



MONOGRAF MODEL SEKOLAH BEBAS DARI PENYAKIT TIDAK MENULAR (PTM)



Konsumsi
Makanan Sehat



Aktivitas Fisik
Teratur



Tidak Merokok
dan Vape



Jaga Berat
Badan Ideal



Cek Kesehatan
Secara Rutin



Minum Air
Putih yang Cukup



Bekti Putri Harwijayanti, S.ST., M.Tr.Keb.
Kuswanto, S.Kep., M.HKes.
Dina Dewi Anggraini, S.S.T.Keb., M.Kes.

UNDANG-UNDANG REPUBLIK INDONESIA
NOMOR 28 TAHUN 2014
TENTANG HAK CIPTA
PASAL 113
KETENTUAN PIDANA
SANKSI PELANGGARAN

1. Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000 (seratus juta rupiah).
2. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).
3. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah).
4. Setiap Orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp4.000.000.000,00 (empat miliar rupiah).

MONOGRAF

MODEL SEKOLAH BEBAS DARI PENYAKIT TIDAK MENULAR (PTM)

Penulis :

Bekti Putri Harwijayanti, S.ST., M.Tr.Keb.

Kuswanto, S.Kep., M.HKes.

Dina Dewi Anggraini, S.S.T.Keb., M.Kes.



MONOGRAF MODEL SEKOLAH BEBAS DARI PENYAKIT TIDAK MENULAR (PTM)

*Diterbitkan pertama kali dalam bahasa Indonesia
oleh Penerbit Global Aksara Pers*

ISBN: 978-634-280-162-8

iv + 63 hal.; Ukuran Unesco (15,5 x 23 cm)

Cetakan Pertama, Juli 2026

Copyright © 2026 Global Aksara Pers

Penulis : Bkti Putri Harwijayanti, S.ST., M.Tr.Keb.
Kuswanto, S.Kep., M.HKes.
Dina Dewi Anggraini, S.S.T.Keb., M.Kes.
Editor : Muhamad Basyrul Muvid
Desain kover : Tito
Layouter : Ahmad Rifki

Hak Cipta dilindungi undang-undang.

Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini dengan bentuk dan cara apa pun tanpa izin tertulis dari penulis dan penerbit.

Diterbitkan oleh:



CV. Global Aksara Pers
Anggota IKAPI, Jawa Timur, 2021,
No. 282/JTI/2021
Jl. Wonocolo Utara V/18 Surabaya
+628977416123/+628573269334
globalaksarapers.com



KATA PENGANTAR

Puji syukur kita panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga monograf ini yang berjudul Model Sekolah Bebas dari Penyakit Tidak Menular dapat diselesaikan dengan baik. Buku ini disusun sebagai salah satu upaya untuk memberikan kontribusi ilmiah sekaligus praktis dalam pengembangan lingkungan sekolah yang sehat, aman, dan mampu melindungi warga sekolah dari risiko Penyakit Tidak Menular (PTM).

Perubahan gaya hidup, pola makan, dan aktivitas fisik di kalangan anak usia sekolah telah membawa tantangan baru dalam dunia pendidikan dan kesehatan. Sekolah, sebagai tempat peserta didik menghabiskan sebagian besar waktunya, memiliki peran strategis dalam membentuk perilaku hidup sehat. Oleh karena itu, diperlukan model pengelolaan sekolah yang komprehensif, sistematis, dan berbasis bukti ilmiah untuk mencegah dan menanggulangi PTM secara efektif sejak usia dini.

Monograf ini memuat konsep, strategi, serta implementasi Model Sekolah Bebas dari Penyakit Tidak Menular yang dapat digunakan oleh pendidik, tenaga kesehatan, pemangku kebijakan, maupun pihak terkait

lainnya. Harapannya, model ini dapat menjadi rujukan dalam merancang program intervensi promotif dan preventif yang terintegrasi di lingkungan sekolah.

Semoga buku ini dapat memberikan manfaat, memperkaya wawasan, serta mendorong terciptanya sekolah-sekolah yang lebih sehat dan berdaya dalam mencegah penyakit tidak menular. Akhir kata, kami mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, bantuan, dan inspirasi dalam proses penyusunan buku ini.



PRAKATA

Puji syukur penulis mempersembahkan monograf berjudul Model Sekolah Bebas dari Penyakit Tidak Menular kepada para pembaca. Buku ini lahir dari keprihatinan sekaligus harapan besar terhadap meningkatnya angka kejadian Penyakit Tidak Menular (PTM) pada usia sekolah, yang sebagian besar dipengaruhi oleh pola hidup dan lingkungan yang kurang mendukung perilaku sehat. Sekolah sebagai ruang tumbuh utama bagi peserta didik memiliki peran krusial dalam membentuk kebiasaan, karakter, dan gaya hidup mereka di masa depan. Melalui monograf ini, penulis berupaya menyajikan suatu model yang komprehensif, aplikatif, dan berbasis kajian ilmiah untuk membantu satuan pendidikan menciptakan lingkungan yang kondusif bagi pencegahan PTM.

Model ini tidak hanya menekankan aspek kebijakan sekolah, tetapi juga intervensi perilaku, peran guru dan masyarakat, serta budaya sekolah yang menempatkan kesehatan sebagai bagian integral dari proses pendidikan. Penulis menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang setulus-tulusnya atas kerja sama, kritik, dan masukan yang telah memperkaya isi monograf ini. Semoga monograf ini dapat menjadi rujukan yang bermanfaat bagi siapa pun yang

berkecimpung dalam dunia pendidikan dan kesehatan, serta memberi kontribusi nyata dalam upaya mewujudkan sekolah-sekolah yang bebas dari penyakit tidak menular.

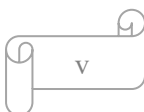
Blora, Juli 2026

Penulis



DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	i
PRAKATA.....	iii
DAFTAR ISI	v
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
BAB II	5
PENYAKIT TIDAK MENULAR	5
A. Konsep Penyakit Tidak Menular (PTM)	5
B. Faktor Risiko PTM pada Anak Usia Sekolah	8
C. Teori Perilaku Hidup Sehat.....	11
D. Sekolah sebagai Lingkungan Pendidikan dan Kesehatan	13
E. Model-Model Intervensi Kesehatan di Sekolah	16
BAB III.....	20
PERIKAKU SEHAT DI LINGKUNGAN SEKOLAH.....	20
A. Perilaku Hidup Sehat Warga Sekolah	20
B. Awal Risiko PTM	24
BAB IV.....	29
MODEL SEKOLAH BEBAS DARI PENYAKIT TIDAK MENULAR	29



A. Konsep Dasar Model.....	29
B. Komponen-Komponen Model	31
C. Peran Duta Anti PTM.....	39
D. Peran Guru Peduli PTM	45
E. Prosedur Implementasi Model.....	50
F. Strategi Pendukung dan Indikator Keberhasilan	56
G. Healthy Time.....	61
H. Kantin Sehat.....	64
BAB V.....	69
MODEL SEKOLAH BEBAS DARI PTM	69
BAB VI.....	73
MODEL SEKOLAH BEBAS PTM	73
BAB VII	76
HAMBATAN PENERAPAN MODEL SEKOLAH BEBAS DARI PTM	76
DAFTAR PUSTAKA.....	81
BIODATA PENULIS.....	86