

Implementasi Buku Rapor Kesehatanku Dalam Meningkatkan Kesadaran Kesehatan Pribadi Peserta Didik di SD Negeri Condong IV

The Implementation of My Health Report Book in Improving Students' Personal Health Awareness at Condong IV Elementary School

Maya Ayu Riestiyowati^{1*}, Ridlo Firmansyah²

¹STIKES Hang Tuah Surabaya, ²SD Negeri Condong IV

Email: 1maya.ayu@stikeshangtuah-sby.ac.id, 2ridlo.firmansyah43@guru.sd.belajar.id

Abstract, *Personal health awareness serves as a crucial foundation for establishing healthy lifestyle behaviors from an early age. This study aims to analyze the effectiveness of implementing My Health Report Book in enhancing students' personal health awareness at SD Negeri Condong IV Elementary School. The research employed a quantitative approach with a quasi-experimental pre-test and post-test design. The research sample involved 40 students from grades V-VI selected through purposive sampling. Research instruments consisted of a personal health awareness questionnaire and health behavior observation sheets. Data were analyzed using paired t-test with SPSS 25. The result of implementation showed a statistically significant gains in personal health awareness among students after introducing My Health Report Book ($p=0,001$). Mean health awareness scores rose from 62,48 to 77,27 points. The knowledge about sexual violence prevention showed the greatest increase at 50,29%, followed by the correct teeth brushing practices at 46,38%. The health report book implementation successfully enhanced student health awareness by facilitating ongoing self-monitoring and reflection. This program can serve as a model for school health development at the elementary education level.*

Keywords: *health report book, personal health awareness, health education,*

Abstrak, *Kesadaran kesehatan personal merupakan fondasi penting dalam pembentukan perilaku hidup sehat sejak usia dini. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas dari implementasi Buku Rapor Kesehatanku terhadap peningkatan kesadaran kesehatan personal peserta didik di SD Negeri Condong IV. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi-experimental pre-test dan post-test. Sampel penelitian melibatkan 40 peserta didik kelas V-VI yang dipilih secara purposive sampling. Instrumen penelitian berupa kuesioner kesadaran kesehatan personal dan lembar observasi perilaku kesehatan. Data dianalisis menggunakan uji paired t-test dengan bantuan SPSS 25. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan terhadap kesadaran kesehatan personal peserta didik setelah implementasi Buku Rapor Kesehatanku ($p=0,001$). Skor rata-rata kesadaran kesehatan meningkat dari 62,48 menjadi 77,27. Aspek yang mengalami peningkatan tertinggi adalah pengetahuan tentang cara menghindari kekerasan seksual (50,19%) serta cara menyikat gigi yang baik dan benar (46,38%). Implementasi buku rapor kesehatan terbukti efektif meningkatkan kesadaran kesehatan personal peserta didik melalui pemantauan berkelanjutan dan evaluasi diri. Program ini dapat dijadikan model pengembangan kesehatan sekolah di tingkat pendidikan dasar.*

Kata kunci: *buku rapor kesehatan, kesadaran kesehatan pribadi, edukasi kesehatan*

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan aspek fundamental dalam kehidupan manusia yang mempengaruhi kualitas hidup secara menyeluruh. Pada era modern ini, tantangan kesehatan yang dihadapi generasi muda semakin kompleks, mulai dari gaya hidup sedentari, pola makan tidak seimbang, hingga kurangnya kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan personal (Chen et al., 2021). Sekolah sebagai institusi pendidikan formal memiliki peran strategis dalam membentuk perilaku dan kesadaran kesehatan peserta didik sejak usia dini. Masa usia sekolah dasar merupakan periode emas sekaligus kritis dalam siklus tumbuh kembang anak. Pada fase ini, anak tidak hanya mengalami pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif yang pesat, tetapi juga mulai membentuk kebiasaan-kebiasaan yang akan memengaruhi gaya hidup dan status kesehatannya di masa depan (Kemenkes RI, 2023). Lingkungan yang sehat, fasilitas sanitasi yang memadai, serta beragam himbauan kesehatan melalui media edukasi di lingkungan anak merupakan keharusan dalam membentuk perilaku dan kebiasaan guna mengarah pada gaya hidup sehat anak, menjadi prasyarat mutlak bagi anak untuk dapat mengikuti proses pembelajaran secara efektif, yang pada akhirnya berdampak pula pada prestasi akademik dan kualitas sumber daya manusia secara keseluruhan (Zemer et al, 2023).

