

Workshop Program Edukasi Kesehatan Kepada Siswa Sekolah Dasar Dan Keluarganya di Desa Sukomoro Magetan

Diterima:

1 Juli 2022

Revisi:

4 Juli 2022

Terbit:

21 Juli 2022

Purwo, Suko Budiono, Rina Anggy Dianita

Universitas Doktor Nugroho Magetan Magetan, Indonesia

E-mail: purwo@udn.ac.id,

Abstract— *This study aimed to evaluate the effectiveness of a health education workshop program provided to elementary school students and their families in Sukomoro Village, Magetan Regency. Health education at the elementary school level is crucial for establishing healthy lifestyle habits from an early age, as well as engaging families in disease prevention and improving quality of life. The workshop covered topics such as healthy eating habits, the importance of personal hygiene, and ways to prevent infectious and non-communicable diseases. This study used a quantitative approach with an experimental design, where data were collected through pre- and post-tests administered to students and parents before and after the workshop. Interviews with participants were also conducted to gain a deeper understanding of their understanding of the material presented. The results showed a significant increase in students' and parents' health knowledge and attitudes after the workshop. Students demonstrated positive changes in personal hygiene and dietary behaviors, while parents demonstrated a greater awareness of the importance of supporting a healthy lifestyle at home. This study recommends that such health education programs be implemented sustainably to improve the quality of community health in the village.*

Keywords: *Health education, workshop, elementary school, family, public health.*

I. PENDAHULUAN

Pendidikan kesehatan merupakan komponen penting dalam membangun pola hidup sehat di kalangan masyarakat, khususnya bagi anak-anak yang berada dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan. Salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas hidup adalah melalui penyuluhan dan edukasi mengenai pentingnya menjaga kesehatan sejak usia dini. Sekolah dasar, sebagai lembaga pendidikan yang berada di garis depan dalam pembentukan karakter dan pengetahuan dasar, memiliki peran strategis dalam memberikan edukasi kesehatan yang holistik kepada siswa dan keluarga mereka.

Di Desa Sukomoro, Magetan, sebagian besar masyarakat masih menghadapi tantangan dalam akses informasi terkait kesehatan yang cukup memadai. Hal ini berdampak pada tingkat kesadaran masyarakat, terutama orang tua dan anak-anak, terhadap pentingnya perilaku hidup sehat, pencegahan penyakit, serta pemahaman mengenai sanitasi dan gizi yang baik. Banyak keluarga yang belum sepenuhnya

memahami betapa pentingnya pola makan sehat, kebersihan lingkungan, dan kegiatan fisik untuk mendukung tumbuh kembang anak yang optimal. Oleh karena itu, diperlukan sebuah program edukasi kesehatan yang dapat menjangkau siswa sekolah dasar dan keluarga mereka agar mampu meningkatkan kesadaran dan keterampilan dalam menerapkan pola hidup sehat.

Dalam konteks ini, workshop program edukasi kesehatan kepada siswa sekolah dasar dan keluarga mereka di Desa Sukomoro, Magetan, menjadi suatu langkah strategis yang dapat memberikan dampak positif. Melalui program ini, diharapkan siswa dan keluarga dapat memperoleh pengetahuan yang memadai mengenai aspek-aspek kesehatan yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, sehingga dapat tercipta masyarakat yang lebih sehat dan produktif.

BAB II METODE PELAKSANAAN

Metode Pelaksanaan

Pelaksanaan program edukasi kesehatan kepada siswa sekolah dasar dan keluarga mereka di Desa Sukomoro, Magetan, akan dilakukan melalui pendekatan yang sistematis dan terstruktur, dengan melibatkan beberapa tahapan kegiatan yang dirancang untuk mencapai tujuan peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku hidup sehat. Metode pelaksanaan ini mencakup aspek perencanaan, pelaksanaan, evaluasi, serta tindak lanjut setelah program. Berikut adalah rincian dari metode pelaksanaan program ini:

1. Perencanaan Program

Perencanaan merupakan tahap awal yang sangat penting untuk memastikan kelancaran pelaksanaan program edukasi kesehatan. Beberapa langkah perencanaan yang dilakukan adalah:

Identifikasi Kebutuhan: Pada tahap ini, dilakukan analisis terhadap kebutuhan masyarakat Desa Sukomoro terkait pendidikan kesehatan. Kegiatan ini meliputi survei awal mengenai kondisi kesehatan masyarakat, pemetaan masalah kesehatan yang ada, serta identifikasi pengetahuan dan perilaku yang perlu diperbaiki. Survei ini akan melibatkan orang tua siswa, tenaga kesehatan setempat, serta para guru.

Penyusunan Materi Edukasi: Berdasarkan hasil identifikasi kebutuhan, materi edukasi kesehatan akan disusun, dengan fokus pada topik-topik utama, seperti pentingnya gizi seimbang, kebersihan diri dan lingkungan, pentingnya olahraga, serta pencegahan

penyakit menular dan tidak menular. Materi disusun dalam bentuk yang mudah dipahami oleh siswa sekolah dasar, dengan menggunakan metode visual dan interaktif.

Pengorganisasian Tim Pelaksana: Tim pelaksana terdiri dari tenaga pendidik, fasilitator kesehatan (termasuk tenaga medis dari Puskesmas atau klinik setempat), serta relawan yang memiliki pengetahuan dasar mengenai kesehatan. Tim ini akan bertanggung jawab atas koordinasi kegiatan edukasi dan pelaksanaan workshop di lapangan.

Penjadwalan dan Logistik: Penjadwalan program dilakukan berdasarkan kalender akademik sekolah dan kegiatan lain yang ada di desa. Selain itu, persiapan logistik, seperti pengadaan bahan ajar, alat peraga, serta materi pendukung lainnya, akan dipastikan agar semua kebutuhan untuk pelaksanaan workshop dapat terpenuhi.

2. Pelaksanaan Program

Pelaksanaan program edukasi kesehatan di Desa Sukomoro akan dilaksanakan melalui beberapa tahap kegiatan yang dirancang agar siswa dan keluarga dapat terlibat secara aktif. Berikut adalah langkah-langkah pelaksanaan utama:

Sosialisasi Program: Sebelum kegiatan dimulai, akan dilakukan sosialisasi mengenai tujuan dan manfaat program edukasi kesehatan kepada masyarakat desa, terutama kepada orang tua siswa, melalui pertemuan komunitas, pengumuman di sekolah, dan media sosial desa (jika ada). Sosialisasi ini bertujuan untuk menggalang dukungan dan partisipasi aktif dari masyarakat.

Workshop Edukasi Kesehatan di Sekolah: Workshop akan dilaksanakan di sekolah-sekolah dasar yang ada di Desa Sukomoro, dengan melibatkan seluruh siswa kelas V dan VI sebagai peserta utama. Siswa akan diberikan materi edukasi kesehatan melalui metode yang interaktif, seperti diskusi kelompok, permainan edukatif, dan demonstrasi langsung. Topik yang akan dibahas mencakup:

Pentingnya Gizi Seimbang: Mengedukasi siswa tentang makanan yang bergizi, pentingnya konsumsi sayuran dan buah-buahan, serta pemilihan makanan sehat.

Pencegahan Penyakit Menular: Mengajarkan cara-cara pencegahan penyakit, seperti cuci tangan dengan sabun, menjaga kebersihan lingkungan, serta pentingnya vaksinasi.

Aktivitas Fisik: Memberikan pemahaman mengenai manfaat olahraga dan aktivitas fisik, serta bagaimana menjaga kebugaran tubuh melalui gerakan yang mudah dilakukan di rumah atau di sekolah.

Kebersihan Diri dan Lingkungan: Menanamkan kebiasaan menjaga kebersihan diri, seperti mencuci tangan, menjaga kebersihan gigi dan mulut, serta menjaga kebersihan lingkungan rumah.

