PROGRAM KESEHATAN DAN KESELAMATAN SEKOLAH MELALUI METODE CERAMAH DAN SIMULASI BAGI SISWA SEKOLAH DASAR

N.P.E.D. Yanti[1], N.K.A. Suarningsih[2], K.M.S. Krisnawati[3], P.S. Dewi[4], N.P.R.E. Sandhi[5]

ABSTRAK

Program kesehatan dan keselamatan sekolah merupakan langkah strategis untuk menciptakan lingkungan belajar yang aman, sehat, dan ramah anak. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa terhadap pentingnya perilaku sehat dan aman di lingkungan sekolah melalui metode ceramah dan simulasi. Program dilaksanakan di SD Negeri 2 Kaba-Kaba, Tabanan, melibatkan 100 siswa kelas 3,4, dan 5 sebagai peserta. Tahapan kegiatan meliputi penyuluhan kesehatan, pelatihan manajemen risiko, simulasi evakuasi, serta pemasangan perlengkapan dan rambu keselamatan kerja (K3) di area sekolah. Evaluasi dilakukan menggunakan kuesioner pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan siswa, di mana 78% peserta mencapai kategori pengetahuan baik setelah intervensi. Selain itu, siswa menunjukkan perubahan perilaku positif, terutama dalam kepatuhan terhadap prosedur evakuasi dan kebersihan diri. Program ini juga menghasilkan luaran berupa video edukasi simulasi evakuasi gempa yang telah memperoleh sertifikat HKI, serta artikel populer yang dipublikasikan di media daring. Temuan ini membuktikan bahwa metode edukatif yang interaktif dan aplikatif efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa tentang K3 dan mendukung terciptanya *Sekolah Ramah Anak*. Model kegiatan ini direkomendasikan untuk direplikasi di sekolah dasar lainnya guna memperkuat budaya kesehatan dan keselamatan di lingkungan pendidikan dasar.

Kata kunci : kesehatan sekolah, keselamatan siswa, metode simulasi

ABSTRACT

The school health and safety program is a strategic effort to create a safe, healthy, and child-friendly learning environment. This community service activity aimed to increase students' knowledge and awareness of healthy and safe behavior at school through lecture and simulation methods. The program was implemented at SDN 2 Kaba-Kaba, Tabanan, involving 100 students from grades 3, 4, and 5 as participants. Activities included health education sessions, risk management training, evacuation simulations, and the installation of safety equipment and signage in school areas. Evaluation was conducted using pre- and post-intervention questionnaires to assess knowledge improvement. The results showed a significant increase in students' knowledge levels, with 78%

[1] *Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana, Jl. PB Sudirman, 80234, Denpasar Bali-Indonesia, emydarmayanti@unud.ac.id*
[2] *Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana, Jl. PB Sudirman, 80234, Denpasar Bali-Indonesia, ayusuarningsih@unud.ac.id*
[3] *Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana, Jl. PB Sudirman, 80234, Denpasar Bali-Indonesia, menie2008@unud.ac.id*
[4] *Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana, Jl. PB Sudirman, 80234, Denpasar Bali-Indonesia, dewi.23062@student.unud.ac.id*
[5] *Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana, Jl. PB Sudirman, 80234, Denpasar Bali-Indonesia, sandhi.2302521036@student.unud.ac.id*

Submitted:13 Oktober 2025 *Revised:24 Desember 2025* *Accepted:11 Januari 2026*

of participants achieving the "good" category after the intervention. Furthermore, students demonstrated positive behavioral changes, particularly in adherence to evacuation procedures and hygiene practices. The program also produced an educational video on earthquake evacuation simulation, which has received an Intellectual Property Rights certificate, and a popular article published in online media. These findings indicate that interactive and practical educational methods are effective in improving students' understanding of occupational health and safety (OHS) and supporting the realization of *Child-Friendly Schools*. This model is recommended for replication in other elementary schools to strengthen the culture of health and safety within the educational environment.