Namun, realitas di lapangan menunjukkan bahwa tingkat kesadaran kesehatan di kalangan peserta didik masih menghadapi cukup rendah, khususnya di wilayah pedesaan. Rendahnya pemahaman dan praktik personal hygiene menjadi akar dari berbagai masalah kesehatan yang sering muncul. Kurangnya kebiasaan fundamental seperti mencuci tangan memakai sabun, menjaga kebersihan kuku, dan merawat kesehatan gigi secara langsung berkontribusi pada tingginya prevalensi penyakit menular di kalangan siswa. Kondisi ini meningkatkan risiko penyakit infeksi kulit seperti skabies (kudis), penyakit saluran cerna (diare), serta karies gigi yang dapat menyebabkan rasa sakit dan absensi sekolah (Walker & Allen, 2022). Sejalan dengan hal tersebut, lingkungan sekolah pada banyak daerah di Indonesia masih belum sepenuhnya kondusif dalam mendukung praktik Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebab tidak tersedianya fasilitas untuk mencuci tangan, belum adanya poster maupun himbauan untuk mengonsumsi jajanan sehat, sehingga kesadaran akan Kesehatan personal masih belum menjadi kebiasaan yang membudaya (Susanto & Wulandari, 2022). Lebih lanjut, Indonesia juga menghadapi beban ganda masalah gizi, di mana kasus stunting berdampingan dengan meningkatnya prevalensi obesitas pada anak akibat pola makan tidak seimbang dan kurangnya aktivitas fisik (Pratiwi et al., 2023). Pendekatan sekolah yang cenderung teoretis, kurang melibatkan partisipasi aktif siswa, dan minimnya alat monitor yang terstruktur untuk mengukur perkembangan perilaku sehat secara individu juga berkontribusi pada kurangnya kesadaran akan kesehatan personal siswa (Rahman & Siregar, 2024). Keterlibatan orang tua sebagai mitra sekolah dalam pemantauan kesehatan anak juga sering kali belum optimal.

Kesadaran kesehatan personal (personal health awareness) didefinisikan sebagai pemahaman individu terhadap kondisi kesehatan dirinya serta kemampuan untuk mengambil tindakan preventif guna mempertahankan dan meningkatkan status kesehatannya. Penelitian terkini menunjukkan bahwa sekolah dapat berperan sebagai setting yang ideal untuk mempromosikan kesehatan dan kesejahteraan di kalangan anak-anak dan remaja, mengingat sebagian besar waktu mereka dihabiskan di lingkungan sekolah (Pulimeno et al, 2020). Implementasi program pendidikan kesehatan yang komprehensif di sekolah dasar terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku kesehatan peserta didik. Berbagai penelitian internasional menunjukkan bahwa intervensi pendidikan kesehatan di sekolah memberikan dampak positif terhadap peningkatan kesadaran kesehatan peserta didik. Studi yang dilakukan oleh Cashman et al. (2025) menunjukkan bahwa program kesehatan holistik yang diintegrasikan dalam kurikulum sekolah dasar dapat meningkatkan kesadaran kesehatan peserta didik secara signifikan, terutama dalam aspek nutrisi dan aktivitas fisik. Penelitian serupa oleh Tolan et al (2024) menemukan bahwa pendekatan monitoring berkelanjutan terhadap perilaku kesehatan peserta didik melalui instrumen evaluasi diri terbukti meningkatkan kesadaran dan kemandirian dalam mengelola kesehatan personal.

