

## **PENINGKATAN PROGRAM KESEHATAN SEKOLAH MELALUI PEMBINAAN DOKTER KECIL PADA SISWA DI SDN 21 LIMAU SUNDAI KABUPATEN PESISIR SELATAN**

**Refa Rahmaddiansyah<sup>1\*)</sup>, Nurmiati<sup>2)</sup>, dan Sukarsi Rusti<sup>3)</sup>**

<sup>1)</sup> Program Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas

<sup>2)</sup> Departemen Biologi Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam  
Universitas Andalas

<sup>3)</sup> Program Doktor Epidemiologi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia

<sup>\*)</sup> Email Koresponden: 1810312008\_refa@student.unand.ac.id

### **ABSTRAK**

Program kesehatan bagi siswa sekolah dilakukan melalui Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). UKS di sekolah memiliki peran yang sangat banyak mulai dari meningkatkan kegiatan ekstrakurikuler, penyuluhan kesehatan, serta keterampilan tenaga kesehatan bagi siswa. Tidak hanya pada diri sendiri tetapi pada keluarga, teman murid, dan pada seluruh warga sekolah. UKS juga diharapkan dapat menumbuhkan, menanamkan, mengembangkan dan membimbing siswa untuk selalu hidup sehat sehari-hari. Program ini diharapkan terbentuknya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) bagi siswa, terciptanya lingkungan sekolah yang sehat, dan terhindarnya siswa dari gangguan ataupun masalah kesehatan. Kegiatan ini dilakukan di SDN 21 Limau Sundai Kecamatan Batang Kapas Kabupaten Pesisir Selatan. Kegiatan meliputi edukasi tentang UKS, kesehatan diri dan kebersihan lingkungan sekolah, nutrisi yang sehat, imunisasi, penyakit, dan pengobatan, keterampilan klinis dasar, serta pertolongan pertama pada kecelakaan. Metode kegiatan edukasi yang dilakukan berupa penyampaian materi dilakukan dalam bentuk ceramah, demonstrasi kesehatan, dan studi kasus atau praktek. Hal ini dimaksudkan sebagai upaya menggalakkan pendidikan kesehatan di sekolah. Hasil kegiatan ini adalah pelaksanaan kegiatan berjalan lancar dan terdapat dukungan yang besar dari pihak sekolah, serta antusiasme yang luar biasa dari dokter kecil yang dibina. Program ini berjalan dengan baik dan lancar dan diharapkan dapat meningkatkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat bagi siswa SDN 21 Limau Sundai, baik dalam lingkup sekolah maupun di luar sekolah.

**Kata Kunci:** *dokter kecil, UKS, PHBS, kesehatan, sekolah dasar.*

### ***Improvement of School Health Program Through the Development of Small Doctors in Students at Elementary School 21 Limau Sundai, South Pesisir District***

### **ABSTRACT**

The health program for school students is carried out through the School Health Business (UKS). UKS in schools has many roles, starting from increasing extracurricular activities, health education, and the skills of health workers for students. Not only for yourself but for your family, friends, and the whole school community. UKS is also expected to grow, instill, develop and guide students to always live healthy every day. This program is expected to form a Clean and Healthy Lifestyle (PHBS) for students, create a healthy school environment, and prevent students from health problems or disorders. The service activity was carried out at SDN 21 Limau Sundai, Batang Kapas District, Pesisir Selatan Regency. Activities include education about UKS, personal health and cleanliness of the school environment, healthy nutrition, immunization, disease, and treatment, basic clinical skills, and first aid in accidents. The method of educational activities carried out in the form of delivering material is in the form of lectures, health demonstrations, and case studies or practice. This is intended as an effort to promote health education in schools. The result of this activity is that the implementation of the activity went smoothly and there was great support from the school, as well as extraordinary enthusiasm from the little doctor who was fostered. This service program runs well and smoothly and is expected to improve Clean and Healthy Life Behavior for students of SDN 21 Limau Sundai, both within the school and outside of school.

