

PEMBERDAYAAN SISWA SEBAGAI PEER EDUCATOR KONSEP DASAR PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT

Mihfa Suhena Chaniago¹, Ratih Jannah², Pebri Khairani³, Rachmi Fadilah⁴, Iqbal
Sukranjah Pasha⁵, Nadia Pratiwi⁶, Nadia Oktavia⁷, Mawaddah Lubis⁸, Alwi Mansur⁹,
Arinil Hidayah¹⁰

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10} Universitas Aufa Royhan

Email : mihfasuhena60@gmail.com

ABSTRAK

Masalah kesehatan yang terjadi pada anak sekolah antara lain karies gigi, cacingan, ketajaman penglihatan, masalah gizi, dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) seperti menggosok gigi dan mencuci tangan dengan baik dan benar. **Tujuan** : kegiatan ini bertujuan meningkatkan pemahaman dan tindakan siswa-siswi dalam melakukan perilaku hidup bersih dan sehat dilingkungan sekolah, agar terhindar dari berbagai jenis masalah kesehatan yang dapat terjadi. **Metode** : Kegiatan ini dilakukan di SD Negeri No.1000208 Desa Siamporik Dolok, Kecamatan Angkola Selatan. Kegiatan ini dilaksanakan dari bulan Juni-Juli 2024. Populasi kegiatan ini adalah seluruh siswa-siswi SD mulai dari kelas I- kelas V sejumlah 60 orang siswa. Pemilihan peer educator ini dilakukan dengan kriteria yang sudah ditentukan yaitu : 1). Keaktifan dikelas , 2). Mempunyai kemampuan komunikasi yang baik, 3) Mendapatkan point tertinggi pertama sampai ketiga tiap kelasnya saat dilaksanakannya kegiatan pre test berupa pengisian koesioner, 4) Mempunyai kemampuan memimpin dan mempengaruhi teman , serta 5). Disiplin. **Hasil** : Pesan yang disampaikan oleh educator cilik mampu dipahami dan diaplikasikan dengan baik, siswa-siswi dapat terdorong dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah. **Kesimpulan** : Pendidikan kesehatan metode peer education dapat memperbaiki pengetahuan siswa tentang konsep dasar PHBS sehingga dapat meningkatkan antusiasme siswa untuk melakukan kegiatan PHBS setelah terjadi perubahan sikap dan perilaku.

Kata kunci : *Peer Educator*, PHBS, Educator cilik

ABSTRACT

Health problems that occur in school children include dental caries, worms, visual acuity, nutritional problems, and Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) such as brushing teeth and washing hands properly and correctly. **Objective**: This activity aims to increase students' understanding and actions in carrying out clean and healthy living behavior in the school environment, in order to avoid various types of health problems that can occur. **Method**: This activity was carried out at SD Negeri No.1000208 Siamporik Dolok Village, South Angkola District. This activity will be carried out from June-July 2024. The population of this activity is all elementary school students from class I to class V, totaling 60 students. The selection of peer educators is carried out using predetermined criteria, namely: 1). Activeness in class, 2). Have good communication skills, 3) Get the first to third highest points in each class when carrying out pre-test activities in the form of filling out questionnaires, 4) Have the ability to lead and influence friends, and 5). Discipline. **Results**: The messages conveyed by the little educators were able to be understood and applied well, students were encouraged to adopt clean and healthy living behavior at school. **Conclusion**: Health education using the peer education method can improve students' knowledge of the basic concepts of PHBS so that it can increase students' enthusiasm for carrying out PHBS activities after changes in attitudes and behavior occur.

Keywords: *Peer Educator*, PHBS, Little Educator

1. PENDAHULUAN

Anak usia sekolah merupakan sasaran strategis untuk pelaksanaan program kesehatan, karena jumlahnya besar, dan mudah dijangkau karena terorganisir dengan baik. Masalah kesehatan yang terjadi pada anak sekolah antara lain karies gigi, kecacingan, ketajaman penglihatan, masalah gizi, dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) seperti menggosok gigi dan mencuci tangan dengan baik dan benar. (Kemenkes RI. 2017)

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) harus diterapkan sebagai wujud kesadaran pada masalah kesehatan yang dapat dilakukan oleh seseorang. Program penerapan PHBS merupakan upaya untuk memberikan pelajaran berupa pengalaman pada setiap individu, anggota keluarga, sekumpulan, maupun pada masyarakat umum (Gani et al., 2015)

Adapun PHBS di lingkungan sekolah yaitu mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah makan, mengonsumsi jajanan sehat, menggunakan jamban bersih dan sehat, olahraga yang teratur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di lingkungan sekolah, membuang sampah pada tempatnya, dan melakukan kerja bakti bersama warga lingkungan sekolah untuk menciptakan lingkungan yang sehat (Bungai et al., 2022).

Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah sangat diperlukan sehubungan dengan banyak penyakit yang bermunculan terutama anak usia dini berkaitan dengan PHBS. PHBS di sekolah merupakan serangkaian perilaku yang dilakukan oleh siswa, guru, dan warga sekolah, berdasarkan kesadaran dari pembelajaran supaya mampu secara mandiri mencegah penyakit, meningkatkan kesehatan dan berperan aktif dalam menciptakan lingkungan sehat. Tujuan dilaksanakannya PHBS di sekolah adalah menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat sehingga mendukung kegiatan belajar mengajar (Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, 2021; Direktorat Rehabilitasi Sosial Anak - Direktorat Jendral Rehabilitasi Sosial Kementerian Sosial, 2020).

Berdasarkan observasi awal dengan dilakukannya kegiatan pre test berupa pengisian koesioner pengetahuan siswa-siswi tentang konsep dasar PHBS kepada seluruh siswa-siswi dari kelas I – kelas V di Sd Negeri No. 1000208 Desa Siamporik Dolok, ditemukan bahwa hasil penilaian poin-poin dari hasil pengisian koesioner masih sangat rendah.

Hal tersebut membuktikan bahwa pemahaman siswa-siswi tentang konsep dasar PHBS masih kurang. Oleh karena itu salah satu metode yang dapat dilakukan siswa-siswi dalam meningkatkan pemahaman siswa-siswi tentang konsep dasar PHBS adalah dengan menggunakan peningkatan pengetahuan melalui pendekatan teman sebaya. *Peer Educator* adalah upaya sistematis yang dilakukan oleh ahli untuk mempengaruhi dan menyebarkan pengalaman serta pengetahuan mereka kepada kaum muda melalui perwakilan kaum muda dengan usia yang sama yang telah memperoleh pendidikan atau pelatihan dengan kelompok target untuk menyampaikan sebuah pesan. (Sujarwo, 2008)

Pemberian informasi ini menggunakan bahasa yang hampir sama hingga informasi lebih mudah dipahami oleh teman sebayanya serta dalam situasi yang lebih santai, yang harapannya pesan dapat tersampaikan dengan baik. (Imron, 2012)

2. METODE PELAKSANAAN

Permasalahan prioritas yang harus segera diselesaikan dalam lingkungan sekolah di SD No. 1000208 Desa Siamporik dolok adalah masih rendahnya pengetahuan, sikap, dan tindakan dalam konsep dasar PHBS. Untuk menyelesaikan masalah ini telah disepakati untuk membentuk pendidikan berbasis teman sebaya (*Peer Educator*) dalam meningkatkan pemahaman tentang konsep dasar PHBS.

Kegiatan ini dilakukan di SD Negeri No.1000208 Desa Siamporik Dolok, Kecamatan Angkola Selatan. Kegiatan ini dilaksanakan dari bulan Juni-Juli 2024. Populasi kegiatan ini adalah

seluruh siswa-siswi SD mulai dari kelas I- kelas V sejumlah 60 orang siswa. Pemilihan *peer educator* ini dilakukan dengan kriteria yang sudah ditentukan yaitu : 1). Keaktifan dikelas , 2). Mempunyai kemampuan komunikasi yang baik, 3) Mendapatkan point tertinggi pertama sampai ketiga tiap kelasnya saat dilaksanakannya kegiatan pre test berupa pengisian koesioner, 4) Mempunyai kemampuan memimpin dan mempengaruhi teman , serta 5). Disiplin.

Peer Educator yang terpilih diberi julukan tim sebagai Educator cilik kemudian dilatih untuk dapat memberikan penyuluhan dan edukasi kepada teman sebayanya . Pelatihan pada Educator cilik dilakukan dengan cara *learning by doing* . Educator cilik diberi materi seminggu 2 kali pertemuan. Setiap pertemuan dengan durasi waktu 30 menit , lalu setiap hari kamis saat setelah pembelajaran aktif disekolah Educator cilik memberikan edukasi kepada teman sebayanya.

Adapun alat dan media yang digunakan dalam kegiatan ini adalah melalui media audiovisual, poster PHBS disekolah, buku tulis untuk educator cilik, Infocus, serta kamera handphone untuk pengambilan dokumentasi (Foto dan Vidio).

Perubahan yang diharapkan dapat dilihat melalui dilakukannya kegiatan post test berupa pengisian koesioner tentang pengetahuan konsep dasar PHBS disekolah .

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Kegiatan I Pelatihan *Peer Educator*

Kegiatan pertama berbentuk pelatihan. Pelatihan dilaksanakan di SD No 1000208 Desa Siamporik Dolok . Total waktu pelatihan 1 jam efektif. Peserta pelatihan 15 siswa dari kelas I – kelas V .Kegiatan ini diawali dengan kegiatan pre test sebagai tolak ukur pemilihan tim educator cilik .