Di Indonesia, upaya peningkatan kesadaran kesehatan di kalangan peserta didik telah dilakukan melalui berbagai program, salah satunya adalah implementasi Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). Namun, evaluasi terhadap efektivitas program-program tersebut masih terbatas, khususnya dalam aspek monitoring dan evaluasi yang berkelanjutan. Global School-based Student Health Survey (GSHS) Indonesia tahun 2015 menunjukkan bahwa masih terdapat gap dalam kesadaran kesehatan personal di kalangan pelajar Indonesia, terutama terkait perilaku higienis dan gizi seimbang (WHO, 2019). Guna menyediakan sarana edukasi kesehatan yang dapat membentuk sinergi antara peran sekolah, orang tua, hingga fasilitas pelayanan kesehatan setempat dalam mendukung upaya peningkatan kesadaran akan kesehatan anak, Direktorat Kesehatan Keluarga Kementerian Kesehatan Indonesia meluncurkan program Buku Rapor Kesehatanku bagi anak sekolah dan remaja yang menjadi kepanjangan dari program Buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA). Buku Rapor Kesehatanku menyajikan perpaduan antara media edukasi tentang kesehatan dengan lembar catatan kesehatan dalam memantau tumbuh kembang anak serta mempermudah proses identifikasi hingga tindak lanjut yang berkaitan dengan kondisi kesehatan diri anak (Arisani dan Sukriani, 2022).

Buku Rapor Kesehatanku merupakan inovasi instrumen monitoring kesehatan yang dikembangkan untuk memfasilitasi pemantauan berkala terhadap aspek-aspek kesehatan peserta didik. Sebagai media edukasi kesehatan yang lebih personal, terukur, dan kolaboratif, instrumen ini dirancang dengan pendekatan partisipatif yang melibatkan peserta didik dalam proses self-assessment hingga refleksi terhadap perilaku kesehatan mereka. Berbeda dengan pendekatan konvensional yang bersifat satu arah, Buku Rapor Kesehatanku memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk menjadi subjek aktif dalam mengelola kesehatan personalnya, sehingga peruntukannya tidak hanya untuk mencatat data kesehatan fisik, tetapi juga sebagai media komunikasi interaktif antara siswa, guru, dan orang tua untuk memantau serta mendorong adopsi perilaku sehat secara berkelanjutan (Astuti, 2021).

Penelitian pengabdian masyarakat ini dilatarbelakangi oleh belum optimalnya kesadaran kesehatan personal peserta didik di SD Negeri Condong IV, yang tercermin dari hasil observasi awal yang menunjukkan masih rendahnya praktik higienis, pemahaman gizi seimbang, dan kebiasaan hidup sehat di kalangan peserta didik. Kondisi ini memerlukan intervensi yang sistematis dan terukur untuk meningkatkan kesadaran kesehatan personal peserta didik melalui pendekatan yang inovatif dan berkelanjutan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis implementasi Buku Rapor Kesehatanku sebagai instrumen untuk meningkatkan kesadaran kesehatan pribadi peserta didik di sekolah dasar, mengeksplorasi efektivitas buku rapor tersebut dalam membangun pengetahuan, sikap, dan praktik kesehatan siswa, serta mengidentifikasi faktor pendukung dan penghambat dalam penerapannya di lingkungan SD Negeri Condong IV.

METODE PELAKSANAAN

Penelitian pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi-experimental pre-test dan post-test, untuk kemudian dilakukan analisis menggunakan uji paired t-test melalui aplikasi SPSS 25 untuk melihat perbedaan tingkat kesadaran kesehatan sebelum dan sesudah implementasi. Metode ini dipilih untuk memperoleh gambaran mendalam tentang implementasi Buku Rapor Kesehatanku dan dampaknya terhadap peningkatan kesadaran kesehatan pribadi peserta didik di SD Negeri Condong IV. Subjek penelitian terdiri dari 40 peserta didik kelas V, dan VI SD Negeri Condong IV, dengan melibatkan kolaborator berjumlah 2 orang guru kelas, 1 kepala sekolah, dan 1 petugas dari puskesmas Condong. Penelitian dilaksanakan di SD Negeri Condong IV yang berlokasi di Desa Jurangjero, Kecamatan Gading, Kabupaten Probolinggo, Jawa Timur. Penelitian ini berlangsung selama 1 bulan yang dimulai pada tanggal 16 Juli hingga 16 Agustus 2025, terdiri atas 3 rangkaian kegiatan yakni: penyuluhan dan edukasi kesehatan, monitoring, dan refleksi.

Kegiatan penyuluhan dan edukasi kesehatan dilakukan pada minggu pertama kegiatan penelitian, yang terdiri atas edukasi akan kebersihan pribadi, kebersihan lingkungan, serta edukasi seks untuk siswa sekolah dasar dengan tujuan menghindarkan mereka dari tindak kekerasan seksual. Siswa dibekali dengan Buku Rapor

Kesehatanku guna membantu siswa dalam memahami beragam informasi, tips, dasar-dasar dalam menjaga kesehatan, serta melakukan self assessment terhadap aspek-aspek kesehatan fisik dan lingkungannya.



