

Edukasi Kesehatan melalui Pemberdayaan Dokter Kecil untuk Meningkatkan Kebiasaan Cuci Tangan di Sekolah

Riana Tryzulhijah*, Sinta Putri Nur Azizah, Hisny Fajrussalam, Tristia Layla Indiriani, Ajeng Putri Maharani, Aulia Pebriyanti Rahayu, Siti Robiah, Syaira Maulida

Universitas Pendidikan Indonesia, Purwakarta, Indonesia

*Coresponding Author: rianatryz03@upi.edu

Dikirim: 16-12-2025; Direvisi: 28-12-2025; Diterima: 01-01-2025

Abstrak: Kesehatan peserta didik merupakan faktor penting yang berpengaruh terhadap kualitas proses pembelajaran. Salah satu perilaku dasar yang perlu ditanamkan sejak dini adalah kebiasaan mencuci tangan dengan benar sebagai bagian dari Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Observasi awal di SDN 9 Nagrikaler menunjukkan rendahnya kesadaran siswa dalam melakukan cuci tangan secara tepat, seperti tidak menggunakan sabun dan tidak mengikuti langkah kesehatan yang dianjurkan. Kondisi ini berdampak pada meningkatnya keluhan kesehatan serta menurunnya kehadiran siswa. Sebagai upaya mengatasi permasalahan tersebut, dilakukan program edukasi kesehatan melalui pemberdayaan Dokter Kecil sebagai tutor sebaya (*peer teaching*). Metode ini melibatkan pelatihan, pembekalan materi, praktik sosialisasi, serta pendampingan oleh mahasiswa sebagai fasilitator. Hasil pelaksanaan program menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan, sikap, dan perilaku siswa terkait praktik cuci tangan yang benar. Siswa mulai konsisten mencuci tangan menggunakan sabun, terutama sebelum makan dan setelah menggunakan toilet. Dokter Kecil efektif berperan sebagai agen perubahan, terlihat dari meningkatnya kemandirian siswa dalam saling mengingatkan pentingnya mencuci tangan. Dukungan sekolah, penyediaan sarana seperti sabun dan poster, serta pemantauan lanjutan memperkuat keberlanjutan program. Dengan demikian, penerapan metode peer teaching terbukti efektif dalam membangun budaya hidup bersih di sekolah serta berkontribusi pada pencapaian tujuan SDGs poin 3 terkait kesehatan dan kesejahteraan.

Kata Kunci: Agen perubahan; Cuci tangan; Dokter Kecil; Edukasi Kesehatan; PHB.

Abstract: Student health is a crucial factor that directly influences the effectiveness of the learning process in schools. One essential behavior to cultivate from an early age is proper handwashing, which is a key component of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS). Initial observations at SDN 9 Nagrikaler showed that students had low awareness and poor handwashing habits, such as not using soap and not following recommended health steps. This condition contributed to increased health complaints and decreased student attendance. To address this issue, a health education program was implemented through the empowerment of Dokter Kecil (Little Doctors) using the peer teaching method. This approach involved training, material reinforcement, hands-on demonstrations, and guided mentorship by university students. The results indicated a significant improvement in students' knowledge, attitudes, and practices related to proper handwashing. Students became more consistent in washing their hands with soap, especially before meals and after using the toilet. The Dokter Kecil effectively acted as agents of change, reflected in students' growing independence and willingness to remind their peers. Support from the school, the provision of soap and educational posters, and continuous monitoring further strengthened program sustainability. Therefore, the use of peer teaching proved effective in fostering a clean and healthy culture within the school environment and contributed to the achievement of SDGs Goal 3 concerning health and well-being.



Keywords: Change agents; Clean and Healthy Living Behavior (PHBS); Handwashing; Health Education; Little Doctors.

