

Pemanfaatan Perangkat Digital dalam Menumbuhkan Kesadaran Kesehatan Anak Usia Dini

Juwairiyah¹, Dina Amalia²

¹Universitas Islam Nahdlatul Ulama Jepara; 22134000227@unisnu.ac.id

²Universitas Islam Nahdlatul Ulama Jepara; dina@unisnu.ac.id

DOI: [10.31849/paud-lectura.v%vi%i.32893](https://doi.org/10.31849/paud-lectura.v%vi%i.32893)

Received 24 April 2026, Accepted 28 April 2026, Published 29 April 2026

Abstrak:

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis optimalisasi pendidikan kesehatan anak usia dini melalui pemanfaatan perangkat digital di RA Nurul Huda Bawu. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data berupa observasi, wawancara, dan dokumentasi. Subjek penelitian berjumlah 15 anak usia 5–6 tahun. Analisis data dilakukan menggunakan model Miles dan Huberman melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan perangkat digital seperti video edukatif, laptop, dan proyektor mampu meningkatkan pemahaman dan kesadaran kesehatan anak melalui penyajian materi yang visual, interaktif, dan mudah dipahami. Secara konkret, terjadi perubahan perilaku pada anak, seperti mampu mempraktikkan langkah mencuci tangan dengan benar, menjaga kebersihan diri, menutup mulut saat batuk atau bersin, membawa bekal makanan sehat, serta mengikuti kegiatan olahraga dengan antusias. Anak juga mulai memahami konsep dasar kesehatan, seperti pentingnya imunisasi, kebersihan gigi, dan batasan privasi tubuh.

Kata Kunci: Perangkat Digital; Kesadaran Kesehatan; Anak Usia Dini

Abstract

This study aims to analyse the optimisation of early childhood health education through the use of digital devices at RA Nurul Huda Bawu. The study employed a descriptive qualitative approach, utilising data collection techniques such as observation, interviews and documentation. The research subjects comprised 15 children aged 5–6 years. Data analysis was conducted using the Miles and Huberman model through the stages of data reduction, data presentation, and drawing conclusions. The results of the study indicate that the use of digital devices such as educational videos, laptops, and projectors is capable of enhancing children's health understanding and awareness through the presentation of material that is

visual, interactive, and easy to understand. Specifically, behavioural changes were observed in the children, such as being able to practise correct handwashing techniques, maintaining personal hygiene, covering their mouths when coughing or sneezing, bringing healthy packed lunches, and participating enthusiastically in physical activities. The children also began to understand basic health concepts, such as the importance of immunisation, dental hygiene, and bodily privacy boundaries.

Keywords: *Digital Devices; Health Awareness; Early Childhood*

PENDAHULUAN

Anak usia dini merupakan anak yang berada pada rentang usia 0 sampai 6 tahun, berada pada tahap perkembangan yang sangat kritis. Pada usia ini, anak-anak mengalami pertumbuhan fisik, kognitif, dan sosial yang pesat (Anggraini, 2021). Pendidikan kesehatan memiliki peran penting dalam membentuk perilaku dan kebiasaan hidup sehat yang berkelanjutan sejak dini hingga dewasa. Penelitian menunjukkan bahwa intervensi pendidikan kesehatan sejak dini dapat menurunkan risiko berbagai penyakit di masa depan serta meningkatkan kualitas hidup individu. Sebagai tahap perkembangan yang sangat penting, anak-anak perlu dibekali dengan pengetahuan dasar tentang kesehatan yang dapat mempengaruhi keputusan di masa depan. Intervensi pendidikan kesehatan pada anak usia dini dapat mengurangi risiko penyakit di kemudian hari (Rahayu et al., 2024).

Model teori psikologis yang berkaitan dengan kesehatan, persepsi individu, serta kemampuan dalam memprediksi perilaku dikenal sebagai Health Belief Model (HBM) yang dikembangkan oleh Rosenstock. Health Belief Model (HBM) menjelaskan bahwa tindakan individu dipengaruhi oleh persepsi dan keyakinan terhadap kesehatan. Di era digital, akses informasi kesehatan semakin luas melalui berbagai platform, namun tidak semua informasi tersebut akurat. Oleh karena itu, literasi digital menjadi keterampilan penting yang perlu dikenalkan sejak dini agar anak mampu mengenali, mengevaluasi, dan menggunakan informasi kesehatan secara tepat. Meskipun kemudahan ini memberikan peluang, tantangan juga muncul, karena tidak semua informasi yang tersedia bersifat akurat atau dapat dipercaya. Penting bagi anak-anak untuk dapat mengidentifikasi sumber informasi yang valid dan relevan untuk kesehatan (Oktaviana & Rahmawati, 2024).

Meningkatkan penggunaan perangkat digital di kalangan anak-anak dapat membantu membedakan informasi yang bermanfaat dan yang tidak, serta memahami pentingnya menerapkan prinsip kesehatan yang benar (Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan, 2020).

