



## Edukasi Lingkungan Sekolahku Sehat Prestasiku Meningkatkan Di SDN Kedawung II

**Nadia Septi<sup>1\*</sup>, Niken Ayu<sup>1</sup>, Amilia Febrianti<sup>1</sup>, Nabila Delya<sup>1</sup>, Pingkan Listia<sup>1</sup>, Bellarkiha Anggraini<sup>1</sup>, Wulan Avita<sup>1</sup>, Entin Srihadi Yanti<sup>1</sup>, Mulazimah<sup>1</sup>, Eko Sri Wulaningtyas<sup>1</sup>, Dhewi Nurahmawati<sup>1</sup>, Ardina Rezky Noeraini<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains, Universitas Nusantaar PGRI Kediri

\*Email korespondensi: [amilyafy@gmail.com](mailto:amilyafy@gmail.com)

**Diterima:**

*7 Agustus 2024*

**Dipresentasikan:**

*10 Agustus 2024*

**Disetujui Terbit:**

*08 Oktober 2024*

### ABSTRAK

Pengabdian masyarakat adalah suatu kegiatan Pengabdian kepada masyarakat bertujuan pemberian edukasi terkait lingkungan sekolahku sehat prestasiku meningkat pada anak sekolah. Sasaran dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah anak usia sekolah dengan rentang usia sekitar 9-12 tahun berjumlah sekitar 40 siswa siswi yang dilaksanakan secara luring pada 27 April 2024 diSD Kedawung II Kota Kediri, dengan metode ceramah dan diskusi aktif. Materi yang disampaikan berisi pentingnya penerapan lingkungan yang sehat. Kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk kegiatan edukasi ini bertujuan untuk memberikan pemahaman pada anak usia sekolah terkait pentingnya pada anak usia sekolah yang divisualisasikan dalam bentuk presentasi dan video edukasi dengan bantuan media dalam bentuk poster dan adanya permainan tantangan untuk keberanian. Untuk mengevaluasi kegiatan edukasi, maka dilakukan sesi tanya jawab cepat sebelum dan sesudah diberikan edukasi lingkungan sehat prestasi meningkat agar terdapat peningkatan pengetahuan terhadap sasaran. Edukasi ini diharapkan tidak hanya meningkatkan pengetahuan anak tetapi juga adanya perubahan perilaku sehingga pengetahuan yang diperoleh dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

**Kata Kunci :** anak usia sekolah, edukasi, lingkungan sehat

### PENDAHULUAN

Menjaga kesehatan adalah sebuah kewajiban yang tidak boleh diabaikan oleh setiap individu, karena kesehatan merupakan aset yang sangat berharga dalam kehidupan. Tanpa kondisi fisik yang sehat, apapun yang dimiliki seseorang, termasuk kekayaan materi, tidak akan memberikan manfaat yang maksimal. Salah satu upaya yang efektif untuk menjaga kesehatan adalah dengan melakukan olahraga secara teratur dan menjalani gaya hidup yang sehat. Sayangnya, kesadaran tentang pentingnya olahraga dan pola hidup sehat masih rendah di kalangan masyarakat, khususnya anak-anak usia sekolah (Kamila, S. R., Renhoat, N. F., Bawono, S. M., Cahyo, L. D. D., & Yuningsih, S. 2022).



Anak-anak adalah kelompok usia yang sangat rentan namun sekaligus memiliki potensi besar untuk dibentuk menjadi individu yang sehat dan kuat. Pada masa ini, kebiasaan dan pola hidup yang baik harus diajarkan dan diterapkan agar mereka tumbuh menjadi generasi yang sehat. Selain pentingnya olahraga, aspek-aspek lain seperti tidur yang cukup dan berkualitas, serta menjaga lingkungan agar tetap bersih dan sehat juga sangat penting dalam menjaga kesehatan anak-anak (Ananda, W, Dkk, 2022).

Olahraga sangat penting bagi anak sekolah karena membantu mereka dalam perkembangan fisik, mental, dan sosial yang holistik. Melalui aktivitas fisik yang teratur, anak-anak tidak hanya memperkuat otot dan tulang, tetapi juga meningkatkan keterampilan motorik, koordinasi, dan daya tahan tubuh. Namun harus diimbangi juga dengan istirahat atau tidur yang cukup karena juga mendukung pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, dan kesejahteraan emosional mereka (Cahyadi, A. T, 2022).

Selain menjaga kesehatan diri, hal yang tidak kalah penting yaitu menjaga lingkungan agar tetap bersih dan sehat. Salah satu penerapan yang mudah bagi anak-anak adalah dengan membuang dan memilah sampah sesuai tempatnya. Anak-anak dapat belajar tentang pentingnya pengelolaan sampah yang baik dan dampaknya terhadap lingkungan. Hal tersebut dapat mendukung anak-anak dalam membangun jiwa tanggung jawab sosial sejak dini (Febriyanti, R., Rahayu, N. V. A., Pitaloka, W. D., Yakob, A., & Samsuri, M. 2023).

Dalam rangka meningkatkan kesadaran dan pengetahuan anak-anak mengenai pentingnya menjaga kesehatan dan lingkungan adalah melakukan program edukasi atau pengabdian masyarakat yang dalam hal ini pada SD Kedawung II. Program edukasi ini merupakan langkah awal yang penting dalam menciptakan generasi yang lebih sehat dan berdaya saing tinggi di masa depan.