**Keywords:** *little doctor, UKS, PHBS, health, elementary school.*

## PENDAHULUAN

Usia sekolah merupakan masa keemasan untuk menanamkan nilai-nilai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Manfaat pembinaan PHBS di sekolah terciptanya sekolah yang bersih dan sehat sehingga siswa, guru dan masyarakat di lingkungan sekolah terlindungi dari berbagai gangguan dan ancaman penyakit. Sekolah merupakan salah satu lingkungan yang mempengaruhi kesehatan dan membentuk perilaku anak terhadap kesehatan atau perilaku hidup sehat dan bersih. Perilaku hidup sehat di sekolah dikenal dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah (PHBS) di sekolah. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah merupakan satu pendekatan yang digunakan untuk Program Upaya Kesehatan Sekolah (UKS). Upaya Kesehatan Sekolah (UKS) adalah suatu cara dimana program pendidikan dan kesehatan dikombinasikan untuk menumbuhkan perilaku kesehatan sebagai faktor utama untuk kehidupan dengan cara penanaman nilai-nilai PHBS di sekolah. PHBS di sekolah adalah upaya untuk memberdayakan siswa, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah agar tahu, dan mau dan mampu mempraktekkan PHBS, dan berperan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat. (Direktorat Pembinaan Pendidikan Khusus dan Layanan Khusus, 2013)

Manfaat pembinaan PHBS di sekolah terciptanya sekolah yang bersih dan sehat sehingga siswa, guru, dan masyarakat di lingkungan sekolah terlindungi dari berbagai gangguan dan ancaman penyakit. Indikator personal PHBS di sekolah antara lain mencuci tangan dengan air yang mengalir dan menggunakan sabun, mengkonsumsi jajanan yang bersih dan sehat, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap 6 bulan, membuang sampah pada tempatnya, dan kebersihan diri murid sekolah seperti: menggosok gigi, kebersihan kuku, dan kebersihan pakaian. (Yaslina et al., 2019)

Kesehatan dapat diperoleh dari faktor internal dan eksternal, internal dilihat dari aktifitas seorang anak sehari-harinya sedangkan faktor eksternal berasal dari keadaan sekolah. Sehingga perlu pendidikan kesehatan di sekolah dan pelayanan kesehatan yang optimal, dapat membantu individu dalam belajar baik terbentuknya konsentrasi, terhindar dari penyakit sebagai motivasi melaksanakan aktifitas. Usaha kesehatan sekolah (UKS) merupakan wadah utama untuk pendidikan kesehatan di sekolah yang terdiri dari anak didik, guru serta petugas-petugas sekolah. Perencanaan UKS sangat penting dilaksanakan pada semua jenjang pendidikan sehingga komunitas yang masuk ke dalamnya dapat menerapkan hidup sehat dan menginformasikan kesehatan kepada teman-teman lainnya. Saat ini perkembangan pelayanan kesehatan di usia anak sekolah mulai berkembang. Promosi kesehatan yang dilakukan merupakan salah satu kebijakan dari WHO di tahun 1995. Untuk saat ini kegiatan UKS masih kurang sesuai dengan yang diharapkan dan kebanyakan UKS dengan melibatkan dokter kecil belum berfungsi. (Selvia, 2009)

UKS di sekolah memiliki peran yang sangat banyak mulai dari meningkatkan kegiatan ekstrakurikuler, penyuluhan kesehatan, serta keterampilan tenaga kesehatan bagi siswa. Tidak hanya pada diri sendiri tetapi pada keluarga, teman murid, dan pada seluruh warga sekolah. UKS juga diharapkan dapat menumbuhkan, menanamkan, mengembangkan dan membimbing siswa untuk selalu hidup sehat sehari-hari. Hambatan pelaksanaan UKS yaitu mulai dari tidak adanya tim pelaksana, sarana dan prasarana yang belum memadai dan belum lengkap sesuai dengan modul UKS sehingga

pelaksanaan UKS sangat belum maksimal. Salah satu Trias UKS yang sangat lemah perjalanan programnya adalah dokter kecil (dokcil). Dokcil sebutan dokter kecil adalah peserta didik ikut melaksanakan sebagian usaha pelayanan kesehatan serta berperan aktif dalam kegiatan kesehatan yang diselenggarakan. (Bahtiar and Aisyah, 2018; Direktorat Pembinaan Pendidikan Khusus dan Layanan Khusus, 2013; Martunus, 2013; Selvia, 2009)