Keywords**:** *school health, student safety, simulation method*

1. PENDAHULUAN

Keselamatan dan kesehatan di lingkungan sekolah merupakan pondasi penting untuk menciptakan suasana belajar yang aman, nyaman, dan produktif bagi siswa, guru, serta tenaga kependidikan. Program kesehatan dan keselamatan sekolah mencakup berbagai aspek, mulai dari pencegahan kecelakaan, penanggulangan keadaan darurat, hingga promosi perilaku hidup bersih dan sehat. Lingkungan sekolah yang sehat tidak hanya mendukung pencapaian akademik siswa, tetapi juga menjadi bagian integral dari upaya mencetak generasi muda yang sadar akan pentingnya keselamatan diri dan orang lain. Karena itu, setiap sekolah dituntut untuk memiliki sistem manajemen keselamatan dan kesehatan yang baik serta berkelanjutan.

Secara yuridis, pelaksanaan program kesehatan dan keselamatan sekolah memiliki dasar hukum yang kuat, antara lain Undang-Undang No. 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan, Permendikbud No. 5 Tahun 2014 tentang Standar Nasional Pendidikan, dan Permenkes No. 1204 Tahun 2004 tentang Penyelenggaraan Pelayanan Kesehatan Kerja. Regulasi ini menegaskan bahwa setiap satuan pendidikan wajib menjamin kondisi lingkungan yang aman serta menyediakan sarana dan prasarana pendukung kesehatan dan keselamatan kerja (K3). Namun, di lapangan masih banyak sekolah yang belum menerapkan prinsip-prinsip K3 secara optimal, terutama dalam hal kesiapsiagaan menghadapi risiko seperti kebakaran, cedera siswa, atau bencana alam.

Data nasional memperkuat urgensi tersebut. Berdasarkan *Riskesdas* Kementerian Kesehatan RI tahun 2018, prevalensi cedera pada anak usia sekolah (5–14 tahun) mencapai 12,1%, dan sekitar 6,5% diantaranya terjadi di lingkungan sekolah. Cedera paling banyak disebabkan oleh jatuh, tersandung, dan perilaku tidak aman di lingkungan sekolah. Minimnya pemahaman siswa terhadap risiko, rendahnya kesadaran menjaga sarana prasarana sekolah, serta kurangnya pelatihan pertolongan pertama bagi guru menjadi faktor penyebab utama. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa penerapan K3 di sekolah masih sebatas formalitas, tanpa manajemen risiko yang sistematis dan terukur.

Untuk itu, diperlukan pendekatan edukatif dan interaktif yang mampu menanamkan kesadaran dan keterampilan K3 sejak dini. Kegiatan pengabdian masyarakat melalui program "Kesehatan dan Keselamatan Sekolah dengan Metode Ceramah dan Simulasi" di SD Negeri 2 Kaba-Kaba Tabanan diinisiasi sebagai solusi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku aman siswa. Melalui kombinasi metode ceramah, simulasi, dan praktik langsung, program ini tidak hanya memberikan pemahaman konseptual, tetapi juga membentuk kebiasaan perilaku sehat dan aman yang selaras dengan program *Sekolah Ramah Anak* dari Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak.

2. METODE PELAKSANAAN

2.1 Realisasi pemecahan masalah

Realisasi pemecahan masalah dalam program pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui kegiatan penyuluhan dengan metode ceramah, diskusi, pemutaran video, dan permainan edukatif yang dirancang sesuai dengan karakteristik siswa SDN 2 Kaba-Kaba. Metode ceramah digunakan untuk memberikan pemahaman dasar tentang konsep kesehatan dan keselamatan kerja (K3) di lingkungan sekolah, sedangkan sesi diskusi mendorong partisipasi aktif siswa untuk mengidentifikasi potensi bahaya yang sering mereka temui di sekolah. Pemutaran video edukasi menampilkan simulasi situasi darurat seperti evakuasi gempa dan tata cara pertolongan pertama sederhana, yang membantu siswa memahami prosedur keselamatan secara visual dan kontekstual. Selain itu, permainan edukatif seperti kuis interaktif dan tebak gambar rambu keselamatan digunakan untuk memperkuat pengetahuan siswa dengan cara yang menyenangkan dan mudah diingat. Pendekatan multipel ini terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman, antusiasme, dan keterlibatan siswa terhadap pentingnya perilaku aman dan sehat di lingkungan sekolah, serta menumbuhkan budaya K3 sejak dini.