## **METODE**

Dalam kegiatan ini Metode yang digunakan meliputi ceramah dan diskusi interaktif. Kami menggunakan media seperti poster dan video. Adapun yang menjadi audiens dari kegiatan ini adalah anak-anak SD Kedawung II, yakni kelas 3-6 sebanyak 50 orang, topik kegiatan yakni pemilihan sampah organik dan non-organik dan olahraga teratur. Secara sistematis kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bersifat penyuluhan dimana anak-anak langsung diajarkan untuk memilah sampah dan memasukkan sampah tersebut ke tempat sampah organik atau non-organik yang telah disediakan serta ditampilkan video animasi dan pada sesi terakhir anak-anak diminta memperagakan apa saja yang sudah di tampilkan dan di ajarkan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk kegiatan edukasi ini bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada anak sekolah dasar terkait pentingnya lingkungan sekolahku sehat prestasiku meningkat. Sekolah sehat disini

yang dimaksudkan adalah lingkungan sekolah yang menciptakan suasana belajar yang kondusif, meminimalkan risiko penyakit dan wabah, serta meningkatkan kebanggaan siswa terhadap sekolah mereka. Kebersihan lingkungan sekolah juga mempengaruhi kesehatan dan kenyamanan para siswa, guru, dan karyawan, serta memiliki dampak positif pada prestasi akademik.

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di SD Kedawung II dimulai pada pukul 8 pagi. Anak-anak SD Kedawung II sebanyak 50 orang yang berasal dari kelas III – IV sudah dikumpulkan dan berada dalam ruang aula. Acara dibuka dengan adanya kata sambutan yang di sampaikan oleh dosen pengampu maupun dari kepala sekolah dasar Kedawung II. pada pelaksanaan diberikan materi tentang definisi sampah organik dan non-organik serta cara memilah sampah dengan benar, dan materi tentang olahraga teratur penting bagi kesehatan tubuh, Pemutaran video terkait Perilaku Hidup Bersih dan Sehat khususnya untuk kalangan di lingkungan sekolah. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan gambaran kepada peserta kegiatan edukasi. Diskusi dan tanya jawab antara narasumber dengan peserta (pelajar SD Negeri Kedawung II. Kemudian dilaksanakan tanya jawab dan diskusi



**Gambar 1. Mahasiswa melakukan pengabdian masyarakat di SD Kedawung II**



**Gambar 2. Mahasiswa Universitas Negeri PGRI Kediri**

edukasi lebih tepat diterapkan pada anak pra-sekolah menurut teori Erikson, anak yang berada pada usia pra-sekolah merupakan anak yang berada pada fase inisiatif dan rasa bersalah. Pada tahap ini, rasa ingin tahu dan daya imajinasi anak berkembang, oleh sebab itu anak akan banyak mempunyai pertanyaan tentang berbagai hal di lingkungannya yang tidak dia ketahui. Pada usia ini anak juga akan mencoba untuk meniru tingkah laku atau perilaku orang dewasa yang ada di sekitarnya (Lina, 2017). Oleh karena itu, edukasi terkait cara memilah sampah yang benar dan pentingnya olahraga rutin sudah sewajarnya diterapkan pada anak sedini mungkin.

## **KESIMPULAN**

Dengan dilaksanakannya kegiatan pengabdian masyarakat ini, maka diharapkan pengetahuan dari anak-anak di SDN Kedawung II semakin bertambah mengenai pentingnya memilah dan membuang sampah dengan benar dan pentingnya olahraga rutin. Di samping itu, kegiatan ini juga mendorong kesadaran anak-anak sebagai salah satu bagian dari masyarakat untuk mengurangi penumpukan sampah menjaga lingkungan dan membiasakan hidup sehat. Hal ini dilakukan untuk menjaga kelestarian lingkungan dalam jangka panjang serta mencegah terjadinya bencana alam dan menjadikan kebiasaan hidup sehat. Kegiatan pengabdian masyarakat selanjutnya bisa diarahkan ke praktik bagaimana cara mengolah serta melakukan daur ulang sampah organik maupun non-organik di masa yang akan datang dan melakukan senam sehat bersama masyarakat di sekolah

## **DAFTAR RUJUKAN**

Ananda, W, dkk. (2022). Analisis Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Di Sekolah Dasar. *Jurnal Pancar (Pendidik Anak Cerdas Dan Pintar)*, 6(1), 193-199



- Cahyadi, A. T. (2022). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Anak Sekolah Dasar Di Sdn 13 Kolo Kota Bima. *JUPE: Jurnal Pendidikan Mandala*, 7(4).
- Febriyanti, R., Rahayu, N. V. A., Pitaloka, W. D., Yakob, A., & Samsuri, M. (2023). Edukasi Pemilahan Sampah sebagai Upaya Penanganan Masalah Sampah di SD Muhammadiyah Baitul Fallah Mojogedang. *Buletin KKN Pendidikan*, 5(1), 37-45.
- Kamila, S. R., Renhoat, N. F., Bawono, S. M., Cahyo, L. D. D., & Yuningsih, S. (2022, November). Membangun Kesadaran Kesehatan Warga Dengan Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Di Desa Cidokom Kecamatan Rumpin Kabupaten Bogor. In *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ* (Vol. 1, No. 1).
- SAFITRI, Karina Nur, et al. Pembelajaran Penjasorkes Di Sekolah Dasar: Manfaat Olahraga Untuk Kesehatan Tubuh. *Sinar Dunia: Jurnal Riset Sosial Humaniora dan Ilmu Pendidikan*, 2024, 3.2: 44-56.
- Hasibuan, Gina Cynthia Raphita, and Nisaul Fadilah Dalimunthe. "Penyuluhan Mengenai Pentingnya Pemilahan Sampah Organik dan Non-Organik ke Anak-anak SD Muhammadiyah 02 Medan." *Abdi Sabha (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)* 3.2 (2022): 194-202.