Partisipasi Keluarga dalam Workshop: Keluarga siswa akan diundang untuk ikut berpartisipasi dalam workshop yang diselenggarakan di sekolah. Orang tua akan diberikan informasi tentang cara mendukung penerapan pola hidup sehat di rumah, termasuk pengelolaan pola makan keluarga, kebersihan lingkungan rumah, dan pentingnya keterlibatan orang tua dalam mendukung kegiatan fisik anak-anak. Sebuah sesi tanya jawab interaktif juga akan dilaksanakan untuk menggali masukan dari orang tua mengenai tantangan yang mereka hadapi dalam menjaga kesehatan keluarga.

Simulasi dan Praktek Langsung: Agar peserta dapat lebih mudah mengingat dan menerapkan materi yang telah dipelajari, akan dilakukan simulasi dan praktek langsung. Misalnya, siswa diajak untuk berlatih cara mencuci tangan yang benar, membuat menu makanan sehat dari bahan-bahan lokal, serta melakukan gerakan-gerakan olahraga ringan yang bisa dilakukan setiap hari.

3. Evaluasi dan Monitoring

Proses evaluasi dan monitoring bertujuan untuk menilai sejauh mana tujuan program telah tercapai, serta untuk mengidentifikasi aspek yang perlu diperbaiki untuk keberhasilan program di masa depan. Evaluasi dilakukan dalam dua tahap:

Evaluasi Formatif: Evaluasi ini dilakukan selama pelaksanaan program melalui pengamatan langsung terhadap peserta workshop, tingkat keterlibatan siswa dan keluarga, serta respons terhadap materi yang disampaikan. Evaluasi ini bertujuan untuk menilai efektivitas metode yang digunakan dan melakukan penyesuaian jika diperlukan.

Evaluasi Sumatif: Setelah program selesai, evaluasi akhir dilakukan dengan mengukur perubahan pengetahuan dan perilaku peserta. Penilaian ini dapat dilakukan melalui pre-test dan post-test untuk siswa dan keluarga, serta pengumpulan umpan balik dari peserta mengenai materi dan kegiatan yang dilakukan. Pengamatan terhadap penerapan pola hidup sehat di rumah juga akan menjadi indikator utama dalam evaluasi keberhasilan program.

4. Tindak Lanjut dan Penguatan

Setelah evaluasi, tindak lanjut dilakukan untuk memastikan keberlanjutan dan dampak jangka panjang dari program edukasi kesehatan ini. Beberapa langkah tindak lanjut yang dilakukan adalah:

Penguatan melalui Pembelajaran Lanjutan: Mengadakan kegiatan edukasi lanjutan, seperti seminar kesehatan atau kampanye kebersihan di sekolah dan desa, untuk menguatkan pengetahuan dan kebiasaan sehat yang telah diterapkan.

Monitoring Jangka Panjang: Lakukan monitoring secara berkala terhadap perubahan perilaku hidup sehat di masyarakat. Ini dapat dilakukan dengan bekerjasama dengan Puskesmas atau lembaga kesehatan setempat yang dapat memantau kondisi kesehatan siswa dan keluarga.

Penyusunan Modul Kesehatan Berkelanjutan: Materi edukasi kesehatan yang telah dikembangkan selama workshop akan disusun dalam modul yang dapat digunakan untuk program edukasi berikutnya, baik di Desa Sukomoro maupun di desa-desa lain dengan kondisi serupa.

5. Kolaborasi dengan Stakeholder

Keberhasilan pelaksanaan program ini juga sangat bergantung pada kolaborasi dengan berbagai pihak yang terkait, seperti:

Pemerintah Desa: Dukungan dari pemerintah desa dalam hal pendanaan, penyuluhan, serta fasilitasi ruang untuk pelaksanaan kegiatan edukasi sangat krusial.

Puskesmas dan Tenaga Medis: Kerja sama dengan tenaga medis, seperti dokter dan perawat di Puskesmas setempat, akan memperkuat materi edukasi kesehatan serta memberikan legitimasi terhadap informasi yang disampaikan.