PENDAHULUAN

Kesehatan peserta didik merupakan faktor fundamental yang berpengaruh langsung terhadap keberhasilan proses pembelajaran di lingkungan sekolah. Kondisi kesehatan yang baik memungkinkan siswa untuk belajar secara optimal, aktif, dan produktif. Salah satu aspek penting dalam upaya menjaga kesehatan adalah penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Caesar et al., 2024) bahwa bentuk upaya nyatanya adalah melalui perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yang dilaksanakan mulai dari tingkat individu, keluarga, sekolah, dan masyarakat. Khususnya kebiasaan mencuci tangan dengan benar, kebiasaan cuci tangan yang dilakukan sesuai langkah dan durasi yang dianjurkan terbukti efektif dalam mencegah penularan berbagai penyakit menular. PHBS di lingkungan sekolah merupakan langkah untuk memberdayakan siswa, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah agar bisa dan mau melakukan perilaku hidup bersih dan sehat dalam menciptakan sekolah yang sehat. Kegiatan 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 sekolah yang sehat (Salim et al., 2022). Adapun manfaat PHBS yang paling utama adalah terciptanya masyarakat yang sadar kesehatan dan memiliki bekal pengetahuan dan kesadaran untuk menjalani perilaku hidup yang menjaga kebersihan dan memenuhi standar kesehatan (Mardiana et al., 2020).

Namun demikian, hasil observasi awal di SDN 9 Nagrikaler menunjukkan bahwa sebagian besar siswa belum memiliki kebiasaan mencuci tangan dengan baik dan benar. Siswa cenderung mencuci tangan tanpa menggunakan sabun, tidak mengikuti langkah yang dianjurkan, serta kurang memahami pentingnya menjaga kebersihan tangan, terutama sebelum makan dan setelah menggunakan toilet. Kondisi ini diperkuat dengan temuan berupa meningkatnya keluhan kesehatan, seperti diare, pusing, serta kondisi kuku tangan yang panjang dan kotor. Fenomena tersebut mengindikasikan rendahnya kesadaran siswa terhadap perilaku hidup bersih, yang pada akhirnya berdampak pada kehadiran siswa dan potensi ketertinggalan dalam proses pembelajaran.

Permasalahan tersebut menunjukkan perlunya intervensi edukatif yang bersifat partisipatif, sistematis, dan berkelanjutan. Salah satu pendekatan efektif yang dapat diterapkan adalah pemberdayaan Dokter Kecil sebagai agen perubahan (*agent of change*) dalam promosi kesehatan di sekolah. Program Dokter Kecil memiliki potensi untuk menanamkan nilai-nilai kesehatan melalui pendekatan sebaya (*peer teaching*), di mana siswa dapat belajar dan mencontoh perilaku positif dari teman sebayanya. Melalui pendekatan ini, edukasi kesehatan lebih mudah diterima, dipahami, dan dipraktikkan oleh siswa. Selain itu, gerakan ini dianggap efektif diterapkan pada siswa sekolah dasar, karena siswa dapat melakukan demonstrasi secara langsung (Diapharina et al., 2023).



Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan “Edukasi Kesehatan melalui Pemberdayaan Dokter Kecil untuk Meningkatkan Kebiasaan Cuci Tangan di Sekolah” dipandang penting untuk dilaksanakan. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan siswa dalam menerapkan perilaku mencuci tangan yang benar. Selain itu, program ini diharapkan mampu mendorong terbentuknya budaya sekolah yang mendukung perilaku hidup bersih dan sehat secara berkelanjutan, sehingga tercipta lingkungan belajar yang sehat, aman, dan kondusif bagi peningkatan mutu pendidikan di SDN 9 Nagrikaler.

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Studi pengabdian ini menggunakan metode tutor sebaya (*peer teaching*) sebagai pendekatan utama dalam pelaksanaan program. Memahami dampak pengajaran sejauh terhadap pengembangan keterampilan mengajar dapat memberikan wawasan berharga mengenai kemanjurannya sebagai alat pedagogi (Nshimiyimana & Cartledge, 2020). Metode ini dipilih karena memiliki tujuan untuk memberdayakan anggota masyarakat secara langsung, membentuk kader atau agen perubahan lokal, serta menciptakan keberlanjutan program setelah kegiatan pengabdian selesai. Melalui pendekatan tutor sebaya, proses edukasi dan transfer pengetahuan dilakukan oleh siswa yang telah dibekali kemampuan, sehingga pesan kesehatan lebih mudah diterima, dipahami, dan diperaktikkan oleh kelompok sasaran. Pelaksanaan metode pengabdian ini dilakukan melalui beberapa tahapan yang saling berkaitan.

