

OPTIMALISASI PROGRAM UKS MELALUI AKTIVASI KADER KESEHATAN SEKOLAH SEBAGAI AGEN PERUBAHAN PERILAKU SEHAT

Inda Mariana Harahap^{1*}, Mira Rizkia², Yuni Arnita³, Mariatul Kiftia⁴, Sri Agustina⁵
¹²³⁴⁵Universitas Syiah Kuala, Banda Aceh, Indonesia

[*indamariana@usk.ac.id](mailto:indamariana@usk.ac.id)¹

Received: 28-11- 2025

Revised: 12-12-2025

Approved: 25-12-2025

ABSTRAK

Program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) merupakan sarana penting dalam meningkatkan derajat kesehatan anak sekolah. Namun, efektivitasnya sangat bergantung pada partisipasi aktif siswa sebagai agen perubahan. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk mengoptimalkan program UKS melalui aktivasi kader kesehatan sekolah dalam promosi perilaku kebersihan diri dengan pendekatan *peer group education*. Kegiatan dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri Rumpet Aceh Besar yang melibatkan enam kader kesehatan sekolah yang dipilih dari siswa sekolah tersebut dan telah mendapat pelatihan dan keterampilan serta media edukasi berupa buku saku kebersihan diri selama 2 minggu dan dilanjutkan penyuluhan kebersihan diri kepada siswa lain selama 2 minggu. Adapun pengukuran pengetahuan siswa dengan menggunakan instrument yang disusun oleh tim pengabdian. Setelah dilakukan pelatihan serta keterampilan dan intervensi edukasi penyuluhan oleh kader kepada teman sebaya di dapatkan hasil adanya peningkatan rata-rata skor pengetahuan siswa dari 15,5 menjadi 23,5 dengan hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai $p = 0,000 (< 0,05)$. Hasil ini membuktikan bahwa pelatihan kader dan edukasi teman sebaya efektif meningkatkan pengetahuan kebersihan diri siswa sekolah dasar. Pelatihan dan media edukasi yang diberikan kepada kader kesehatan sekolah serta aktivasi kader terbukti berperan penting sebagai agen perubahan perilaku sehat dalam mendukung optimalisasi program UKS.

Kata Kunci: Kader, Higiene, Sebaya, Edukasi, UKS

ABSTRAC

The School Health Program (UKS) is an important tool in improving the health status of school children. However, its effectiveness is highly dependent on the active participation of students as agents of change. This community service activity aims to optimize the UKS program through the activation of school health cadres in promoting personal hygiene behavior with a *peer group education* approach. The activity was carried out at Rumpet Aceh Besar Public Elementary School, involving six school health cadres selected from the school's students who had received training and skills, as well as educational media in the form of a personal hygiene pocket book for 2 weeks, and continued with personal hygiene counseling to other students for 2 weeks. The measurement of student knowledge used an instrument developed by the community service team. After the training and skills, and educational intervention counseling by cadres to peers, the results obtained an increase in the average student knowledge score from 15.5 to 23.5, with the Wilcoxon test results showing a p value = 0.000 (< 0.05). These results prove that cadre training and peer education are effective in improving the personal hygiene knowledge of elementary school students. The training and educational media provided to school health cadres, as well as the activation of cadres, have proven to play an important role as agents of healthy behavior change in supporting the optimization of the UKS program.

Keywords: cadres, hygiene, peer, UKS

PENDAHULUAN

Anak usia sekolah dasar beresiko mengalami penyakit infeksi yang berhubungan dengan kurangnya kebersihan diri seperti infeksi saluran pernafasan, diare, cacangan dan lain lain (Direktorat Sekolah Dasar, 2021). Anak usia sekolah (6-12 tahun) mengalami perkembangan fisik yang melambat dan perkembangan sosial yang pesat. Fokus perhatian mereka berpindah ke kehidupan diluar keluarga sehingga mereka semakin mandiri melakukan aktifitas diluar rumah (Joshi & Shukla, 2019). Aktivitas yang aktif diluar rumah menyebabkan anak rentan terpapar mikroorganisme penyebab penyakit khususnya yang berkaitan dengan kebersihan diri. Penelitian yang dilakukan

