



## PENDAMPINGAN PROGRAM DOKTER KECIL UNTUK PENGUATAN KETERAMPILAN HIDUP SEHAT PADA PESERTA DIDIK SDN 5 MASBAGIK UTARA

**Burhanuddin<sup>1</sup>, Mila Anggraeni<sup>2</sup>, Herawati<sup>3</sup>, Dinda Rizki Amalia<sup>4</sup>, Kadriatun Nisqa<sup>5</sup>,  
Yoki Pahrul Anam<sup>6</sup>**

<sup>1,2,3,4,5,6</sup> PGSD, Universitas Hamzanwadi

\*Email: [burhanuddin.mha@gmail.com](mailto:burhanuddin.mha@gmail.com), [anggraeniiimila94@gmail.com](mailto:anggraeniiimila94@gmail.com), [herawatiii0201@gmail.com](mailto:herawatiii0201@gmail.com),  
[dindandiku75@gmail.com](mailto:dindandiku75@gmail.com), [kadriatunnisqa@gmail.com](mailto:kadriatunnisqa@gmail.com), [anamyoki@gmail.com](mailto:anamyoki@gmail.com)

DOI: <https://doi.org/10.37081/jipdas.v5i4.4268>

Article info:

Submitted: 06/11/25      Accepted: 20/11/25      Published: 30/11/25

### Abstrak

Program pengabdian masyarakat bertajuk “Program Pendampingan Dokter Kecil untuk Penguatan Keterampilan Hidup Sehat Siswa SDN 5 Masbagik Utara” ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku siswa terkait praktik hidup bersih dan sehat. Kegiatan ini dilakukan melalui pendekatan deskriptif kualitatif dengan metode pendampingan partisipatif. Sasaran peserta adalah siswa SD yang dibimbing untuk berperan sebagai “Dokter Kecil” — duta kesehatan muda yang bertanggung jawab untuk mempromosikan kebersihan dan gaya hidup sehat kepada teman sebayanya. Pelaksanaannya terdiri dari beberapa tahap: koordinasi awal dengan pihak sekolah, penyampaian materi edukasi tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), demonstrasi praktik, dan diskusi reflektif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa menunjukkan partisipasi aktif dan peningkatan kesadaran terkait kebersihan pribadi dan lingkungan. Mereka mampu menerapkan kebiasaan sehat seperti mencuci tangan, membawa bekal makan siang yang sehat, dan menjaga kebersihan kelas. Guru dan staf sekolah juga menunjukkan keterlibatan yang kuat, memastikan bahwa program ini dapat berkelanjutan sebagai bagian dari kegiatan pendidikan kesehatan sekolah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendampingan partisipatif efektif memperkuat keterampilan hidup siswa dan membangun rasa tanggung jawab serta kepemimpinan dalam menjaga kesehatan. Lebih lanjut, program Dokter Kecil telah terbukti menjadi model yang berharga dalam membangun budaya kesehatan sekolah melalui kolaborasi antara pendidik, siswa, dan komunitas sekolah yang lebih luas.

**Kata Kunci:** Pengabdian Masyarakat, Program Dokter Kecil, Keterampilan Hidup Sehat, Sekolah Dasar, Pendampingan Partisipatif

### 1. PENDAHULUAN

Kesehatan adalah faktor utama yang mendukung keberhasilan pendidikan, karena peserta didik yang sehat secara fisik dan mental cenderung memiliki kemampuan belajar yang lebih baik. Namun demikian, observasi awal di SDN 5 Masbagik Utara menunjukkan bahwa tingkat kesadaran dan keterampilan siswa dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat masih rendah. Masih banyak siswa yang belum terbiasa mencuci tangan sebelum makan, membuang sampah pada tempatnya, serta menjaga kebersihan lingkungan sekolah. Selain itu, masih ditemukan perilaku tidak sehat seperti jajan sembarangan dan kurang memperhatikan kebersihan diri. Kondisi ini mencerminkan rendahnya pemahaman siswa tentang pentingnya hidup sehat dan minimnya kegiatan pembiasaan yang berkelanjutan di sekolah. Sejalan dengan hasil penelitian Sholihah et al. yang menyebutkan bahwa lebih dari 80% siswa sekolah dasar belum mampu memahami dan menerapkan perilaku hidup sehat secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari.



