

ORIGINAL ARTICLE

PENYULUHAN GERAKAN CINTA TUBUH MELALUI POLA HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA SISWA SDN PERWIRA IV KOTA BEKASI

Dinda Nuriyah Syifah ^{a*}, Indah Anggun Mun Nia ^a, Dina Satifah ^a, Yuliyannah ^a,
Fara Diba Catur Putri ^a, Dian Anggraeni Maharbid ^a

^a Department of Primary School Teacher Education, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

* Corresponding Author: dnuriyah26@gmail.com



ARTICLE INFORMATION	ABSTRACT
<p>Article history Received (January 15th, 2025) Revised (January 18nd, 2025) Accepted (February 17th, 2025)</p> <p>Keywords PHBS; Brushing Teeth; Counseling</p>	<p><i>This outreach activity is in collaboration with one of the elementary school education agencies, namely SDN Perwira IV, Bekasi City. The object of counseling in this research is all class V students. The method used is an outreach method about Clean and Healthy Lifestyles in which there are several activities ranging from presentation of material to practice carried out by students. Based on the results of the activities carried out, students are able to know how to wash their hands properly and correctly, get used to consuming healthy and nutritious food, and how to brush their teeth properly and correctly. In conclusion, students already know and are able to implement a Clean and Healthy Lifestyle (PHBS) in the school environment.</i></p>

Jurnal Abdimas jatibara is a peer-reviewed journal published by Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yayasan RS Dr. Seotomo (STIKES YRSD Seotomo).

This journal is licensed under the [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International \(CC BY-SA 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

Website: <https://jurnal.stikes-yrsds.ac.id/index.php/JAJ>

E-mail: jurnalabdimas@stikes-yrsds.ac.id

PENDAHULUAN

Pendidikan memegang peranan esensial dalam mendorong peningkatan kapasitas intelektual masyarakat serta memperkuat pengembangan kualitas sumber daya manusia. Sebagai sarana strategis, pendidikan berperan dalam membentuk, mentransfer ilmu pengetahuan, dan mengasah pola pikir masyarakat secara sistematis dan berkelanjutan (1). Implementasi gaya hidup bersih dan sehat memiliki signifikansi tinggi bagi seluruh lapisan usia, mulai dari neonatus hingga individu lanjut usia. Semakin dini kebiasaan hidup sehat diinternalisasi, semakin besar pula kontribusinya terhadap optimalisasi kesejahteraan fisik melalui upaya pencegahan (2). Fondasi untuk mewujudkan kesejahteraan fisik dalam masyarakat melalui konsep Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dapat ditelusuri pada lingkungan institusi pendidikan. Hal ini dikarenakan institusi pendidikan berfungsi sebagai wadah utama untuk membentuk dan menginternalisasi kebiasaan hidup bersih dan sehat sejak tahap awal pembelajaran (3). Fase pembelajaran pada jenjang pendidikan dasar merupakan periode yang memiliki potensi strategis untuk menanamkan prinsip-prinsip Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Pada tahap ini, anak-anak dapat dibina menjadi individu yang berperan sebagai agen perubahan, terutama dalam menerapkan dan mempromosikan PHBS di lingkungan sekolah, keluarga, dan masyarakat. Upaya ini diharapkan mampu berkontribusi pada pengembangan kapasitas individu dengan kompetensi unggul di masa depan.