Di Indonesia, angka prevalensi masalah kesehatan anak masih tinggi, seperti stunting, obesitas, dan penyakit menular (Handayani, 2023). Upaya pendidikan kesehatan yang efektif dapat membantu anak-anak dan orang tua untuk lebih memahami dan menerapkan praktik hidup sehat. Dengan memanfaatkan media digital, informasi tentang kesehatan dapat disampaikan dengan cara yang lebih menarik dan interaktif, sehingga lebih mudah dipahami oleh anak. Penerapan perangkat digital diharapkan tidak hanya memberikan pengetahuan yang lebih baik kepada anak, tetapi juga mempersiapkan untuk menjadi individu yang kritis dan responsif terhadap informasi kesehatan di masa depan. Inisiatif ini dapat berkontribusi pada peningkatan kualitas kesehatan anak-anak dan mengurangi masalah kesehatan dalam masyarakat (Handayani et al., 2023).

Banyak sekolah Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) di Indonesia menghadapi keterbatasan sumber daya, baik dari segi fasilitas fisik maupun materi Pendidikan (Br Nasution et al., 2023). Hal ini mengakibatkan kurangnya alat bantu ajar yang diperlukan untuk mengajarkan konsep kesehatan dengan cara yang menarik dan efektif. Sekolah PAUD sering kali tidak memiliki program pendidikan kesehatan yang sistematis dan terencana. Tanpa kurikulum yang jelas, anak-anak mungkin tidak menerima informasi penting tentang kesehatan, gizi, dan kebersihan yang dapat membentuk kebiasaan hidup sehat (Hamidah, 2022). Banyak pendidik di sekolah PAUD tidak mendapatkan pelatihan yang memadai tentang cara mengajarkan kesehatan. Keterbatasan ini berdampak pada kemampuan untuk menyampaikan informasi kesehatan yang tepat dan relevan kepada anak-anak, serta mengintegrasikan pembelajaran kesehatan di kelas untuk diimplementasikan dalam aktivitas sehari-hari.

Pendidikan kesehatan pada anak usia dini tidak hanya mencakup pengetahuan dasar tentang kebersihan dan gizi, tetapi juga pengenalan terhadap konsep kesehatan mental dan emosional. Kesehatan mental yang baik di masa kanak-kanak sangat penting untuk perkembangan keseluruhan anak. Anak yang mendapatkan pendidikan kesehatan yang baik lebih cenderung mengembangkan kebiasaan hidup sehat yang berlanjut hingga dewasa, seperti pola makan yang

seimbang, aktivitas fisik yang cukup, dan perilaku pencegahan penyakit. dengan meningkatnya aksesibilitas informasi melalui platform digital, anak-anak usia dini juga perlu dibekali dengan literasi digital (Restianty, 2020). Meskipun belum sepenuhnya memahami konsep ini, pengenalan awal terhadap cara menggunakan sumber informasi digital secara aman dan efektif sangat penting. Misalnya, anak-anak dapat diajarkan untuk mengenali sumber informasi yang dapat dipercaya dan bagaimana menghindari konten yang tidak sesuai. Interaksi positif dengan teknologi dapat membantu mereka dalam memahami dan mengaplikasikan prinsip kesehatan dalam kehidupan sehari-hari (Sugiarto, 2023).

Implementasi perangkat digital dalam pendidikan kesehatan anak usia dini dapat dilakukan melalui beberapa pendekatan Zulfa et al., (2025) meliputi: 1) Integrasi dalam Kurikulum, 2) Pelatihan untuk Guru, 3) Penggunaan Sumber Daya Digital. Penelitian menunjukkan bahwa metode pembelajaran yang menggunakan teknologi digital dapat meningkatkan retensi informasi dan keterampilan kesehatan anak. Pendidikan kesehatan yang baik pada anak usia dini, ditambah dengan pengembangan literasi digital, bukan hanya penting untuk kesehatan anak saat ini, tetapi juga berkontribusi pada pembentukan generasi masa depan yang lebih sehat dan terinformasi. Dengan pendekatan yang tepat, kita dapat menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan kesehatan anak secara holistik.

Perangkat digital dalam penelitian Wityastuti et al., (2022) merupakan alat yang memanfaatkan teknologi informasi dan komunikasi serta media digital untuk membantu manusia dalam menjalankan pekerjaan, mengatasi berbagai permasalahan yang dihadapi, serta mengelola dan menyampaikan informasi. Dengan demikian, perangkat digital berperan dalam mendukung proses pembentukan pengetahuan secara efektif dan efisien. Hal ini meliputi kemampuan untuk menggunakan teknologi informasi dan komunikasi (TIK) dengan bijak, memahami konten yang relevan, dan membuat keputusan yang tepat mengenai Kesehatan. Di era digital, anak-anak dapat dengan mudah mengakses berbagai informasi tentang kesehatan dari berbagai platform, seperti aplikasi, situs web, dan media sosial. Namun, tidak semua informasi tersebut akurat atau sesuai. Perangkat digital membantu anak-anak mengenali sumber informasi yang valid dan dapat dipercaya, serta memahami konteks dan relevansi informasi kesehatan yang diterima.

Adanya perangkat digital, pendidikan kesehatan dapat dilakukan melalui media yang interaktif dan menarik. Misalnya, penggunaan video, aplikasi permainan, atau platform pembelajaran online dapat membuat anak-anak lebih terlibat dalam pembelajaran kesehatan (Kusumaningtyas et al., 2021). Interaksi yang menyenangkan ini membantu anak memahami konsep kesehatan dengan cara yang lebih mudah dan menyenangkan. Perangkat digital dalam pendidikan kesehatan anak usia dini merupakan periode penting untuk menanamkan pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan agar anak mampu membuat keputusan yang berkaitan dengan kesehatan. Dengan pengenalan yang tepat dan pendekatan yang kreatif, kita dapat membantu generasi muda menjadi individu yang sehat, kritis, dan terinformasi di era digital ini.