Rendahnya kesadaran akan hidup sehat tidak hanya mempengaruhi kebersihan lingkungan sekolah, tetapi juga berdampak pada tingkat kehadiran siswa dan hasil belajar mereka. Menurut Hidayat, kesehatan anak usia sekolah memiliki hubungan langsung dengan prestasi akademik, di mana anak yang sering mengalami gangguan kesehatan cenderung memiliki konsentrasi belajar yang rendah dan daya tangkap yang menurun. Oleh sebab itu, penting untuk mengembangkan kesadaran kesehatan pada anak usia sekolah sejak dini melalui program pembiasaan yang terarah, berkelanjutan, dan melibatkan partisipasi aktif siswa.

Berdasarkan permasalahan tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dirancang dengan tujuan utama untuk meningkatkan pemahaman, kesadaran, dan keterampilan peserta didik dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat melalui program Pendampingan Dokter Kecil. Secara khusus, kegiatan ini bertujuan: (1) menanamkan pengetahuan dasar tentang pentingnya kesehatan diri dan lingkungan, (2) membentuk karakter peduli dan tanggung jawab terhadap kebersihan lingkungan sekolah, (3) mengembangkan keterampilan praktis siswa dalam memelihara kesehatan pribadi dan memberikan edukasi kesehatan kepada teman sebaya, serta (4) memperkuat peran sekolah sebagai lingkungan pembelajaran yang mendukung terwujudnya perilaku hidup sehat. Dengan demikian, kegiatan ini diharapkan mampu menjadi sarana pembentukan generasi muda yang sadar kesehatan, mandiri, dan berkarakter.

Solusi yang diusulkan guna mengatasi permasalahan tersebut adalah dengan menjalankan program pendampingan yang melibatkan partisipasi aktif siswa melalui kegiatan Dokter Kecil. Program ini dirancang dengan pendekatan yang edukatif dan partisipatif, sehingga siswa dapat berperan aktif sebagai agen perubahan perilaku sehat di lingkungan sekolah. Siswa terpilih akan diberikan pelatihan meliputi kebersihan tubuh, cara mencuci tangan yang tepat, pola makan sehat, pencegahan penyakit menular, dan pertolongan pertama sederhana. Selain itu, mereka dilatih agar mampu menjadi komunikator kesehatan melalui penyuluhan sederhana kepada teman-temannya di sekolah. Pendekatan ini sesuai dengan pandangan Putra dan Yuriandala bahwa pembiasaan perilaku sehat di sekolah akan efektif apabila dilakukan melalui kegiatan berbasis partisipasi anak yang didukung oleh lingkungan sosial dan kelembagaan sekolah.

Selain itu, pelaksanaan program ini mengutamakan keterpaduan antara kegiatan edukatif dan proses pembentukan karakter. Menurut Ragaert, Delva, dan Van Geem, keberhasilan pendidikan lingkungan dan kesehatan sangat dipengaruhi oleh sejauh mana kegiatan pembelajaran mampu mengintegrasikan aspek pengetahuan, sikap, dan keterampilan dalam praktik nyata di sekolah. Oleh karena itu, pendekatan pembelajaran kontekstual digunakan dalam kegiatan ini, di mana materi kesehatan disampaikan melalui berbagai kegiatan interaktif seperti permainan edukatif, simulasi, dan praktik langsung. Pendekatan ini diharapkan dapat meningkatkan partisipasi siswa serta memperkuat kemampuan sosial mereka.

