tenaga guru untuk ikut menangani kesehatan dan gizi peserta didik, serta melakukan kerja sama dengan tenaga kesehatan, juga melibatkan masyarakat setempat. • Peraturan untuk pengelola kantin dan pedagang makanan kaki lima di sekitar sekolah berkenaan dengan kualitas, kebersihan, dan stiker makanan yang dijual.

Advokasi Kebijakan Sekolah untuk Kesehatan

Melaksanakan kebijakan untuk menjamin lingkungan belajar yang inklusif, melindungi, dan sehat memerlukan dukungan yang luas. Untuk memperoleh dukungan ini dimulai dengan advokasi, yaitu, mengembangkan pesan persuasif dan bermakna yang membuat para pengambil keputusan melihat bahwa kebijakan tersebut memang dibutuhkan.

Contoh Kegiatan: Mengidentifikasi Kebijakan Sekolah Untuk Kesehatan dan Keamanan

- Bentuk kelompok kecil yang anggotanya terdiri dari mitra kita yang memiliki kesamaan pandangan untuk mempromosikan kesehatan sekolah dalam rangka meningkatkan proses pembelajaran. Mitra ini mungkin seseorang yang aktif mengajak anak bersekolah, Tim Koordinasi LIRP di sekolah, atau mereka yang terlibat dalam pemetaan sekolah-masyarakat dan pembuatan profil peserta didik.
- Bentuk dua atau tiga kelompok dan kemudian ajak mereka memikirkan bagaimana kesehatan dan keamanan anak dan keluarganya berpengaruh di sekolah. Rumuskan

dan catat aspek-aspek positif dan negatifnya.

- Berikan tiap kelompok kertas besar. Minta mereka menuliskan masukan/ide pada kertas tersebut tentang bagaimana kesehatan dan keamanan anak-anak dan keluarganya bisa mempengaruhi sekolah.
- Setelah tiap kelompok selesai, diskusikan ide tersebut. Kemudian pilih tiga atau empat isu yang paling menarik untuk dikemukakan.
- Melalui kerja sama, kembangkan pesan yang dapat digunakan secara efektif untuk menjelaskan kebijakan sekolah tentang kesehatan. Kita dapat menggunakan contoh berikut sebagai panduan.

Beberapa alasan untuk Menciptakan Kebijakan Sekolah Untuk Kesehatan

Isu	Pesan
Sekolah bekerja keras untuk memberikan pengetahuan dan kecakapan yang dibutuhkan sebagai bekal kehidupan peserta didik. Tetapi sekolah akan ditinggalkan peserta didiknya jika sekolah kotor, fasilitas toilet tidak memadai atau tidak ada jaminan keamanan ketika peserta didiknya pergi dan pulang dari sekolah.	Pengelolaan dana, waktu, dan sumber daya yang baik di sekolah merupakan investasi yang sangat penting, tetapi jika pengelolaan sumber daya pendidikan tersebut tidak baik, ini tidak menjadi jaminan bagi peserta didik untuk betah bersekolah di tempat tersebut.
Kehadiran peserta didik di sekolah akan menurun, jika orang tua khawatir akan keselamatan anaknya atau ketika sekolah tidak memiliki sumber daya yang cukup untuk memberikan layanan kesehatan dan gizi yang bermanfaat untuk anak mereka.	Untuk mengatasi hal tersebut, perlu adanya kerja sama dengan keluarga dan masyarakat.
Anak-anak, khususnya anak perempuan yang sakit, kelaparan, lemah diakibatkan sakit oleh parasit atau kelelahan karena melakukan pekerjaan kasar sehingga tidak dapat belajar dengan baik. Masalah kesehatan emosi dan fisik dapat dicegah, khususnya anak-anak yang telah dibantu pembelajarannya melalui penanganan secara baik.	Kita dapat melakukan usaha tersebut apabila anak laki-laki dan perempuan tersebut memiliki kemampuan untuk belajar di sekolah.

Menjalin Kesepakatan

Setelah program kebijakan dirumuskan, dilaksanakan sosialisasi dengan tujuan menggalang dukungan yang dibutuhkan untuk melaksanakan kebijakan sekolah tentang kesehatan. Salah satu cara untuk menggalang dukungan adalah dengan dialog tentang lingkungan sekolah inklusif yang sehat. Kita dapat memulai dengan dua kegiatan, yaitu:

Contoh Kegiatan: Menjalin Kesepakatan untuk Mengembangkan Kebijakan

- Menjalin kerja sama dengan semua pihak yang peduli dan memiliki kesamaan pandangan dapat membantu dalam mengidentifikasi dan mensosialisasikan kesehatan sehingga meningkatkan kualitas pembelajaran. Libatkan para ahli di bidang kesehatan untuk berbicara masalah pentingnya kesehatan bagi peserta didik. Tim yang terbentuk akan menjadi Tim Kesehatan Sekolah yang dapat mengarahkan dan memonitor kebijakan serta program kesehatan sekolah.
- Mintalah tiap orang untuk memberikan pendapatnya tentang kebijakan sekolah yang berkaitan dengan kesehatan, keamanan, dan proses pembelajaran. Khususnya diperuntukkan untuk peserta didik dengan beragam latar belakang dan kemampuan. Buat daftar ini pada kertas poster yang besar atau tempat menulis lainnya yang sesuai. (Kegiatan ini juga dapat dilakukan dalam kelompok kecil selain secara individu.)
- Mintalah tiap orang untuk memberikan satu atau dua pendapat yang dibutuhkan untuk memperbaiki kesehatan, keamanan dan proses pembelajaran. Tuliskan semuanya dalam satu kolom di sisi kiri kertas poster.
- Anggota kelompok, mengidentifikasi beberapa alasan mengapa kebijakan tersebut harus dilaksanakan atau direvisi. Tuliskan ini dalam satu kolom (di sisi kanan kertas poster).
- Bersepakat untuk mengembangkan rencana aksi untuk melaksanakan atau mengubah kebijakan tersebut.

Contoh Kegiatan: Menjalin Kesepakatan melalui Diskusi

Untuk meningkatkan dukungan tentang kesehatan sekolah, dapat dilakukan dengan melibatkan berbagai kalangan. Hal ini dapat dilakukan dengan cara sebagai berikut:

- Bicarakan tentang hal-hal yang dapat mengganggu kesehatan yang mempengaruhi proses pembelajaran peserta didik secara umum, juga bagaimana kebijakan dan program sekolah dapat bermanfaat bagi peserta didik, staf dan masyarakat. Kunjungi tokoh masyarakat untuk mendiskusikan gagasan-gagasan tersebut.

- Adakan pertemuan dengan orang tua, masyarakat, dan peserta didik untuk mendiskusikan berbagai hal yang berkaitan dengan kesehatan sekolah.
- Kemukakan kebutuhan yang akan dijadikan sebagai dasar kebijakan dan program kesehatan sekolah melalui berbagai cara dan media (cetak dan/atau elektronik).
- Adakan lomba membuat tema atau slogan dan kegiatan lainnya berkenaan dengan kesehatan sekolah.

Ketika kita mempromosikan kebutuhan akan kebijakan dan program kesehatan sekolah khususnya yang ditujukan untuk melayani kebutuhan peserta didik dengan latar belakang dan kemampuan yang beragam, kita langsung akan mengetahui masyarakat yang mendukung kebijakan tersebut. Orang-orang ini bisa saja menjadi advokat yang kuat, dan mereka dapat membantu kita sekaligus mencari jalan keluarnya jika timbul penolakan atau kesalahpahaman yang mungkin muncul mengenai masalah kesehatan sekolah. Cara lain yang bermanfaat untuk hal ini adalah dengan menciptakan suatu Komite Penasehat Kesehatan yang beranggotakan berbagai lapisan masyarakat.

Catatan untuk mengingatkan:

Kebijakan sekolah tentang kesehatan harus memberikan manfaat pada semua peserta didik dari berbagai kelompok masyarakat. Kebijakan yang berkaitan dengan kebutuhan peserta didik tampaknya yang paling banyak mendapat dukungan.

Monitoring dan Evaluasi Tentang Kebijakan Sekolah

Setelah kita mendapatkan dukungan untuk mengembangkan kebijakan kesehatan dan keamanan sekolah, langkah berikutnya adalah melaksanakan evaluasi dan monitor kebijakan sekolah tentang kesehatan.

Contoh Kegiatan: Monitoring dan Evaluasi Kebijakan Sekolah Ceklis di bawah ini masih bisa dikembangkan sesuai kebutuhan

Apakah sekolah memiliki kebijakan menentang diskriminasi? (beri tanda jika ya)

- Menghargai hak peserta didik serta memberi kesempatan dan perlakuan yang setara tanpa memandang jenis kelamin, fisik, intelektual, sosial, emosional, bahasa, atau karakteristik lainnya.
- Adanya perlindungan dari pelecehan atau penyiksaan seksual dan ada tindakan kedisiplinan yang efektif untuk mereka yang melakukannya.
- Memberikan layanan untuk peserta didik berkebutuhan khusus sehingga mereka dapat mengakses kelas dan fasilitas belajar lain yang diperlukan dalam lingkungan yang sehat.

- Adanya pertimbangan bagi siswi hamil (kehamilan di luar kemauannya) untuk tetap mendapatkan layanan pendidikan.
- Jumlah WC memadai.
- Pengelolaan dan penanganan sampah yang tepat.
- Fasilitas air dan sanitasi terpelihara dengan baik.
- Adanya pelatihan bagi peserta didik untuk mekanisme daur ulang sampah.

Apakah sekolah menjamin memiliki kebijakan untuk mempromosikan pendidikan kesehatan berdasarkan kecakapan hidup?

- Menghargai Penyediaan pendidikan kesehatan dan kehidupan keluarga yang sesuai usia, dan berdasarkan kecakapan hidup yang diambil dari kurikulum pendidikan dasar.
- Program untuk mencegah atau mengurangi perilaku beresiko yang berkaitan dengan kehamilan yang tidak diinginkan, penyiksaan, HIV dan AIDS, dll.
- Bantuan sosial dan konseling untuk peserta didik yang mengidap HIV dan AIDS, termasuk yatim piatu.
- Memberikan layanan di dalam dan di luar sekolah untuk menangani masalah kesehatan remaja, khususnya anak perempuan.

Apakah sekolah menjamin memiliki kebijakan untuk mempromosikan layanan kesehatan dan gizi?

- Pemeliharaan catatan kesehatan sekolah untuk tiap peserta didik. † Pemeriksaan status gizi, gigi, dan kesehatan secara teratur.
- Semua peserta didik mempunyai kesempatan yang sama untuk dapat melaksanakan latihan fisik dan rekreasi.
- Adanya pelatihan untuk memberikan layanan kesehatan yang sederhana
- Mekanisme tindakan darurat yang efektif dan tepat saat ada yang luka-luka atau bencana alam.
- Bantuan makanan tambahan untuk peserta didik yang rentan seperti anak kurang gizi.
- Tata tertib bagi pengelola kantin sekolah dan pedagang makanan kaki lima berkenaan dengan kualitas kebersihan makanan yang dijual.

- Keterlibatan masyarakat setempat dalam mengembangkan dan memberikan pendidikan serta layanan kesehatan dengan sasaran anak pra sekolah dan usia sekolah.

Untuk Diingat: Lakukanlah secara bertahap!

Contoh Kegiatan: Mengidentifikasi Masalah Kesehatan Masyarakat

Kemampuan anak, dengan latar belakang dan kemampuan yang beragam, untuk tetap bersekolah terletak bukan hanya pada kebijakan dan program yang dilaksanakan oleh sekolah, tetapi juga pada seberapa baik kebijakan tersebut berhubungan dengan masalah kesehatan di masyarakat tempat anak berdomisili. Kebijakan dan program sekolah harus dikembangkan untuk memecahkan masalah yang mempengaruhi anak dan lingkungan belajarnya yang paling dekat, bekerja sama dengan pemimpin setempat, juga dengan keluarga anak dan masyarakat. Berdasarkan pengetahuan kita tentang masalah kesehatan, gunakan daftar di bawah ini untuk mencatat hal-hal yang biasa terjadi di masyarakat. Lingkari angka untuk mengindikasikan seberapa serius kondisinya.

Masalah Kesehatan	Seberapa Serius	Pengaruhnya kepada Peserta Didik, Guru, Sekolah dan Masyarakat	Kebijakan dan Tindakan Sekolah yang ditempuh
Penyalahgunaan miras	1 2 3 4 5		
Merokok	1 2 3 4 5		
Penyakit kekebalan tubuh	1 2 3 4 5		
Luka-luka	1 2 3 4 5		
Masalah penglihatan dan pendengaran	1 2 3 4 5		
Penyakit cacangan	1 2 3 4 5		
Malaria	1 2 3 4 5		
Masalah kesehatan mental	1 2 3 4 5		
Kekurangan gizi mikro (vitamin A, zat besi, iodium)	1 2 3 4 5		
Kekurangan gizi protein	1 2 3 4 5		
Masalah kesehatan mulut	1 2 3 4 5		
Infeksi pernapasan	1 2 3 4 5		
Air yang tidak bersih	1 2 3 4 5		
Sanitasi buruk	1 2 3 4 5		
HIV dan AIDS dan Infeksi yang Ditularkan dari Hubungan Seksual (STI)	1 2 3 4 5		
Kehamilan yang tak diharapkan	1 2 3 4 5		
Kekerasan (di luar dan dalam sekolah/rumah)	1 2 3 4 5		
Lainnya	1 2 3 4 5		

Dari hasil ceklis, identifikasikan kebijakan yang diperlukan untuk mengurangi masalah di sekolah. Sebagai contoh, jika merokok merupakan masalah serius sehingga mengganggu kesehatan guru, anggota keluarga dan anak (melalui merokok langsung atau pasif), sekolah harus memformulasikan dan memperkuat kebijakan untuk membuat sekolah bebas rokok. Larangan ini berlaku untuk semua warga sekolah.