Gambar 1. Kegiatan penyuluhan dan edukasi aspek kesadaran kesehatan pribadi

Pengumpulan data dilakukan melalui beberapa teknik, yaitu: (1) observasi terstruktur untuk mengamati implementasi penggunaan Buku Rapor Kesehatanku dalam kegiatan pembelajaran dan aktivitas keseharian di sekolah; (2) wawancara dengan siswa kelas V dan VI, kepala sekolah, guru kelas SD Negeri Condong IV, serta petugas puskesmas Condong sebagai kolaborator, untuk memperoleh informasi tentang persepsi dan pengalaman penggunaan buku rapor kesehatanku; (3) dokumentasi berupa foto-foto kegiatan, hasil pengisian buku rapor kesehatan siswa, dan dokumen pendukung lainnya; serta (4) angket kesadaran kesehatan pribadi yang diberikan kepada peserta didik sebagai pre-test dan post-test untuk mengukur tingkat kesadaran sebelum dan sesudah implementasi program.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini meliputi: (1) pedoman observasi yang berisi indikator-indikator implementasi Buku Rapor Kesehatanku; (2) pedoman wawancara untuk siswa kelas V dan VI, kepala sekolah, guru kelas SD Negeri Condong IV, serta petugas puskesmas Condong (4) kuesioner kesadaran kesehatan pribadi yang telah divalidasi dan memiliki reliabilitas Cronbach's Alpha 0,85; serta (5) lembar dokumentasi untuk merekam aktivitas dan hasil implementasi program.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi Buku Rapor Kesehatanku memberikan dampak positif yang signifikan ($p = 0,001$) terhadap peningkatan kesadaran kesehatan pribadi peserta didik di SD Negeri Condong IV. Analisis statistik pada nilai pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan rerata nilai dari 62,48 menjadi 77,27 (Tabel 1). Pengaruh signifikan tersebut merupakan hasil dari adanya program edukasi kesehatan yang holistik, melibatkan peserta didik secara aktif serta kolaboratif bersama dengan guru, orang tua, dan tenaga kesehatan dalam menumbuhkembangkan kesadaran dan kemauan untuk menjaga kesehatannya. Villanueva-Cabezas et al. (2022) menegaskan bahwa sebuah edukasi kesehatan akan memiliki dampak yang positif serta mampu memberikan kontinuitas perilaku hidup sehat apabila dilaksanakan dengan menggandeng elemen-elemen terkait lalu dibungkus menjadi suatu sinergi yang saling melengkapi, sehingga memungkinkan adanya siklus penguatan efektif terhadap tujuan yang diinginkan. Dalam penelitian pengabdian masyarakat ini, peserta didik sebagai subjek penelitian memiliki mata rantai penghubung terhadap elemen penting di sekitarnya melalui Buku Rapor Kesehatanku. Saat peserta didik mencoba untuk mempelajari atau menumbuhkan kesadaran akan aspek kesehatan tertentu, guru kelas akan memberikan dukungan serta monitoring yang efektif sesuai arahan dan catatan yang ada pada Buku Rapor Kesehatanku. Saat guru kelas menemui hal yang diluar pemahamannya, maka dengan mudah dapat dikonsultasikan secara terjadwal dengan tenaga kesehatan terkait untuk kemudian dapat dilakukan pembimbingan dan edukasi lintas disiplin ilmu demi membantu peserta didik dalam menumbuhkan berbagai giat kesehatan yang sedang ditekuninya.