Secara teoritis, pelaksanaan kegiatan ini mengacu pada konsep pendidikan kesehatan sekolah yang menempatkan siswa sebagai subjek pembelajaran yang aktif dan partisipatif. Menurut Setiyawan, pendidikan kesehatan di sekolah merupakan strategi efektif untuk membentuk kebiasaan hidup sehat melalui kegiatan pembiasaan, keteladanan guru, dan keterlibatan aktif siswa dalam berbagai aktivitas sekolah. Selain itu, teori belajar sosial Bandura juga berfungsi sebagai dasar utama dalam kegiatan ini. Bandura menegaskan bahwa perilaku sehat dapat dipelajari melalui proses observasi, peniruan, dan penguatan sosial yang diberikan oleh lingkungan sekitar. Artinya, perilaku positif lebih mudah ditiru oleh siswa jika mereka sering melihat contoh nyata dari guru, teman sebaya, dan lingkungan sekolah.

Dalam konteks pendidikan dasar, penguatan karakter sehat melalui kegiatan seperti Program Dokter Kecil memiliki nilai strategis. Program ini bukan hanya sekadar kegiatan tambahan, tetapi merupakan bagian integral dari upaya sekolah untuk menciptakan lingkungan yang mendukung tumbuh kembang anak secara optimal. Menurut Wulandari (2020, hlm. 19), pembiasaan perilaku hidup sehat yang dimulai sejak usia sekolah dasar akan berpengaruh jangka panjang terhadap pola hidup seseorang hingga dewasa. Oleh karena itu, kegiatan ini diharapkan mampu menjadi salah satu langkah nyata dalam mendukung pencapaian Profil Pelajar Pancasila, khususnya pada dimensi “mandiri” dan “bergotong royong”.



Harapan dari kegiatan pendampingan ini adalah terciptanya budaya hidup sehat di lingkungan SDN 5 Masbagik Utara. Siswa diharapkan mampu menerapkan keterampilan hidup sehat secara mandiri dan menularkan kebiasaan baik tersebut kepada teman sebaya dan keluarganya. Dengan adanya kader Dokter Kecil, sekolah memiliki sumber daya internal yang dapat berperan aktif dalam menjaga kebersihan dan kesehatan lingkungan sekolah. Dampak jangka panjang yang diharapkan adalah meningkatnya derajat kesehatan peserta didik, menurunnya angka ketidakhadiran akibat sakit, serta terciptanya lingkungan belajar yang bersih, nyaman, dan produktif. Kegiatan ini juga diharapkan menjadi model pengabdian masyarakat yang dapat direplikasi di sekolah lain di wilayah Lombok Timur dalam rangka mendukung Gerakan Sekolah Sehat yang dicanangkan oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.

## 2. METODOLOGI PENELITIAN

### Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat sekolah dilakukan dengan pendekatan kualitatif deskriptif, yang menitikberatkan pada proses pendampingan dan partisipasi aktif peserta dalam memahami serta mengaplikasikan nilai-nilai hidup sehat di lingkungan sekolah dasar. Pendekatan ini dipilih untuk secara mendalam menggambarkan pelaksanaan kegiatan pendampingan program Dokter Kecil dan bagaimana program tersebut berkontribusi dalam meningkatkan keterampilan hidup sehat peserta didik.

Pelaksanaan kegiatan mencakup beberapa unsur utama, yaitu: (a) sasaran kegiatan, (b) tahapan pelaksanaan, (c) proses pelaksanaan, (d) teknik analisis, serta uraian tambahan mengenai keterlibatan tim pengabdian, masyarakat sekolah, lokasi, lama kegiatan, dan indikator keberhasilan program (Singh & Ordoñez, 2016).

#### (a). Sasaran Kegiatan

Sasaran utama kegiatan ini adalah peserta didik SDN 5 Masbagik Utara, Kecamatan Masbagik, Kabupaten Lombok Timur, yang tergabung dalam kelompok Dokter Kecil. Peserta kegiatan terdiri dari siswa kelas IV dan V yang memiliki minat dan komitmen untuk menjadi pelopor hidup sehat di lingkungan sekolah.