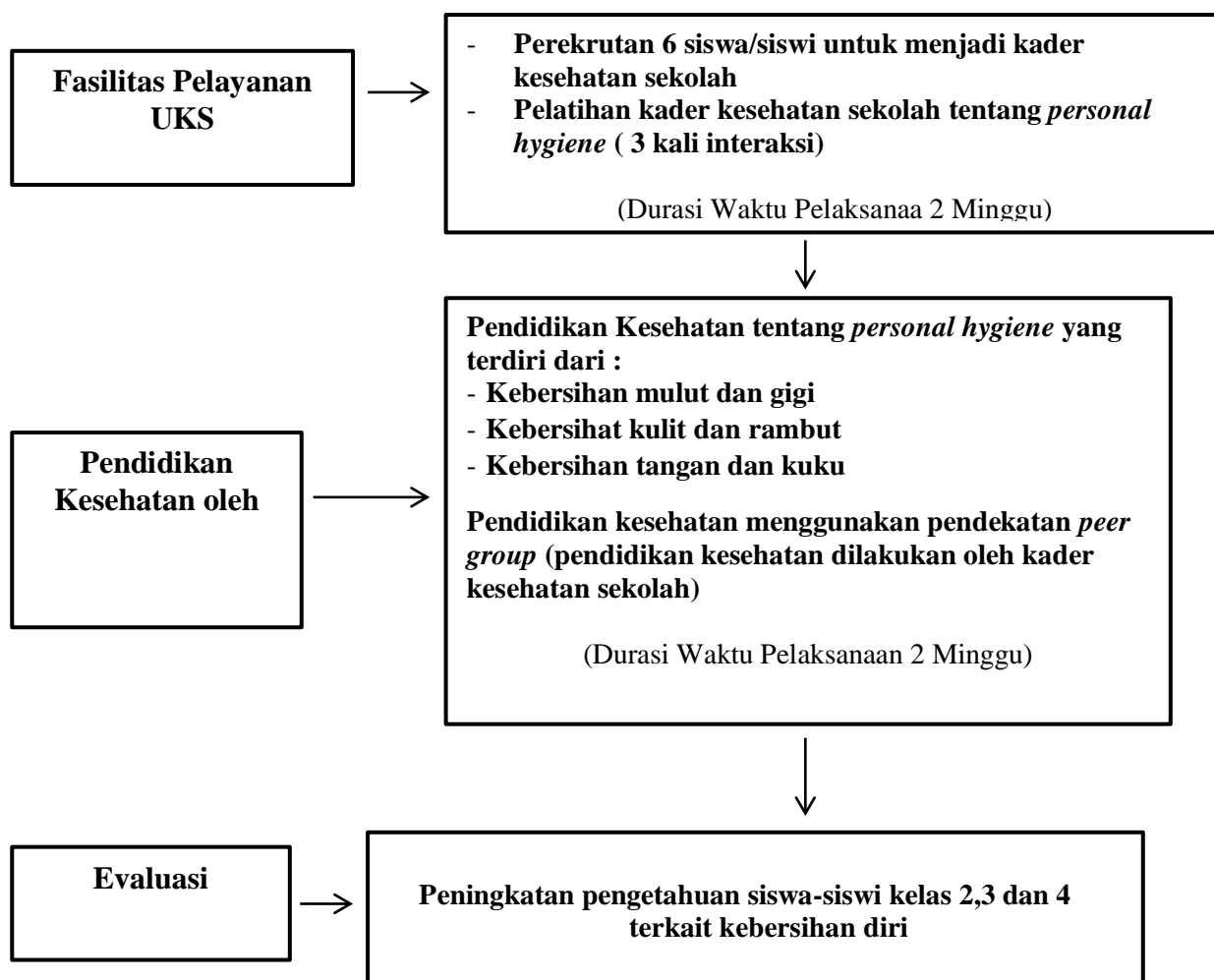
pada sekolah dasar di kota samarinda, menunjukkan bahwa perilaku kebersihan pribadi memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian diare. Faktor-faktor perilaku yang berpengaruh meliputi kebiasaan mencuci tangan dengan sabun, penggunaan toilet yang benar, dan kebersihan kuku. Dari ketiga faktor tersebut, penggunaan toilet merupakan prediktor paling dominan, di mana siswa dengan perilaku penggunaan toilet yang buruk memiliki risiko 35 kali lebih tinggi mengalami diare dibandingkan dengan siswa yang memiliki perilaku toilet bersih (Rahayu et al., 2024)