Tabel 1. Hasil Peningkatan Kesadaran Kesehatan Pribadi Siswa melalui Implementasi Buku Rapor Kesehatanku

Test	n	Statistik Deskriptif	Paired T-Test		
		M (Std. D)	T	Df	Sig (2-tailed)
Pretest	8	62,48 (5,28)	-5,46	7	0,001*
Posttest	8	77,27 (2,69)			

* $p < 0.05$, nilai signifikan

Gambar 2. Kegiatan Monitoring oleh guru kelas dan petugas puskesmas

Tabel 2. menunjukkan secara spesifik adanya peningkatan pada semua aspek kesadaran kesehatan yang diukur, dengan peningkatan tertinggi terjadi pada aspek melakukan sikat gigi dengan benar (dari 55,2 menjadi 80,8) dan mengetahui cara menghindari kekerasan seksual (dari 53,6 menjadi 80,5). Saat observasi pendahuluan, tercatat bahwa pengetahuan serta kesadaran peserta didik akan kedua aspek kesehatan pribadi tersebut adalah yang terendah dari aspek lainnya. Hal tersebut dibuktikan ketika peserta didik banyak yang tidak mengetahui tentang urgensi, cara, dan waktu untuk menggosok gigi dengan baik. Banyak dari peserta didik yang masih memiliki pola pikir menyepelekan tentang kebersihan gigi dan mulut sehingga dari hasil observasi tidak jarang ditemui peserta didik yang memiliki masalah kesehatan gigi dan mulut seperti karies maupun karang gigi.

Temuan tersebut selaras dengan berbagai penelitian yang mengaitkan antara taraf hidup, kondisi sosial-ekonomi dengan rendahnya tingkat kesadaran dan pengetahuan akan kesehatan pribadi. Wokrman (2024) menyebutkan bahwa anak-anak di pedesaan yang memiliki keterbatasan akses akan informasi, fasilitas, hingga biaya mengalami tingkat prevalensi terhadap berbagai kondisi kesehatan yang buruk, termasuk diare, karies gigi, kontaminasi makanan, hingga penyakit-penyakit umum yang sebenarnya dapat dicegah. Anak-anak di pedesaan cenderung tidak menerima perawatan medis yang layak maupun informasi dan layanan preventif yang direkomendasikan. Adanya faktor pola pikir dan mudahnya disinformasi terhadap sebuah pengobatan atau tindakan medis juga menjadi faktor penghalang bagi tumbuhnya kesadaran akan kesehatan pribadi.

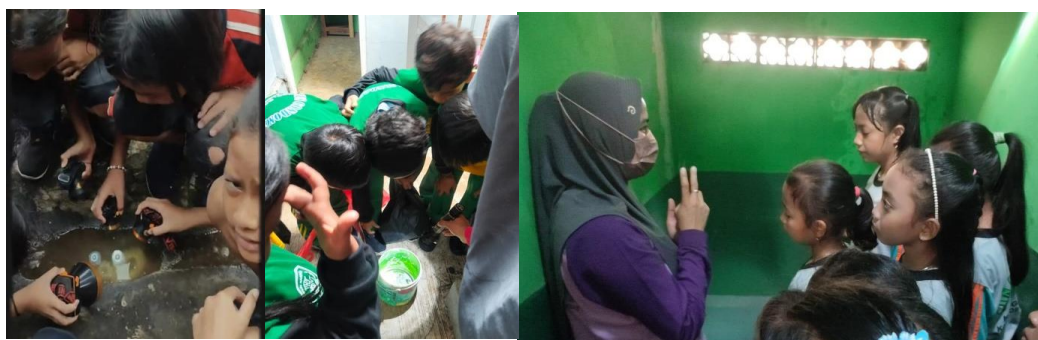
Tabel 2. Nilai Pre-Test dan Post-Test Implementasi Buku Rapor Kesehatanku pada Berbagai Aspek Kesadaran Kesehatan Pribadi

Aspek Kesehatan Siswa	Pre-Test	Post-Test
Cuci tangan menggunakan sabun	64,3	77,4
Menjaga kebersihan diri	64,9	76,2
Memotong kuku dengan benar	69,1	75
Melakukan sikat gigi dengan benar	55,2	80,8
Mengetahui cara menghindari kekerasan seksual	53,6	80,5
Berperan dalam pemberantasan jentik nyamuk	63,5	79,5

Membuang sampah pada tempat sampah yang terpilah	64,8	74,5
Menerapkan kebiasaan sarapan, konsumsi sayur dan buah	64,5	74,3