Dokcil menjadi pendorong kegiatan UKS menjadi lebih aktif, dan partisipasi peserta dalam kegiatan UKS meningkat. Dokcil berperan sebagai fasilitator dan motivator dalam menjalankan usaha kesehatan di setiap sekolah. (Yaslina et al., 2019) Rencana tersebut diharapkan dapat ditetapkan, sehingga kami melakukan penyelidikan dan observasi awal terhadap pelaksanaan rencana tersebut di SD Negeri 21 Limau Sundai. Sekolah ini memiliki ruang UKS, tetapi tidak dapat digunakan secara normal. Kepala sekolah dan guru juga dengan senang hati memulai kembali program ini. Oleh karena itu, sangat perlu diadakan pelatihan dokter kecil di sekolah, pengembangan pelatihan di sekolah dasar, dan memberikan pengetahuan terkait upaya menjaga kesehatan, serta meningkatkan pengetahuan kesehatan seluruh sekolah. penduduk. Pelaksanaan kegiatan ini mengerahkan tim Universitas Andalas Nagari IV Koto Kilie untuk melakukan intervensi berbasis kesehatan.

## METODOLOGI

Pelaksanaan kegiatan ini telah dilaksanakan di SDN 21 Limau Sundai. Tahap awal kegiatan dimulai dengan adanya persiapan untuk pelaksanaan kegiatan seperti sosialisasi kegiatan, menyepakati jadwal kegiatan, melakukan sintesis ilmiah terkait materi, dan bentuk kegiatan. Selanjutnya untuk pelaksanaan dilakukan dengan 2 bentuk yaitu kegiatan edukasi dan demonstrasi (metode ceramah) serta pelatihan keterampilan (metode studi kasus/praktek) untuk dokter kecil.

Kegiatan ini melibatkan sebanyak 26 orang dokter kecil yang terpilih dari kelas 4, 5, dan 6 SDN 21 Limau Sundai dan disupervisi oleh Pembina UKS SDN 21 Limau Sundai. Pengabdian merupakan penanggungjawab program kerja sekaligus pelatih dokter kecil dibantu oleh tim Universitas Andalas dalam melakukan intervensi di lapangan yang bertujuan untuk meningkatkan pendidikan kesehatan melalui penguatan UKS dan dokter kecil. Pelaksanaan kegiatan ini melalui beberapa tahap yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, serta monitoring dan evaluasi kegiatan. Langkah-langkahnya sebagai berikut:

### 1. Tahap Perencanaan

Tahap ini dimulai dari melakukan observasi dan melihat masalah di lapangan terkait kegiatan dokter kecil, kemudian menulis kegiatan yang akan dilakukan. Mempersiapkan alat dan bahan. Adapun persiapan dari alat dan bahan berupa kotak P3K, layar, LCD, buku catatan, dan *slide* presentasi yang dikerjakan oleh tim Universitas Andalas bersama sekolah. Alat inilah yang digunakan saat pelaksanaan kegiatan intervensi.

### 2. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan ini dimulai dengan menentukan sarannya dimana yang bisa mengikuti kegiatan ini adalah siswa SDN 21 Limau Sundai yang bersedia menjadi

dokter kecil dan sedang duduk di kelas 4-6. Kegiatan meliputi edukasi tentang UKS; kesehatan diri dan kebersihan lingkungan sekolah; nutrisi yang sehat; imunisasi, penyakit, dan pengobatan; keterampilan klinis dasar; serta pertolongan pertama pada kecelakaan. Kegiatan edukasi dilakukan dengan metode ceramah dan studi kasus (praktek). Kegiatan pelatihan ini dilaksanakan pada setiap hari jumat selama 4 minggu. Pemberian materi dilakukan oleh tim Universitas Andalas.