Kegiatan ini juga melibatkan guru pembimbing UKS dan kepala sekolah sebagai pendukung pelaksanaan program. Peran guru sangat penting dalam mendampingi siswa selama kegiatan berlangsung serta menjamin kelangsungan program setelah kegiatan pengabdian berakhir. Kepala sekolah bertanggung jawab dalam menyediakan dukungan administratif dan kebijakan agar kegiatan pendampingan menjadi bagian yang berkelanjutan dari program sekolah.

Pemilihan sasaran ini didasarkan pada kebutuhan sekolah untuk memperkuat program UKS yang sudah ada, serta membangun kesadaran kesehatan di kalangan siswa melalui peran aktif kelompok *Dokter Kecil*.

#### (b). Tahapan Pelaksanaan

Kegiatan pendampingan dilaksanakan melalui empat tahapan utama yang dirancang secara sistematis, yaitu:

##### 1. Tahap Persiapan

Pada tahap awal, dilakukan koordinasi antara tim pengabdian dengan pihak sekolah, meliputi kepala sekolah, guru pembimbing UKS, dan calon peserta kegiatan. Tim pengabdian melakukan observasi awal untuk mengetahui kondisi kesehatan lingkungan sekolah serta sejauh mana program UKS dan dokter kecil telah berjalan. Berdasarkan hasil observasi tersebut, tim menyusun rencana kegiatan dan materi pendampingan yang disesuaikan dengan kebutuhan siswa sekolah dasar. Materi yang disusun mencakup perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan, serta tanggung jawab sosial terhadap kesehatan bersama.

##### 2. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan merupakan inti kegiatan yang dilakukan di lingkungan SDN 5 Masbagik Utara. Kegiatan dilaksanakan melalui metode pendampingan partisipatif, di mana siswa terlibat aktif dalam proses pembelajaran. Kegiatan ini meliputi:



- Penyuluhan interaktif mengenai kesehatan pribadi dan lingkungan.
- Demonstrasi dan praktik langsung, seperti cara mencuci tangan yang benar, menjaga kebersihan alat makan, serta penanganan kesehatan ringan.
- Simulasi peran dokter kecil, di mana peserta berlatih memberikan edukasi kesehatan sederhana kepada teman sebayanya.
- Pendekatan ini mendorong siswa untuk belajar secara aktif, mandiri, dan kolaboratif sehingga nilai-nilai hidup sehat dapat tertanam melalui pengalaman langsung.

### 3. Tahap Evaluasi dan Refleksi

Evaluasi dilakukan secara kualitatif dengan cara mengamati perilaku dan tanggapan siswa selama kegiatan berlangsung. Guru pembimbing dan tim pengabdian melakukan refleksi bersama untuk menilai tingkat pemahaman siswa terhadap materi yang disampaikan. Evaluasi juga mencakup diskusi kelompok untuk mengetahui pengalaman dan kesan siswa selama mengikuti kegiatan pendampingan.

### 4. Tahap Tindak Lanjut

Pada tahap akhir, tim pengabdian bersama pihak sekolah menyusun rencana keberlanjutan program, seperti penjadwalan kegiatan rutin dokter kecil dan pembentukan struktur organisasi kecil di bawah bimbingan guru UKS. Tindak lanjut ini bertujuan agar kegiatan tidak berhenti pada satu kali pelaksanaan, melainkan terus berkembang menjadi budaya sekolah yang mendukung kesehatan bersama.

### (c). Proses Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan selama dua bulan penuh di lingkungan SDN 5 Masbagik Utara, dengan waktu pelaksanaan yang disesuaikan dengan jadwal belajar siswa. Seluruh kegiatan dilakukan secara tatap muka dan berpusat di area sekolah seperti ruang kelas, ruang UKS, dan halaman sekolah.