Mengatasi Kekerasan: Pelaksanaan Program

Di sekolah, peserta didik yang berbeda latarbelakang maupun kemampuan rentan akan terjadi diskriminasi dan kekerasan, misalnya, upaya untuk menjauhkan mereka dari yang lain di dalam sekolah dan kadang-kadang di luar sekolah. Bahkan terjadinya pelecehan seksual dan kekerasan fisik yang mengakibatkan luka-luka, kematian, gangguan psikologis, perkembangan fisik yang buruk atau kerugian.

Ada tiga bentuk tindak kekerasan, yaitu:

- **Kekerasan terhadap diri sendiri** adalah perilaku membahayakan yang sengaja dilakukan untuk menyakiti diri sendiri, termasuk upaya melakukan bunuh diri.
- **Kekerasan antarpribadi** adalah perilaku kekerasan antarindividu yang berakibat pada hubungan korban-pelaku, misalnya penghinaan dan pelecehan.
- **Kekerasan yang diorganisir** adalah bentuk perilaku kekerasan yang dilakukan oleh kelompok sosial atau politik yang mempunyai tujuan politik, ekonomi atau sosial. Contoh: konflik agama atau ras yang terjadi di antara kelompok, geng atau mafia.

Penyebab Kekerasan: Kekerasan di Sekolah, Keluarga, dan Masyarakat

Faktor penyebab pada anak:

- Anak mempunyai kekurangan yang berkaitan dengan pengetahuan, misalnya: sikap cara berfikir, kurang cakap berkomunikasi, dan sebagainya;
- Penggunaan NAPZA;
- Menyaksikan atau korban kekerasan antarpribadi; dan
- Adanya akses pada penggunaan pistol dan senjata tajam lainnya.

Faktor penyebab pada keluarga:

- Kurangnya kasih sayang dan dukungan orang tua;

- Adanya kekerasan di rumah;
- Hukuman fisik dan penyiksaan anak; dan
- Memiliki orang tua atau saudara kandung yang terlibat perilaku kriminal.

Faktor penyebab yang ada di masyarakat dan lingkungan lainnya:

- Ketidak setaraan ekonomi, urbanisasi dan terlalu padat
- Tingkat pengangguran yang tinggi pada generasi pemuda
- Pengaruh media
- Norma sosial mendukung perilaku kekerasan
- Ketersediaan senjata

Contoh Kegiatan: Pemetaan Kekerasan

Banyak di antara kita yang tidak berpikir bahwa sekolah dan masyarakat bisa menjadi tempat terjadinya kekerasan. Tapi sayangnya, banyak kekerasan yang tidak kelihatan karena korban tidak melaporkannya pada guru. Lagi pula, peristiwa kekerasan bisa terjadi di luar sekolah, seperti ketika seorang anak dianiaya atau dilecehkan dalam perjalanan ke sekolah, tapi pengaruhnya dibawa ke sekolah dan kelas.

Menentukan tingkat kekerasan di sekolah dapat dilakukan dengan beberapa cara, seperti dengan bertanya kepada peserta didik untuk menjawab kuisisioner dan melibatkan mereka dalam diskusi kelompok atau melalui pemetaan. Tujuan pemetaan kekerasan di sekolah adalah untuk menentukan di mana dan kapan kekerasan terjadi, jenis kekerasan apa yang ada (merusak diri, antarpribadi, terorganisir), dan siapa yang biasanya menjadi korban dan pelaku.

Proses pemetaan bisa menjadi alat berharga untuk memonitor dan mengontrol kekerasan, karena hal ini dapat:

1. Mendorong peserta didik, guru dan staf sekolah lainnya untuk mulai membicarakan tentang kekerasan di sekolah, yang dapat mengarah pada pembuatan kebijakan yang lebih efektif.
2. Membantu mengevaluasi program intervensi kekerasan yang dibuat untuk mendukung kebijakan melawan kekerasan di sekolah; dan meningkatkan keterlibatan sekolah dalam mengatasi timbulnya kekerasan lainnya.

Untuk memetakan kekerasan di sekolah, kita dapat menggunakan suatu proses yang serupa dengan pemetaan sekolah-masyarakat yang diberikan sebelumnya. Mulai dengan memberikan peta sekolah kepada guru dan peserta didik atau mereka yang dapat membuat peta sendiri dan minta mereka untuk mengidentifikasi tempat terjadinya kekerasan. Kemudian kita dapat menganalisis peta ini untuk mengidentifikasi lokasi terjadinya kekerasan.

Intervensi dan kebijakan yang diprakarsai dan dilaksanakan guru memegang peranan penting dalam mengurangi tindak kekerasan di sekolah. Diskusi kelompok harus diadakan untuk membicarakan tentang lokasi "titik rawan" kekerasan yang terjadi di sekolah, mengapa beberapa anak rentan terhadap kekerasan, dan apa yang harus dilakukan untuk mengurangi kekerasan di lokasi dan di antara peserta didik tersebut.

Meningkatkan partisipasi anggota masyarakat dalam menghentikan kekerasan yang terjadi di sekolah juga dapat memperbaiki lingkungan masyarakat. Ini sangat penting, khususnya apabila kekerasan terjadi di luar lingkungan sekolah, seperti ketika anak datang atau pulang dari sekolah. Di sini, strategi pemetaan dapat digunakan untuk memetakan kekerasan di masyarakat dan di sekolah.

Jenis pemetaan tersebut merupakan langkah pertama yang sangat bagus dalam menjalin kerja sama dengan anggota masyarakat, untuk mengidentifikasi mengapa lokasi tertentu menjadi tempat yang paling rawan kekerasan, untuk mencari solusinya, dan untuk melaksanakan program intervensi sekolah-masyarakat yang efektif.

Indikasi Peserta Didik yang Dilecehkan

Guru yang jeli dapat melihat gejala-gejala terjadinya kekerasan pada peserta didik. Di bawah ini sejumlah karakteristik eksternal yang diperlihatkan peserta didik. Namun ingat, bahwa beberapa gejala yang muncul mungkin perilaku normal untuk anak pada waktu itu. Oleh karenanya, penting untuk memperhatikan kebiasaan pola perilaku anak agar mengetahui perilaku baru yang muncul, perilaku ekstrim atau kombinasi dari karakteristik berikut. Jika hal ini terbukti, anak harus cepat dirujuk untuk konseling dan diberi bantuan lainnya yang tepat (seperti akses terhadap layanan kesejahteraan sosial atau hukum).

Bagaimana Mengidentifikasi Anak yang Dilecehkan (emosional dan fisik)? Akibat Anak yang dilecehkan:

- Takut akan hubungan antar pribadi atau terlalu mengalah/tunduk;
- Menarik diri, agresif atau aktif secara abnormal (hiperaktif);
- Seringkali lesu atau mudah marah, memisahkan diri; atau
- Tidak ada rasa sayang atau terlalu menunjukkan rasa sayang (disalahartikan-merayu).

Gejala Fisik:

- Memar, luka bakar, bekas luka/goresan, bilur, tulang patah, luka-luka yang terus ada atau tak ketahuan penyebabnya;
- Penyakit yang ditularkan melalui hubungan seksual; atau
- Luka, pendarahan, atau gatal-gatal di sekitar kelamin.

Perilaku dan Kebiasaan:

- Mimpi buruk;
- Takut pulang ke rumah atau ke tempat lain;
- Takut berada dekat pada orang tertentu;
- Kabur dari sekolah;
- "Nakal"; atau
- Suka berbohong.

Perilaku yang tidak sesuai dengan perkembangan umur:

- Mengisap jempol;
- Aktivitas atau kesadaran seksual termasuk pelacuran;
- Penyimpangan seksual;
- Mengompol;
- Penyalahgunaan alkohol atau zat lainnya;
- Menyerang anak yang lebih muda; atau
- Memikul tanggung jawab orang dewasa.

Perilaku berkaitan dengan pendidikan

- Rasa ingin tahu, imajinasi yang ekstrim;
- Kegagalan akademis;
- Tidur di kelas; atau
- Ketidakmampuan berkonsentrasi.

Indikator emosional:

- Depresi;
- Fobia (ketakutan yang berlebihan, misalnya takut kegelapan, takut toilet umum, dll.);
- Melukai diri sendiri;
- Melukai atau membunuh binatang; atau
- Reaksi spontanitas dan kreatifitas berkurang.

Tanda-tanda Peserta Didik yang Rentan Kekerasan

Di bawah ini beberapa karakteristik anak yang rentan dan apa yang harus dilakukan untuk membantu peserta didik tersebut.

Bagaimana Mengidentifikasi dan Membantu Anak yang Rentan Kekerasan? Faktor yang memungkinkan Peserta didik rentan terhadap kekerasan:

- Keluarga yang tidak harmonis;
- Orang tua yang menyalahgunakan zat adiktif atau menderita gangguan mental;
- Pengabaian;
- Perilaku tak pantas atau agresif di kelas;
- Gagal atau kurang bertanggung jawab pada sekolah;
- Kecakapan sosial yang terbatas;
- Ikut teman yang menggunakan alkohol atau narkoba atau ikut serta dalam perilaku yang beresiko lainnya;

- Status ekonomi yang rendah; atau
- Perilaku yang menunjukkan pemakaian narkoba, alkohol atau rokok pada usia dini.

Faktor positif yang dapat membantu mengurangi risiko:

- Ikatan keluarga yang kuat, keterlibatan keluarga dalam kehidupan anak;
- Sukses di sekolah;
- Kecakapan sosial yang baik;
- Aktif dalam kegiatan masyarakat setempat; atau
- Membangun hubungan yang baik setidaknya dengan satu orang dewasa seperti guru.

Sekolah bisa membantu dengan melakukan beberapa hal sebagai berikut:

- Meningkatkan hubungan yang mendukung dan aman;
- Hadir di sekolah secara teratur dan bermakna;
- Mengembangkan kecakapan pribadi dan sosial;
- Meningkatkan kecakapan akademis;
- Membangun jaringan sosial yang suportif;
- Mendorong nilai-nilai positif;
- Mengajarkan pemahaman bagaimana mengakses informasi;
- Menyampaikan pemahaman bagaimana menunda keterlibatan penggunaan NAPZA atau perilaku beresiko lainnya; atau
- Memfasilitasi akses terhadap konseling.

Cara Mencegah Kekerasan di antara Peserta Didik

Langkah-langkah untuk mencegah kekerasan di sekolah:

1. Buat peraturan yang tegas dan konsisten terhadap perilaku agresif.
2. Didik peserta didik dengan pola perilaku yang sehat dan tanpa kekerasan.
3. Pelajari dan terapkan pola tanpa kekerasan untuk menegakkan kedisiplinan dan terus mengoreksi ketika anak berperilaku tidak pantas (menggunakan kedisiplinan/hukuman fisik mengajarkan anak bahwa agresi merupakan bentuk kontrol yang benar).
4. Perlihatkan diri kita sebagai contoh panutan yang baik untuk mengatasi konflik tanpa kekerasan.
5. Tingkatkan komunikasi yang baik dengan anak kita (seperti mau mendengarkan).
6. Laksanakan supervisi tentang keterlibatan anak yang berhubungan dengan media, sekolah, kelompok teman sebaya, dan organisasi masyarakat.
7. Berikan harapan yang sesuai untuk semua anak.
8. Dorong dan puji anak ketika selesai membantu orang lain dalam memecahkan masalah tanpa kekerasan.
9. Identifikasi masalah narkoba, alkohol atau zat adiktif lainnya.
10. Ajarkan mekanisme yang tepat untuk mengatasi situasi krisis.
11. Minta bantuan dari para ahli (sebelum terlambat).
12. Arahkan upaya masyarakat untuk melakukan analisis kekerasan di sekolah dan masyarakat (seperti melalui pemetaan) dan untuk mengembangkan layanan dukungan berbasis masyarakat dan sekolah yang diimplementasikan secara efektif.
13. Berikan kesempatan anak untuk melatih kecakapan hidup (Life Skills) khususnya bagaimana memecahkan masalah tanpa kekerasan.

Perangkat 6.2

Memberikan Kecakapan Hidup Kepada Anak

Pendidikan Kesehatan Berbasis Kesehatan

Semua anak dengan latar belakang dan kemampuan yang berbeda memerlukan kecakapan agar dapat menggunakan pengetahuannya tentang kesehatan untuk mempraktekkan kebiasaan sehat dan menghindari kebiasaan yang tidak sehat. Satu cara untuk menanamkan kecakapan ini adalah melalui "pendidikan kesehatan berbasis kecakapan."

Sekolah mengajarkan pendidikan kesehatan. Tetapi bagaimana pendidikan kesehatan berbasis kecakapan ini berbeda dengan pendekatan lain terhadap pendidikan kesehatan?

Pendidikan kesehatan berbasis kecakapan memfokuskan pada perubahan perilaku kesehatan yang spesifik dalam hal pengetahuan, sikap dan kecakapan. Ini membantu anak untuk menentukan dan membiasakan (tidak hanya belajar tentang itu) perilaku sehat.

- Pendidikan kesehatan berbasis kecakapan memfokuskan pada perubahan perilaku kesehatan yang spesifik dalam hal pengetahuan, sikap dan kecakapan. Ini membantu anak untuk menentukan dan membiasakan (tidak hanya belajar tentang itu) perilaku sehat.
- Program pendidikan kesehatan berbasis kecakapan dirancang dengan mempertimbangkan kebutuhan dan hak peserta didik, sehingga cocok bagi kehidupan remaja sehari-hari.
- Keseimbangan dalam kurikulum, antara lain dalam hal: (i) pengetahuan dan informasi, (ii) sikap dan nilai, dan (iii) kecakapan hidup.
- Anak tidak hanya menjadi penerima informasi pasif, tetapi berpartisipasi aktif dalam belajar melalui metode belajar dan mengajar partisipatori.