Pendidikan kesehatan pada anak usia dini masih dominan menggunakan metode tradisional yang kurang memanfaatkan potensi teknologi digital. Perangkat digital di kalangan pendidik PAUD juga belum sepenuhnya dimanfaatkan untuk menyampaikan materi kesehatan secara lebih interaktif dan menarik. Keterbatasan kompetensi pendidik dalam memanfaatkan perangkat digital, kurangnya media pembelajaran kesehatan berbasis digital yang interaktif, serta minimnya evaluasi empiris terhadap efektivitas intervensi tersebut menunjukkan bahwa optimalisasi penggunaan perangkat digital dalam pendidikan kesehatan anak usia dini masih belum maksimal. Hal ini menciptakan kesenjangan antara ketersediaan teknologi dan penerapannya di dunia pendidikan anak usia dini, khususnya dalam konteks Kesehatan.

Kebaruan dari penelitian ini adalah integrasi perangkat digital ke dalam pendidikan kesehatan pada anak usia dini, yang belum banyak dikaji atau diterapkan secara sistematis di lingkungan PAUD. Melalui pendekatan ini, penelitian diharapkan dapat menciptakan model pendidikan kesehatan yang lebih efektif dan relevan dengan perkembangan teknologi saat ini, serta meningkatkan keterlibatan anak dalam pembelajaran melalui media digital yang menarik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengembangkan strategi optimalisasi pendidikan kesehatan anak usia dini dengan memanfaatkan perangkat digital video edukasi interaktif sebagai sarana utama. Dengan demikian, pendidik diharapkan dapat menggabungkan teknologi digital dalam materi kesehatan, meningkatkan pemahaman anak tentang pentingnya gaya hidup sehat sejak dini.

GAP Analisis:

Penelitian mengenai pendidikan kesehatan anak usia dini, literasi digital, dan pemanfaatan teknologi telah berkembang, masih terdapat kesenjangan signifikan berupa belum adanya model integratif yang secara sistematis menggabungkan perangkat digital, literasi kesehatan digital, dan pendekatan teoritis seperti Health Belief Model (HBM) dalam konteks PAUD di Indonesia. Sebagian besar studi masih berfokus pada media digital tanpa landasan teori perilaku, atau menggunakan pendekatan kesehatan tanpa memanfaatkan potensi teknologi digital secara optimal serta belum memperhatikan kesiapan pendidik dan keterbatasan implementasi di lapangan. Akibatnya, efektivitas pendidikan kesehatan berbasis digital dalam membentuk perilaku sehat anak sejak dini belum dimaksimalkan secara konseptual maupun praktis.

Novelti:

Integrasi perangkat digital ke dalam pendidikan kesehatan pada anak usia dini, yang belum banyak dikaji atau diterapkan secara sistematis di lingkungan PAUD. Melalui pendekatan ini, penelitian diharapkan dapat menciptakan model pendidikan kesehatan yang lebih efektif dan relevan dengan perkembangan teknologi saat ini, serta meningkatkan keterlibatan anak dalam pembelajaran melalui media digital yang menarik.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan tujuan untuk menganalisis melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Penelitian kualitatif deskriptif adalah metode penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan fenomena sosial atau budaya dengan mendalam (Ali & Asrori, 2022). Desain penelitian kualitatif deskriptif ini menggali dan mendalami pengalaman serta pandangan anak-anak terkait dengan pengalaman di sekolah RA Nurul Huda Bawu.

Penelitian dilaksanakan di RA Nurul Huda Bawu, Desa Bawu RT 08 RW 02, Kecamatan Batealit, Kabupaten Jepara. Pemilihan lokasi didasarkan pada pertimbangan bahwa lembaga ini telah memanfaatkan perangkat digital dalam

proses pembelajaran. Subjek penelitian terdiri dari 15 anak usia 5–6 tahun, yang terdiri dari 10 anak laki-laki dan 5 anak perempuan. Karakteristik anak meliputi: (1) berada pada tahap perkembangan praoperasional, (2) memiliki kemampuan berpikir konkret dan simbolik sederhana, (3) memiliki rentang perhatian yang relatif pendek, serta (4) belajar melalui aktivitas bermain dan pengalaman langsung (5) anak-anak tidak menerima informasi penting tentang kesehatan, gizi, dan kebersihan. Selain anak, informan pendukung dalam penelitian ini adalah kepala sekolah dan guru kelas. Objek penelitian ini adalah proses pembelajaran pendidikan kesehatan pada anak.

Metode yang digunakan dalam pengumpulan data terdiri dari observasi, wawancara, dan dokumentasi (Rumina, 2024). Peneliti melakukan observasi partisipatif, dimana peneliti berinteraksi langsung dengan anak-anak di sekolah wawancara semi struktural dilakukan dengan kepala sekolah dan juga guru, wawancara mencakup pertanyaan terbuka yang dirancang untuk mendapatkan pandangan tentang pengalaman pendidikan kesehatan. Dokumentasi dalam penelitian ini dilakukan dengan mengumpulkan data sekunder yang mendukung proses pengembangan. Untuk menjamin keabsahan data, digunakan triangulasi teknik, dilakukan dengan membandingkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi yang bertujuan memastikan bahwa hasil penelitian dapat dipercaya dan mencerminkan realitas yang terjadi di lapangan. Analisis data dilakukan menggunakan model Miles dan Huberman, yang mencakup tiga tahapan utama, yaitu: (1) data reduction (reduksi data), yaitu proses memilah, memilih, dan menyederhanakan data yang relevan; (2) data display (penyajian data), yaitu menyusun data secara sistematis agar mudah dipahami; dan (3) conclusion drawing/verification (penarikan dan verifikasi kesimpulan). Proses analisis ini dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus-menerus hingga data mencapai titik kejenuhan (*data saturation*).