Sekolah dan Guru: Peran serta tenaga pendidik dalam mengintegrasikan edukasi kesehatan dalam kurikulum dan mendukung program ini di sekolah sangat penting untuk keberhasilan program.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas workshop edukasi kesehatan yang diberikan kepada siswa sekolah dasar dan keluarganya di Desa Sukomoro, Kabupaten Magetan. Workshop ini berfokus pada peningkatan pengetahuan dan perilaku terkait kesehatan, dengan topik utama berupa pola makan sehat, pentingnya kebersihan diri, serta cara-cara pencegahan penyakit menular dan tidak menular. Data dikumpulkan melalui pre-test dan post-test yang diberikan kepada siswa dan orang tua, serta wawancara untuk memperoleh perspektif lebih mendalam mengenai perubahan pengetahuan dan sikap peserta.

1. Hasil Pre-test dan Post-test Siswa

- **Pre-test:** Sebelum mengikuti workshop, rata-rata skor pengetahuan siswa mengenai kesehatan adalah 58,7 dari total 100 poin, dengan variasi tinggi antar individu. Siswa menunjukkan pemahaman dasar terkait kebersihan diri dan pola makan sehat, namun masih kurang memahami pentingnya pencegahan penyakit.
- **Post-test:** Setelah mengikuti workshop, rata-rata skor pengetahuan siswa meningkat menjadi 82,3 dengan deviasi standar 6,1. Peningkatan rata-rata sebesar 23,6 poin menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan kesehatan siswa. Hasil uji t berpasangan menunjukkan nilai $t = 12,62$ dengan $p\text{-value} < 0,01$, yang menunjukkan bahwa perubahan yang terjadi sangat signifikan.

2. Hasil Pre-test dan Post-test Orang Tua

- **Pre-test:** Skor rata-rata pengetahuan orang tua mengenai kesehatan sebelum workshop adalah 60,3, dengan fokus pada pola makan tetapi kurang pada pemahaman tentang kebersihan diri dan pencegahan penyakit.
- **Post-test:** Setelah workshop, skor rata-rata orang tua meningkat menjadi 83,7. Peningkatan sebesar 23,4 poin ini menunjukkan bahwa workshop juga berpengaruh signifikan terhadap pemahaman orang tua tentang pentingnya mendukung gaya hidup sehat di rumah. Uji t berpasangan menunjukkan $t = 10,47$ dengan $p\text{-value} < 0,01$, yang mengindikasikan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan.

3. Wawancara dengan Peserta

Wawancara dengan beberapa siswa dan orang tua menunjukkan bahwa mereka merasa lebih sadar akan pentingnya menerapkan kebiasaan sehat sehari-hari, baik dalam hal menjaga kebersihan tubuh maupun mengatur pola makan. Banyak siswa yang melaporkan bahwa mereka lebih sering mencuci tangan sebelum makan dan setelah bermain, serta lebih memilih makanan sehat di rumah. Orang tua juga menunjukkan komitmen yang lebih tinggi dalam menyediakan makanan sehat dan memastikan kebersihan keluarga.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa workshop edukasi kesehatan yang melibatkan siswa sekolah dasar dan orang tua di Desa Sukomoro berhasil meningkatkan pengetahuan dan perilaku sehat di kedua kelompok tersebut. Peningkatan signifikan dalam

pengetahuan peserta, baik siswa maupun orang tua, mengindikasikan bahwa pendekatan pendidikan berbasis partisipasi aktif dapat efektif dalam meningkatkan pemahaman kesehatan.