Dalam pendidikan kesehatan berbasis kecakapan, anak berpartisipasi dalam penyatuan pengalaman belajar untuk mengembangkan pengetahuan, sikap dan kecakapan hidup. Kecakapan ini membantu anak belajar membuat keputusan yang baik dan melakukan tindakan positif agar mereka tetap sehat dan aman. Ini juga bisa menjadi pola sikap, berupa pemecahan masalah, atau cara berkomunikasi kesediaan dan perilaku yang membantu anak bekerja sama dengan sesama, khususnya mereka yang beragam latar belakang dan kemampuan.

Kecakapan ini sering disebut Kecakapan hidup. Kecakapan hidup sangat penting dalam hidup sehat dan bahagia. Pengajaran kecakapan hidup disebut "Pendidikan berbasis kecakapan hidup", yang merupakan istilah yang sering digunakan dalam pendidikan. Perbedaan antara keduanya terletak pada jenis isi atau topik yang tercakup di dalamnya. Pada pendidikan berbasis kecakapan hidup, tidak semua isinya berkaitan dengan kesehatan, misalnya kemampuan membaca dan berhitung yang berbasis kecakapan hidup.

Istilah "kecakapan hidup" mengacu pada sekelompok besar kecakapan psiko-sosial antar pribadi yang dapat membantu anak membuat keputusan, berkomunikasi secara efektif dan mengembangkan kecakapan mengurus diri sehingga dapat membantu mereka menjalani kehidupan produktif dan sehat. Kecakapan hidup mungkin ditujukan pada pengembangan tindakan pribadi seseorang dan tindakan kepada orang lain, serta tindakan untuk mengubah lingkungan sekeliling agar kondusif untuk kesehatan.

Kecakapan hidup juga dihubungkan dengan pengembangan perilaku yang baik, misalnya kecakapan dalam mendengarkan orang lain. Ketika kita mendengarkan mereka, kita menunjukkan rasa hormat.

Empat sikap yang paling penting untuk dikembangkan melalui pendidikan kesehatan berbasis kecakapan:

1. Penghargaan diri seperti saya ingin bersih, bugar dan sehat.
2. Penghargaan diri dan percaya diri, seperti saya tahu saya bisa mempengaruhi dan membuat perbedaan atas kesehatan keluarga saya, walaupun saya masih kecil.
3. Hargai orang lain seperti saya perlu mendengarkan orang lain, menghormati mereka dan kebiasaannya bahkan walaupun mereka berbeda atau walaupun saya tidak menyetujui mereka.
4. Peduli kepada orang lain, seperti saya melakukan yang terbaik untuk membantu orang, lebih sehat, khususnya mereka yang membutuhkan bantuan saya.

Refleksi: Guru dan Kecakapan Hidup

Memberikan kecakapan hidup kepada peserta didik memerlukan contoh orang dewasa. Untuk kegiatan ini, tanyakan pada diri sendiri, "Bagaimana saya menghargai diri, percaya diri, menghormati dan peduli kepada orang lain?"

Isilah tabel berikut dan identifikasi tindakan apa yang mencerminkan perilaku diri sendiri dan untuk kebaikan peserta didik. Cobalah beberapa perilaku ini selama dua atau empat minggu. Apakah terjadi perubahan dari sisi perasaan kita atau perlakuan orang lain kepada kita?

Perilaku	Apa yang saya lakukan sekarang	Apa yang juga dapat saya lakukan (perilaku baru)
Hormati diri (seperti cara memperbaiki diri)		
Penghargaan diri, percaya diri (seperti cara yang menunjukkan diri sendiri bahwa saya seseorang yang berharga)		
Menghormati orang lain (seperti cara menunjukkan kekaguman kepada orang lain atau mempertimbangkan perasaan orang lain)		
Peduli kepada orang lain (seperti cara membantu orang lain untuk memperbaiki dirinya)		

Setelah mencoba kegiatan ini, jangan lupa untuk mencobakan bersama peserta didik kita juga. Minta mereka mengisi tabel dan tentukan bagaimana mereka dapat meningkatkan perilaku menghormati diri, menghargai diri, menghormati dan peduli kepada orang lain.

Kecapakan Apa yang Diperlukan?

Tidak ada daftar kecakapan baku dalam kecakapan hidup. Tabel di bawah ini menyebutkan kecakapan yang dianggap penting. Kecakapan mana yang dipilih atau ditekankan, bergantung pada topik, situasi sekolah dan masyarakat kita serta yang paling sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Walaupun disebutkan dalam tabel secara terpisah, kecakapan tersebut sebenarnya saling melengkapi. Sebagai contoh, pengambilan keputusan sering terkait dengan berpikir kreatif dan kritis (“Apa saja pilihan saya”). Akhirnya, kalau kecakapan ini berfungsi bersama, perubahan yang kuat akan dapat terjadi, khususnya apabila didukung dengan strategi lain, seperti kebijakan sekolah, layanan kesehatan dan media.

Kecakapan Komunikasi Antarpribadi	Kecakapan Berpikir Kritis dan Pengambilan Keputusan	Kecakapan untuk Menanggulangi dan Manajemen Diri
<p>Kecakapan komunikasi antar pribadi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Komunikasi verbal atau non verbal • Menyimak secara aktif • Mengekspresikan perasaan; memberikan dan menerima umpan balik (tanpa menyalahkan) <p>Kecakapan negosiasi/ penolakan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Negosiasi dan manajemen konflik • Kecakapan pementapan • Kecakapan menolak <p>Empati</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kemampuan untuk mendengarkan memahami kebutuhan dan keadaan orang lain serta ekspresikan pemahaman tersebut. • Kerjasama dan kerja tim • Hormati kontribusi orang lain dan gayanya yang berbeda • Mengakses kemampuan diri dan berkontribusi kepada kelompok <p>Kecakapan Advokasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kecakapan mempengaruhi • Kecakapan Persuasi • Kecakapan Jejaring dan memotivasi 	<p>Kecakapan Pengambilan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Keputusan dan pemecahan masalah • Kecakapan mengumpulkan informasi • Mengevaluasi konsekuensi masa depan untuk memberikan tindakan untuk diri dan orang lain • Menentukan solusi alternatif terhadap masalah • Kecakapan analitis tentang pengaruh nilai nilai dan sikap diridan orang lain tentang motivasi <p>Kecakapan berpikir kritis</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menganalisis pengaruh teman sebaya dan media • Menganalisis sikap, nilai, norma sosial dan kepercayaan dan faktor yang mempengaruhinya • Mengidentifikasi informasi dan sumber informasi yang relevan 	<p>Kecakapan untuk meningkatkan tempat pengontrol internal</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kecakapan harga diri dan kepercayaan diri • Kecakapan kesadaran diri termasuk hak, pengaruh, nilai-nilai, kekuatan dan kelemahan. • Kecakapan meraih tujuan • Kecakapan evaluasi diri, asesmen diri dan monitoring diri. <p>Kecakapan untuk mengelola perasaan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Manajemen rasa marah untuk mengatasi kesedihan dan kecemasan. • Kecakapan • Penanggulangan untuk mengatasi kehilangan, penyiksaan dan trauma <p>Kecakapan untuk mengelola stres</p> <ul style="list-style-type: none"> • Manajemen waktu • Berpikir positif • Teknik rileksasi

Bagaimana Kecakapan Ini Diterapkan?

Dengan mengajarkan kecakapan kepada anak, seperti tertera dalam tabel di atas, mereka akan dapat menangani banyak tantangan dalam hidup yang dapat mempengaruhi kesehatan mereka dan kesehatan orang-orang di sekelilingnya. Berikut adalah beberapa cara agar pendidikan kesehatan berbasis kecakapan dapat digunakan di sekolah untuk mencegah masalah kesehatan. Diskusikan dengan rekan tentang apa dampak masalah ini terhadap peserta didik, dan apakah kecakapan yang disebutkan di bawah ini menjadi fokus pendidikan kesehatan berbasis kecakapan. Jika "Ya", kegiatan yang disebutkan selanjutnya tentang HIV dan AIDS dapat diadopsi untuk mengatasi masalah ini juga.

Pencegahan Penyalahgunaan NAPZA

Penyalahgunaan zat adiktif berarti penggunaan berlebihan NAPZA seperti narkoba, tembakau/rokok dan alkohol, menghirup lem. Untuk mengidentifikasi peserta didik yang diduga menyalahgunakan zat adiktif, kita harus mengobservasi perilaku mereka secara dekat.

Gejala-gejala yang mungkin mengindikasikan keterlibatan NAPZA:

- Perubahan kepribadian, suasana emosional yang berubah-ubah;
- Perubahan fisik seperti turun atau naiknya berat badan, bicara tidak jelas, gaya berjalan yang terhuyung-huyung, reaksi yang lemah, berkeringat, terlalu aktif bicara, senang menghayal, mual dan muntah;
- Perubahan dalam prestasi sekolah;
- Menelpon atau menerima telpon dan melakukan pertemuan secara diam-diam; atau
- Selalu membutuhkan uang.

Kita harus mengembangkan hubungan positif dengan keluarga mereka sehingga mereka merasa yakin tentang peran sekolah dan berbagi kepedulian terhadap anak. Untuk mencegah penyalahgunaan NAPZA, satu atau gabungan kecakapan hidup peserta didik diharapkan mampu untuk:

- Menolak tekanan teman sebaya yang mengajak menggunakan NAPZA (pengambilan keputusan, kecakapan komunikasi dan menanggulangi emosi);
- Menolak tekanan untuk memakai NAPZA tanpa kehilangan muka atau kehilangan teman (pengambilan keputusan, kecakapan komunikasi, kecakapan hubungan antar pribadi);

- Identifikasi faktor sosial yang membuat mereka menggunakan NAPZA dan menentukan secara pribadi cara-cara menangani penyebabnya (kecakapan berpikir kritis, pemecahan masalah, pengambilan keputusan);
- Informasikan kepada orang lain tentang bahayanya dan alasan pribadi untuk tidak menggunakan NAPZA (Kecakapan komunikasi, kesadaran diri, hubungan antar pribadi);
- Secara efektif mengkampanyekan lingkungan bebas rokok, alkohol dan narkoba (kecakapan berkomunikasi);
- Identifikasi dan tolak pesan persuasif dalam iklan dan material promosi lainnya (Kecakapan berpikir positif, berkomunikasi, kesadaran diri);
- Dukung orang yang berusaha berhenti menggunakan NAPZA (Kecakapan hubungan antar pribadi, menanggulangi stres, pemecahan masalah); dan
- Mengatasi penyalahgunaan NAPZA dengan orang tua dan yang lainnya. (Kecakapan hubungan antar pribadi, menanggulangi emosi, pemecahan masalah).

Pencegahan kekerasan

Untuk pencegahan kekerasan, satu atau gabungan kecakapan hidup membuat peserta didik dapat:

- Mengidentifikasi, memilih dan melaksanakan solusi damai untuk mengatasi konflik (kecakapan pemecahan masalah, berpikir kritis, menanggulangi emosi, menanggulangi stres, Kecakapan berkomunikasi, kecakapan hubungan antar pribadi);
- Mengidentifikasi dan menghindari situasi berbahaya (kecakapan pengambilan keputusan, pemecahan masalah, berpikir kritis);
- Mengevaluasi cara untuk menghindari kekerasan yang di tayangkan di media (kecakapan berpikir kritis);
- Menolak tekanan dari teman sebaya dan orang dewasa terhadap perilaku kekerasan (kecakapan berpikir kritis, pemecahan masalah, pengambilan keputusan, menanggulangi stres, kecakapan berkomunikasi, kecakapan hubungan antar pribadi);
- Menjadi mediator dan menenangkan mereka yang terlibat dalam kekerasan (kecakapan berkomunikasi, kecakapan hubungan antar pribadi, kesadaran diri, pemecahan masalah, pengambilan keputusan, berpikir kritis, menanggulangi stres, menanggulangi emosi);

- Membantu mencegah kejahatan di masyarakat (kecakapan berkomunikasi, pengambilan keputusan, pemecahan masalah, menanggulangi emosi); dan
- Mengurangi prasangka dan meningkatkan toleransi terhadap keberagaman (Kecakapan berpikir kritis, menanggulangi stres, menanggulangi emosi, kecakapan berkomunikasi, kecakapan hubungan antar pribadi).

Makanan Sehat

Dalam hal makanan sehat, satu atau gabungan kecakapan hidup membuat peserta didik dapat:

- Mengidentifikasi dan memilih makanan serta kudapan kegemaran yang bergizi, kemudian membandingkannya dengan makanan dan kudapan yang kurang gizinya (kecakapan kesadaran diri, pengambilan keputusan);
- Mengidentifikasi dan menolak pengaruh sosial terhadap kebiasaan makan yang tidak sehat (kecakapan berpikir kritis, kecakapan berkomunikasi);
- Menghimbau orang tua untuk membuat pilihan makanan dan menu yang sehat (Kecakapan berkomunikasi, kecakapan hubungan antarpribadi); dan
- Mengevaluasi informasi gizi dari iklan dan cerita pada berita yang berkaitan dengan gizi (kecakapan berpikir kritis).