1. Tahap pertama pre test

Pre test dilakukan untuk mengukur pengetahuan dasar peserta tentang konsep dasar PHBS. Enam puluh (60) peserta mengikuti kegiatan pretest dengan tertib.

Hasil pre test memberikan gambaran masih minimnya pengetahuan siswa-siswi tentang konsep dasar PHBS

Siswa yang terpilih sebagai Educator cilik sebanyak 15 orang siswa, yang terdiri dari 3 siswa tiap kelasnya yang mendapatkan point tertinggi saat dilakukan pre test . Siswa-siswi yang terpilih dibentuk dalam sebuah tim yang diberi julukan sebagai educator cilik serta diberikan penanda berupa pin yang dipasang diseragam sekolah siswa-siswi tersebut.

2. Tahap kedua pelatihan educator cilik dengan tema konsep dasar PHBS

Materi di berikan untuk membekali siswa menjadi educator cilik . Materi pertama di awali teknik komunikasi yang efektif pada siswa-siswi. Berbagai tehnik dan strategi komunikasi sebagai bekal menjadi educator cilik di berikan oleh tim mahasiswa

Hasil pengamatan menunjukkan antusiasme yang tinggi semua peserta pelatihan. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya pertanyaan-pertanyaan dan diskusi panjang selama pelatihan. Antusiasme yang tinggi juga terlihat dari keinginan siswa siswi dalam mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat dilingkungan sekolah. Evaluasi keberhasilan pelatihan dilakukan dengan menganalisis signifikansi perubahan pengetahuan sebelum dan sesudah pelatihan.

Pengamatan dilakukan seminggu 1 kali yaitu pada hari kamis. Tim Educator cilik memberikan pengetahuan dan pemahaman kepada teman sebayanya tentang konsep dasar PHBS, seperti definisi dari PHBS, Indikator PHBS disekolah , tujuan PHBS, serta manfaat dari PHBS tersebut.

Selama pelatihan dan pembinaan, pesan edukasi yang diterima oleh teman sebaya mendapat perhatian serta pengulangan, sehingga pesan ini selalu diingat dan mampu merubah perilaku siswa-siswi. Pesan yang disampaikan oleh educator cilik mampu dipahami dan diaplikasikan dengan baik, siswa-siswi dapat terdorong dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah.

Dalam tujuan strategi komunikasi seperti diatas memastikan bahwa seluruh siswa mengerti pesan yang diterima bisa ketahui Educator cilik yang sudah mengikuti sosialisasi melakukan feedback bisa pada saat edukasi dan penyuluhan dengan mengajukan pertanyaan atau sesuai edukasi dapat melakukan kegiatan belajar tentang konsep dasar PHBS khususnya.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Pendidikan kesehatan metode peer educator dapat memperbaiki pengetahuan siswa tentang konsep dasar PHBS sehingga dapat memperbaiki antusiasme siswa untuk melakukan kegiatan PHBS setelah terjadi perubahan sikap dan perilaku. Saran kegiatan diharapkan dukungan dari semua pihak baik guru maupun orang tua sangat berpengaruh terhadap kelangsungan perilaku hidup bersih dan sehat dilingkungan sekolah .

5. REFERENSI

- Bungai, J., Sasmitae, L., & Perdana, I. (2022). Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Tata nana Sekolah Dasar Di Desa Cangkang Kabupaten Murung Raya Kalimantan Tengah. *Al-Madrasah : Jurnal Ilmiah Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, 6(4), 1305–1315. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.35931/am.v6i4.1247>
- Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, P. D. dan P. M. K. P. K. R. dan T. (2021). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah Untuk Penyelenggaraan Pembelajaran pada Masa Pandemi Covid-19. <http://ditpsd.kemdikbud.go.id/>
- Direktorat Rehabilitasi Sosial Anak - Direktorat Jendral Rehabilitasi Sosial Kementrian Sosial. (2020). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Penguatan Kapabilitas Anak dan Keluarga.
- Gani, H. A., Istiaji, E., & Pertiwi, P. E. (2015). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Tata nana Rumah Tangga Masyarakat Using (Studi Kualitatif di Desa Kemiren, Kecamatan Glagah, Kabupaten
- Imron, 2012. Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja. *Peer Education dan Efektivitas Program KIR.KRR di Sekolah*. Yogyakarta: Ar Ruzz
- Kemenkes RI. 2017. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2016. Jakarta.
- Sujarwo, 2008, Pedoman Konseling Teman Sebaya untuk Pengembangan Resiliensi, Yogyakarta, UNY