Fase perkembangan pada individu usia anak-anak, yang mencakup rentang usia 6 hingga 12 tahun, merupakan periode yang memiliki kerentanan tinggi terhadap beragam gangguan kesehatan. Pada tahap ini, proses pertumbuhan fisik berlangsung secara intensif, sehingga anak-anak lebih mudah terpapar oleh berbagai penyakit yang berpotensi memengaruhi kondisi kesehatan mereka (4). Berdasarkan Undang-Undang (UU) Nomor 17 Tahun 2023 Pasal 97 Ayat 1 Tentang Kesehatan bahwa Program kesehatan sekolah diimplementasikan guna meningkatkan kapasitas peserta didik, pendidik, dan tenaga kependidikan dalam mengadopsi pola hidup sehat. Inisiatif ini bertujuan untuk mewujudkan sumber daya manusia yang

berkualitas serta menciptakan lingkungan sekolah yang mendukung kesehatan secara menyeluruh (5). Penerapan kebiasaan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam komunitas pendidikan memerlukan proses pembelajaran yang efektif untuk memperluas pemahaman peserta didik terkait pola hidup sehat (6). Diperkirakan, distribusi informasi tersebut dapat merangsang terbentuknya perilaku yang mendukung pola hidup sehat, yang pada saatnya akan mengalami perubahan menjadi kebiasaan sehari-hari di dalam lingkungan pendidikan.

Merujuk pada data dari Organisasi Kesehatan Dunia yaitu WHO dan UNICEF yang menyatakan bahwa terdapat sekitar 2 milyar kasus diare dan 1,9 juta kematian pada anak balita akibat diare di seluruh dunia setiap tahunnya. Menurut informasi dari Laporan Kesehatan Indonesia 2020, penyakit yang disebabkan infeksi, terutama diare yang merupakan kontributor utama angka kematian dalam kategori anak usia 29 hari hingga 11 bulan. Hingga pada saat ini, diare tetap menjadi isu utama yang menyebabkan 14,5% dari total kematian. Dalam kategori anak balita 12 hingga 59 bulan, kematian yang disebabkan oleh diare mencapai 4,55% (7).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dapat diimplementasikan melalui pendekatan mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah melakukan kegiatan tertentu. Mencuci tangan sebagai salah satu tindakan fundamental dalam pencegahan dan pengendalian penularan infeksi yang merupakan langkah vital untuk dapat menghambat penyebaran penyakit (8). Sejak tahun 2009, WHO telah menerapkan tahapan membersihkan tangan menggunakan sabun yaitu sebagai berikut: Basahi tangan kanan dan kiri dengan air yang mengalir lalu oleskan sabun secukupnya, Gosokkan kedua telapak tangan dan punggung tangan, Usap sela-sela jari tangan, Gosok kedua telapak tangan dengan jari-jari yang rapat, Gosok ibu jari secara memutar dalam genggaman tangan kanan dan sebaliknya, Gosokkan kuku jari kanan ke telapak tangan kiri dan sebaliknya, Bilas dengan air dan keringkan tangan (9). Kebiasaan hidup sehat yang sederhana seperti mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir merupakan salah satu strategi untuk meningkatkan pemahaman komunitas mengenai perawatan kesehatan pribadi serta pentingnya penerapan pola hidup bersih dan sehat (10). Dengan demikian, mencuci tangan menjadi indikator kunci dari perilaku hidup bersih dan sehat yang perlu diterapkan di lingkungan pendidikan, khususnya untuk anak-anak (11). Selain itu, terdapat beberapa kegiatan lainnya seperti menggosok gigi, mengonsumsi makanan sehat dan bergizi serta menjaga lingkungan bersih dengan membuang sampah pada tempatnya.

METODE

Penelitian ini merupakan studi dengan pendekatan kualitatif yang dalam pelaksanaannya mengaplikasikan metode penyuluhan kepada siswa sekolah dasar untuk menyampaikan informasi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Program Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Bhayangkara Jakarta Raya dengan penyuluhan terkait kesehatan ini dilaksanakan pada hari Kamis, 07 November 2024. Kegiatan ini bermitra dengan SDN Perwira IV yang berlokasi di Jl. KH. Mughtar Tabrani, RT.002/RW.012, Perwira, Kec. Bekasi Utara, Kota Bks, Jawa Barat 17122. Teknik pengumpulan data menggunakan cara penyuluhan kepada siswa sekolah dasar dengan memberikan games/ quiz terkait materi yang sudah diberikan. Melalui kegiatan penyuluhan kepada siswa sekolah dasar ini tentunya tidak hanya memberikan sebuah edukasi, melainkan pembiasaan pola hidup bersih dan sehat yang dimulai dari usia dini.