Tim pengabdian terdiri dari satu guru pembimbing dan lima mahasiswa Universitas Hamzanwadi yang memiliki latar belakang pendidikan dasar dan kesehatan. Guru berfungsi sebagai pengarah dan penanggung jawab kegiatan, sementara mahasiswa berperan sebagai pendamping, fasilitator, serta pengamat lapangan.

Selama kegiatan berlangsung, siswa diharapkan untuk berperan serta secara aktif. Pendekatan ini bersifat edukatif dan menyenangkan agar siswa dapat dengan mudah memahami dan mengaplikasikan keterampilan hidup sehat dalam aktivitas mereka sehari-hari. Guru pembimbing turut serta hadir guna menjamin keberlangsungan kegiatan serta memfasilitasi observasi perilaku siswa.

### (d). Teknik Analisis

Analisis kegiatan dilakukan dengan pendekatan deskriptif kualitatif untuk menggambarkan proses dan hasil kegiatan tanpa menggunakan data numerik. Prosedur analisis mencakup tiga tahap:

1. Reduksi Data, yaitu menyeleksi dan merangkum hasil observasi, wawancara, dan catatan lapangan yang relevan dengan tujuan kegiatan.
2. Penyajian Data, dilakukan dalam bentuk uraian naratif mengenai dinamika pelaksanaan, partisipasi peserta, serta perubahan sikap yang diamati selama kegiatan berlangsung.
3. Penarikan Kesimpulan, yaitu proses interpretasi terhadap temuan lapangan untuk memahami efektivitas pendampingan dalam membentuk keterampilan hidup sehat pada peserta didik.
4. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk menelaah secara mendalam makna pengalaman peserta selama kegiatan, bukan sekadar mengukur hasil secara angka.

### (e) Keterlibatan Tim Pengabdian dan Masyarakat Sekolah

Kegiatan ini melibatkan kolaborasi antara tim pengabdian Universitas Hamzanwadi dan warga sekolah SDN 5 Masbagik Utara. Tim pengabdian bertanggung jawab atas perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi kegiatan, sedangkan masyarakat sekolah berperan aktif sebagai peserta dan mitra kerja. Guru berperan sebagai pembimbing, kepala sekolah sebagai pengarah, dan peserta didik sebagai subjek utama kegiatan.

Keterlibatan semua pihak menciptakan suasana kolaboratif dan kondusif, sehingga kegiatan berjalan efektif dan sesuai dengan tujuan pengabdian.

Lokasi dan Lama Kegiatan



Program pendampingan dilaksanakan di SDN 5 Masbagik Utara, Kecamatan Masbagik, Kabupaten Lombok Timur, Nusa Tenggara Barat. Kegiatan berlangsung selama satu bulan, meliputi tahap persiapan, pelaksanaan, evaluasi, dan tindak lanjut. Pelaksanaan dilakukan secara langsung di lingkungan sekolah agar siswa dapat belajar dalam konteks nyata kehidupan sehari-hari.

Indikator Keberhasilan Program

Keberhasilan program pendampingan ini diukur secara kualitatif melalui beberapa indikator, yaitu:

1. Meningkatnya kesadaran dan pemahaman peserta didik terhadap pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan.
2. Terbentuknya kebiasaan positif dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah.
3. Adanya partisipasi aktif siswa dalam kegiatan dokter kecil dan kepedulian terhadap kesehatan teman sebayanya.
4. Terlaksananya kegiatan dokter kecil secara berkelanjutan di bawah bimbingan guru UKS.
5. Tumbuhnya dukungan dari pihak sekolah untuk menjadikan program dokter kecil sebagai kegiatan rutin dalam mendukung budaya sekolah sehat.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### Hasil Kegiatan Pendampingan

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul *Pendampingan Program Dokter Kecil untuk Penguatan Keterampilan Hidup Sehat pada Peserta Didik SDN 5 Masbagik Utara* menghasilkan beberapa temuan penting berdasarkan proses pendampingan dan observasi lapangan. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta didik menunjukkan antusiasme dan partisipasi aktif dalam setiap tahapan kegiatan.