Tahap pertama adalah identifikasi calon tutor sebaya atau calon Dokter Kecil yang akan diberdayakan sebagai agen perubahan. Setelah proses identifikasi, tahap berikutnya adalah pelatihan tutor oleh tim pengabdian, yang meliputi pemberian materi dasar mengenai perilaku hidup bersih dan sehat, teknik mencuci tangan yang benar, serta keterampilan komunikasi dasar. Selanjutnya dilakukan pembekalan informasi dan perencanaan kegiatan yang akan dilaksanakan oleh tutor sebaya sesuai dengan kebutuhan program. Tahap berikutnya adalah pelaksanaan program kerja oleh para agen perubahan lokal melalui metode tutor sebaya (*peer teaching*) yang tetap dipandu dan difasilitasi oleh tim pengabdian. Pada tahap ini, tutor sebaya memberikan edukasi kepada siswa lain baik secara demonstrasi maupun pendampingan praktik mencuci tangan. Setelah program berjalan, dilakukan evaluasi dan refleksi bersama untuk menilai keberhasilan, mengidentifikasi kendala, dan merumuskan perbaikan untuk pelaksanaan berikutnya. Mengevaluasi efektivitas pengajaran sejauh tidak hanya menyoroti manfaatnya tetapi juga membantu mengidentifikasi area yang perlu ditingkatkan dan disempurnakan dalam praktiknya (Ekici et al., 2023).

Keseluruhan proses tersebut dirancang untuk memastikan bahwa metode tutor sebaya dapat diterapkan secara efektif serta mampu mendukung keberlanjutan program. Dengan demikian, penggunaan metode pengabdian tutor sebaya dalam studi ini memberikan konteks yang jelas bagi pelaksanaan program kerja pengabdian, sekaligus memastikan bahwa kegiatan yang dilakukan dapat berjalan secara efektif, partisipatif, dan berkesinambungan.



IMPLEMENTASI KEGIATAN DAN PEMBAHASAN

Observasi awal menunjukkan bahwa kesadaran mengenai pentingnya cuci tangan masih sangat rendah di kalangan siswa SDN 9 Nagrikaler. Meskipun sekolah telah menyediakan fasilitas dasar seperti wastafel, penggunaan sabun oleh siswa masih minim dan sering diabaikan. Sebagian besar siswa hanya membilas tangan dengan air sebelum makan atau setelah bermain, tanpa mengikuti langkah-langkah cuci tangan yang benar. Tangan yang dicuci tidak tepat dapat meningkatkan resiko terkontaminasi virus atau bakteri ke makanan yang disentuh oleh tangan, sehingga dapat menyebar ke tubuh manusia (Rosidi et al., 2020). Kebiasaan ini berkontribusi pada munculnya berbagai keluhan kesehatan seperti diare dan flu yang berdampak pada menurunnya kehadiran siswa serta menghambat Proses Belajar Mengajar (PBM), karena guru harus mengulang materi bagi siswa yang tertinggal. Menurut Oematan, Aspatria, & Gustam (2023) anak-anak yang mengalami berbagai masalah kesehatan terutama diare dapat mengalami gangguan pertumbuhan dan perkembangan karena penyerapan nutrisi anak kurang dan dapat menyebabkan resiko penurunan kemampuan belajar akibat tingkat ketidakhadiran di sekolah tinggi.

Program pengabdian cuci tangan ini dirancang untuk meningkatkan kesadaran serta praktik Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), khususnya mengenai penerapan cuci tangan yang benar dan upaya pencegahan penyakit, selain itu juga sebagai bentuk deteksi dini terhadap gangguan kesehatan berbasis lingkungan. Melalui pengamatan kebiasaan cuci tangan siswa secara rutin, sekolah dapat mengidentifikasi potensi risiko kesehatan sejak awal dan melakukan tindak lanjut yang diperlukan. Hal ini sejalan dengan pendapat Hijriani et al., (2025) yang menyatakan bahwa peningkatan kebiasaan cuci tangan berkontribusi terhadap upaya deteksi dini penyakit berbasis lingkungan, seperti diare, ISPA, dan pneumonia