Metode kegiatan

Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan, sejumlah kegiatan dilakukan dimulai dengan pengurusan perizinan kepada instansi sekolah yang menjadi objek penyuluhan. Selanjutnya, materi penyuluhan disusun dalam format PowerPoint yang akan dipresentasikan kepada peserta didik selama sesi penyuluhan. Selain itu, mahasiswa juga mempersiapkan berbagai kebutuhan pendukung lainnya, seperti konsumsi, banner, souvenir, dan perangkat laptop.

Tahap pelaksanaan

Pada kegiatan penyuluhan kesehatan yang dilaksanakan pada 7 November 2024, disampaikan materi dengan judul "Gerakan Cinta Tubuh Melalui Pola Hidup Bersih dan Sehat". Materi yang disajikan berkaitan dengan aspek kesehatan, seperti teknik mencuci tangan yang benar, cara memilih makanan sehat untuk dikonsumsi, dan langkah-langkah menggosok gigi dengan tepat. Peserta didik tidak hanya menerima materi secara teoritis, tetapi juga terlibat dalam kegiatan praktek yang relevan dengan topik yang disampaikan.

Tahap evaluasi

Peserta didik akan diberikan sejumlah pertanyaan melalui kuis singkat. Setiap peserta yang dapat memberikan jawaban yang tepat akan menerima penghargaan sebagai bentuk apresiasi terhadap keaktifan dan keberanian mereka. Selain itu, dilakukan pula sesi foto bersama antara peserta didik dan mahasiswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program KKN melalui kegiatan penyuluhan kesehatan dengan tema "Pola Hidup Bersih dan Sehat" sebagai gerakan cinta tubuh yang diadakan pada hari Kamis, 07 November 2024 di SDN Perwira IV Kota Bekasi. Kegiatan ini dibagi pada 3 sesi, yakni sesi I kelas 5a pada pukul 07.00 - 08.30 WIB, sesi II kelas 5b pada pukul 09.30 - 10.30, dan sesi III kelas 5c pada pukul 13.00 - 14.30 WIB. Kegiatan ini tentunya sudah dilakukan perizinan secara langsung kepada Kepala SDN Perwira IV yaitu Bapak Risun, S.Pd. dan dihadiri oleh Dosen Pembimbing Lapangan yaitu Ibu Fara Diba Catur Putri, S.KM., M.Pd. Kegiatan disusun melalui beberapa tahapan yang diselenggarakan secara sistematis mulai dari awal kegiatan, pelaksanaan kegiatan, dan penutupan kegiatan.



Gambar 1: Perizinan Kegiatan Penyuluhan PHBS

Awal Kegiatan

Kegiatan penyuluhan terkait Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) diawali dengan perkenalan masing-masing anggota kelompok 3 KKN Universitas Bhayangkara Jakarta Raya kepada peserta didik kelas 5. Adapun hal-hal yang perlu disiapkan dalam pemberian materi terkait Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yaitu laptop dan proyektor. Materi yang akan disampaikan berupa rangkuman yang ditampilkan melalui PowerPoint (PPT) bergambar agar mampu menarik perhatian peserta didik pada saat penyampaian materi. Penyampaian materi oleh Ibu Fara Diba Catur Putri, S.KM., M.Pd selaku Dosen Pembimbing Lapangan dan anggota mahasiswa KKN dengan metode belajar dan praktik langsung. Sebelum menjelaskan materi terkait Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), dilakukan Ice Breaking untuk membangun tingkat fokus peserta didik.