### 3. Tahap Monitoring dan Evaluasi

Setelah kegiatan edukasi dan pelatihan selesai, kemudian dilakukan monitoring oleh Pembina UKS dan tim Universitas Andalas dengan metode studi kasus dan menjawab soal lisan pada minggu ke-4 intervensi. Kemudian melakukan evaluasi akhir dari kegiatan dengan mengadakan ujian akhir berupa soal pilihan ganda dan esai. Di akhir kegiatan, tim pengabdian melakukan jajak pendapat sederhana kepada siswa SD yang bertugas sebagai dokter kecil mengenai kepuasan peserta ketika mengikuti serangkaian kegiatan serta sebagai tindak lanjut kegiatan di tahap berikutnya.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pendidikan kesehatan adalah suatu upaya untuk memberikan kepada seseorang atau siswa tentang kesehatan dalam bentuk bimbingan atau bimbingan yang mencakup seluruh aspek individu (fisik, psikis, dan sosial) sehingga dapat berubah dan berkembang secara harmonis. Pendidikan kesehatan adalah pekerjaan pendidikan yang berkaitan dengan kesehatan, baik di sekolah maupun di luar sekolah. Dengan kata lain, pendidikan kesehatan adalah segala bentuk upaya yang disengaja dan direncanakan, termasuk kombinasi metode yang mempromosikan perilaku adaptif yang sehat, terutama melalui pelatihan dokter kecil (Anbazhagan et al., 2016; Widodo, 2016)

Pemerintah berupaya mengoptimalkan peran dokter kecil melalui Kementerian Kesehatan untuk membantu guru dan tenaga kesehatan dalam pelayanan kesehatan sekolah dan mempromosikan gaya hidup bersih dan sehat. Dokter kecil berperan penggerak usaha kesehatan sesama teman dan diri sendiri, memelihara kebersihan, kesehatan di sekolah maupun di rumah dan penggerak budaya hidup sehat. (Ambarukmi P and Paramita, 2019; Bahtiar and Aisyah, 2018; Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2015)

Dokter kecil harus dibekali pengetahuan dan keterampilan agar ia mampu berperan sebagai penggerak dalam menjalankan usaha kesehatan sesama teman dan dirinya sendiri dan dapat menjadi *peer educator* di sekolahnya. Hal ini dimaksudkan sebagai upaya menggalakkan pendidikan kesehatan di sekolah. (Bahtiar and Aisyah, 2018; Martunus, 2013) Pelatihan edukator sebaya adalah tahap yang harus dilakukan sebelum kegiatan edukasi sebaya berjalan pelatihan edukator sebaya dirancang untuk memberikan pengetahuan yang dibutuhkan oleh edukator sebaya, termasuk keterampilan dalam melaksanakan dan memfasilitasi diskusi, menyajikan informasi dan mengatasi teman kelompok yang sulit diatur. Pelatihan yang diberikan untuk edukator sebaya adalah seputar isu permasalahan yang akan ditangani dan keterampilan dalam memfasilitasi edukasi, penyediaan informasi, dan memengaruhi norma sosial. (Hayati, 2009; Yaslina et al., 2019)

Kurikulum pelatihan edukator sebaya yang adekuat dalam hal ini dokter kecil, dapat mengarahkan dan memfasilitasi pelaksanaan pelatihan edukator sebaya untuk

meningkatkan kredibilitas seorang edukator sebaya di mata kelompok target. Waktu yang ditentukan harus dapat memenuhi kebutuhan untuk penyampaian isi materi melalui interaksi, diskusi, dan praktik, yaitu berkisar 2 hingga 3 hari (sesi panjang) atau 10 hingga 20 jam dalam seminggu (sesi pendek).