Selama proses pendampingan, peserta didik mulai memahami konsep dasar mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Pemahaman tersebut terlihat dari kemampuan mereka menjelaskan ulang materi yang diberikan, termasuk pentingnya mencuci tangan sebelum makan, menjaga kebersihan lingkungan kelas, dan menghindari jajan sembarangan.

Selain itu, siswa juga dapat melakukan simulasi peran sebagai dokter kecil, yaitu menyampaikan penyuluhan sederhana kepada teman sebaya tentang pentingnya menjaga kebersihan diri. Aktivitas tersebut menunjukkan adanya perkembangan keterampilan sosial dan komunikasi peserta didik di dalam konteks pendidikan kesehatan.

Guru pembimbing UKS menyatakan bahwa setelah kegiatan, siswa mulai menunjukkan perubahan perilaku, seperti membawa bekal sehat dari rumah, menjaga kebersihan kelas, dan saling mengingatkan teman tentang kebersihan diri. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan pendampingan tidak hanya menambah pengetahuan siswa, tetapi juga membentuk sikap dan kebiasaan baru yang positif.

Selain siswa, pihak sekolah juga memberikan respon positif terhadap program ini. Kepala sekolah berkomitmen untuk menjadikan kegiatan *Dokter Kecil* sebagai program rutin sekolah, dengan dukungan guru dan fasilitas UKS yang lebih terencana. Keberhasilan ini mencerminkan terciptanya kolaborasi antara tim pengabdian dan pihak sekolah dalam mengembangkan budaya sekolah sehat.

#### Pembahasan

Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa pendampingan program Dokter Kecil berperan efektif dalam memperkuat keterampilan hidup sehat peserta didik sekolah dasar, khususnya di SDN 5 Masbagik Utara. Kegiatan pendampingan yang bersifat partisipatif memungkinkan peserta didik tidak hanya menerima informasi, tetapi juga mengalami proses belajar yang bermakna melalui pengalaman langsung.

Menurut I Nyoman Sudiana (2021), pembelajaran yang melibatkan partisipasi aktif peserta didik akan menumbuhkan kesadaran dan sikap mandiri dalam membangun kompetensi hidup. Hal ini tampak pada kegiatan dokter kecil, di mana siswa belajar melalui praktik nyata, bukan hanya teori. Melalui simulasi peran, mereka tidak hanya mengetahui apa itu hidup sehat, tetapi juga mampu menerapkannya dalam konteks sosial sekolah.



Temuan ini sejalan dengan pendapat Artkinson & Morrison (2011) yang menyatakan bahwa pendekatan berbasis keterampilan dalam pendidikan akan lebih efektif jika dikaitkan dengan konteks kehidupan nyata peserta didik. Melalui kegiatan ini, siswa belajar untuk berpikir kritis, bekerja sama, dan mempraktikkan perilaku sehat di lingkungan sekolah.

Selain itu, hasil pengabdian juga mengonfirmasi teori Hernawati & Amin (2017) yang menjelaskan bahwa pendidikan kesehatan di sekolah dasar berfungsi sebagai pondasi dalam membentuk kebiasaan hidup sehat sejak dini. Pembiasaan ini menjadi bagian dari keterampilan hidup (life skills) yang penting untuk membentuk karakter dan kemandirian peserta didik.

Kegiatan *Pendampingan Program Dokter Kecil* di SDN 5 Masbagik Utara berhasil mencapai tujuan utama, yaitu menguatkan keterampilan hidup sehat peserta didik melalui pendekatan edukatif dan partisipatif. Program ini mampu menumbuhkan kesadaran dan tanggung jawab siswa terhadap pentingnya menjaga kesehatan diri dan lingkungan sekolah.