1. Pembekalan dan Pengukuhan

Program pengabdian ini dimulai pada hari Kamis, 02 Oktober 2025 dengan dilaksanakannya pembekalan dan pengukuhan anggota Dokter Kecil sebagai agen perubahan (*agent of change*) dan akan membantu mempromosikan kesehatan di sekolah. Anggota Dokter Kecil dipilih dari siswa kelas V yang berminat menjadi agen perubahan dalam promosi kesehatan di sekolah. Sebelum melaksanakan peran di lapangan, para anggota mendapatkan pelatihan komprehensif dari tim mahasiswa UPI yang mencakup materi mengenai tugas seorang promotor kesehatan, teknik komunikasi sebaya, serta pemahaman dasar tentang pentingnya menjaga kebersihan tangan. Selain itu, mereka diberikan tanggung jawab untuk memantau praktik cuci tangan, memberikan edukasi kesehatan, serta membantu guru melakukan pertolongan pertama sederhana.



Gambar 1. Pembekalan dan Pengukuhan Dokcil

2. Penguatan Materi dan Eksperimen Cuci Tangan

Program berlanjut pada tanggal 16 Oktober 2025 yaitu pembekalan dan penguatan materi mengenai pentingnya cuci tangan. Pada tahap ini, Dokter Kecil memperoleh penguatan materi mengenai langkah-langkah cuci tangan, alasan ilmiah pentingnya mencuci tangan, serta waktu-waktu yang tepat untuk melakukannya. Untuk memperkuat pemahaman, dilaksanakan eksperimen sederhana menggunakan sabun dan bubuk lada sebagai simulasi penyebaran kuman. Eksperimen ini bertujuan agar Dokter Kecil memahami secara konkret bagaimana sabun bekerja menghilangkan kuman di tangan, sehingga dengan penguatan ini, Dokter Kecil diharapkan mampu mengedukasi teman sebayanya dengan pengetahuan yang akurat.



Gambar 2. Penguatan Materi dan Eksperimen Cuci Tangan

3. Sosialisasi Cuci Tangan kepada Seluruh Siswa

Kegiatan pengabdian berlanjut pada tanggal 23 Oktober 2025 yaitu mensosialisasikan pembiasaan cuci tangan dengan tepat ke seluruh siswa-siswi di SDN 9 Nagrikaler. Sosialisasi dilakukan kepada seluruh siswa SDN 9 Nagrikaler dengan membagi peserta menjadi dua kelompok: kelas bawah (I–III) dan kelas tinggi (IV–VI). Setiap kelompok didampingi oleh empat mahasiswa UPI dan empat anggota Dokter Kecil. Pada kegiatan ini, mahasiswa memberikan penjelasan mengenai pentingnya cuci tangan, kemudian Dokter Kecil memimpin demonstrasi praktik cuci tangan serta eksperimen lada dan sabun. Ice breaking juga dilakukan untuk meningkatkan minat siswa dalam mengikuti kegiatan. Keterlibatan aktif Dokter Kecil pada sesi ini menunjukkan peran penting mereka sebagai tutor sebaya sekaligus penerus program agar praktik cuci tangan tetap berkelanjutan.



Gambar 3. Sosialisasi cuci tangan yang tepat kepada semua siswa

4. Pemantauan Lanjutan

Setelah rangkaian kegiatan edukasi dan sosialisasi, pemantauan lanjutan yang dilaksanakan pada 7 November 2025 menunjukkan bahwa program ini berhasil meningkatkan kedisiplinan siswa dalam mencuci tangan. Terjadi perubahan perilaku yang terukur, di mana siswa menunjukkan peningkatan kedisiplinan dalam menggunakan sabun serta mengikuti langkah-langkah cuci tangan yang benar sebelum melakukan kegiatan penting seperti makan. Temuan ini selaras dengan penelitian Wiritanaya et al. (2024) yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang diterapkan secara berkelanjutan di sekolah mampu meningkatkan kepatuhan siswa dalam melakukan cuci tangan pakai sabun secara signifikan dibandingkan sebelum intervensi. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa perilaku kebersihan mulai terbentuk sebagai kebiasaan, bukan sekadar respons terhadap arahan.