Tabel 1. Indikator Penerapan Perangkat Digital untuk Menumbuhkan Kesadaran Kesehatan Anak Usia Dini

Instrumen Observasi		
Aspek yang di amati	Indikator	Sub Indikator
Pendidikan Kesehatan (Munzirin et al., 2024).	Kebiasaan Sehat	Anak mampu mencuci tangan sebelum makan dan setelah makan.
		Anak melakukan kegiatan olahraga.
		Anak memahami pentingnya imunisasi sesuai jadwal
		Anak mengurangi makanan cepat saji dengan membawa bekal dari rumah
		Anak mampu menjaga kebersihan diri.
	Pencegahan Penyakit	Anak memahami pentingnya menjaga jarak, menutup mulut saat batuk atau bersin.
		Anak memahami tentang esehatan mulut dan gigi
		<i>Anak memahami pentingnya Skinning</i>
	Kesehatan Reproduksi	Anak mampu mengenal nama dan fungsi bagian tubuh yang privat
		Anak memahami tentang batasan privasi dan keamanan diri
		Anak memahami tentang kebersihan dan perawatan tubuh yang sehat
		Anak menggunakan perangkat digital untuk Pendidikan Kesehatan

Instrumen Observasi		
Aspek yang di amati	Indikator	Sub Indikator
Perangkat Digital (Anggeraini et al., 2019)	Penggunaan Media Digital secara Positif	Anak mampu memahami pendidikan kesehatan secara sederhana melalui penggunaan media digital
		Anak mampu memahami informasi kesehatan melalui video yang di tampilkan
		Anak mampu menerapkan informasi kesehatan yang di peroleh dari video yang di tampilkan dalam kehidupan sehari-hari

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan perangkat digital di RA Nurul Huda Bawu memberikan pengaruh positif terhadap pemahaman dan kesadaran kesehatan anak usia 5-6 tahun. Penggunaan media digital seperti video edukasi interaktif, laptop, dan proyektor terbukti mampu menciptakan proses pembelajaran yang lebih menarik, interaktif, dan mudah dipahami oleh anak. Pembelajaran kesehatan dilakukan dengan memanfaatkan berbagai perangkat digital seperti laptop, proyektor, dan video edukasi interaktif yang menampilkan materi mengenai perilaku hidup bersih dan sehat mencakup penerapan kebiasaan seperti mencuci tangan dengan benar, menjaga kebersihan diri, serta menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, perkembangan teknologi digital sebaiknya dimanfaatkan secara optimal untuk mendukung tumbuh kembang anak, dengan adanya bimbingan, arahan, dan pengawasan yang tepat dari lingkungan terdekat, khususnya guru dan orang tua (Salehudin, 2020). Teknologi digital ini dioprasikan dan dapat di gunakan siapa saja.

Berdasarkan hasil observasi di lapangan, penerapan perangkat digital dalam pendidikan kesehatan di RA Nurul Huda Bawu dilakukan melalui beberapa tahap pembelajaran. Pada tahap awal, guru memperkenalkan topik kesehatan kepada anak

melalui diskusi sederhana mengenai kebiasaan hidup sehat seperti mencuci tangan sebelum makan, menjaga kebersihan tubuh, dan pentingnya mengonsumsi makanan sehat. Selanjutnya, guru menampilkan video edukasi interaktif melalui perangkat digital seperti laptop atau proyektor yang berisi animasi mengenai kebiasaan hidup bersih dan sehat. Anak-anak terlihat sangat antusias ketika mengikuti pembelajaran menggunakan media digital. Video yang ditampilkan menampilkan karakter animasi yang menarik membuat anak lebih mudah dalam memahami materi kesehatan yang disampaikan. Setelah menonton video, guru mengajak anak untuk berdiskusi mengenai isi video tersebut serta menanyakan kembali pesan-pesan kesehatan yang mereka pahami.

Sebagian besar anak mampu menjawab pertanyaan guru dari isi video yang ditampilkan. Anak menyebutkan kembali langkah-langkah mencuci tangan yang benar serta menjelaskan pentingnya menjaga kebersihan tubuh. Anak-anak terdorong untuk mengajukan pertanyaan, mengeksplorasi jawaban, dan terlibat aktif dalam proses pembelajaran (Saepudin, 2025). Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan perangkat digital dapat membantu anak memahami informasi kesehatan dengan lebih mudah. Selain itu, guru juga mengajak anak untuk mempraktikkan langsung kebiasaan hidup sehat yang telah dipelajari melalui video. Misalnya setelah menonton video tentang mencuci tangan, anak diajak untuk mempraktikkan cara mencuci tangan yang benar menggunakan sabun di tempat cuci tangan yang tersedia di sekolah. Media visual yang menarik membuat anak lebih fokus dan antusias mengikuti kegiatan pembelajaran. yang menyatakan bahwa penggunaan video edukasi dalam pembelajaran kesehatan dapat meningkatkan pemahaman anak karena informasi disampaikan secara visual, menarik, dan mudah diinga (Kusumaningtyas et al., 2025). Anak tidak hanya mendengar penjelasan, tetapi juga melihat langsung contoh perilaku tersebut. Disini terjadi proses belajar yang bertahap, yaitu anak melihat (visual), kemudian memahami, lalu meniru, dan akhirnya mulai membiasakan perilaku tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Anak berada pada tahap perkembangan praoperasional yang cenderung memahami sesuatu secara konkret. Oleh karena itu, penyajian materi kesehatan dalam bentuk visual seperti animasi, gambar, dan video memberikan representasi nyata yang memudahkan anak dalam memahami konsep yang sebelumnya bersifat abstrak. Proses ini terjadi melalui tahapan melihat, memahami, meniru, dan kemudian membiasakan perilaku tersebut. Temuan penelitian menunjukkan bahwa