Peningkatan kesadaran dalam aspek kebersihan pribadi, khususnya cuci tangan menggunakan sabun yang meningkat dari 64,3 menjadi 77,4. Peningkatan kesadaran dalam aspek menjaga kebersihan diri (dari 64,9 menjadi 76,2) dan memotong kuku dengan benar (dari 69,1 menjadi 75,0) menunjukkan bahwa siswa mulai memahami pentingnya perawatan diri sebagai bagian dari hidup sehat. Peningkatan kesadaran tentang kebiasaan sarapan, konsumsi sayur dan buah (dari 64,5 menjadi 74,3) menunjukkan bahwa implementasi Buku Rapor Kesehatanku berhasil meningkatkan pemahaman siswa tentang pentingnya nutrisi yang seimbang. Meskipun peningkatannya relatif sedang, hal ini tetap signifikan mengingat bahwa perubahan perilaku makan memerlukan waktu yang lebih lama dan melibatkan faktor keluarga yang kompleks. Pembentukan kebiasaan makan sehat merupakan proses yang memerlukan komitmen jangka panjang, upaya berkelanjutan, dan konsistensi dalam penerapannya. Literatur menunjukkan bahwa pembentukan perilaku konsumsi makanan sehat dan bergizi umumnya membutuhkan periode beberapa bulan, meskipun durasi ini dapat bervariasi bergantung pada karakteristik individu dan kompleksitas perilaku yang ingin diubah. Terdapat perbedaan mendasar dalam orientasi temporal antara individu dengan pola makan tidak sehat menuju pola makan sehat. Individu dengan kebiasaan makan tidak sehat cenderung menunjukkan preferensi terhadap gratifikasi yang bersifat instan (*immediate gratification*), sedangkan mereka yang ingin menerapkan pola makan sehat harus terlebih dahulu mengembangkan orientasi pada manfaat kesehatan jangka panjang dan mitigasi risiko penyakit kronis (Van Der Weiden et al., 2020).

Selain aspek kesehatan pribadi, pada Buku Rapor Kesehatanku juga terdapat beberapa aspek kesehatan lingkungan yang menjadi satu kesatuan dalam edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Aspek kesehatan yang turut meningkat di antaranya pemberantasan jentik nyamuk (meningkat dari 63,5 menjadi 79,5) dan membuang sampah pada tempat sampah yang terpilah (dari 64,8 menjadi 74,5). Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa implementasi Buku Rapor Kesehatanku tidak hanya berdampak signifikan pada ranah kesehatan personal tetapi juga dapat merambah pada ranah kesehatan lingkungan yang kesemuanya berkontribusi pada peningkatan taraf kesehatan peserta didik. Behera et al (2024) menegaskan bahwa hubungan antara kesehatan personal dan kesehatan lingkungan merupakan interaksi kompleks yang bersifat saling mempengaruhi dan tidak dapat dipisahkan. Pemahaman untuk menjaga dan mengondisikan lingkungan yang lebih sehat dapat mencegah hampir 23% dari beragam penyakit global yang sebenarnya dapat dicegah. yang menunjukkan keterkaitan erat antara kondisi lingkungan dengan status kesehatan individu. Oleh karena itu, upaya perbaikan dan pemeliharaan kualitas lingkungan merupakan investasi fundamental dalam pencegahan penyakit dan promosi kesehatan yang berkelanjutan, yang memerlukan pendekatan holistik dan kolaboratif antara sektor kesehatan, lingkungan hidup, perencanaan kota, dan kebijakan publik untuk menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan optimal bagi seluruh populasi.



Gambar 3. Monitoring kesehatan lingkungan (pemberantasan jentik nyamuk)

Implementasi Buku Rapor Kesehatanku yang diiringi dengan kegiatan monitoring dan refleksi memungkinkan terjadinya siklus perbaikan dan umpan balik positif, yang secara langsung dapat menghubungkan beberapa simpul dalam mewujudkan program kesehatan yang holistik. Efektivitas edukasi dari implementasi Buku Rapor Kesehatanku tak lepas dari sinergi antar elemen di dalamnya yang terdiri atas peserta didik, sekolah, orang tua, serta tenaga kesehatan (gambar 4). Keberhasilan sistem edukasi kesehatan holistik sangat bergantung pada sinergi dan kolaborasi yang baik antara keempat pihak tersebut dalam menciptakan lingkungan yang mendukung pembentukan generasi yang sehat secara menyeluruh. Wang et al (2023) menyebutkan bahwa peserta didik selain sebagai subjek, mereka juga berperan menjadi agen perubahan dengan membagikan pengetahuan kesehatan kepada keluarga dan teman sebaya guna menghilangkan beragam keraguan maupun stigma negatif akan sebuah intervensi kesehatan akibat rendahnya pendidikan serta akses terhadap informasi dan fasilitas kesehatan yang baik.