Kebersihan diri yaitu upaya individu untuk memelihara kebersihan dan kesehatan tubuh melalui kegiatan seperti mandi, mencuci tangan, menjaga kebersihan mulut, rambut, kuku, pakaian, dan lingkungan pribadi guna mencegah penyakit serta meningkatkan kesejahteraan (World Health Organization, 2022). Faktor yang berhubungan dengan kurangnya perilaku kebersihan diri pada anak usia sekolah yaitu jenis kelamin dan usia anak, status sosial demografi (Kouakou et al., 2021) , pengetahuan (Harahap et al., 2025), ketersediaan fasilitas kebersihan diri (Bamlaku Golla et al., 2024) , budaya, kebiasaan dan lingkungan sosial (Minda et al., 2024; Ruslana & Mulyono, 2022). Penelitian yang dilakukan pada 150 siswa-siswi kelas 4 dan 5 sekolah dasar di Indonesia didapatkan bahwa sebuah edukasi yang terstruktur dan interaktif secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan perilaku cuci tangan pada anak sekolah dasar (Sidabutar et al., 2022).

Dengan demikian, promosi kesehatan terkait kebersihan diri di sekolah menjadi penting untuk dilakukan sebagai upaya pencegahan penyakit menular pada anak sekolah dasar. Indonesia sudah menyediakan wadah untuk upaya promosi kesehatan di sekolah yang dikenal dengan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). UKS memiliki tujuan agar anak memiliki kemampuan untuk berperilaku hidup bersih dan sehat, memiliki keterampilan hidup sehat dan keterampilan sosial yang baik sehingga dapat belajar, tumbuh dan berkembang secara harmonis dan optimal menjadi sumber daya manusia yang berkualitas (Kemenkes RI, 2014). Optimalisasi program UKS dengan melibatkan peran kader kesehatan sekolah terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan perilaku kebersihan diri anak sekolah dasar seperti mencuci tangan pakai sabun dan merupakan upaya pencegahan penyakit diare yang efektif di kalangan anak sekolah dasar (Solehati et al., 2017).

METODE KEGIATAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan oleh tim pengabdian dari Universitas Syiah Kuala dengan metode pelaksanaan yaitu desain studi kasus. Tempat pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilakukan di SD Negeri Rumpet, kecamatan krueng barona jaya, Aceh Besar dengan sasaran pelaksanaan kader kesehatan sekolah dan siswa-siswi kelas 2, 3, dan 4. Adapun waktu pelaksanaan kegiatan pengabdian ini mulai bulan juli hingga september 2024, kegiatan dilakukan dengan beberapa tahapan meliputi tahapan perencanaan, tahapan pelaksanaan dan tahapan evaluasi. Berikut tahapan-tahapan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan :



Gambar 1. Tahapan Kegiatan PKM

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian diawali dengan perekrutan kader kesehatan sekolah yang berasal dari siswa-siswi kelas 4 dan 5. Perekrutan dilakukan oleh guru penanggung jawab UKS berdasarkan kriteria telah mendapatkan izin dari orang tua dan bersedia menjadi kader kesehatan sekolah, memiliki kemampuan akademik dan komunikasi yang baik. Jumlah kader kesehatan sekolah yaitu 6 orang yang terdiri dari 3 siswa dan 3 siswi. Kader kesehatan sekolah mengikuti pelatihan tentang kebersihan diri selama 3 kali pertemuan yang berlangsung selama dua minggu. Materi pelatihan dibagi menjadi tiga topik yaitu kebersihan kulit dan rambut, kebersihan mulut dan gigi, dan kebersihan tangan dan kuku. Kebersihan diri pada anak sekolah terdiri dari 1) kebersihan kulit, kuku, rambut, telinga dan hidung, 2) kebersihan mulut dan gigi, 3) kebersihan dan kerapian pakaian, 4) memakai alas kaki (Sepatu/sandal), dan 5) cuci tangan sebelum memegang makan dan lain-lain (Nugraheni et al., 2018). Kebersihan diri penting untuk dipelihara dengan baik agar tidak menimbulkan gangguan kesehatan seperti diare, infeksi saluran pernapasan, cacangan dan lain-lain (Rusmanto et al., 2012; Silalahi & Putri, 2018). Pada pelatihan, kader kesehatan tidak hanya diajarkan pengetahuan tentang kebersihan diri tapi juga diajarkan tentang keterampilan kebersihan diri seperti cuci tangan pakai sabun, menggosok gigi dan