setelah memperoleh stimulus visual melalui video, anak mampu mengingat kembali informasi, menjelaskan ulang, serta mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat, seperti mencuci tangan dan menjaga kebersihan diri. Hal ini menunjukkan bahwa pengalaman visual memiliki peran penting dalam mentransformasikan pengetahuan menjadi perilaku nyata.

Selain itu, penggunaan media digital juga meningkatkan keterlibatan anak dalam proses pembelajaran. Anak terlihat lebih fokus, antusias, dan aktif ketika pembelajaran menggunakan video dibandingkan dengan metode konvensional. Kondisi ini memperkuat asumsi bahwa media audiovisual mampu menarik perhatian anak dan memperpanjang durasi konsentrasi mereka. Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Farina et al., (2024) yang menyatakan bahwa penggunaan media digital dalam pembelajaran PAUD dapat meningkatkan efektivitas belajar melalui penyajian materi yang lebih menarik dan interaktif. Penelitian lain oleh (Novitasari & Sa'adah (2025) juga menunjukkan bahwa video pembelajaran digital mampu meningkatkan pemahaman anak karena menggabungkan unsur visual dan audio secara bersamaan.

Anak juga mengikuti kegiatan olahraga seperti senam pagi yang dipandu melalui video gerakan senam. Guru menggunakan perangkat digital untuk memutar video gerakan senam yang menarik sehingga anak dapat mengikuti gerakan secara bersama-sama. Kegiatan ini membuat anak lebih antusias karena gerakan yang ditampilkan dalam video disertai dengan musik dan animasi yang menyenangkan. Kegiatan ini tidak hanya melatih kemampuan motorik anak tetapi juga membantu mereka memahami pentingnya aktivitas fisik untuk menjaga kesehatan tubuh. Anak mulai diperkenalkan pada konsep imunisasi melalui media digital berupa gambar dan video edukatif. Guru menjelaskan bahwa imunisasi merupakan cara untuk menjaga tubuh agar tidak mudah sakit. Penjelasan diberikan dengan bahasa sederhana sehingga anak dapat memahami konsep tersebut. Walaupun anak belum sepenuhnya memahami proses imunisasi secara mendalam, mereka mulai mengetahui bahwa imunisasi penting untuk menjaga kesehatan tubuh. Guru juga mengaitkan materi tersebut dengan pengalaman anak ketika pergi ke puskesmas atau dokter bersama orang tua. Dengan demikian, penggunaan perangkat digital membantu guru menyampaikan informasi kesehatan secara lebih menarik dan mudah dipahami oleh anak.

Sebagian anak mulai membawa bekal makanan sehat dari rumah setelah guru memberikan edukasi mengenai makanan sehat melalui video dan flipbook digital menu sehat. Dibandingkan dengan e-book, flipbook menawarkan kelebihan tersendiri yang menjadikannya layak dikembangkan sebagai media pembelajaran yang lebih atraktif dan variatif. (Erminawati & Gatot, 2023). Ketika kegiatan pembelajaran, guru menampilkan contoh makanan sehat seperti sayur, buah, dan makanan bergizi lainnya melalui media digital. Setelah kegiatan tersebut, anak mulai mampu membedakan makanan sehat dan makanan yang kurang baik bagi kesehatan. Beberapa anak bahkan menceritakan kepada guru tentang makanan yang mereka bawa dari rumah. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan media digital dapat membantu anak memahami konsep nutrisi secara sederhana

Anak terlihat mulai terbiasa menjaga kebersihan diri seperti membersihkan tangan, merapikan pakaian, serta membuang sampah pada tempatnya. Guru memberikan contoh melalui video edukatif yang menampilkan pentingnya menjaga kebersihan tubuh dan lingkungan. Setelah menonton video tersebut, anak terlihat lebih sadar untuk menjaga kebersihan diri. Guru juga memberikan penguatan melalui kegiatan rutin seperti mencuci tangan, membersihkan meja, serta merapikan alat bermain setelah digunakan. Pembiasaan ini menunjukkan bahwa media digital dapat menjadi sarana yang efektif untuk menanamkan perilaku hidup bersih pada anak sejak dini. Anak belajar melalui pengalaman visual dan praktik langsung, sehingga terjadi penguatan perilaku sehat secara berkelanjutan (Safitri et al., 2025).