Sekolah, orang tua, dan petugas kesehatan menjadi garda depan dalam mendukung kepercayaan diri peserta didik, motivasi, serta perasaan aman dalam mengembangkan kesadaran akan kesehatannya. Dukungan orang dewasa yang baik dalam proses menuju perilaku hidup bersih dan sehat adalah salah satu kunci penting untuk meningkatkan kualitas kesehatan, terutama pada anak-anak yang masih dalam fase pembentukan kebiasaan hidup sehat.



Gambar 4. Edukasi kesehatan holistik melalui implementasi Buku Rapor Kesehatanku

. Penelitian pengabdian masyarakat ini menunjukkan peran penting adanya intervensi edukasi kesehatan di sekolah dasar dalam membentuk kesadaran dan perilaku hidup sehat sejak dini. Keberhasilan implementasi Buku Rapor Kesehatanku ini menunjukkan bahwa penggunaan media edukasi yang terstruktur dan berkelanjutan dapat menjadi strategi efektif dalam meningkatkan kesadaran kesehatan peserta didik. Program ini tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga memfasilitasi proses refleksi dan monitoring diri siswa terhadap perilaku kesehatan mereka. Hal ini sejalan dengan prinsip pembelajaran aktif yang melibatkan siswa sebagai subjek pembelajaran, bukan hanya objek yang menerima informasi pasif (Martin & Avedillo, 2024).

Meskipun demikian, penelitian ini juga mengidentifikasi beberapa aspek yang memerlukan perhatian lebih lanjut. Peningkatan yang relatif lebih kecil pada beberapa aspek seperti memotong kuku dan kebiasaan makan menunjukkan perlunya strategi yang lebih intensif dan melibatkan kerjasama dengan orang tua. Selain itu, sustainabilitas program menjadi faktor penting yang perlu dipertimbangkan untuk memastikan bahwa peningkatan kesadaran ini dapat dipertahankan dalam jangka panjang dan ditranslasikan menjadi perilaku hidup sehat yang konsisten.

KESIMPULAN

Implementasi Buku Rapor Kesehatanku mampu memberikan dampak positif yang signifikan ($p = 0,001$) terhadap peningkatan semua aspek kesadaran kesehatan pribadi dan kesehatan lingkungan peserta didik di SD Negeri Condong IV. Peningkatan tertinggi terjadi pada aspek melakukan sikat gigi dengan benar (dari 55,2

menjadi 80,8) dan mengetahui cara menghindari kekerasan seksual (dari 53,6 menjadi 80,5). Penelitian pengabdian masyarakat ini berhasil mengubah pola pikir siswa dari pasif menjadi aktif dalam memperhatikan kondisi kesehatannya sendiri. Siswa menjadi lebih sadar akan pentingnya menjaga kesehatan melalui pencatatan dan pemantauan rutin yang tercatat dalam Buku Rapor Kesehatanku. Selain itu, selama pelaksanaan penelitian, dapat terlihat bahwa telah terbentuk rangkaian support system antara peserta didik dengan sekolah, orang tua, dan petugas kesehatan guna memberikan memastikan adanya kontinuitas perilaku hidup sehat di lingkungan peserta didik.