Selama pendampingan berlangsung, peserta didik menunjukkan perkembangan dalam pengetahuan, sikap, dan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Mereka tidak hanya memahami konsep dasar kesehatan, tetapi juga mampu mengaplikasikannya dan menyebarkannya kepada teman sebaya melalui kegiatan simulasi peran sebagai dokter kecil. Hal ini menunjukkan bahwa program ini efektif dalam membentuk keterampilan sosial, komunikasi, dan kepemimpinan sederhana di kalangan siswa sekolah dasar.

Secara teoretis, hasil kegiatan ini memperkuat pandangan bahwa pendidikan kesehatan berbasis partisipasi aktif dapat membentuk life skills (keterampilan hidup) yang penting bagi anak usia sekolah dasar (Sudiana, 2021; Artkinson & Morrison, 2011; Hernawati & Amin, 2017). Melalui pembiasaan dan pengalaman langsung, siswa belajar untuk berpikir kritis, bersikap peduli, serta membangun kebiasaan positif dalam kehidupan sehari-hari.

Keterlibatan guru dan pihak sekolah juga menjadi faktor penting dalam keberhasilan program. Guru berperan sebagai pembimbing dan pengarah, memastikan nilai-nilai hidup sehat tidak hanya diterapkan selama kegiatan berlangsung, tetapi juga menjadi bagian dari budaya sekolah sehat. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya bersifat temporer, tetapi berpotensi menjadi kegiatan berkelanjutan.

Hasil observasi dan refleksi selama proses pendampingan menunjukkan bahwa pendekatan partisipatif dapat mendorong terjadinya perubahan perilaku. Sebelumnya, perhatian siswa terhadap kebersihan diri dan lingkungan masih kurang, tetapi setelah mengikuti program ini, mereka menjadi lebih disiplin dan peduli terhadap kesehatan. Transformasi ini menunjukkan bahwa kegiatan pendampingan telah berhasil mencapai tujuannya, yaitu meningkatkan keterampilan hidup sehat melalui pemberdayaan siswa sekolah dasar.

Keterkaitan antara hasil dan teori juga tampak pada aspek pembentukan karakter. Menurut Gronlund & Linn (2019), hasil pembelajaran akan bermakna jika dikaitkan langsung dengan perilaku nyata peserta didik dan konteks sosial tempat mereka berada. Dalam kegiatan ini, nilai-nilai hidup sehat yang diperoleh siswa tidak hanya menjadi pengetahuan, tetapi juga diterapkan dalam tindakan sehari-hari seperti menjaga kebersihan diri, lingkungan, dan saling menegur jika ada teman yang melanggar kebiasaan sehat.

Dengan demikian, kegiatan pendampingan program *Dokter Kecil* di SDN 5 Masbagik Utara dapat dikatakan berhasil membangun kesadaran, tanggung jawab, dan keterampilan hidup sehat peserta didik. Program ini juga menjadi sarana untuk memperkuat sinergi antara guru, siswa, dan lingkungan sekolah dalam membangun budaya sehat yang berkelanjutan.

### **Implikasi Kegiatan**

Kegiatan ini memberikan implikasi penting bagi pelaksanaan pendidikan dasar, khususnya dalam bidang pembinaan karakter dan pendidikan kesehatan. Melalui kegiatan pendampingan *Dokter Kecil*, siswa tidak hanya memperoleh pengetahuan tentang kesehatan, tetapi juga menginternalisasi nilai-nilai kepedulian, tanggung jawab, dan kemandirian.

Implikasi lain yang muncul adalah meningkatnya kemampuan guru dalam mengimplementasikan pendekatan edukatif yang berbasis praktik dan partisipasi aktif. Guru dapat



melanjutkan kegiatan serupa sebagai bagian dari kebiasaan rutin, seperti memeriksa kebersihan pribadi, melakukan cuci tangan bersama, atau mengadakan kampanye lingkungan bersih. Dalam aspek kelembagaan, kegiatan ini juga memperkuat peran sekolah sebagai pusat pembelajaran kesehatan berbasis komunitas, di mana seluruh warga sekolah secara kolektif mengembangkan dan menerapkan nilai-nilai hidup sehat.