Hasil wawancara dengan guru menunjukkan bahwa “penggunaan perangkat digital sangat membantu dalam proses pembelajaran pendidikan kesehatan. Guru menyampaikan bahwa anak lebih tertarik ketika materi disampaikan melalui video atau media digital dibandingkan dengan metode ceramah biasa. Selain itu, media digital juga memudahkan guru dalam menjelaskan konsep kesehatan yang sebelumnya sulit dipahami oleh anak. Guru juga menjelaskan bahwa setelah menonton video edukatif, anak lebih mudah mengingat dan mempraktikkan kebiasaan sehat dalam kegiatan sehari-hari di sekolah”.

Peneliti mengamati bahwa anak mulai memahami pentingnya menjaga kesehatan ketika sedang sakit. Guru menjelaskan melalui video edukatif bahwa saat batuk atau bersin sebaiknya menutup mulut menggunakan tangan atau tisu agar tidak menularkan penyakit kepada teman. Setelah mendapatkan penjelasan tersebut, beberapa anak terlihat menirukan perilaku menutup mulut ketika batuk atau bersin.

Hal ini menunjukkan bahwa anak mulai memahami cara sederhana dalam mencegah penyebaran penyakit. Pendidikan kesehatan seperti ini penting diberikan sejak usia dini agar anak memiliki kesadaran terhadap kesehatan diri dan orang lain. Kesehatan yang baik sangat berpengaruh terhadap aktivitas dan konsentrasi belajar anak. Anak yang memiliki kebiasaan hidup sehat cenderung lebih aktif dan mampu mengikuti kegiatan pembelajaran dengan baik. Anak yang memiliki kebiasaan hidup sehat cenderung lebih aktif dan mampu mengikuti kegiatan pembelajaran dengan baik.

Dalam kegiatan pembelajaran, guru memanfaatkan video animasi yang menjelaskan langkah-langkah menyikat gigi dengan benar. Anak terlihat antusias saat menonton video tersebut karena disertai dengan tampilan gambar yang menarik dan penjelasan yang mudah dimengerti. Setelah menonton video, guru mengajak anak mempraktikkan gerakan menyikat gigi menggunakan alat peraga. Kegiatan ini membantu anak mengetahui pentingnya perawatan gigi dan mulut guna mencegah terjadinya sakit gigi. Dengan demikian, penggunaan media digital dapat membantu anak memahami konsep kesehatan secara lebih konkret.

Peneliti juga mengamati mengenai kegiatan skrining kesehatan yang dilakukan secara berkala oleh pihak sekolah bekerja sama dengan tenaga kesehatan. Guru menjelaskan kepada anak bahwa pemeriksaan kesehatan bertujuan untuk mengetahui kondisi tubuh agar tetap sehat. Meskipun anak belum sepenuhnya memahami tentang skrining kesehatan, mereka mulai terbiasa mengikuti kegiatan pemeriksaan seperti penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan. Hal ini membantu anak mengenal pentingnya memantau kondisi kesehatan sejak dini. Berdasarkan hasil observasi, anak mulai diperkenalkan pada konsep kesehatan reproduksi sederhana melalui pembelajaran yang disesuaikan dengan usia anak. Guru mengenalkan bagian-bagian tubuh manusia serta menjelaskan bahwa terdapat bagian tubuh tertentu yang bersifat pribadi dan tidak boleh disentuh oleh orang lain tanpa izin. Penjelasan tersebut disampaikan melalui media gambar dan video edukatif sehingga anak lebih mudah memahami materi yang diberikan.

Anak terlihat mampu menyebutkan beberapa bagian tubuh serta mulai memahami pentingnya menjaga keamanan diri. Selain itu, guru juga memberikan pemahaman mengenai pentingnya menjaga kebersihan tubuh seperti mandi secara teratur, memakai pakaian bersih, serta menjaga kebersihan rambut dan kuku. Pembelajaran ini membantu anak mengenal tubuhnya sendiri sekaligus menanamkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan tubuh sejak dini.

Perangkat digital merupakan media berbasis teknologi informasi yang dapat membantu menyampaikan informasi secara efektif dan efisien sehingga proses pembelajaran menjadi lebih menarik dan mudah dipahami (Wityastuti et al., 2022). Pendidikan kesehatan reproduksi yang diberikan secara sederhana pada anak usia dini bertujuan untuk memberikan pemahaman awal mengenai tubuh anak serta membantu anak memahami batasan privasi dan keamanan diri. Dengan demikian, anak dapat lebih waspada terhadap berbagai hal yang dapat membahayakan dirinya.

Penggunaan perangkat digital ketika pembelajaran memberikan pengaruh yang positif terhadap pemahaman anak mengenai pendidikan kesehatan. Guru menggunakan perangkat digital seperti laptop dan proyektor untuk menampilkan video edukatif mengenai berbagai materi kesehatan, seperti mencuci tangan, makanan sehat, olahraga, dan menjaga kebersihan tubuh. Integrasi perangkat digital dalam pembelajaran pendidikan kesehatan dapat menjadi strategi yang efektif dalam menumbuhkan kesadaran kesehatan pada anak usia 5-6 tahun. Melalui media digital, materi kesehatan dapat disampaikan secara lebih menarik, interaktif, dan mudah dipahami oleh anak dibandingkan dengan metode pembelajaran konvensional. Pada umumnya, anak usia dini memiliki rasa ingin tahu yang tinggi terhadap hal baru, dan teknologi adalah sesuatu yang baru bagi anak. Oleh karena itu, guru dan orang tua perlu memanfaatkan teknologi secara optimal untuk meningkatkan minat belajar anak (Kurniasih, 2019). Dengan demikian, pembelajaran kesehatan yang didukung oleh perangkat digital tidak hanya meningkatkan pemahaman anak mengenai kesehatan, tetapi juga membantu membentuk kebiasaan hidup sehat sejak usia dini.