SARAN

Sebagai fasilitator utama, seharusnya mulai digalakkan adanya pelatihan reguler bagi guru tentang literasi kesehatan untuk membantu implementasi program edukasi kesehatan. Intergrasi kurikulum juga dibutuhkan, di mana edukasi kesehatan harusnya dapat secara kontinu masuk ke dalam mata pelajaran yang relevan atau sebagai kegiatan kokurikuler di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Arisani, G., & Sukriani, W. (2022). Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja dengan Media Pemanfaatan Buku Rapor Kesehatanku. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, 7(Special-1), 130-139.
- Astuti, D. (2021). Pengembangan Model Buku Rapor Kesehatan Berbasis Partisipatif untuk Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Inovasi Pendidikan*, 8(2), 112-125.
- Behera, K. L., Taneja, M., Faiz, A., Malathi, H., Sharma, V. K., Kore, N., & Antony, M. (2024). Environmental health interventions and their impact on quality of life. *Deleted Journal*, 3. <https://doi.org/10.56294/hl2024.383>
- Cashman, D., O'Brien, W., & Chambers, F. (2025). An analysis of primary school student's holistic well-being using PhotoVoice. *Health Education*. <https://doi.org/10.1108/he-05-2024-0062>
- Cha, Y., Fu, Y., & Yao, W. (2021). Knowledge, Practice of Personal Hygiene, School Sanitation, and Risk Factors of Contracting Diarrhea among Rural Students from Five Western Provinces in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(18), 9505. <https://doi.org/10.3390/ijerph18189505>
- Chen, L., Zhang, Y., & Kumar, S. (2021). Modern health challenges facing young people: A comprehensive review. *Journal of School Health Education*, 45(3), 234-248.
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). Laporan Nasional Riskesdas 2023. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Martín-Alguacil, N., & Avedillo, L. (2024). Student-Centered active learning improves performance in solving Higher-Level Cognitive questions in Health Sciences education. *International Medical Education*, 3(3), 346–362. <https://doi.org/10.3390/ime3030026>
- Pulimeno, M., Piscitelli, P., Colazzo, S., Colao, A., & Miani, A. (2020). School as ideal setting to promote health and wellbeing among young people. *Health Promotion Perspectives*, 10(4), 316–324. <https://doi.org/10.34172/hpp.2020.50>
- Rahman, A., & Siregar, F. (2024). Challenges in Health Promotion Programs in Indonesian Primary Schools: A Systematic Review. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 19(3), 204-211.
- Susanto, H., & Wulandari, R. (2022). Hubungan Pengetahuan tentang PHBS dengan Perilaku Jajan Sehat pada Siswa Sekolah Dasar di Kota Surabaya. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 17(1), 45-53.
- Tolan, P. H., Harris, A. R., Burchinal, M., & Jennings, P. A. (2024). Promoting 21st Century Health and Wellness Skills in Elementary School Children: a Group Randomized Trial. *Prevention Science*, 25(6), 919–933. <https://doi.org/10.1007/s11121-024-01717-3>

- Yusoff, M, Rahman, S.,A., Mutalib, S., and Mohammed, A. , 2006, Diagnosing Application Development for Skin Disease Using Backpropagation Neural Network Technique, *Journal of Information Technology*, vol 18, hal 152-159
- Van Der Weiden, A., Benjamins, J., Gillebaart, M., Ybema, J. F., & De Ridder, D. (2020). How to Form Good Habits? A longitudinal field study on the role of Self-Control in Habit formation. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00560>
- Villanueva-Cabezas, J. P., Winkel, K. D., Campbell, P. T., Wiethoelter, A., & Pfeiffer, C. (2022). One Health education should be early, inclusive, and holistic. *The Lancet Planetary Health*, 6(3), e188–e189. [https://doi.org/10.1016/s2542-5196\(22\)00018-3](https://doi.org/10.1016/s2542-5196(22)00018-3)
- Wang, Z., Gao, T., Li, G., Dong, G., Zhan, Y., Wang, B., & Sun, X. (2023). Effects of health education during public health emergencies on the health literacy, emotion and coping style of Chinese junior middle school students: a randomized controlled trial. *BMC Public Health*, 23(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-023-17108-2>
- Walker, P. G., & Allen, S. J. (2022). The Impact of Personal Hygiene Interventions on Infectious Disease Morbidity in Primary Schools: A Global Meta-Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(5), e2341.
- Workman, M. (2024). Overall Health Status of Rural Children and Associations with Child Poverty. *Pediatric Clinics of North America*, 72(1), 1–10. <https://doi.org/10.1016/j.pcl.2024.07.021>
- Zemer, V. S., Cohen, H. A., Richenberg, Y., Gerstein, M., Atias, I., Gur, S., Laks, Y., Levinsky, Y., Dvir, O., Brown, I., Cohen, M., & Meir, D. B. (2023). Personal hygiene, environmental conditions, and toilet use of children in primary schools: A cohort study. *Journal of Pediatric Urology*, 19(6), 721–727. <https://doi.org/10.1016/j.jpuro.2023.06.004>