Metode tutor sebaya yang digunakan terbukti efektif dalam menciptakan perubahan perilaku positif. Proses penyampaian informasi menjadi lebih mudah diterima karena bahasa dan jarak sosial antara Dokter Kecil sebagai tutor dan siswa lain lebih dekat. Perubahan perilaku yang diamati menunjukkan adanya pergeseran dari sekadar pengetahuan menuju pembiasaan yang konsisten. Terlihat peningkatan signifikan jumlah siswa yang mempraktikkan cuci tangan menggunakan sabun dan mengikuti langkah-langkah yang benar, terutama pada waktu-waktu kritis seperti sebelum makan. Hal ini membuktikan bahwa edukasi yang diberikan oleh Dokter Kecil berhasil mendorong penerapan praktik cuci tangan yang benar, sebagaimana dilatihkan pada tanggal 16 Oktober 2025. Kemandirian siswa juga mulai tampak melalui inisiatif mereka untuk saling mengingatkan teman sebaya tentang pentingnya mencuci tangan. Hal ini menunjukkan bahwa Dokter Kecil telah berhasil menjalankan perannya sebagai agen perubahan serta menyebarkan kesadaran mengenai praktik cuci tangan yang benar.



Gambar 4. Pemantauan lanjutan terhadap pembiasaan cuci tangan

5. Dukungan sekolah dan penguatan infrastruktur

Dukungan sekolah, guru, serta tindak lanjut terhadap infrastruktur menunjukkan komitmen tinggi terhadap keberlanjutan dan penguatan praktik

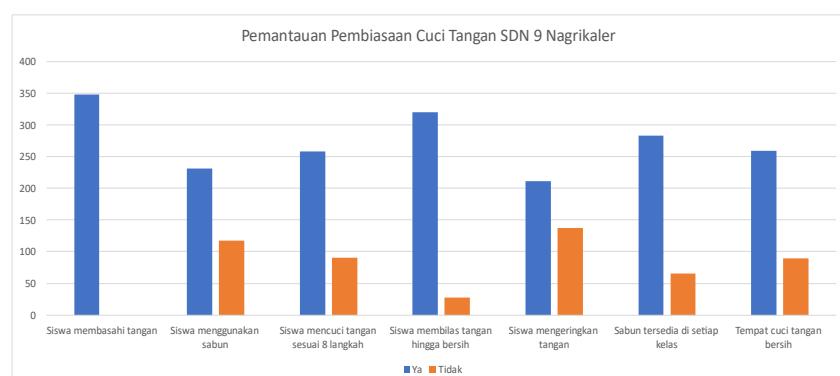
pembiasaan cuci tangan dengan benar. Pihak sekolah memberikan dukungan penuh, sementara guru kelas secara aktif menguatkan materi yang disampaikan oleh Dokter Kecil, memastikan bahwa praktik cuci tangan yang benar diterapkan sebagai rutinitas harian. Dukungan ini menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, di mana praktik cuci tangan tidak hanya dilakukan pada saat sosialisasi tetapi berkembang menjadi budaya sekolah.



Gambar 5. Distribusi sabun cuci tangan dan poster edukatif

Langkah tindak lanjut berupa distribusi sabun cuci tangan dan poster edukatif di setiap kelas, yang dilakukan oleh anggota Dokter Kecil, merupakan komponen penting dalam menjamin keberlanjutan program. Kegiatan ini mendukung edukasi yang telah diberikan dan memperkuat aksi nyata melalui penyediaan fasilitas fisik dan visual. Melalui kegiatan distribusi ini, peran Dokter Kecil sebagai *agent of change* semakin konkret dan terlihat. Mereka tidak hanya memberikan edukasi, tetapi juga memastikan tersedianya sarana yang memungkinkan praktik tersebut dilakukan secara konsisten, menempatkan mereka sebagai pengelola sarana kesehatan mikro di tingkat kelas. Pemasangan poster edukatif di setiap kelas dan area cuci tangan berfungsi sebagai pengingat visual yang konsisten, mendukung pembentukan kebiasaan jangka panjang.