2.2 Khalayak sasaran strategis

Khalayak sasaran strategis dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini terdiri atas 12 orang guru dan 100 siswa kelas III, IV, dan V di SD Negeri 2 Kaba-Kaba, yang secara langsung terlibat sebagai peserta utama dalam seluruh rangkaian kegiatan. Siswa pada jenjang tersebut dianggap berada pada fase perkembangan kognitif dan sosial yang ideal untuk menerima edukasi berbasis simulasi dan permainan edukatif, sehingga pesan-pesan K3 dapat diserap secara efektif dan menyenangkan. Kegiatan ini juga melibatkan mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Udayana sebagai mitra pendamping, yang berperan dalam membantu pelaksanaan penyuluhan, pendampingan praktik simulasi, serta dokumentasi kegiatan. Kolaborasi lintas unsur antara dosen, mahasiswa, guru, dan siswa ini mencerminkan pendekatan *community-based learning* yang tidak hanya memperkuat proses edukasi di sekolah, tetapi juga memberikan pengalaman pembelajaran nyata bagi mahasiswa dalam penerapan ilmu keperawatan komunitas.

2.3 Metode dan lokasi kegiatan

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dirancang dengan pendekatan edukatif, partisipatif, dan aplikatif, agar pesan-pesan kesehatan dan keselamatan kerja (K3) dapat diterima dengan efektif oleh peserta didik sekolah dasar. Kegiatan dilakukan dalam bentuk penyuluhan interaktif yang memadukan beberapa metode, yaitu ceramah, diskusi, pemutaran video edukatif, dan permainan interaktif bertema K3. Ceramah dan diskusi dilakukan selama satu kali 120 menit, penayangan video simulasi evakuasi selama 5 menit, dan penyebaran kuesioner pengetahuan K3 yang berisikan 10 pertanyaan setelah penyuluhan dilaksanakan. Metode ceramah digunakan untuk menyampaikan konsep dasar K3 secara sistematis dan mudah dipahami, sedangkan sesi diskusi berfungsi untuk menggali pengalaman serta pemahaman siswa terhadap potensi bahaya di lingkungan sekolah. Pemutaran video simulasi evakuasi gempa berdurasi lima menit memberikan gambaran visual yang menarik mengenai langkah-langkah keselamatan saat keadaan darurat, sehingga memperkuat pemahaman siswa melalui pendekatan audio-visual. Selanjutnya, permainan edukatif dilaksanakan untuk menumbuhkan antusiasme belajar dan memperkuat retensi informasi dengan cara yang menyenangkan. Evaluasi kegiatan dilakukan melalui penyebaran kuesioner berisi sepuluh pertanyaan tentang pengetahuan K3 setelah penyuluhan berakhir untuk mengukur peningkatan pemahaman siswa.

Kegiatan ini dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri 2 Kaba-Kaba, Kecamatan Kediri, Kabupaten Tabanan, Bali, yang dipilih karena sekolah tersebut belum memiliki program kesehatan dan

keselamatan sekolah yang terstruktur. Selain penyuluhan, kegiatan ini juga diisi dengan pemberian paket alat tulis kepada seluruh siswa sebagai bentuk dukungan terhadap semangat belajar dan penghargaan atas partisipasi mereka. Bagi para guru, diberikan bantuan paket sembako sebagai wujud apresiasi atas dukungan dan keterlibatan aktif dalam pelaksanaan program. Sebagai bentuk keberlanjutan kegiatan, tim pengabdian juga menyerahkan hibah perlengkapan sarana pendukung K3, berupa tempat sampah untuk mendukung kebersihan lingkungan sekolah dan papan titik aman berkumpul sebagai tanda evakuasi darurat, yang secara simbolis diterima oleh Kepala Sekolah SDN 2 Kaba-Kaba. Pendekatan komprehensif ini tidak hanya menanamkan pengetahuan dan sikap positif terhadap K3, tetapi juga memperkuat budaya sekolah yang aman, sehat, dan berkelanjutan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran tingkat pengetahuan peserta pengabdian tentang kesehatan dan keselamatan di sekolah dikumpulkan menggunakan kuesioner yang berisikan 10 pernyataan dan dibagikan setelah kegiatan penyuluhan. hasil analisis kuesioner disajikan pada tabel 3.1.