Pelatihan dokter kecil merupakan suatu kegiatan yang dapat mempengaruhi perubahan perilaku siswa sekolah meliputi perubahan pengetahuan dan sikap. Dengan diberikannya pelatihan dokter kecil maka siswa dapat pembelajaran yang menghasilkan suatu perubahan dari yang semula belum diketahui menjadi diketahui, yang dahulu belum dimengerti sekarang dimengerti. Hal ini sesuai dengan tujuan akhir dari pelatihan agar siswa di sekolah dapat mengetahui, menyikapi dan melaksanakan perilaku hidup sehat. Perubahan perilaku tersebut dapat berupa pengetahuan, sikap maupun tindakan atau kombinasi dari ketiga komponen tersebut. (Ambarukmi P and Paramita, 2019; Bahtiar and Aisyah, 2018; Hayati, 2009) Luaran program tersebut dikejar oleh pengabdian melalui metode ceramah dan demonstrasi serta metode studi kasus atau praktek yang diharapkan mampu meningkatkan pemahaman dokter kecil terhadap materi edukasi yang diberikan. (Azriani, 2014; Deviani et al., 2018).



Gambar.1 Edukasi Metode Ceramah dan Diskusi.



Gambar 2 Edukasi Metode Studi Kasus Atau Praktek.

Kegiatan aktivitas dokter kecil ini sangat diharapkan terwujud oleh pihak mitra sekolah yaitu SDN 21 Limau Sundai. Pelaksanaan ini memang memiliki tujuan yang sangat penting yaitu berperan menjadi garda kesehatan terdepan di sekolah. Kegiatan dokter kecil ini didukung penuh oleh seluruh pihak. Sebagai hasil akhir kegiatan maka pimpinan dan seluruh guru serta pembina menyepakati untuk diadakan ekstra bagi peserta dokter kecil yang dilakukan setiap 1 minggu sekali setiap hari jumat sebagai bukti nyata pengaktifan kembali dokter kecil di sekolah ini. Kegiatan dokter kecil ini merupakan salah satu pemberdayaan kesehatan pada lini sekolah dasar sehingga perlu dikembangkan. Antusiasme luar biasa terlihat dari peserta mulai dari kegiatan pembekalan dan konsisten hingga kegiatan evaluasi program dan penutupan. Hasil evaluasi dari kegiatan yang dilakukan di SDN 21 Limau Sundai ini hampir sama juga ditemukan pada program terkait dokter kecil sebelumnya.(Ambarukmi P and Paramita, 2019)



Gambar 3. Kegiatan Evaluasi Program Dokter Kecil.

Kedepannya, perlu ada pengembangan informasi yang saat ini hanya menerima informasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dan pertolongan pertama. Pemberian informasi lainnya berupa pengenalan obat yang mudah ditemukan dari tanaman obat keluarga sehingga dapat memberikan informasi tidak hanya kepada warga sekolah tetapi terhadap keluarga di rumah (Mardiati et al., 2018)



Gambar 4. Jajak Pendapat Kepuasan Partisipan

Berdasarkan gambar di atas, dari hasil jajak pendapat yang telah dibagikan kepada dokter kecil peserta kegiatan, semua dokter kecil (100%) puas terhadap kegiatan penyuluhan tersebut dan memberikan respon yang positif kepada pengabdian. Pihak sekolah juga berharap agar ada kembali kegiatan sejenis di masa yang akan datang demi meningkatkan literasi dan pembelajaran bagi siswa/siswi di SDN 21 Limau Sundai.