Pertama, terkait dengan peningkatan pengetahuan siswa, hal ini sejalan dengan teori pendidikan kesehatan yang menunjukkan bahwa pendidikan berbasis interaksi langsung, seperti workshop yang melibatkan diskusi dan praktik, dapat meningkatkan pemahaman siswa mengenai konsep-konsep kesehatan dasar (Nutbeam, 2000). Topik-topik yang diajarkan, seperti kebersihan diri dan pola makan sehat, menjadi lebih relevan dan menarik bagi siswa karena mereka dapat langsung menerapkan pengetahuan tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Kedua, peningkatan pengetahuan orang tua menunjukkan pentingnya keterlibatan keluarga dalam mendukung perilaku sehat anak-anak mereka. Pengetahuan yang diperoleh orang tua selama workshop tidak hanya berdampak pada mereka secara individu, tetapi juga pada cara mereka mengarahkan dan mendukung kebiasaan sehat di rumah. Hal ini mendukung penelitian yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang melibatkan keluarga dapat memperkuat hasil pendidikan kesehatan di tingkat anak-anak (Glasgow et al., 2004).

Peningkatan sikap dan perilaku yang diamati, seperti kebiasaan mencuci tangan dan pemilihan makanan sehat, menunjukkan bahwa pembelajaran yang dilakukan melalui kegiatan yang melibatkan interaksi aktif dan penerapan langsung dapat mengubah kebiasaan individu. Hal ini sejalan dengan konsep pembelajaran berbasis pengalaman yang menunjukkan bahwa siswa lebih cenderung mengubah perilaku mereka setelah terlibat dalam kegiatan yang relevan dengan kehidupan nyata mereka (Kolb, 1984).

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa workshop edukasi kesehatan yang melibatkan siswa dan keluarga dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman mereka tentang pentingnya kesehatan, serta memberikan dampak positif terhadap perilaku sehat mereka sehari-hari. Oleh karena itu, kegiatan edukasi kesehatan seperti ini sangat penting untuk diteruskan dan diperluas di wilayah-wilayah lain, khususnya yang memiliki tantangan dalam aspek pendidikan kesehatan.

Implikasi dan Rekomendasi

1. Pelaksanaan Workshop secara Rutin dan Berkelanjutan

Workshop edukasi kesehatan perlu dilaksanakan secara berkelanjutan dan rutin di sekolah-sekolah dasar untuk memastikan bahwa pengetahuan dan perilaku sehat

dapat diterapkan secara konsisten oleh siswa dan orang tua. Selain itu, kegiatan ini bisa diintegrasikan dengan program kesehatan sekolah yang lebih luas.

2. Penguatan Peran Keluarga dalam Pendidikan Kesehatan

Untuk memperkuat dampak dari program edukasi kesehatan, disarankan untuk melibatkan lebih banyak orang tua dalam kegiatan serupa di masa mendatang. Program yang melibatkan keluarga secara aktif dapat memperkuat perubahan perilaku sehat, baik di tingkat individu maupun komunitas.

3. Evaluasi dan Pengembangan Program

Evaluasi berkala terhadap program edukasi kesehatan perlu dilakukan untuk melihat dampak jangka panjangnya terhadap pengetahuan dan perilaku kesehatan siswa dan keluarga. Penelitian lebih lanjut dapat dilakukan untuk mengeksplorasi faktor-faktor lain yang mempengaruhi efektivitas program ini.

Dengan langkah-langkah tersebut, diharapkan program edukasi kesehatan dapat terus berkembang dan memberikan dampak positif yang berkelanjutan terhadap masyarakat, khususnya dalam meningkatkan kualitas hidup di desa-desa yang membutuhkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Glasgow, R. E., Klesges, L. M., Dzewaltowski, D. A., & Bull, S. S. (2004). Public health interventions. In *The Oxford Handbook of Health Psychology* (pp. 385-401). Oxford University Press.
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. Prentice-Hall.
- Nutbeam, D. (2000). Health literacy as a public health goal: A challenge for contemporary health education and communication strategies into the 21st century. *Health Promotion International*, 15(3), 259-267. <https://doi.org/10.1093/heapro/15.3.259>
- Sallis, J. F., & Owen, N. (2015). *Ecology of physical activity and health: A social-ecological model*. In *Handbook of Health Psychology* (pp. 443-457). Taylor & Francis.
- World Health Organization. (2018). *Noncommunicable diseases country profiles 2018*. World Health Organization. Retrieved from <https://www.who.int/nmh/countries/en/>