Setelah rangkaian kegiatan edukasi dan sosialisasi, pemantauan lanjutan yang dilaksanakan pada 7 November 2025 menunjukkan adanya perubahan perilaku yang cukup signifikan dalam kebiasaan cuci tangan siswa. Siswa mulai lebih disiplin menggunakan sabun dan mengikuti langkah-langkah cuci tangan sebelum kegiatan penting seperti makan. Pembiasaan ini menunjukkan bahwa norma kebersihan mulai terinternalisasi, bukan sekadar dipatuhi karena instruksi. Keberhasilan perubahan tersebut terlihat dari data berikut:



Gambar 4. Bagan Pemantauan Pembiasaan Cuci Tangan SDN 9 Nagrikaler

Berdasarkan grafik diatas, terlihat dominasi respons positif pada hampir seluruh indikator. Mayoritas siswa telah sadar untuk melakukan cuci tangan sesuai dengan tahapan-tahapan yang sudah diajarkan seperti membasahi tangan, menyabuni, dan membilas tangan dengan air mengalir. Hal ini membuktikan bahwa edukasi *peer teaching* (tutor sebaya) yang dilakukan Dokcil lebih efektif karena gaya bahasa dan interaksi yang lebih dekat dan mudah diterima oleh teman-temannya. Keberlanjutan praktik baik ini menerima dukungan penuh oleh sekolah dan guru terhadap keberhasilan program ini. Guru kelas secara konsisten memastikan pembiasaan cuci tangan dengan benar diterapkan dalam kegiatan sehari-hari. Tindak lanjut berupa distribusi sabun cuci tangan dan pembagian poster pembiasaan cuci tangan di setiap kelas semakin memperkuat keberlanjutan program. Langkah ini penting agar perubahan perilaku tidak berhenti, tetapi terus didukung oleh fasilitas fisik yang memadai. Poster yang dipasang di area cuci tangan juga menjadi pengingat 8 langkah cuci tangan yang benar.

Menurut salah satu Guru di SDN 9 Nagrikaler, beliau mengatakan "Program Dokcil ini sangat luar biasa. Anak-anak sekarang tidak perlu lagi diperintah untuk mencuci tangan, terutama sebelum makan. Yang paling terasa, mereka saling mengingatkan dengan bahasa mereka sendiri, yang jauh lebih efektif dari pada kami sebagai guru. Kehadiran siswa di kelas pun terasa lebih stabil karena keluhan sakit perut atau flu jadi jarang terdengar." Testimoni dari sebagian siswa juga mengatakan "Mencuci tangan jadi lebih seru dan mudah karena Kakak Dokter Kecil yang mengajari langsung. Mereka juga yang membagikan sabun dan poster di kelas kami. Sekarang, setiap mau makan, saya selalu ingat harus cuci tangan pakai sabun, biar kuman-kuman yang bikin sakit tidak ikut masuk".

Setelah rangkaian kegiatan edukasi dan sosialisasi, terlihat bahwa metode pendekatan *peer teaching* yang digunakan yaitu menjadikan dokter kecil sebagai tutor sebaya dalam pembiasaan cuci tangan membuat proses penyampaian informasi lebih mudah diterima. Hal ini diperkuat oleh pendapat Lattu et al. (2024), yang menemukan bahwa metode edukasi partisipatif yang melibatkan teman sebaya jauh lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan prosedur kesehatan dibandingkan metode ceramah satu arah yang kaku.

Perubahan perilaku mulai tampak dari meningkatnya jumlah siswa yang mempraktikkan cuci tangan menggunakan sabun, khususnya sebelum makan dan setelah dari toilet. Namun, beberapa siswa masih ada yang belum konsisten dalam menjaga kebiasaan cuci tangan, terutama pada jam istirahat ketika lingkungan sekolah lebih ramai. Ketersediaan sabun cuci tangan serta kebersihan di beberapa wastafel pun masih perlu ditingkatkan agar praktik cuci tangan dapat dilakukan dengan mudah dan berkelanjutan. Hambatan-hambatan ini menunjukkan perlunya pemantauan rutin dari pihak sekolah dan Dokter Kecil agar perubahan perilaku tidak bersifat sementara.