memotong kuku sesuai ajaran islam yang disunahkan. Selain itu, kader kesehatan sekolah diberikan buku saku kebersihan diri, yaitu media edukasi dalam bentuk buku berukuran kecil yang mudah dibawa oleh kader kesehatan sekolah dalam saku dan berisi informasi yang disajikan secara ringkas, jelas dan menarik sehingga memudahkan dan menyamakan materi yang disampaikan kader kesehatan sekolah dalam mempromosikan perilaku kesehatan kebersihan diri. Sebuah penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan buku saku kader terhadap peningkatan pengetahuan kader posyandu di wilayah kerja Puskesmas Cempae kota Parepare (p=0,000) (Irmasari et al., 2023).



(a)



(b)



(c)

Gambar: a) dan b) pemaparan materi terkait kebersihan diri, c) praktik kebersihan diri (cuci tangan pakai sabun)



(a)



(b)

Gambar: a) Buku saku kader kesehatan sekolah tentang perilaku kebersihan diri; b) Kader Kesehatan Sekolah

Kegiatan pengabdian selanjutnya adalah penyuluhan tentang kebersihan diri oleh kader kesehatan sekolah yang telah diberi pelatihan dan buku saku kader kesehatan sekolah. Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan dalam tiga kali pertemuan sesuai dengan subtopik kebersihan diri. Kegiatan penyuluhan yang dilakukan oleh kader kesehatan sekolah dengan menggunakan konsep *peer group education*, yaitu sebuah metode penyuluhan kesehatan yang dilakukan oleh teman sebaya yang memiliki tingkat kedewasaan dan pengalaman yang sama sehingga sangat efektif untuk memberikan *role model* yang tepat bagi anak usia sekolah (Dodd et al., 2022; Kementerian Kesehatan RI, 2014; The United Nations Population Fund, 2005).



(a)



(b)

Gambar a dan b; Kegiatan Penyuluhan yang dilakukan oleh Kader Kesehatan Sekolah

Pada kegiatan pengabdian ini dilakukan pengukuran tingkat pengetahuan siswa-siswi sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan kesehatan tentang kebersihan diri oleh kader kesehatan sekolah. Hasil pengukuran didapatkan bahwa terjadi peningkatan mean pengetahuan siswa-siswi dari 15,5 sebelum penyuluhan menjadi 23,5 setelah penyuluhan. Hasil uji perbedaan skor dengan menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks* disimpulkan bahwa penyuluhan kesehatan tentang kebersihan diri oleh kader kesehatan sekolah signifikan meningkatkan pengetahuan siswa-siswi tentang kebersihan diri dengan nilai $Z = -6.653$ dan $P\text{-Value } 0.000$, dimana nilai $P\text{-Value}$ lebih < 0.05 . Hasil ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan edukasi melalui kelompok sebaya terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap tentang kebersihan diri pada anak di SDN 37 Kota Bengkulu ($p=0,000 < 0,05$) (Rosalina Sibarani et al., 2018). Penyuluhan kesehatan tentang kebersihan diri yang diberikan langsung oleh kader kesehatan sekolah memudahkan siswa-siswi menerima informasi lebih baik karena merasa lebih nyaman dan dihargai, sehingga pembelajaran menjadi lebih efektif. Selain itu, penyuluhan kesehatan oleh kader kesehatan sekolah dapat memunculkan rasa tanggung jawab dan berbagi pengalaman di antara siswa.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa aktivasi kader kesehatan sekolah melalui pelatihan dan penggunaan buku saku serta metode *peer group education* efektif meningkatkan pengetahuan kebersihan diri siswa-siswi sekolah dasar. Kader kesehatan sekolah berperan penting sebagai agen perubahan perilaku sehat di lingkungan sekolah, sehingga dapat mendukung optimalisasi program UKS dalam pencegahan penyakit menular dan peningkatan derajat kesehatan anak sekolah.