Memperbaiki Sanitasi dan Kebersihan

Meningkatkan sanitasi, pasokan air bersih, serta kebersihan makanan dan kebersihan diri dapat mencegah penyakit. Pendidikan kebersihan merupakan komponen penting dalam program peningkatan kebersihan. Melalui pendidikan kebersihan berbasis kecakapan peserta didik dapat:

- Mengidentifikasi dan menghindari perilaku serta kondisi lingkungan yang kemungkinan besar menyebabkan penyakit yang berkaitan dengan air dan sanitasi (kecakapan pemecahan masalah, pengambilan keputusan);
- Mengkomunikasikan pesan tentang penyakit dan infeksi kepada masyarakat, teman sebaya dan anggota masyarakat (kecakapan berkomunikasi kecakapan hubungan antar pribadi); dan
- Mendorong orang lain seperti teman sebaya, saudara kandung, dan anggota keluarga (kecakapan berpikir kritis, kecakapan berkomunikasi, kecakapan hubungan antar pribadi).

Sosialisasi Kesehatan Mental

Untuk kesehatan, pendidikan kesehatan berbasis kecakapan bisa menjadi bagian dari upaya yang lebih luas untuk menciptakan lingkungan psiko-sosial di sekolah. Lingkungan sekolah yang sehat dapat meningkatkan hasil belajar dan kesehatan emosi serta psiko-sosial peserta didik apabila lingkungan tersebut:

- Mengutamakan kerjasama daripada kompetisi;
- Memfasilitasi dukungan dan komunikasi yang terbuka;
- Memandang penting adanya penyediaan kesempatan kreatif; dan
- Menghindari hukuman fisik, tekanan, pelecehan, dan kekerasan.

Bagaimana Kecapakan Ini Diterapkan?

Peserta didik dapat belajar kecakapan hidup jika kita menggunakan metode pengajaran yang memberi peluang peserta mempraktekkan kecakapan ini. Inilah sebabnya CARA kita mengajar sama pentingnya dengan apa yang kita ajarkan. Berikut beberapa tips untuk pembelajaran kecakapan hidup yang aktif.

Metode Pembelajaran Aktif	Kiat-kiat untuk Keberhasilan Mengajar
<p>Kelompok diskusi:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bantu semua peserta didik untuk terlibat, berbagi pengalaman dan berikan kesempatan berpendapat tentang topik kesehatan yang penting. 2. Bantu peserta didik belajar berkomunikasi dengan orang lain dan mendengarkan orang lain ketika mereka berbagi perasaannya. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bentuk kelompok kecil (5-7 peserta didik). 2. Pilih pemimpin secara demokrasi, dan pastikan bahwa semua memiliki kesempatan yang sama. 3. Pastikan ada pengaturan dan peraturan yang memperkenankan setiap orang berpartisipasi. 4. Pastikan tugasnya jelas dan kelompok mengetahui bagaimana dan apa yang akan mereka laporkan. 5. Pastikan topik kesehatan yang dipilih mendorong peserta didik berpikir dan mengambil hikmah dari pengalamannya sendiri.

<p>Cerita:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Berikan informasi dengan cara yang menarik untuk membantu peserta didik memahami dan mengingat. 2. Perkenalkan pada topik yang sulit dan sensitif. 3. Kembangkan imajinasi peserta didik. 4. Kembangkan kecakapan berkomunikasi peserta didik (menyimak, berbicara, dan menulis). 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Gunakan cerita untuk memperkenalkan topik dan ide baru di bidang kesehatan. Buat topik tersebut menarik dan dramatis. 2. Pastikan bahwa peserta didik mengetahui dan memahami poin utama cerita termasuk kesan mereka tentang karakternya. 3. Arahkan dari cerita ke kegiatan lain, seperti drama dan menggambar. 4. Dorong peserta didik untuk menceritakan sesuatuyang telah mereka baca kepada peserta didik lain atau anggota keluarga. Dorong mereka untuk menceritakan dan menulis ceritanya sendiri.
<p>Demonstrasi Praktis:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Menghubungkan pengetahuan abstrak kepada hal yang nyata. 2. Mengembangkan kecakapan praktis dan observasi. 3. Mendorong berpikir logis. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jika memungkinkan, gunakan hal nyata (seperti makanan, larva nyamuk, dll.) daripada gambar. 2. Libatkan peserta didik dalam demonstrasi praktis. Pastikan keterlibatan guru sesedikit mungkin. 3. Minta mereka menjabarkan apa yang mereka lakukan dan alasannya kepada peserta didik lain. 4. Peserta didik dapat menggunakan dirinya sendiri, seperti belajar tentang tubuh, untuk mendemonstrasikan pertolongan pertama.
<p>Drama dan Bermain Peran:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kembangkan semua jenis kecakapan berkomunikasi. 2. Izinkan peserta didik untuk mengeksplorasi sikap dan perasaan, bahkan terhadap subjek yang sensitif seperti AIDS atau disabilitas. 3. Kembangkan percaya diri. 4. Arahkan kepada kegiatan yang membantu anak berpikir secara jelas dan membuat keputusan. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bantu dan dorong peserta didik untuk membuat drama mereka sendiri. Jangan siapkan untuk mereka semuanya. 2. Eksplorasi pembuatan dan penggunaan wayang yang sangat sederhana. 3. Sering gunakan permainan peran yang pendek (fragmen) seperti "Bayangkan kalau kamu melihat seseorang melakukan ini, apa yang kamu lakukan atau katakan ... ?" 4. Arahkan dari drama atau wayang ke diskusi; misalnya, "Mengapa orang bertindak seperti ini? Apa yang akan terjadi nanti?" 5. Selalu pastikan bahwa peserta didik telah memahami pesan tentang kesehatannya pada akhir drama. 6. Monitor perilaku mereka di luar kelas untuk melihat jika pesan tersebut telah diresapi. 7. Dalam situasi yang sulit, dimana seorang anak diejek, dorong peserta didik untuk berpikir tentang apa yang terjadi dan cara untuk membantu anak.

Kecapakan untuk Mencegah HIV dan AIDS

Bagian ini menjabarkan bagaimana pendidikan dapat digunakan untuk mencegah HIV dan AIDS dan mengurangi stigmatisasi mereka yang terjangkit penyakit ini. Selain itu kegiatan dalam bagian ini dapat diadopsikan untuk digunakan dalam menangani masalah kesehatan seperti yang dibahas di atas.

Pendidikan merupakan kunci untuk mengurangi stigma dan pemahaman yang lebih besar tentang HIV dan AIDS. Sekolah merupakan tempat penting untuk mendidik anak tentang HIV dan AIDS, serta untuk menghentikan penularan lebih lanjut dari infeksi HIV. Keberhasilan dalam melaksanakan ini tergantung pada seberapa baik kita menjangkau anak dan remaja pada waktunya untuk meningkatkan perilaku sehat yang positif dan mencegah perilaku yang beresiko.

Mengajarkan remaja tentang bagaimana mencegah terinfeksi atau tertular oleh orang lain merupakan tanggung jawab penting bagi guru. Cara ini dapat membuat peningkatan kualitas kesehatan yang penting bagi remaja di sekolah dan bermanfaat bagi peningkatan kesehatan di masyarakat.

Pendekatan berbasis kecapakan terhadap HIV dan AIDS melalui teknik belajar partisipatori (aktif) dapat:

- Membantu individu mengevaluasi diri sendiri;
- Menelaah nilai dan keyakinan pribadi;
- Menentukan tindakan yang harus dilakukan untuk melindungi diri mereka sendiri dan orang lain dari HIV; dan
- Memiliki kecapakan yang dapat membantu mereka untuk bertindak sesuai keputusan mereka.

Pendidikan kesehatan berbasis kecapakan untuk mencegah HIV dan AIDS meliputi kesehatan reproduksi dan kandungan, pendidikan kependudukan, pendidikan kehidupan keluarga, dan pencegahan penyalahgunaan NAPZA.

Cara-cara apakah yang dapat dilakukan untuk memulai program berbasis kecapakan untuk mencegah HIV dan AIDS kepada peserta didik kita? Hal ini dapat dilihat dari kegiatan pendidikan kesehatan yang dilakukan sekolah.

Perawatan terhadap HIV: obat-obatan Antiretroviral

Obat-obatan Antiretroviral adalah obat utama untuk merawat orang yang terinfeksi HIV. Ini bukan penyembuh, tapi dapat menghentikan rasa sakit yang menahun pada orang yang mengalaminya. Penderita harus minum obat-obatan setiap hari selama

hidupnya. HIV adalah sebuah virus dan ketika virus itu berada di dalam sel tubuh, virus itu akan berkembang biak, melalui replika-replika itulah HIV dapat menyebar kepada orang lain yang memiliki sel tubuh yang sehat. Dengan cara inilah virus HIV menyebar dengan cepat melalui triliunan sel sel di dalam tubuh.

Obat-obatan antiretroviral merupakan kombinasi berbagai jenis obat yang berbeda. Kombinasi obat-obatan sering menimbulkan efek samping. Efek samping muncul ketika obat membuat pengaruh yang berbeda terhadap tubuh dibandingkan obat-obat lain yang diharapkan. Beberapa orang hanya mengalami efek samping yang ringan dan mudah hilang, tetapi bagi yang lain efek sampingnya sangat menyakitkan, sehingga mereka harus mempertimbangkan obat-obatan alternatif atau kombinasi obat-obatan.

Tidak ada vaksin atau penyembuh virus HIV

Contoh Kegiatan: Apa yang Dapat Dilakukan Sekolah

1. Informatif dan Aktif

- Dapatkan informasi yang paling mutakhir dan relevan tentang HIV dan AIDS, cara penularan dan pencegahannya dan konsekuensi sosialnya.
- Pahami sikap, nilai dan perilaku peserta didik mengenai HIV dan AIDS, serta kembangkan kepercayaan diri dalam mengkomunikasikan pesan yang kita ingin sampaikan kepada peserta didik.

2. Jalin kemitraan

- Jalin kemitraan, paling tidak dengan salah seorang di sekolah kita. Kerja tim disarankan.
- Carilah informasi tentang organisasi dan lembaga yang berkecimpung dalam pencegahan dan layanan HIV dan AIDS di masyarakat kita. Temui perwakilannya dan pahami bagaimana mereka dapat membantu kita melalui informasi, alat pengajaran dan sumber lainnya.

3. Komunikasi Terbuka

- Siapkan diri untuk berdiskusi secara terbuka di kelas kita dengan lima sampai sepuluh isu yang kita anggap paling sensitif.

4. Gunakan Metode Mengajar Partisipatori

- Dapatkan pengalaman dan pengetahuan dengan menggunakan pembelajaran aktif dan metodologi partisipatori. Praktekkan metode ini dengan contoh sebelum kita menerapkannya ke seluruh kelas.
- Hindari menceramahi peserta didik kita; buat mereka memegang peran aktif di kelas. Bantu peserta didik kita untuk menjadi mitra kita dalam mencari informasi, menganalisanya, mendiskusikan epidemik, dan mengidentifikasi cara untuk mencegah infeksi.
- Kembangkan pola diskusi yang aktif.

5. Gunakan Pembelajaran yang Inovatif

- Gunakan kurikulum yang menawarkan variasi media pembelajaran. Buat kelas yang membahas tentang HIV dan AIDS lebih khusus, relevan, dan menarik untuk peserta didik kita.
- Rencanakan bermacam-macam kegiatan, setidaknya empat kelas dipisahkan untuk beberapa saat.
- Melalui pengajaran partisipatori, pesan tentang pencegahan HIV dan AIDS bisa dibawa ke rumah oleh peserta didik. Buat kartu dan surat informasi untuk dibawa pulang dan sarankan orang tua berbicara dengan anaknya tentang HIV dan AIDS.
- Libatkan orang tua dan pihak lain di masyarakat. Adakan sosialisasi untuk orang tua agar komunikasi mereka tentang pencegahan HIV dengan anaknya lebih baik lagi.

6. Penyesuaian Budaya

- Program pencegahan yang dibuat secara lokal adalah yang paling efektif ketika dihubungkan dengan tradisi, metode pembelajaran dan, kondisi setempat.
- Identifikasi pengetahuan, sikap, kepercayaan, nilai-nilai, kecakapan dan layanan di masyarakat yang secara positif dan negatif mempengaruhi perilaku dan kondisi yang paling relevan untuk penularan HIV dan AIDS.
- Berikan contoh konkrit dari budaya mereka ketika mendiskusikan pencegahan HIV dengan peserta didik.

7. Menangani nilai budaya yang sensitif

- Pengembangan program pencegahan lokal sangat efektif ketika dikaitkan dengan tradisi, metode mengajar dan terminologi lokal.
- Identifikasi pengetahuan, sikap, kepercayaan, nilai-nilai, kecakapan dan layanan di masyarakat anda yang secara positif atau negatif mempengaruhi perilaku serta kondisi yang relevan tentang penyebaran HIV dan AIDS.
- Berikan contoh-contoh yang kongkrit dari budaya mereka ketika membicarakan pencegahan HIV dengan siswa.

8. Nilai Dukungan Berbasis Teman Sebaya

- Mengembangkan tempat yang aman untuk diskusi di kelas. Mendorong peserta didik mendukung satu sama lain dalam belajar tentang pencegahan HIV dan berbicara tentang pengambilan resiko.
- Hargai keberadaan norma-norma kelompok. Coba untuk mempengaruhi pandangan mereka sehingga mereka mendukung strategi-strategi yang efektif dalam melakukan hubungan seks yang aman dan pencegahan AIDS serta penggunaan narkoba.
- Gunakan kepemimpinan kita untuk melibatkan teman sebaya atau orang yang positif HIV sebagai narasumber AIDS dalam pengajaran kita.

9. Gunakan Pendidikan Kesehatan Berbasis Kecakapan Secara Aktif

- Sosialisasikan pendidikan kesehatan berbasis kecakapan dengan target:
- Kecakapan hidup (negosiasi, asertif/ketegasan, penolakan, komunikasi).
- Kecakapan kognitif (pemecahan masalah, berpikir kritis, pengambilan keputusan).
- Kecakapan untuk menanggulangi masalah (mengatasi stres, meningkatkan kontrol diri).