Secara teoritis, hasil kegiatan ini mendukung tujuan SDGs poin 3 yaitu memastikan kehidupan sekolah yang sehat dan mendukung kesejahteraan bagi semua usia. Hal ini sejalan dengan pendapat Tumanduk et al. (2023) yang menyebutkan bahwa penguatan praktik cuci tangan di sekolah dasar menjadi wujud konkret pencapaian Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs) Tujuan 3, yaitu menjamin kesehatan dan kesejahteraan. Implementasi program ini di sekolah dasar menjadi langkah penting dalam menanamkan kebiasaan hidup bersih sejak dini. Keberhasilan



program ini dapat diperkuat melalui tindak lanjut seperti pembiasaan rutin cuci tangan sebelum makan, penambahan media visual di kelas, serta pengembangan kegiatan oleh Dokter Kecil secara berkala. Dengan demikian, program tidak hanya menghasilkan peningkatan kesadaran kebersihan, tetapi juga membangun budaya sekolah yang sehat, aman, dan berkelanjutan.

KESIMPULAN

Program edukasi kesehatan melalui pemberdayaan Dokter Kecil di SDN 9 Nagrikaler telah terbukti menjadi pendekatan yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan kebiasaan siswa terkait praktik cuci tangan yang baik. Keterdekanan bahasa, usia, dan interaksi antar siswa, serta rangkaian kegiatan pelatihan, penguatan materi, sosialisasi, dan pemantauan, menjadikan pendekatan tutor sebaya lebih mudah diterima oleh peserta didik. Hasil pemantauan menunjukkan adanya perubahan perilaku yang signifikan. Siswa tidak hanya memahami pentingnya mencuci tangan menggunakan sabun, tetapi juga mulai membiasakan diri melakukannya pada waktu-waktu penting seperti sebelum makan dan setelah menggunakan toilet. Pembiasaan ini berpotensi berkembang menjadi budaya sekolah, terlihat dari meningkatnya inisiatif siswa dalam saling mengingatkan. Keberhasilan program turut ditopang oleh dukungan guru dan sekolah, ketersediaan infrastruktur seperti sabun dan poster edukasi, serta penguatan peran Dokter Kecil.

Dengan demikian, metode *peer teaching* melalui pemberdayaan Dokter Kecil mampu menjadi model edukasi kesehatan yang berkelanjutan. Program ini berkontribusi pada peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat, sekaligus mendukung terwujudnya lingkungan belajar yang aman, sehat, dan kondusif, selaras dengan tujuan pembangunan berkelanjutan di bidang kesehatan.

Saran

Berdasarkan hasil pelaksanaan program, terdapat beberapa rekomendasi untuk mendukung keberlanjutan pembiasaan cuci tangan di lingkungan sekolah. Pertama, diperlukan pemantauan rutin oleh pihak sekolah dan Dokter Kecil untuk memastikan perubahan perilaku siswa tetap konsisten dan tidak kembali pada kebiasaan lama. Kedua, peningkatan fasilitas pendukung sangat penting, terutama ketersediaan sabun dan perawatan kebersihan wastafel, agar praktik cuci tangan dapat dilakukan secara mudah dan berkelanjutan. Ketiga, media edukasi seperti poster langkah cuci tangan perlu diperbarui secara berkala guna menjaga efektivitasnya sebagai alat pengingat visual bagi siswa. Keempat, pelatihan lanjutan bagi Dokter Kecil perlu dilakukan untuk memperkuat kapasitas mereka sebagai agen perubahan, terutama dalam kemampuan komunikasi, monitoring, dan edukasi sebaya. Terakhir, penelitian lanjutan direkomendasikan untuk mengevaluasi dampak jangka panjang program serta membandingkan efektivitas pendekatan tutor sebaya dengan model edukasi kesehatan lainnya di konteks sekolah dasar.

DAFTAR PUSTAKA

- Afandi, A, et al. (2022). Metodologi Pengabdian Masyarakat. Jakarta: Direktorat Pendidikan Tinggi Keagamaan Islam, Direktorat Jenderal Pendidikan Islam Kementerian Agama RI.