Namun, penerapan perangkat digital dalam pendidikan kesehatan anak juga menghadapi beberapa kendala. Kendala yang ditemukan adalah keterbatasan kemampuan guru dalam memanfaatkan perangkat digital secara optimal. Beberapa guru masih belum terbiasa menggunakan teknologi dalam pembelajaran sehingga pemanfaatannya belum maksimal. Selain itu, efektivitas penggunaan perangkat digital sangat bergantung pada kemampuan guru dalam mengelola pembelajaran. Jika tidak disertai dengan pendampingan, diskusi, dan praktik langsung, maka pembelajaran berpotensi menjadi pasif dan kurang bermakna. Literasi digital pendidik masih menjadi tantangan dalam penerapan teknologi dalam dunia pendidikan (Alfiyanto & Hidayati, 2022).

Kepala sekolah juga menyampaikan bahwa penerapan perangkat digital merupakan salah satu strategi pembelajaran yang efektif dalam pendidikan anak usia

dini, khususnya dalam menanamkan kesadaran kesehatan. Menurut kepala sekolah, pemanfaatan media digital dapat menghadirkan pengalaman belajar yang lebih bermakna dan menyenangkan bagi anak. Selain itu, perangkat digital juga dapat menampilkan gambar, suara, dan gerakan yang membantu anak memahami informasi secara lebih jelas. Anak terlihat lebih tertarik dan fokus ketika materi disampaikan melalui media digital karena adanya gambar, animasi, dan suara yang menarik perhatian mereka. Selain itu, anak juga mampu menjelaskan kembali secara sederhana tentang informasi kesehatan yang telah mereka lihat melalui video pembelajaran. Hal ini menunjukkan bahwa media digital dapat membantu anak menguasai materi pembelajaran dengan lebih efektif. Dengan demikian, penerapan perangkat digital dapat menjadi pembelajaran yang tepat dan sangat diperlukan untuk menanamkan kesadaran kesehatan pada anak usia dini. Integrasi pendidikan kesehatan dalam kurikulum PAUD dapat membantu menanamkan kebiasaan hidup sehat sejak dini pada anak (Molster et al., 2025).

Dalam konteks pendidikan kesehatan, media digital tidak hanya berfungsi sebagai alat penyampaian informasi, tetapi juga sebagai sarana pembentukan perilaku. Anak tidak hanya mengetahui pentingnya hidup sehat, tetapi juga mulai menunjukkan perubahan perilaku, seperti membawa bekal sehat, menjaga kebersihan, dan meniru kebiasaan hidup sehat yang ditampilkan dalam video. Hal ini menunjukkan bahwa media digital dapat berperan sebagai stimulus dalam membangun kesadaran kesehatan sejak dini. Temuan ini didukung oleh penelitian (Iskandar dan Indaryani (2024) yang menyatakan bahwa video edukasi efektif dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan anak prasekolah, serta penelitian Akmal et al., (2023) yang menunjukkan bahwa media audio-visual mampu meningkatkan pemahaman anak tentang perilaku hidup bersih dan sehat.

KESIMPULAN

Penerapan perangkat digital dalam pembelajaran pendidikan kesehatan di RA Nurul Huda Bawu memberikan dampak positif terhadap peningkatan pemahaman dan kesadaran kesehatan anak usia dini. Penggunaan media digital seperti video edukatif terbukti mampu meningkatkan kualitas penyampaian informasi secara konkret, menarik, dan mudah dipahami, sehingga membantu anak membangun pemahaman sekaligus mendorong terbentuknya perilaku hidup sehat. Keberhasilan ini terjadi melalui mekanisme pengalaman visual yang memungkinkan anak melalui tahapan melihat, memahami, meniru, hingga membiasakan perilaku sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Selain itu, pembelajaran berbasis digital juga meningkatkan keterlibatan, fokus, dan partisipasi aktif anak dalam proses belajar. Namun, tingkat keberhasilan penggunaan perangkat digital sangat dipengaruhi oleh kemampuan guru dalam mengelola pembelajaran secara interaktif dan bermakna. Tanpa pendampingan, diskusi, dan praktik langsung, penggunaan media digital berpotensi menjadi kurang optimal. Harapan ke depan, penelitian ini dapat menjadi landasan bagi pengembangan kurikulum PAUD yang lebih modern dan sesuai dengan tuntutan era digital. Selain itu, penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan pemahaman tenaga pendidik di PAUD akan perangkat digital, serta menciptakan generasi anak-anak yang lebih sadar akan pentingnya kesehatan melalui penggunaan teknologi yang tepat.