Contoh Kegiatan: Apa yang Dapat Kita Lakukan dengan Peserta Didik

Peserta didik sekolah adalah masyarakat masa depan yang harus belajar bertanggungjawab kepada orang lain serta dirinya sendiri. Dengan bimbingan guru, pekerja kesehatan, dan pemimpin masyarakat, anak dapat belajar tentang bagaimana melindungi keluarga mereka, mitranya, dan diri mereka sendiri untuk melawan HIV.

Apa yang Harus Diketahui Setiap Anak

Sekolah harus mengembangkan kebijakan kesehatan yang harus diketahui setiap anak. Hal ini penting ketika mereka lulus sekolah. Pekerja kesehatan dan pemimpin kelompok remaja dapat membuat komitmen yang sama untuk menyebarkan pengetahuan yang penting ini.

Apakah AIDS itu?

AIDS adalah penyakit yang disebabkan oleh HIV. AIDS membuat orang tidak dapat melindungi dirinya dari banyak penyakit seperti diare, TBC, dan radang paru-paru. Penyakit ini dapat membuat orang menderita dan meninggal.

Bagaimana HIV menyebar?

HIV menyebar dari orang ke orang lain ke orang lain lagi:

- Dengan hubungan seksual dengan orang yang terinfeksi HIV;
- Ketika darah yang mengandung HIV diberikan dari tubuh satu orang ke orang lain, seperti lewat transfusi darah atau jarum atau alat yang tajam.
- Dari ibu yang terinfeksi ke anak dalam kandungan.

HIV tidak ditularkan melalui gigitan serangga, sentuhan atau memperhatikan dan menyayangi orang yang terjangkit HIV.

Semua guru, memiliki tanggungjawab untuk melibatkan pengajaran tentang AIDS, seksualitas dan infeksi HIV ke dalam mata pelajaran mereka. Terdapat banyak kesempatan untuk mengajarkan tentang AIDS pada masa dimana anak dan remaja berkumpul bersama, seperti di klub, pertemuan agama, kelompok remaja, pramuka, dll. Orang dewasa yang mengarahkan sesi ini dapat memilih kegiatan yang sesuai.

Di bawah ini adalah contoh kegiatan yang bisa dipakai guru untuk semua orang dewasa yang bekerja dengan anak.

Kapan dan di mana mendiskusikan tentang AIDS?

- Di klub kesehatan atau kelompok khusus anti-AIDS, di mana anak belajar tentang bagaimana AIDS ditularkan dan membuat komitmen untuk melindungi diri dan mengajarkan orang lain untuk mencegah AIDS.

- Berbicara tentang isu sensitif kadang lebih mudah dalam kelompok sesama jenis kelamin. Kelompok anak perempuan atau kelompok anak laki-laki dapat membahas masalah tentang AIDS, berbagi kekhawatiran mereka secara terbuka dan mendukung satu sama lain agar percaya diri dengan keputusan yang mereka buat. Akan lebih mudah jika ada orang dewasa yang terlibat dalam kelompok berjenis kelamin sama.

Dalam memperoleh fakta yang benar tentang HIV dan AIDS, peserta didik dapat:

- Memainkan permainan benar atau salah. Guru menuliskan pernyataan benar atau salah tentang AIDS pada kertas terpisah, seperti "Kamu bisa tertular HIV dari nyamuk" (salah); "Kamu tidak akan tertular HIV dengan berjabat tangan" (benar). Di lantai sediakan tiga area: 'BENAR', 'SALAH', dan 'TIDAK TAHU'. Tiap anak mengambil satu pernyataan, dan menempatkan di salah satu dari tiga area tadi dan menjelaskan alasan pilihan mereka. Yang lainnya bisa menyanggahnya.
- Tulis pertanyaan kuis tentang AIDS dan diskusikan jawabannya secara berpasangan.
- Bila memungkinkan, cari informasi dari koran atau lembaga kesehatan tentang jumlah kasus AIDS di negara kita. Mengapa ini sulit dibuktikan? Bagaimana sikap para pejabat terhadap AIDS? Mengapa? Mengapa angka ini dianggap remeh?
- Kunjungi pusat kesehatan setempat. Pekerja kesehatan dapat membicarakan tentang cara memberikan suntikan dan demonstrasikan sterilisasi jarum dan alat penyemprot.

Melalui diskusi dan bermain peran tentang pencegahan HIV dan AIDS, anak dapat:

- Membayangkan bagaimana HIV dan AIDS mempengaruhi kehidupan mereka. Anak menutup mata dan membayangkan dua tahun kedepan. Guru bertanya seperti:
 - Kamu akan tinggal dengan siapa?
 - Siapa teman kamu nanti?
 - Bagaimana berteman dan menunjukkan sayang?
 - Mau coba narkoba, alkohol atau rokok?
 - Bagaimana jika HIV dan AIDS menimpamu atau teman dan keluargamu?
- Kemudian anak membayangkan 10 tahun ke depan dan menjawab pertanyaan yang sama. Akhirnya mereka bisa membayangkan bahwa mereka adalah orang tua mempunyai anak usia 13 tahun. Nasihat apa yang akan diberikan kepada mereka?

- Diskusikan situasi ketika dalam keadaan sulit harus mengatakan "Tidak" dan sebutkan alasan mengapa ini terjadi. Secara berpasangan, anak dapat memerankan berbagai situasi, bayangkan bagaimana orang mencoba membujuk mereka untuk melakukan sesuatu, dan bagaimana mereka bisa mengatakan "Tidak" dengan ramah tapi tegas. Situasinya bisa berupa:
 - Ditawari rokok;
 - Pergi ke suatu tempat dengan orang yang tidak dikenal; atau
 - Pergi untuk acara malam.

Melalui diskusi dan bermain peran tentang sikap kepada orang lain yang mengidap AIDS, anak dapat:

- Mengumpulkan potongan koran tentang AIDS dan mendiskusikan sikap yang disarankan artikel.
- Menulis puisi yang mengekspresikan perasaan mereka tentang AIDS dan pengaruhnya kepada kehidupan mereka atau orang lain.
- Menggunakan gambar, seperti seseorang peduli kepada seorang teman yang mengidap AIDS, untuk membantu mereka membayangkan bagaimana perasaan mereka dalam peran seseorang dalam gambar tersebut. Mereka bisa bertanya tentang kejadian selanjutnya dari yang ditunjukkan gambar dan apa yang akan terjadi di masa datang.
- Membuat peran pendek, misalnya tentang merawat seseorang dengan AIDS di rumah. Mereka bisa memerankan sendiri, kemudian tiap anak membuat wayang untuk karakter mereka dan memberikan pertunjukkan dengan wayang kepada seluruh sekolah atau masyarakat.
- Melengkapi secara detil sebuah cerita; misalnya, sebuah cerita (khayalan) tentang peserta didik sekolah yang dianggap mengidap AIDS. Anak dibagi menjadi kelompok-kelompok untuk mempresentasikannya, dalam contoh ini, peserta didik, peserta didik lain, guru dan orang tua. Tiap kelompok secara terpisah membayangkan: "Apa yang saya rasakan?" "Apa pengaruh utama terhadap saya?" "Apa yang saya harapkan terjadi?" Setelah 15 menit, kelompok diatur ulang dan bertukar pendapat dengan mereka.
- Dengarkan cerita berikut ini, dan kemudian coba jawab pertanyaan ini:

Seorang wanita muda kembali ke desanya dari kota. Ketika dia berjalan melintasi alun-alun, orang-orang berteriak kepadanya "AIDS! AIDS!" Ayah tirinya mendesak dia untuk melakukan tes HIV sebelum dia tinggal di rumah keluarganya. Hasil tesnya positif.

- 'Teman sekelas dari seorang perempuan yang ayahnya mengidap AIDS menolak untuk masuk di kelas yang sama dengan dia. Dengan paksaan dari orang tua teman sekelasnya, anak tersebut dikeluarkan dari sekolah.'
- Bagaimana menurutmu tentang situasi ini?
- Mengapa orang-orang ini bereaksi seperti itu?
- Apakah reaksi ini membantu mencegah meluasnya AIDS?
- Apa yang akan kamu lakukan jika kamu menjadi salah satu dari karakter yang ada dalam cerita ini?

Dalam mengkomunikasikan apa yang telah mereka pelajari, anak dapat:

- Membuat dan memberikan pertunjukan lagu, peran, dan wayang tentang AIDS.
- Rancang dan buat poster untuk dipajang di kelas atau pada waktu pameran.
- Ikut dalam mempromosikan olah raga untuk kesehatan bagi pengidap AIDS.

Untuk mengetahui sejauh mana anak memahami tentang HIV dan AIDS, guru dapat:

- Mengajukan pertanyaan kepada anak untuk mengetahui apakah mereka paham apa yang menularkan HIV dan apa yang tidak.
- Meminta anak untuk menulis cerita tentang orang yang mengidap HIV atau tentang merawat orang pengidap AIDS. Kemudian lihat pada ceritanya. Apa yang mereka sampaikan tentang pengetahuan anak dan sikapnya?
- Meminta anak untuk mencari tahu bagaimana banyak sekolah setempat atau kelompok remaja memiliki klub dan kegiatan yang menangani AIDS. Apa yang mereka lakukan? Apakah anak telah bergabung dengan mereka?
- Mencari tahu apakah anak telah ambil bagian dalam kampanye anti-AIDS, membantu siapapun pengidap AIDS, atau memperingatkan anak lain tentang resiko AIDS.

Contoh Kegiatan: Membantu Pemahaman dan Tindakan**Anak Pemahaman**

1. Kumpulkan informasi tentang HIV dan AIDS serta Infeksi yang ditularkan Melalui Hubungan Seksual. (Pamflet, poster, bahan lain) yang ada di masyarakat. Diskusikan mengapa HIV berbahaya, bagaimana cara penyebarannya dan bagaimana menghindari agar tidak terjangkit.
2. Berikan kuis (benar atau salah) untuk memastikan peserta didik tahu fakta tentang HIV dan AIDS.
3. Mainkan permainan "Garis hidup" untuk mengecek apakah mereka tahu fakta tentang perilaku beresiko dan tidak beresiko.
 - Gambar garis tebal di lantai kelas (garis hidup) dan letakkan tiga kartu besar pada jalur garis tersebut.
 - Letakkan kartu 1 'Tidak beresiko' di satu ujung garis. Letakkan kartu 2 'Beresiko tinggi' di ujung garis lain.
 - Letakkan kartu 3 'beberapa resiko' di tengah. Pikirkan tentang 12 perilaku yang terkait dan tuliskan pada tiap kartu secara terpisah.
 - Letakkan kartu 3 'agak beresiko' di tengah garis.
 - Pikirkan sekitar 12 perilaku yang terkait dan tuliskan tiap perilaku itu dalam kertas yang berbeda.
 - Berikan dua atau tiga perilaku untuk tiap pasangan peserta didik.
 - Minta mereka untuk mendiskusikan perilaku dan tentukan apakah tiap perilaku tersebut tidak beresiko, resikonya rendah dan beresiko tinggi yang berkaitan dengan HIV.
 - Ajak pasangan peserta didik untuk maju dan meletakkan kartunya pada tempat yang relevan di garis hidup dan berikan alasan mereka.
 - Minta peserta didik lain untuk mengomentari dan kemudian komentari diri kita. Contoh perilaku termasuk: ciuman, mandi bersama, memakai narkoba, hubungan seksual, berjabat tangan, menyusui, minum dari cangkir yang sama, mendapatkan vaksinasi, transfusi darah, memakai sikat gigi yang sama, berjalan sendiri setelah gelap, dll.
4. Dalam kelompok, gambarlah, dan kemudian diskusikan sebuah diagram yang menunjukkan mengapa beberapa remaja melakukan seks tanpa perlindungan atau menyuntikkan narkoba.
5. Bahas ketika kesulitan muncul untuk menolak tekanan sosial. Ajak peserta didik membayangkan bagaimana orang-orang akan mencoba membujuk mereka untuk ikut serta di dalam perilaku beresiko dan bagaimana mereka dapat menghindari agar tidak terjebak situasi tidak aman.

6. Bermain peran dalam kelompok untuk mengembangkan kecakapan hidup.
 - Mintalah peserta didik untuk memilih sebuah situasi ketika mereka harus menolak tekanan sosial, seperti memakai narkoba.
 - Bagilah peserta didik menjadi dua kelompok; dua atau tiga peserta didik adalah pihak yang membujuk dan yang lain mencoba menolak mereka.
 - Mintalah pihak pembujuk untuk mencoba dan meyakinkan yang lain agar ikut melakukan perilaku tidak aman.
 - Setelah itu, bantu mereka mendiskusikan bagaimana rasanya ketika mereka diminta untuk melakukan perilaku tidak aman.
 - Bagaimana rasanya ketika pihak pembujuk tidak mau mendengarkan apa yang mereka katakan?
 - Dalam situasi kehidupan nyata, apa yang membuat kita berubah pikiran?
 - Di akhir sesi, ambil kesimpulan tentang pentingnya menghindari situasi tidak aman dan pentingnya menolak tekanan.
7. Buat peran pendek tentang merawat orang di rumah yang mengidap AIDS. Diskusikan bagaimana rasanya menjadi orang yang merawat?
8. Dengarkan sebuah cerita tentang peserta didik (cerita khayalan) yang dianggap mengidap AIDS. Bagi para peserta didik ke dalam kelompok-kelompok untuk mewakili, peserta didik, peserta didik lain, guru dan orang tua. Tanyakan pada kelompok secara terpisah untuk mempertimbangkan: "Apa yang saya rasakan?" "Apa pengaruh terbesar kepada saya?" "Apa yang saya harapkan terjadi?" Diskusikan dengan seluruh kelompok.