#### 4. SIMPULAN

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa program pendampingan Dokter Kecil berperan penting dalam membentuk perilaku hidup sehat, memperkuat karakter peserta didik, serta mendukung terwujudnya budaya sekolah sehat. Kegiatan ini tidak hanya memberikan dampak jangka pendek dalam perubahan perilaku siswa, tetapi juga memiliki potensi berkelanjutan sebagai model pembinaan kesehatan berbasis sekolah yang dapat diterapkan di lembaga pendidikan dasar lainnya.

#### 5. DAFTAR PUSTAKA

- Amareta, D. I., & Putra, D. S. H. (2016). Pendampingan Dokter Kecil di Sekolah Dasar Negeri Antirogo 04 Kecamatan Sumpster Kabupaten Jember. Prosiding.
- Ambarukmi P, F., & Paramita, V. S. (2019). PKM: Dokter Cilik, Agen Perubahan Kesehatan dan Lingkungan. *Jurnal Dharma Bhakti*, 4(1). <https://doi.org/10.52250/p3m.v4i1.158>
- Fitriahadi, E. (2018). IBM Kader UKS (Unit Kesehatan Sekolah) Melalui Pelatihan Dokter Kecil di SDN Tinom Godean Sidoarum Sleman. *GEMASSIKA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 71-79.
- Harahap, A. S., Hasanah, U., Asniati, A., Daim, A. L., & Yuwaldi, D. (2025). Peningkatan Kemampuan Siswa Siswi Mengenai UKS Melalui Pelatihan Dokter Kecil di SDIT Tahfiz Al Fathih. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka*, 3(3). <https://doi.org/10.58266/jpmb.v3i3.117>
- Lasari, Y. L., & Wulandari, M. (2024). Pelaksanaan Program Dokter Kecil Sebagai Upaya Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa MIN 1 Tanah Datar. *JPKMK Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Kesehatan*, 4(2), Halaman. Diakses dari <http://jurnal.stikes-notokusumo.ac.id/>
- Natalia, S. (2024). Pemberdayaan Anak Melalui Pelatihan Dokter Kecil Melalui Edukasi Kelompok Di SDN Tosaren IV Kediri. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Mandira Cendikia*, 3(2), 1-6. <https://journal.mandiracendikia.com/index.php/pkm/article/view/967>
- Pribadi, I. K., & Zatisvalen, O. (2022). Pelatihan Dokter Kecil dan Pemilihan Kader Dokter Kecil untuk Optimalisasi Fungsi UKS di SDN 02 Codo Kecamatan Wajak Kabupaten Malang. *Jurnal Interaktif: Warta Pengabdian Pendidikan*, 2(2), 80-87. <https://doi.org/10.29303/interaktif.v2i2.80>
- S afitri, F. E., Hasanah, U., & Astuti, M. (2024). Pelatihan Dokter Kecil oleh Tim Asistensi Mengajar Ikes PN Sebagai Upaya Mengembangkan Usaha Kesehatan Sekolah di SDN 130 Pekanbaru. *DIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(3), 91-95.
- Shalahuddin, I., Rosidin, U., Karnita, D., Sumarni, N., & Witdiawati. (2022). Pembentukan UKS dan Pelatihan Dokter Kecil pada Siswa-Siswi di SDN 1-2 Sukamenteri Garut. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 5(10), 3301-3308. <https://ejournalmahayati.ac.id/>
- Wulandari, M., Prihatono, A., & Mahadinia, C. (2025). Program Dokter Kecil Di UKS SD Negeri 3 Wonorejo Lawang. *Jurnal Inovasi Kesehatan dan Pengabdian Masyarakat*, 4(2). <https://doi.org/10.54832/jhics.v4i2.686>