Gambar 5. Acara Penutupan



Gambar 6. Foto Bersama Dokter Kecil, Majelis Guru, Beserta Tim Pelaksana Kegiatan.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan aktivasi dokter kecil ini memiliki dampak yang positif. Kegiatan ini dapat memberikan informasi kepada siswa, guru-guru serta pimpinan sekolah terkait dengan perilaku hidup bersih dan sehat serta pertolongan pertama pada kecelakaan. Ke depannya kegiatan akan dikembangkan dan terus di evaluasi untuk meningkatkan derajat kesehatan anak di tingkat sekolah dasar. Melalui kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman warga sekolah untuk dapat membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat bagi dirinya dan orang di sekitar, terutama melalui peran UKS dan

dokter kecil di SDN 21 Limau Sundai. Respons positif dari peserta dan pihak sekolah diharapkan menjadi langkah awal keberlanjutan upaya edukasi ke depannya.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Tim Universitas Andalas Nagari IV Koto Hilie selaku tim, serta kepada kepala sekolah dan majelis guru SDN 21 Limau Sundai Kabupaten Pesisir Selatan atas dukungannya dalam penyelenggaraan kegiatan bagi masyarakat ini.

### DAFTAR PUSTAKA

- Ambarukmi P, F., Paramita, V.S., 2019. PKM: Dokter Cilik, Agen Perubahan Kesehatan Dan Lingkungan. *Dharma Bhakti Ekuitas* 4. <https://doi.org/10.52250/p3m.v4i1.158>
- Anbazhagan, Surekha, Shanbhag, D., Antony, A., Bhanuprakash, K., Anbazhagan, Suguna, Chandran, N., Ramakrishna, G., 2016. Comparison of effectiveness of two methods of health education on cancer awareness among adolescent school children in a rural area of Southern India. *J. Fam. Med. Prim. Care* 5. <https://doi.org/10.4103/2249-4863.192357>
- Bahtiar, K.R., Aisyah, I.S., 2018. Pembentukan dokter cilik sebagai bagian dari unit kesehatan sekolah (UKS) di SDIT At-Taufik Al-Islamy dan SDIT Ibadurrohman. *J. Pengabd. Siliwangi* 4.
- Deviani, N.L.P., Citrawati, N.K., Suasti, N.M.A., 2018. Efektivitas pendidikan kesehatan dengan metode ceramah dan demonstrasi terhadap peningkatan pengetahuan tentang deteksi dini kanker payudara pada remaja putri. *Bali Med. J.* 5. <https://doi.org/10.36376/bmj.v5i1.19>
- Direktorat Pembinaan Pendidikan Khusus dan Layanan Khusus, 2013. Pedoman Pembinaan Dan Pengembangan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) 2013. Direktorat Pembinaan Pendidikan Khusus dan Layanan Khusus, Jakarta.
- Hayati, M., 2009. Pengaruh Peer Edukasi Tentang Jajanan Sehat Terhadap Perilaku Anak Usia Sekolah. *Univ. Indones.* 58.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2015. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.02.02/MENKES/62/2015 tentang Panduan Praktik Klinis Bagi Dokter Gigi. Kementerian Kesehatan RI, Jakarta.
- Mardiati, N., Andina, L., Wati, H., Musfirah, Y., Akbar, D.O., 2018. Aku “apoteker cilik” di Sekolah Dasar Negeri 4 Sungai Besar Banjarbaru Kalimantan Selatan. *J. Pengabd. Kpd. Masy. MEDITEG* 2. <https://doi.org/10.34128/mediteg.v2i1.13>

Martunus. 2013. Peran Pelaksana Usaha Kesehatan Sekolah Dalam Kesehatan Anak SD Negeri Simpang Tiga Kecamatan Loa Janan Ilir. Ilmu Sosiatri Univ. Mulawarman 2.

Selvia, A. 2009. Seri Pengetahuan UKS. Masmedia Buana Pustaka, Sidoarjo.

Widodo, B. 2016. Pendidikan Kesehatan Dan Aplikasinya di SD/MI. Madrasah 7, 12. <https://doi.org/10.18860/jt.v7i1.3306>

Yaslina, Sari, L.M., Yaswinda, 2019. Edukasi kesehatan PHBS dan pelatihan dokter kecil pada siswa di SDN 15 Nagari Koto Gadang Kecamatan IV Koto. *J. Abdimas Kesehatan*. Perintis 1, 8–14.