Tindakan

1. Hati-hati dalam menghindari situasi tidak aman.
2. Katakan dengan tegas "TIDAK" untuk berperilaku tidak aman.
3. Bantu seseorang yang mengidap HIV dan AIDS.
4. Tuliskan puisi tentang AIDS dan bacakan kepada keluarganya.
5. Buat drama tentang karakter berbahaya yang disebut HIV yang mencoba untuk mengajak orang ke dalam praktek-praktek tidak sehat. Beberapa orang terbujuk tapi yang lainnya menolak. Sekelompok anak telah mengerti bagaimana menghindari HIV, dan memberitahukan kepada yang lainnya. Karakter HIV akan melihat bahwa semakin sedikit saja orang yang mau mendengarkan dia. Peserta didik dapat memerankan pertunjukkan drama ini untuk anak lain dan untuk orang tua.
6. Buat poster dan pajangkan di sekolah, klinik, dan masyarakat.
7. Ikuti klub anti-AIDS dan rancang serangkaian kegiatan mingguan, seperti kunjungan, diskusi, drama, pertunjukan lagu dan tarian, membuat poster, dan menulis cerita atau puisi.

Perangkat 6.3

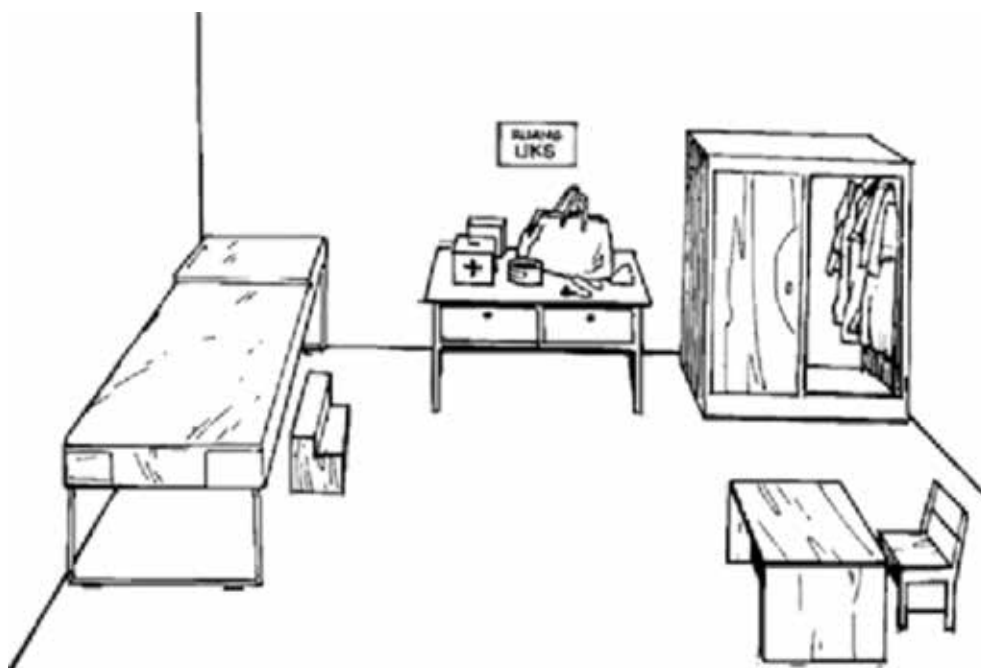
Layanan Fasilitas Kesehatan Dan Gizi Sekolah

Anak dengan latar belakang dan kemampuan yang beragam sangat rentan pada masalah kesehatan dan gizi yang buruk. Layanan fasilitas kesehatan dan gizi sekolah bisa bermanfaat bagi peserta didik melalui penyediaan makanan, mendorong kebiasaan hidup bersih, sehat dan bekerja dengan orang tua serta keluarga untuk meningkatkan ketersediaan air bersih.

Secara efektif sekolah bisa memberikan layanan kesehatan dan gizi yang sesuai dengan standar kesehatan, tetapi layanan ini masih kurang dapat dipercaya jika sekolah tidak memiliki air bersih dan fasilitas sanitasi yang memadai.

Tujuan sekolah menyediakan layanan kesehatan dan gizi dasar serta memberikan fasilitas air bersih dan sanitasi adalah untuk memperkuat kecakapan hidup dan pesan kesehatan. Sehingga sekolah dapat bertindak sebagai contoh untuk peserta didik dan masyarakat yang lebih luas.

Asesmen Situasi Sekolah



Langkah-langkah untuk asesmen layanan kesehatan dan gizi sekolah, yaitu:

1. Mendorong partisipasi anggota masyarakat, pekerja kesehatan, orang tua dan anak di dalam proses perencanaan kegiatan, meliputi:
 - Bekerja bersama untuk melengkapi kebijakan sekolah dan profil penilaian kesehatan masyarakat;
 - Membuat peta sekolah dan masyarakat, mengindikasikan lokasi layanan kesehatan, sumber air, WC dan daerah tempat anak dan orang dewasa biasanya buang air besar; atau
 - Minta anak menggambar atau menulis esai yang melukiskan "Sekolah dan Masyarakat Impian yang Bersih."
2. Prioritaskan layanan dan fasilitas yang paling dibutuhkan dengan mempertimbangkan kondisi kesehatan masyarakat dan sekolah kita.
3. Buatlah rencana kegiatan untuk mendapatkan layanan dan fasilitas kesehatan dan gizi.

Ceklis untuk Fasilitas dan Layanan Kesehatan dan Gizi Sekolah

Lengkapi ceklis berikut dengan memberi tanda , jika jawaban "ya"

Apakah sekolah saya memberikan layanan kesehatan secara menyeluruh:

- Penyediaan dan pemeliharaan buku catatan tentang gigi dan kesehatan;
- Pengukuran tinggi dan berat badan untuk mengidentifikasi anak yang kekurangan gizi;
- Mendeteksi dan perawatan kekurangan gizi mikro (seperti vitamin A, zat besi dan yodium) yang mempengaruhi pembelajaran anak;
- Program makan sehat seperti makanan atau kudapan sehat;
- Deteksi dan perawatan infeksi parasit yang menyebabkan penyakit dan kekurangan gizi;
- Deteksi dan remediasi penurunan penglihatan dan pendengaran; † Pelatihan dasar Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K);
- Tempat dan waktu pendidikan jasmani, olahraga dan rekreasi;

- Layanan kesehatan di dalam dan di luar sekolah yang ramah oleh staf yang dilatih khusus untuk pencegahan, perawatan, dan dukungan psikososial atau konseling untuk HIV dan AIDS, kehamilan, penyalahgunaan zat adiktif, pelecehan seksual, dll.;
- Prosedur dan mekanisme rujukan kesehatan sekolah;
- Hubungan dengan mekanisme lembaga sosial dan kesejahteraan anak, khususnya anak yatim piatu;
- Pencegahan dari luka-luka yang tidak diharapkan; † Peralatan P3K dan gawat darurat;
- Lingkungan sekitar yang nyaman dan kondusif untuk belajar, bermain, dan interaksi sehat dan yang mengurangi resiko pelecehan atau perilaku anti sosial;
- Kondisi yang dirancang untuk memudahkan seluruh peserta didik untuk bergerak;
- Cahaya memadai di dalam dan di luar sekolah;

Apakah sekolah saya memiliki fasilitas sebagai berikut:

- Suplai air yang cukup untuk : air minum yang sehat, mencuci tangan, dan WC;
- Monitoring dan pemeliharaan semua pasokan air;
- Fasilitas WC yang terpisah untuk anak perempuan dan laki-laki, serta guru pria, dan wanita;
- Jumlah WC yang memadai yang siap dipakai oleh semua orang di sekolah;
- Penggunaan air secara teratur dan efektif (dengan meteran) untuk mencuci tangan;
- Membersihkan fasilitas WC dengan teratur dan adanya bahan dan alat pembersih;
- Saluran buangan air yang bersih dan lancar;
- Tempat pembuangan kotoran yang higienis, aman, dan efisien;
- Tempat pembuangan sampah dan/atau mekanisme daur ulang.

Ceklis untuk Fasilitas dan Layanan Kesehatan dan Gizi Sekolah

Program Gizi Sekolah: Membantu Anak yang tidak terpenuhi kebutuhan gizinya

Anak dengan kondisi lapar tidak mungkin bisa belajar dengan baik. Sebaiknya sekolah bisa menyediakan makanan tambahan agar anak yang kurang gizi dapat dijamin mendapatkan makanan bergizi.

Memberikan makanan bergizi di sekolah efektif untuk meningkatkan tingkat melek huruf dan untuk membantu anak keluar dari kemiskinan. Ketika makanan sekolah diberikan, tingkat kehadiran dan pendaftaran baru secara signifikan meningkat. Pemberian makan di sekolah memberikan sumber gizi yang sangat penting dan memastikan pendidikan tidak terganggu.

Makanan bergizi menjamin anak menerima semua gizi yang mereka butuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan yang sehat. Ini termasuk protein, lemak, dan karbohidrat, serta gizi mikro seperti vitamin A, zat besi, dan yodium. Semua gizi mempengaruhi perkembangan fisik dan intelektual anak.

Untuk melaksanakan program makanan dan nutrisi sekolah diperlukan lima langkah dasar sebagai berikut:

Langkah 1: Menjalin kerjasama dengan Puskesmas/Balai Pengobatan setempat untuk mendeteksi dan merawat kekurangan gizi, energi-protein serta kekurangan gizi. Program UKS diharapkan dapat melayani peningkatan gizi.

Langkah 2: Selama bulan pertama sekolah, mendeteksi status gizi bagi semua anak di bawah supervisi Puskesmas/Balai Pengobatan. Untuk anak dengan kekurangan gizi, protein mempengaruhi

Langkah 3: Berdasarkan informasi yang diperoleh dari langkah 2, tentukan jenis makanan tambahan yang akan diberikan sekolah untuk memenuhi kebutuhan anak-anak. Penting untuk melibatkan keluarga dan tokoh masyarakat, karena mereka bisa menjadi sumber yang berharga untuk membantu mengadakan program gizi sekolah.

Langkah 4: Sebagai bagian dari pelatihan kecakapan hidup anak, ajarkan pada anak tentang makanan sehat yang harus mereka makan sebagai bagian dari program pendidikan kesehatan sekolah. Misalnya:

- Apakah mereka tahu anak yang terlalu kurus dan kurang gizi; dan
- Apa penyebab anak kurang gizi, mengapa?

Ingat! Doronglah anak yang lebih cakap untuk mendiskusikan alasan kekurangan gizi, seperti, "Mengapa anak ini kurang gizi?", "Mengapa dia kekurangan makanan?" Jika

jawabannya, "Keluarganya miskin," maka diskusikan:

- Mengapa keluarganya miskin;
- Apa yang dapat dilakukan untuk membantu anak yang kurang gizi ini; dan
- Apa yang harus saya lakukan untuk menghindari kekurangan gizi tersebut?

Anak dapat ikut serta memonitor status gizi dan mengembangkan program pendidikan untuk makanan tambahan pada program UKS. Mereka digerakkan sebagai "Promotor Yodium" yang mengidentifikasi makanan yang kaya kandungan yodium dan makanan yang mungkin menghambat penyerapan yodium.

Langkah 5: Pada akhir tahun ajaran dilaksanakan monitoring untuk melihat jika status gizi anak telah meningkat. Selanjutnya membuat rencana program pemberian makanan yang harus dilaksanakan pada tahun ajaran berikutnya.

Langkah yang sama bisa digunakan untuk memeriksa, mengambil tindakan terhadap masalah kesehatan lainnya, seperti kesehatan gigi dan mengontrol infeksi parasit, serta memonitor kemajuan intervensi ini.

Ide-ide untuk Menciptakan Lingkungan Sekolah yang Sehat

Tangan dan air yang bersih berpengaruh besar dalam mencegah penyakit di sekolah dan di rumah. Walaupun tampaknya mudah, tapi masih merupakan tantangan besar untuk beberapa sekolah. Kadang guru tidak tahu cara mengajarkan sanitasi dan kebersihan secara efektif serta bagaimana memobilisasi WC yang aman dan pasokan air. Strategi yang efektif yang digunakan sekarang adalah pendidikan anak-ke-anak dan anak-ke-orang dewasa tentang kebersihan dan air bersih.

Contoh Kegiatan: Melibatkan Anak dalam Pendidikan

Diare, kolera, cacingan, tipus, polio, dan penyakit lainnya disebabkan oleh kuman. Kuman ini dapat menularkan penyakit dari satu orang ke orang lain melalui tangan, debu, makanan dan minuman. Ada beberapa kegiatan yang dapat digabungkan ke dalam program pendidikan kesehatan berbasis kecakapan untuk meningkatkan kebiasaan kebersihan anak.



Kelompok diskusi

Bicarakan tentang cara mengajar anak kecil, laki-laki dan perempuan, untuk menggunakan WC dan agar menjaganya tetap bersih dan mengapa ini penting. Anak yang lebih besar dapat mendiskusikan beberapa hal yang membantu penyebaran kuman.



Bermain peran tentang kebersihan yang baik. Latihlah dan praktekkkan kebiasaan yang baik di sekolah dengan anak, misalnya menggunakan WC, menjaga WC bersih; mencuci tangan sebelum makan. Dorong anak untuk mendramakan bagaimana mereka akan mempraktekkan kebiasaan kebersihan.

Cerita. Mintalah anak menulis tentang kapan, bagaimana, dan mengapa harus melatih kebiasaan kebersihan yang baik.