REFERENSI

- Bamlaku Golla, E., Leta, D. D., Abate, A., Geremew, H., & Abdisa Kuse, S. (2024). Factors associated with hygiene practices among primary school children in southern Ethiopia. *Frontiers in Public Health*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1402455>
- Dodd, S., Widnall, E., Russell, A. E., Curtin, E. L., Simmonds, R., Limmer, M., & Kidger, J. (2022). School-based peer education interventions to improve health: a global systematic review of effectiveness. *BMC Public Health*, 22(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-022-14688-3>
- Harahap, I. M., Arnita, Y., & Rizkia, M. (2025). Knowledge and Behavior of Personal Hygiene among Elementary School Children; Cross-sectional Study. *Journal of the Liaquat University of Medical and Health Sciences*, 2025-April, 127–131. <https://doi.org/10.22442/jlumhs.2025.01333>
- Irmasari, Haniarti, Umar, F., & Nurlinda. (2023). Buku Saku Kader terhadap Peningkatan Pengetahuan Kader Posyandu untuk Pencegahan Stunting. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 4(2), 65–73. <https://doi.org/10.36590/v4i2.645>
- Kemendes RI. (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2014). *Pedoman Pendidikan Kesehatan dengan Pendekatan Teman Sebaya (Peer Education)*. Direktorat Promosi Kesehatan.
- Kouakou, J. S., Tiadé, M. L., Barro, P. K., Kouamé, J., Bediakon, M. G., Desquith, A. A., & Kouadio, L. (2021). Factors influencing personal hygiene among primary schoolchildren in western Côte d'Ivoire. *Journal of Water Sanitation and Hygiene for Development*, 11(4), 687–692. <https://doi.org/10.2166/washdev.2021.265>
- Minda, G. H., Tola, H. H., Amhare, A. F., Kebie, A., & Endale, T. (2024). Personal hygiene practice and associated factors among elementary school students in Fiche Town, Oromia, Ethiopia. *BMC Infectious Diseases*, 24(1). <https://doi.org/10.1186/s12879-024-09665-7>
- Nugraheni, H., Indarjo, S., & Suhat. (2018). *Promosi Kesehatan Berbasis Sekolah*. Deepublish.
- Rahayu, E. P., Chifdillah, N. A., & Tonapa, E. (2024). Behavioral determinants related to the incidence of diarrhea among students in Samarinda City. *BKM Public Health and Community Medicine*, e15966. <https://doi.org/10.22146/bkm.v40i11.15966>
- Rosalina Sibarani, E., Riyadi, A., & Lesteri, W. (2018). EDUKASI MELALUI PEER GRUP BERPENGARUH TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG PERSONAL HYGIENE. *Jurnal Media Kesehatan*, 11(2), 1–8.
- Ruslana, F. H., & Mulyono, S. (2022). The relationship of cultural values with clean and healthy life behaviour among Islamic boarding school students in Indonesia. *Journal of Public Health Research*, 11(2). <https://doi.org/10.4081/jphr.2021.2739>
- Rusmanto, D., Mukono, J., Kesehatan, D., Fakultas, L., Masyarakat, K., Airlangga, U., Korespondensi, A., Kampus, S., Unair, C., & Mulyorejo, J. (2012). *Hubungan Personal Higiene Siswa Sekolah Dasar dengan Kejadian Kecacangan*.
- Sidabutar, S., Kustoyo, B., & Widya, W. (2022). THE EFFECTIVENESS OF HEALTH EDUCATION ON CHANGES IN HANDWASHING BEHAVIOR IN ELEMENTARY SCHOOL CHILDREN. *Jurnal Ilmiah METADATA*, 4(3), 424–447. <https://doi.org/10.47652/metadata.v4i3.837>
- Silalahi, V., & Putri, R. M. (2018). Personal Hygiene Pada Anak Sd Negeri Merjosari 3. *JAPI Jurnal*, 2(2), 15–23.
- Solehati, T., Eli Kosasih, C., Susilawati, S., Lukman, M., & Paryati, S. P. Y. (2017). Effect of school community empowerment model towards handwashing implementation among elementary school students in Dayeuhkolot subdistrict. *Kesmas*, 11(3), 111–116. <https://doi.org/10.21109/kesmas.v11i3.1171>
- The United Nations Population Fund. (2005). *Youth Peer Education Toolkit: Standards for Peer Education Programmes*. The United Nations Population Fund. www.fhi360.org.
- World Health Organization. (2022). *WHO Global Water, Sanitation and Hygiene: annual report 2020*.