- Caesar, D. L., Dewi, E. R., Mubaroq, M. H., Irawan, A. F., Suryaningtyas, A. F., Kurniasari, A., & Yunanda, S. (2024). Gerakan cuci tangan pakai sabun pada siswa sekolah dasar. *APMa Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 113-121.
- Depkes RI. (2010). *Pedoman pelaksanaan Program Dokter Kecil di sekolah dasar*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Diapharina, N. A., Hermawan, N. S. A., & Aziza, N. (2023). Efektivitas Media Permainan Ular Tangga Terhadap Pengetahuan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) dalam Upaya Pencegahan Diare Pada Siswa SDN 02 Lambu Kibang Tahun 2023. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(4), 6300-6309.
- Ekici, M., Ozen, S.O., Sumer M., Ozgur, A., & Akar, S.G.M. (2023). Examining Pre-Service Teachers Experiences in the Learning by Teaching Process. *Ege Eğitim Dergisi*, 24(1), 1-15. <https://doi.org/10.12984/egefd.1095321>
- Febianti, Y. N. (2014). Peer Teaching (Tutor Sebaya) Sebagai Metode Pembelajaran Untuk Melatih Siswa Mengajar. *Jurnal Edunomic*, 2 (2), 80-87.
- Hijriani, H., Agustini, A., Kurniawan, W., Wahyuni, S., & Nuramalia, N. (2025). Edukasi Hand Hygiene Untuk Peningkatan Kemampuan Mencuci Tangan Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 3(5), 1842–1848.
- Lattu, M. K., Makalalag, M., Huragana, J., & Mandagi, A. A. (2024). Penyuluhan Kesehatan: Meningkatkan Pengetahuan Cuci Tangan Enam Langkah pada Siswa Sekolah Dasar. *JURNAL PKM DHARMABAKTI*, 1(1), 28-33.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah*. Jakarta: Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Panduan cuci tangan pakai sabun*. Jakarta: Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.
- Mardiana, U., Novitriani, K., Virganti, D. P., & Irmayanti, E. (2020). Upaya Peningkatan Kebiasaan Mencuci Tangan Sebagai Bagian Dari Gerakan 3 M Melalui Donasi Sabun Cuci Tangan Hasil Produksi Tim Kelompok Pengabdian Masyarakat Stikes Bth Tasikmalaya. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (Jupemas)*, 1(2).
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Noviana, E. N., & Laili, M. (2024). Evaluasi Efektivitas Metode Peer Teaching dalam Peningkatan Keterampilan Mengajar bagi Calon Guru. *Pengenalan Lapangan Persekolahan Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 1(1), 19-24.
- Nshimiyimana, A., & Cartledge, P.T. (2020). Peer Teaching at the University of Rwanda-a Qualitative study based on Self Determination Theory. *BMC Medical Education*, 20(1), 230. <https://doi.org/10.1186/s12909-020-02142-0>
- Oematan, G., Aspatria, U., & Gustam, T. (2023). Pendidikan kesehatan pada anak sekolah dasar. *GOTAVA Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 21-25.



- Rosidi, A., Handarsari, E., & Mahmudah, M. (2020). Hubungan kebiasaan cuci tangan dan sanitasi makanan dengan kejadian diare pada anak SD Negeri Podo 2 Kecamatan Kedungwuni Kabupaten Pekalongan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 6(1).
- Salim, M. F., Syairaji, M., Santoso, D. B., Pramono, A. E., Askar, N. F. (2022). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 2 Samigaluh Kulonprogo. *Jurnal Pengabdian Dan Pengembangan Masyarakat*, 4(1), 19-24.
- Tumanduk, E., Engkeng, S., & Maramis, F. R. R. (2023). Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap dengan Tindakan Cuci Tangan pada Peserta Didik SD Negeri Powalutan Kabupaten Minahasa Selatan. *KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi*, 12(1), 25-28.
- UNDP. (2015). *Sustainable Development Goals (SDGs)*. New York, NY: United Nations Development Programme.
- UNICEF. (2019). *Why handwashing with soap matters*. Retrieved from <https://www.unicef.org>
- Wiritanaya, S., Wati, N., & Yanuarti, R. (2024). Edukasi Cara Mencuci Tangan Yang Baik dan Benar Di Sekolah Dasar Negeri 67 Kota Bengkulu. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 61-65.