Kerja Kelompok. Bentuk satu kelompok untuk melakukan pemeriksaan WC secara teratur. Kelompok harus mengecek lubang WC dalam keadaan tertutup dan bersih. Jika tidak bersih, kelompok dapat melaporkan kepada guru atau pekerja kesehatan dan minta nasehat tentang bagaimana membersihkan WC. Kegiatan ini akan membantu mereka untuk mengembangkan kecakapan hidup yang benar, seperti pengambilan kecakapan antar pribadi.

Demonstrasi (sekolah atau masyarakat). Anak yang lebih besar bisa membangun WC ukuran anak di lingkungan sekolah, misalnya mengukur lubangnya dan membuat salurannya. Seorang guru atau orang dewasa lain harus mengawasi anak yang membangun WC mereka sendiri. Orang tua dapat membantu dengan menyediakan bahan bangunan seperti pasir, semen, kayu, dll. Anak dapat dikelompokkan sesuai asal usulnya. Di kelas, mereka bisa membuat rencana untuk membantu satu sama lain membangun WC di rumah mereka. Grafik kemajuan di kelas bisa menunjukkan tiap rumah yang ada anak kecilnya. Bubuhkan ceklis ketika WC selesai dibuat di rumah dan di tempat lain yang ada anak kecilnya. Ini bisa dilakukan untuk anak laki-laki dan perempuan secara terpisah.

Memonitor pembelajaran. Dalam kelompok, atau melalui esai, mintalah anak untuk menjelaskan:

- Apa yang menyebabkan diare dan bagaimana diare dapat dicegah;
- Mengapa perlu berhati-hati terhadap peralatan anak-anak;
- Apa kebiasaan kebersihan yang baik yang membantu menyebarkan kuman;
- Apakah saat ini sekolah telah memiliki WC dan tempat untuk cuci tangan;
- Berapa banyak keluarga memiliki WC pribadi;
- Berapa banyak keluarga memiliki tempat khusus (seperti WC) untuk buang air anak;
- Bagaimana anak dapat membantu membuat WC khusus; dan
- Bagaimana anak membantu adiknya untuk belajar kebersihan yang lebih baik. Mintalah mereka menjabarkan apa yang mereka lakukan.

Dorong partisipasi masyarakat. Guru dan pekerja sekolah dapat menekankan pada pentingnya menjaga WC agar tetap bersih dan menggunakan WC untuk mencegah penularan diare. Pelajaran IPA bisa digunakan untuk belajar lebih lanjut tentang kuman, misalnya kuman apa dan bagaimana cara penyebaran penyakit. Guru, orang tua dan masyarakat bisa bekerja dengan anak yang lebih besar untuk merencanakan dan membangun WC ukuran anak.

Dorong partisipasi anak. Di sekolah melalui kegiatan pramuka, pemandu dan kelompok agama, anak bisa menyebarkan pengetahuan tentang kebersihan yang baik, makanan yang baik, air bersih, dan menjaga kebersihan dengan teladan mereka. Mereka juga dapat mengajarkan kepada anak lain untuk menggunakan WC dan bagaimana menjaga kebersihan dirinya dan membantu membangun WC yang sesuai dengan tempat yang mereka butuhkan.

Contoh Kegiatan: Mengajak Anak Memahami Air Bersih

Dalam mengajarkan tentang air dan sanitasi kepada anak, penting untuk mengkomunikasikan bahwa setiap makhluk hidup membutuhkan air, tapi air kotor bisa membuat sakit. Kita harus menjaga dengan seksama agar air bersih dan aman.

Berikut beberapa kegiatan yang bisa digabungkan kedalam program pendidikan kesehatan berbasis kecakapan untuk memperbaiki keamanan air.

- **Anak dapat mendiskusikan: Mengapa air penting?** Jelaskan hal-hal yang dapat dilakukan dengan air di rumah, di masyarakat, di rumah sakit, di kebun, dan di seluruh negeri. Di mana di antara tempat tersebut yang kita inginkan ada air bersih? Apakah air yang jernih atau memiliki rasa yang enak selalu merupakan air minum yang aman atau bersih? (jawabannya tidak, mengapa?) Bagaimana kuman masuk ke air? Dengan cara apa air bisa membantu kita? Apakah beberapa anak sering sakit perut atau diare? Apakah ada orang lain di keluarga yang sering sakit? Lalu bagaimana kalau bayi? Menurut kamu apa penyebab penyakit ini? (dibuat dalam bentuk pointer)
- **Kerja kelompok di masyarakat.** Dalam kelompok yang kecil, ajak anak untuk melihat sumber air di masyarakat sekitar dan buat peta untuk menunjukkan di mana letaknya (gunakan peta sekolah-masyarakat sekitar jika kita telah membuatnya). Cari sumber air yang bersih dan harus dijaga, dan mana yang kotor. Catatlah hasilnya pada peta. Jika sumbernya kotor, apa yang membuatnya kotor? Amati bagaimana orang mengambil air dan membawanya ke rumah. Apakah air dijaga agar tetap bersih dan aman? Diskusikan apa yang kita lihat bersama anak!
- **Kerja kelompok di sekolah.** Buat daftar penyakit yang dapat menyebar melalui air yang tidak aman dan ketahuilah lebih banyak tentang penyakit-penyakit tersebut. Dari mana air diperoleh? Apakah WC dekat dengan sumber air? Seberapa sering ember air dibersihkan? Apakah menggunakan cangkir? Apakah

menggunakan sendok? Apakah cangkir dan sendok dicuci sebelum dan sesudah digunakan? Apakah ada tempat mencuci tangan sebelum makan dan minum? Apakah peserta didik selalu menggunakannya?

- **Pekerjaan individu di rumah.** Mintalah anak untuk membuat daftar semua penampungan air yang digunakan di rumah. Buatlah daftar anggota keluarga yang memiliki penyakit yang disebabkan oleh air yang kotor. Siapa yang membawa air ke rumah? Bisakah kamu membantu mereka? Siapa yang menjaga air bersih dan terlindungi? Apakah bak air tertutup? Apakah ada gayung? Apakah mereka mencuci tangan setelah menggunakan toilet dan sebelum makan dan minum? Tanyakan pada pekerja kesehatan tentang bagaimana cara terbaik untuk mendapatkan air minum yang bersih di masyarakat!

Anak dapat Membantu Anak dapat membantu menjaga air agar tetap bersih. Mereka dapat menemukan kegiatan yang sesuai dengan usianya dan bisa mengerjakannya sendiri atau dalam bentuk tim atau berpasangan. Berikut beberapa contoh hal-hal yang dapat mereka lakukan:

- Anak dapat membantu menjaga pasokan air bersih. Jelaskan kepada peserta didik bahwa mereka dilarang buang air kecil atau air besar di tempat dekat sumber air, dan sebagainya.
- Jelaskan bahwa ember yang mereka gunakan harus bersih. Jika air di sumur tidak bersih, jelaskan agar menyaringnya sebelum digunakan atau memasaknya terlebih dahulu.
- Di rumah. Jelaskan pada anak cara menjaga air bersih dan pemanfaatannya di rumah.

Monitoring

Setelah beberapa minggu atau beberapa bulan, anak diminta mendiskusikan tentang apa yang telah mereka ingat; apa yang telah mereka lakukan agar air lebih bersih dan aman; dan apa lagi yang mereka bisa lakukan. Apakah tempat mengumpulkan air lebih bersih? Apakah semua sampah dibuang? Apakah bak air selalu bersih, khususnya yang di luar? Apakah lebih banyak anak mencuci tangannya sebelum makan dan setelah buang air? Berapa banyak orang yang terkena penyakit dari air yang tidak aman?

Kiat-kiat untuk meningkatkan perbaikan sekolah

1. Pahami lingkungan sekolah. Bagaimana kita bisa membuatnya lebih akrab, aman, dan sehat? Identifikasi lima wilayah untuk peningkatan yang mudah dan buat rencana aksi bersama dengan anak.
2. Pahami bersama kebiasaan higienis anak dan orang tuanya di sekolah dan di rumah. Identifikasi lima perilaku buruk yang mempengaruhi kesehatan anak dan buat

target untuk mengubahnya.

3. Pastikan anak memiliki air bersih untuk minum di sekolah!
4. Adakan "Hari Sekolah Sehat dan Bersih." Misalnya, semua peserta didik dapat membersihkan sekolah sekali seminggu.
5. Pilih "pengawas anak untuk kesehatan" yang melaporkan penyakit yang lazim di masyarakatnya. Hubungkan monitoring dengan kegiatan lingkungan.
6. Ajak anak untuk membuat peta lingkungan masyarakat guna mengidentifikasi sumber dan situs yang membutuhkan perlindungan dan perbaikan. Beraksilah!
7. Libatkan orang tua dalam kegiatan konkrit untuk memperbaiki fasilitas kebersihan di sekolah, seperti membuat WC.
8. Ambil langkah awal untuk sekolah yang ramah terhadap lingkungan dengan mendaur ulang, membuat tempat kompos, mengatur kebun apotik hidup, menanam pohon dan memastikan air tidak dibuang sia-sia.
9. Atur fasilitas untuk mencuci tangan dengan sabun dekat WC. Pastikan mereka menggunakannya dan memeliharanya!

Lingkungan yang Aman dan Mudah Dijangkau

Kemudahan dalam menggunakan bangunan umum yang dalam hal ini sekolah diatur dalam Undang-undang No. 28 tahun 2002 tentang Bangunan Umum Sekolah yang aksesnya adalah sekolah yang memperhatikan kemudahan dan keselamatan bagi setiap orang (Keputusan Menteri Pekerjaan Umum RI No. 468/KPTS tahun 1998 tentang persyaratan teknis aksesibilitas pada bangunan umum). Kemudahan tersebut dikatakan aksesibilitas.

Menurut "Undang-undang No. 4 tahun 1997 tentang Penyandang Cacat", aksesibilitas adalah kemudahan yang disediakan bagi penyandang disabilitas guna mewujudkan kesamaan kesempatan dalam segala aspek kehidupan dan penghidupan. Aksesibilitas terdiri dari aksesibilitas fisik dan non fisik. Pengaturan persyaratan teknis aksesibilitas fisik pada bangunan umum dan lingkungannya dimaksudkan untuk menciptakan lingkungan binaan yang dapat dicapai oleh semua orang, termasuk orang dengan disabilitas. Pembangunan aksesibilitas ini, dimaksudkan untuk terwujudnya kemandirian bagi semua orang yang memiliki ketidak-mampuan fisik.

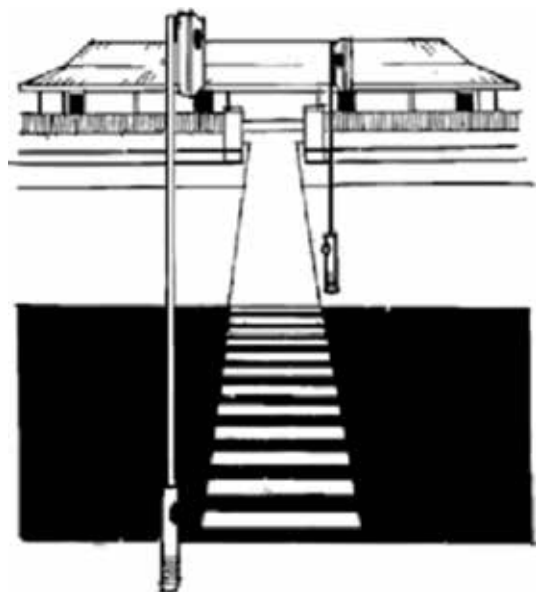
Aksesibilitas Fisik

Aksesibilitas fisik ini meliputi bangunan sekolah, tata letak ruang kelas, kamar kecil, perpustakaan, ruang UKS, laboratorium, arena olahraga, halaman dan taman bermain, koridor, transportasi. Lingkungan fisik diharapkan akses untuk semua peserta didik dan komponen sekolah lainnya. Penyediaan aksesibilitas berdasarkan asas kemudahan, kegunaan, keselamatan, dan kemandirian untuk mencapai kesetaraan dalam segala aspek kehidupan.

Aksesibilitas di lingkungan sekolah dan sekitarnya meliputi:

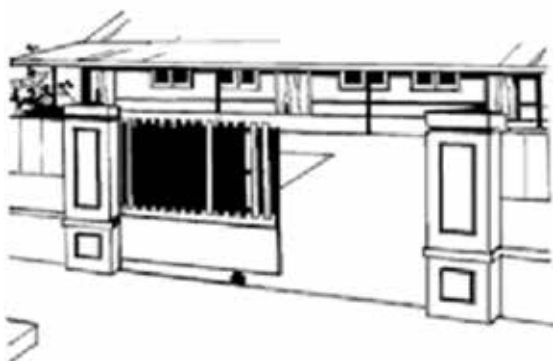
Jalan menuju sekolah

Pejalan kaki di lingkungan sekolah yang aksesibel adalah memiliki kelebaran minimal 1,6m untuk mempermudah pengguna jalan dari dua arah yang berbeda, dilengkapi dengan kelandaian (curb cuts) di setiap ujung jalan dan pemandu jalur taktil (guiding block).



Halaman sekolah

Pintu pagar yang digeser, mudah dan ringan untuk dibuka dan ditutup, jembatan sekolah yang tertutup tanpa lubang-lubang di tengah, lantai yang rata, atau dilengkapi dengan kelandaian/rampa (ramp).