DAFTAR PUSTAKA

- Akmal, D., Rahmiyati, A. L., & SK, R. P. (2023). Promosi kesehatan menggunakan media audio visual terhadap peningkatan pengetahuan mencuci tangan. *Edu Masda Journal*.
<https://openjournal.masda.ac.id/index.php/edumasda/article/view/200>
- Alfiyanto, A., & Hidayati, F. (2022). Tenaga pendidik dan literasi digital: Tantangan pembelajaran di era industri 4.0. *Ikhtisar: Jurnal Pengetahuan Islam*, 2(1).
<https://doi.org/10.55062/ijpi.2022.v2i1.45>

- Ali, M., & Asrori, M. (2020). *Metodologi dan aplikasi riset pendidikan*. PT Bumi Aksara.
- Anggraini, N. (2021). Peranan orang tua dalam perkembangan bahasa anak usia dini. *Metafora: Jurnal Pembelajaran Bahasa dan Sastra*, 7(1), 43–54.
- Br. Nasution, A. K., Hakim, N., & Ayunita, S. (2023). Kurangnya fasilitas sekolah berpengaruh terhadap hasil belajar siswa TK Aulia. *Jurnal Sentra Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(1), 18–25. <https://doi.org/10.51544/sentra.v2i1.3577>
- Erminawati, Z. A. A., & Gatot, M. (2023). Pengembangan multimedia flipbook dalam meningkatkan literasi anak usia dini. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 12(1), 164–173.
- Farina, M. (2024). Efektivitas penggunaan media digital dalam pembelajaran anak usia dini di PAUD Idola Desa Amawang Kiri. *Al Ghazali: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam*, 4(1). https://jurnal.staialjamibjm.ac.id/index.php/AL_GHAZALI/article/view/205
- Hamidah, A. (2022). Jurnal web informatika teknologi (J-WIT). *Jurnal Web Informatika Teknologi*, 3(2), 141–149.
- Handayani, S. (2023). Selamatkan generasi bangsa dari bahaya stunting. *Journal of Midwifery Science and Women's Health*, 3(2), 87–92.
- Handayani, T. A., et al. (2023). Peningkatan kualitas kesehatan anak melalui edukasi cuci tangan. *Community Development Journal*, 4(4), 7948–7952.
- Iskandar, S., & Indaryani, I. (2025). The effectiveness of educational videos in improving knowledge in preschool children. *Jurnal Riset Media Keperawatan*. <https://www.ojs.stikessaptabakti.ac.id/jrmk/article/view/906>
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2020). *Panduan penguatan literasi digital dalam pembelajaran*. Kemdikbud RI.
- Kurniasih, E. (2019). Media digital pada anak usia dini. *Jurnal Kreatif: Jurnal Kependidikan Dasar*. <https://journal.unnes.ac.id/nju/kreatif/article/view/KR-11>
- Kusumaningtyas, D., et al. (2021). Sosialisasi video edukasi kesehatan anak. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 11.
- Kusumaningtyas, A. P. T., & Afifah, C. A. N. (2025). Penggunaan media video edukasi di aplikasi TikTok dan Instagram terhadap penguasaan pengetahuan dan sikap tentang stunting. *Medic Nutricia: Journal Ilmu Kesehatan*. <https://cibangsa.com/index.php/medicnutriciajournal/article/view/7303>

- Molster, C., Irvine, J., Devine, A., Wallace, R., Barblett, L., & Costello, L. (2025). Digital tools to promote or measure health literacy in children aged 3 – 5 years : scoping review. *Health Promotion International*, 40(4), 1–17. <https://doi.org/10.1093/heapro/daaf093>
- Novitasari, Y., & Sa'adah, N. (2025). Pengembangan video pembelajaran berbasis digital untuk meningkatkan kemampuan bahasa Inggris awal anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak*. <https://jurnal.pbs.fkip.unila.ac.id/index.php/JPA/article/view/1444>
- Oktaviana, H. D., & Rahmawati, A. (2023). Hubungan social media parenting dengan perilaku orang tua terhadap anak. *Jurnal Cendekia Keperawatan*, 13(1), 49–61.
- Rahayu, W. S., et al. (2024). Intervensi untuk mengurangi underweight. *Shihatuna: Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat*, 4(1), 25. <https://doi.org/10.30829/shihatuna.v4i1.19078>
- Restianty, A. (2020). Literasi digital sebagai tantangan baru. *Gunahumas*, 1(1), 72–87. <https://doi.org/10.17509/ghm.v1i1.28380>
- Rumina, R. (2024). Teknik pengumpulan data dalam penelitian pendidikan. *Islamic Learning Journal*, 2(1), 157–177.
- Saepudin, E., Damayani, N. A., & Rusmana, A. (2025). Pendidikan literasi kesehatan lingkungan bagi anak usia dini. *Innovative: Journal of Social Science Research*, 5, 4770–4785. <http://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/18975>
- Safitri, E., et al. (2025). Edukasi cuci tangan pada anak usia dini. *Jurnal Pengabdian*, 1(2), 214–223.
- Salehudin, M. (2020). Literasi digital media sosial YouTube pada anak usia dini.
- Sugiarto. (2023). Penanaman karakter positif pada anak usia dini.
- Wityastuti, E. Z., Masrofah, S., Haqqi, T. A. F., & Salsabila, U. H. (2022). Implementasi penggunaan media pembelajaran digital di masa pandemi COVID-19. *Jurnal Penelitian Inovatif*, 2(1), 39–46. <https://www.jurnal-id.com/index.php/jupin/article/view/39>
- Zulfa, N. A., Sari, N., Munastiwi, E., & Rohmah, L. (2025). *Aulad : Journal on Early Childhood Digitalisasi Dan Edupreneurship Pada Transformasi Paud Menuju Pendidikan Berdaya Saing Global*. 8(3), 1277–1285. <https://doi.org/10.31004/aulad.v8i3.943>