Tabel 3.1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Peserta Pengabdian tentang Kesehatan dan Keselamatan di Sekolah Setelah Kegiatan Penyuluhan (n=100)

Pernyataan	Benar		Salah	
	f	%	f	%
Mencuci tangan dengan sabun sebelum makan dapat mencegah penyakit.	84	84	16	16
Berlari di lorong sekolah adalah cara yang aman untuk bergerak cepat.	93	93	7	7
Menutup mulut saat batuk atau bersin bisa mencegah penyebaran kuman.	84	84	16	16
Mengonsumsi terlalu banyak permen tidak akan memengaruhi kesehatan gigi.	84	84	16	16
Duduk dengan postur tubuh yang baik membantu menjaga kesehatan tulang.	95	95	5	5
Tidak masalah jika melewati jalan tanpa melihat ke kiri dan kanan dahulu.	96	96	4	4
Air minum yang bersih dan matang penting untuk mencegah sakit perut.	85	85	15	15
Membagi alat makan dengan teman sangat disarankan agar lebih akrab.	73	73	27	27
Saat terdengar alarm evakuasi di sekolah, kita harus berlari kencang menuju titik kumpul.	52	52	48	48
Saat terjadi gempa di sekolah segera berlindung di bawah meja dan mengikuti jalur evakuasi.	98	98	2	2

Tabel 3.2. Distribusi frekuensi kategori pengetahuan peserta pengabdian tentang kesehatan dan keselamatan di sekolah (n=100)

	f(%)	Mean	Min-Maks
Tingkat Pengetahuan		8.44	3-10
Kurang	7(7)		
Cukup	15(15)		
Baik	78(78)		

Pelaksanaan program kesehatan dan keselamatan sekolah dengan metode ceramah dan simulasi terbukti efektif meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa terhadap pentingnya perilaku aman di lingkungan sekolah. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa mayoritas peserta (78%) mencapai kategori pengetahuan baik setelah diberikan intervensi. Hal ini sejalan dengan temuan Rosdiyawati, Aisyah, dan Novianti (2023) yang menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan dengan metode simulasi mampu meningkatkan praktik cuci tangan siswa secara signifikan. Pendekatan interaktif seperti simulasi dan demonstrasi memfasilitasi proses pembelajaran aktif, sehingga siswa tidak hanya memahami konsep secara teoritis, tetapi juga menerapkannya dalam perilaku sehari-hari. Dalam konteks ini, penggabungan metode ceramah untuk pemberian informasi dan simulasi untuk penguatan keterampilan menjadi strategi yang sangat efektif bagi peserta didik usia sekolah dasar yang masih berada dalam tahap pembelajaran konkret.

Program ini berkontribusi langsung terhadap upaya mewujudkan sekolah ramah anak sebagaimana diamanatkan oleh Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak. Lingkungan sekolah yang aman dan sehat menjadi bagian dari perlindungan anak terhadap potensi bahaya fisik maupun psikososial. Hani dkk. (2024) menegaskan bahwa penerapan K3 di sekolah bukan hanya aspek teknis, tetapi juga komponen penting dalam menciptakan iklim sekolah yang mendukung kesehatan, keselamatan, dan kesejahteraan anak. Implementasi kegiatan edukatif seperti ini memperkuat budaya keselamatan dan tanggung jawab sosial siswa, guru, serta seluruh warga sekolah. Selain itu, keterlibatan aktif guru dan tenaga kependidikan dalam pelatihan manajemen risiko memungkinkan terbentuknya sistem pengawasan internal yang berkelanjutan, sesuai dengan prinsip *whole school approach* yang ditekankan oleh WHO (2022) dalam program promosi kesehatan di sekolah.

Keberhasilan program ini juga ditunjang oleh inovasi penggunaan media edukasi digital berupa video simulasi evakuasi gempa yang telah memperoleh sertifikat HKI. Pemanfaatan media audiovisual membantu siswa memahami langkah-langkah keselamatan dengan cara yang lebih menarik dan mudah diingat. Menurut Agustina, Ramayani, dan Putri (2025), integrasi media digital dalam pendidikan kesehatan terbukti meningkatkan retensi informasi dan motivasi belajar anak sekolah dasar. Strategi ini juga memperluas jangkauan edukasi karena materi dapat diakses ulang oleh guru dan siswa di luar kegiatan tatap muka. Pendekatan berbasis teknologi memberikan nilai tambah bagi program pengabdian karena sejalan dengan tren *digital health promotion* yang kini menjadi fokus global dalam upaya pemberdayaan masyarakat (WHO, 2022). Lyu, Li, dan Li (2024) menyatakan edukasi pasien yang efektif harus disesuaikan dengan literasi kesehatan, menggunakan pendekatan yang dapat dipercaya, dan melibatkan metode interaktif.