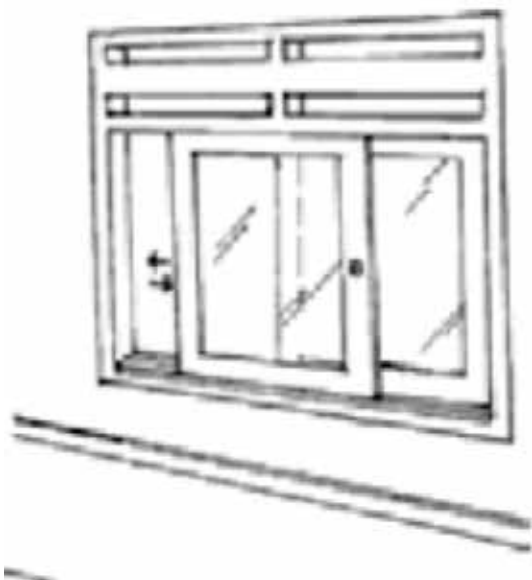
Pintu ruang kelas

Ukuran lebar pintu sekitar 160 cm, mudah untuk dibuka dan ditutup, merapat ke dinding ketika pintu terbuka, lantai antara ruang kelas dan halaman kelas harus sama dilengkapi tekstur dan warna yang berbeda dimuka pintu atau jika ada jarak diberikan kelandaian dengan material yang tidak licin.



Jendela

Sebaiknya jendela dibuat sliding/bergeser untuk membukanya, bila daun jendela dibuka mengarah keluar maka daun jendela membuka ke atas/dengan engsel di bawah. Bukan jendela yang mengarah ke bawah, akan membahayakan kepala peserta didik tunanetra.



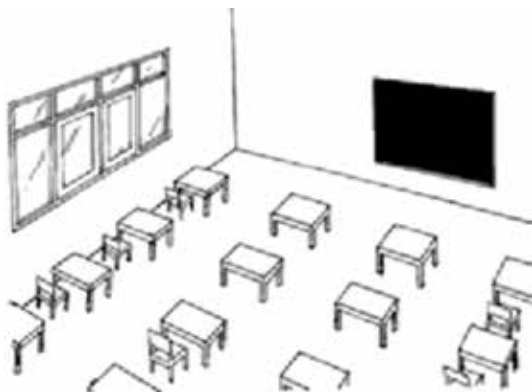
Koridor

Lebar koridor harus memberikan ruang gerak untuk pengguna kursi roda minimal 160 cm, lantai rata tetapi dilengkapi pemandu jalur taktil dengan warna terang yang berbeda (guiding block), ramp yang menghubungkan antar ruangan.



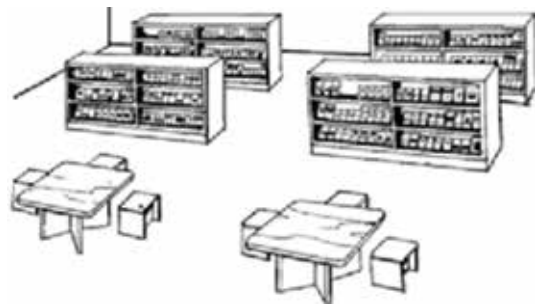
Ruang kelas

- Gang antara barisan meja dan kursi harus memberikan cukup gerak untuk semua anak termasuk pengguna kursi roda atau kruk.
- Penempatan papan tulis harus mudah dijangkau oleh semua anak termasuk kursi roda.
- Pencahayaan yang terang tapi tidak menyilaukan bagi anak dengan gangguan penglihatan.
- Lokasi meja yang mudah dijangkau oleh anak pengguna kursi roda.



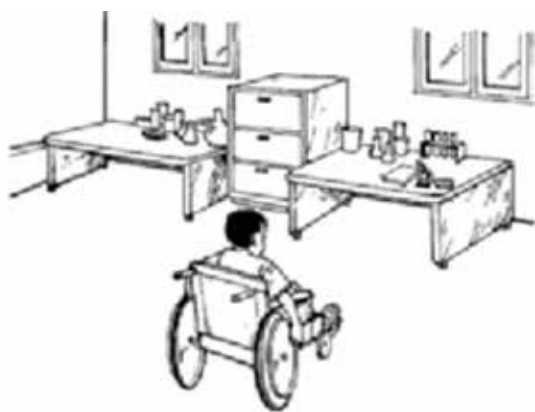
Perpustakaan

- Ketinggian rak buku yang mudah dijangkau oleh semua anak termasuk pengguna kursi roda.
- Ruang antar rak buku yang lebar agar memudahkan anak untuk gerak.
- Fasilitas kursi dan meja yang tersedia termasuk meja bagi anak pengguna kursi roda.
- Penomoran buku yang mudah dimengerti dan ketersediaan dalam braille.



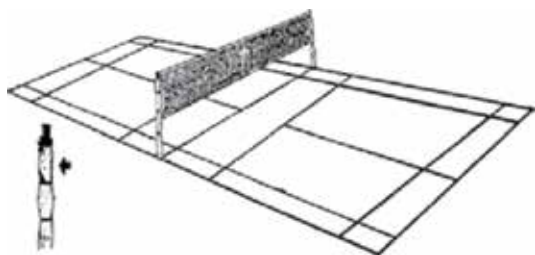
Laboratorium

- Ketinggian meja dan rak peralatan yang mudah dijangkau oleh semua anak termasuk pengguna kursi roda.
- Ruang antar meja dan rak peralatan yang lebar agar memudahkan anak untuk gerak.
- Fasilitas kursi dan meja yang tersedia termasuk meja bagi anak pengguna kursi roda.



Arena olahraga

- Lapangan dan lantai harus rata dan tidak ada lubang.
- Jalan menuju arena olahraga harus aksesibel misalnya dengan menyediakan tangga dan/atau sebelahny ada ramp.
- Penempatan loker yang mudah dijangkau.
- Setiap tiang dan sudut yang tajam dilapisi bantalan atau karet yang aman.



Arena bermain dan taman sekolah

- Lapangan yang rata, letak pohon yang tidak mengganggu anak untuk gerak.
- Di sekeliling tiang bendera harus ada pembatas.

Ruang Usaha Kesehatan Sekolah (UKS)

Kelebaran pintu, lantai yang rata dan tidak licin, penempatan peralatan yang mudah dijangkau

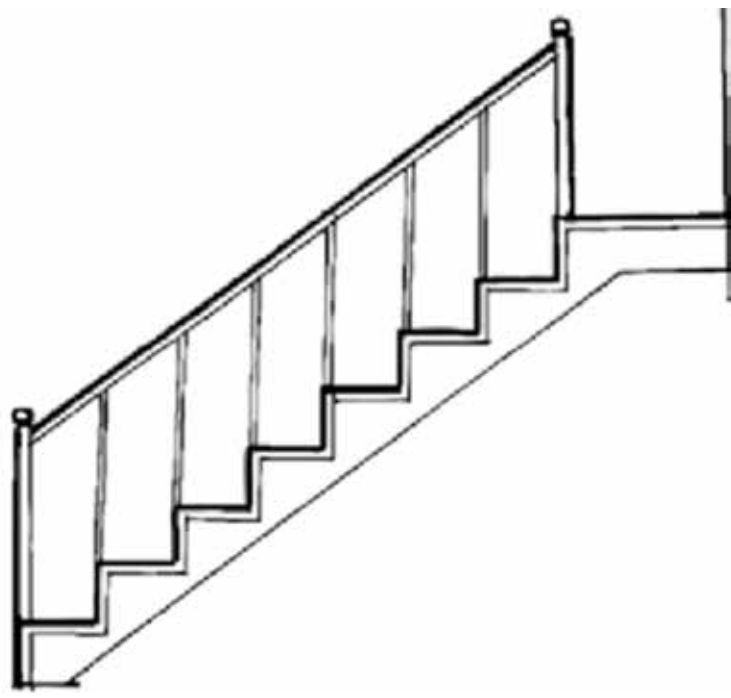
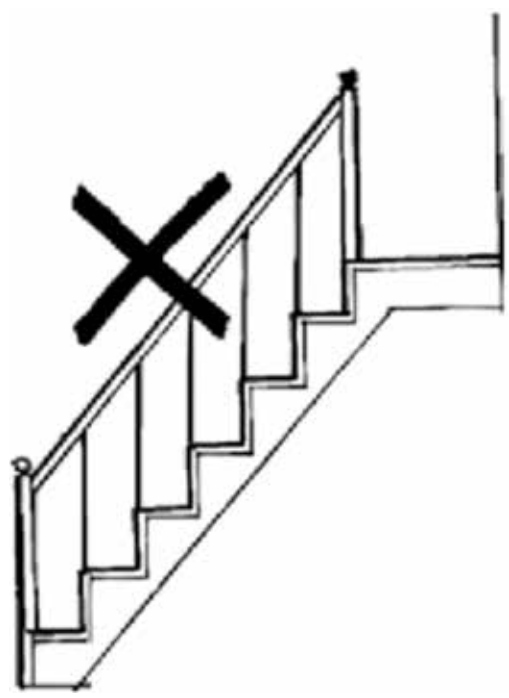
Toilet

- Lebar pintu minimal 1,25m, idealnya pintu geser
- Pintu mudah untuk dibuka dan ditutup, ketinggian pegangan pintu yang mudah dijangkau oleh semua anak.
- Ruang yang cukup untuk gerak pengguna kursi roda.
- WC duduk dan kering.
- Handrail atau pegangan tangan di kedua sisi (di salah satu sisi pegangan yang fleksibel) dan belakang WC.
- Letak tombol penyiram air yang mudah dijangkau (sisi kiri, belakang, atau di lantai).
- Letak kran air dan jet shower (selang pencuci) yang mudah dijangkau.
- Letak tombol darurat.
- Letak toilet paper yang mudah dijangkau.
- Ketinggian bak pencuci tangan/washtafel yang mudah dijangkau maksimal 90cm.
- Kran pemutar air yang mudah dijangkau dan dioperasikan.



Tangga

Kemiringannya dibuat tidak curam (kurang dari 60 derajat), memiliki pijakan yang sama besar serta memiliki pegangan tangan di kedua sisi, terdapat petunjuk taktil yang berwarna terang dimulut tangga.



Penyeberangan jalan menuju sekolah

Penyeberangan jalan di lingkungan sekolah, sebaiknya dapat mengeluarkan suara, sehingga anak berkebutuhan khusus dapat menyeberang dengan aman.

Tanda-tanda Khusus Sekolah dan Lingkungan Sekitarnya

Tanda-tanda khusus ini dimaksudkan untuk mempermudah peserta didik menuju lokasi sekolah dari rumah atau asrama mereka. Tanda-tanda khusus ini dianjurkan bersifat permanen yaitu tidak berubah dan berpindah-pindah serta sebaiknya disertai dengan tulisan dengan huruf Braille.

Aksesibilitas Non Fisik

Aksesibilitas non fisik adalah kemudahan untuk mendapat peluang kesetaraan yang meliputi:

- Sikap positif terhadap semua peserta didik dengan berbagai kondisi dan kebutuhan belajar dan perkembangan.
- Kebijakan sekolah yang proaktif dan mendukung penyelenggaraan pendidikan inklusif.
- Informasi dan teknologi yang aksesibel misalnya; program pembaca layar menjadi audio bagi peserta didik tunanetra total, bahasa isyarat bagi peserta didik tunarungu, dan huruf besar dan tebal bagi peserta didik yang mengalami gangguan penglihatan jarak jauh (low vision).
- Penghilangan bentuk-bentuk diskriminasi dari masyarakat sekolah terhadap peserta didik.
- Kesetaraan dalam kesempatan setiap pembelajaran di sekolah

Perangkat 6.4

Apa yang telah Kita Pelajari

Kebijakan tentang Sekolah Sehat

Kebijakan kesehatan sekolah yang meliputi 5 K adalah panduan yang diperlukan untuk memperbaiki proses pembelajaran. Untuk menentukan kebijakan, memerlukan partisipasi dari stakeholder. Implementasi dari kebijakan memerlukan kerja sama yang erat dengan pejabat kesehatan dan penyedia layanan kesehatan, serta dengan guru, peserta didik, orang tua, dan tokoh masyarakat.

Sekarang tanyakan pada diri sendiri, "Apa perubahan kebijakan yang diperlukan di sekolah saya?" Diskusikan ini dengan mitra dan peserta didik kita, dan kemudian kembangkan rencana aksi agar sekolah kita menjadi tempat yang lebih sehat untuk belajar!

Memberikan Kecakapan Hidup untuk Anak!

Melalui pendidikan kesehatan berbasis kecakapan, anak mengembangkan pengetahuan, sikap, dan kecakapan hidup. Mereka dapat membuat keputusan dan mengambil tindakan positif untuk mempromosikan perilaku dan lingkungan yang sehat dan aman. Program pendidikan kesehatan berbasis kecakapan memfokuskan pada perilaku kesehatan yang berkaitan dengan kebutuhan kesehatan anak. Anak secara aktif berpartisipasi mendapatkan informasi dan yang lebih penting mengubah pengetahuan mereka ke dalam tindakan langsung.

Beberapa kecakapan hidup yang penting dipelajari peserta didik diantaranya adalah kecakapan komunikasi, pengambilan keputusan, serta kecakapan penanganan, dan manajemen diri. Kecakapan hidup ini membantu anak menangani berbagai masalah seperti pencegahan penyalahgunaan zat adiktif dan kekerasan, serta untuk mempromosikan gizi sehat, sanitasi dan higienis, kesehatan mental serta pencegahan HIV dan AIDS, penyakit menular lainnya serta mengurangi stigmatisasi untuk mereka yang terjangkit.

Beberapa cara mengintegrasikan program pendidikan berbasis kecakapan ke dalam pengajaran bisa melalui penggunaan metode pembelajaran yang aktif seperti kelompok diskusi, bermain peran/drama, simulasi, cerita, dan demonstrasi.

Pertanyaannya adalah, "Perubahan apa yang dapat dilakukan dalam pembelajaran di kelas untuk meningkatkan pembelajaran berbasis kecakapan di antara peserta didik?"

Buat tiga tujuannya dan diskusikan dengan mitra dan peserta didik. Setelah satu bulan, bandingkan bagaimana kemajuannya.