Meskipun hasilnya positif, beberapa tantangan masih ditemukan dalam pelaksanaan program, antara lain keterbatasan waktu pelatihan serta kurangnya fasilitas pendukung K3 di sekolah. Hal ini sejalan dengan penelitian Wibowo (2022) yang menemukan bahwa keterbatasan sumber daya dan minimnya dukungan kebijakan internal sekolah menjadi hambatan dalam penerapan K3 secara menyeluruh. Untuk menjamin keberlanjutan, perlu adanya kolaborasi lintas sektor antara pihak sekolah, Puskesmas, dan perguruan tinggi. Pengembangan program pelatihan berkelanjutan bagi guru sebagai pelatih utama (*trainer of trainers*) dan pembentukan tim K3 sekolah merupakan langkah strategis untuk memastikan program tidak berhenti setelah kegiatan pengabdian selesai.




Gambar 3.1. Penyerahan Tempat Sampah dan Paket Sembako; Kegiatan Ceramah, Diskusi, dan Penayangan Video K3

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui program kesehatan dan keselamatan sekolah dengan metode ceramah dan simulasi terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai perilaku sehat dan aman di lingkungan sekolah. Mayoritas peserta mencapai kategori pengetahuan baik, serta menunjukkan perubahan positif dalam kepatuhan terhadap prosedur kesehatan dan keselamatan. Hasil ini membuktikan bahwa pendekatan edukasi yang interaktif mampu meningkatkan keterampilan siswa dalam menghadapi potensi risiko di sekolah sekaligus memperkuat kesiapsiagaan warga sekolah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih penulis sampaikan kepada seluruh siswa dan guru SDN 2 Kaba-Kaba, Tabanan yang telah menyambut hangat dan mengikuti dengan antusias kegiatan pengabdian ini hingga akhir. Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada UPPM Fakultas Kedokteran Universitas Udayana yang telah memberikan dana hibah sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dalam terlaksana dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

Agustina, S. P., Ramayani, N., & Putri, D. A. E. (2025). Strategi inovasi teknologi digital dalam media pembelajaran untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. *Innovative: Journal of Social Science Research, 5*(3), 603–611. https://doi.org/10.31004/innovative.v5i3.19061

Hani, R., Ganiem, L. M., Jamila, R. F., Maryam, S., & Sundah, E. C. (2024). Peningkatan kesadaran pentingnya K3 untuk sekolah ramah anak di SDIT Asy-Syafii Jakarta Timur. *Jurnal Widya Laksmi, 5*(1), 8–14. https://doi.org/10.59458/jwl.v5i1.114

Kemenkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018.

Lyu, X., Li, J., & Li, S. (2024). Approaches to Reach Trustworthy Patient Education: A Narrative Review. *Healthcare (Basel, Switzerland)*, *12*(23), 2322. https://doi.org/10.3390/healthcare12232322

Peraturan Menteri Kesehatan No. 1204 Tahun 2004 tentang Penyelenggaraan Pelayanan Kesehatan Kerja.

Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan No. 5 Tahun 2014 tentang Standar Nasional Pendidikan.

Rosdiyawati, N., Aisyah, I. S., & Novianti, S. (2023). Pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode simulasi terhadap praktik cuci tangan pakai sabun pada anak sekolah dasar negeri Cibeureum Kota Tasikmalaya. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia, 19*(1), 41–51. https://doi.org/10.37058/jkki.v19i1.6846

Undang-Undang No. 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan.

Wibowo, I. Y. (2022). Promosi kesehatan keselamatan dan kesehatan kerja (K3) sekolah di SMA Santo Yosef Duri. *Jurnal Abdimas Bina Bangsa, 3*(1), 190–195. https://doi.org/10.46306/jabb.v3i1.204

World Health Organization. (2022). *Strengthening community health services: A framework for action*. Geneva: WHO Press.