Pelaksanaan Kegiatan

Materi terkait Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), antara lain meliputi; (1) Pengertian Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), (2) Apa saja yang menjadi 5 bintang hidup sehat, (3) Makanan bergizi dan seimbang, (4) Berolahraga, (5) Istirahat yang cukup, (6) Mencuci tangan, (7) Mengurangi kebiasaan buruk.

Materi yang disampaikan tidak hanya materi yang bersifat teori, melainkan dilakukan praktik langsung oleh peserta didik.



Gambar 1. Penyampaian Materi Oleh Anggota KKN

Pola penerapan hidup bersih dan sehat merupakan manifestasi dari perilaku yang didasari oleh kesadaran sebagai hasil dari proses pembelajaran yang memungkinkan individu untuk merawat diri sendiri terkait masalah kesehatan serta berperan aktif dalam menciptakan masyarakat yang sehat di sekitarnya (12). Berbagai faktor yang memengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat meliputi kebiasaan di rumah, kondisi lingkungan sosial, peran sekolah, kurangnya contoh teladan atau demonstrasi dari guru, serta faktor dari diri anak itu sendiri (13). Tujuan utama dari penerapan pola hidup bersih dan sehat adalah untuk meningkatkan kesehatan melalui proses penyadaran warga secara bertahap dalam memahami prinsip hidup bersih, yang menggambarkan posisi individu dalam menjaga perilaku hidup bersih dan sehat setiap hari (14). Terdapat beberapa indikator yang dijadikan sebagai bahan penyampaian materi dan praktik kepada peserta didik kelas 5 di SDN Perwira IV Kota Bekasi tentang Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), diantaranya:

1. Mencuci tangan menggunakan sabun

Mencuci tangan dengan sabun adalah salah satu bentuk tindakan kebersihan, yang dilakukan dengan membas tangan dan jari-jari menggunakan air dan sabun untuk menghilangkan kotoran serta mencegah penyebaran kuman (15). Signifikansi mengembangkan kebiasaan mencuci tangan dengan sabun dengan cara yang tepat dan efektif juga didukung oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). Dukungan ini dapat dilihat dari perayaan Hari Global Mencuci Tangan dengan Sabun yang diperingati setiap 15 Oktober (9). Mencuci tangan merupakan hal yang paling mendasar dalam penerapan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) karena tangan sebagai indera peraba yang paling mudah untuk menularkan berbagai penyakit. Penularan penyakit bisa melalui berbagai kegiatan yang dilakukan, berjabat tangan dengan orang lain, dan lain sebagainya. Maka dari itu, untuk menghindari berbagai penularan penyakit bisa dilakukan dengan mencuci tangan pakai sabun. Kemenkes menetapkan 6 langkah dalam mencuci tangan yang baik dan benar dalam waktu 60 detik dengan air mengalir, diantaranya: (16): Gosok sabun pada kedua telapak tangan dengan arah memutar, Gosok kedua punggung tangan secara bergantian, Gosok sela-sela jari hingga bersih, Bersihkan ujung jari dengan posisi saling mengunci, Gosok dan putar kedua ibu jari secara bergantian, dan Gosok telapak tangan menggunakan ujung jari dan bilas hingga bersih.

Waktu yang tepat untuk mencuci tangan mencakup berbagai situasi, antara lain: sebelum dan setelah makan, setelah menggunakan fasilitas toilet (baik untuk buang air besar maupun kecil), setelah bersin atau batuk, setelah kontak dengan hewan, setelah membuang sampah,

serta setelah menyentuh objek-objek di tempat umum seperti uang, gagang pintu, pegangan bus, alat absensi sidik jari, pegangan jembatan, tombol lift, dan lain-lain.



Gambar 2. Praktik Mencuci Tangan Pakai Sabun

2. Mengonsumsi makanan sehat dan bergizi

Mengonsumsi makanan bergizi adalah aspek yang krusial, khususnya untuk siswa sekolah, karena mereka sedang dalam fase pertumbuhan serta perkembangan. Misalnya, makanan bergizi meliputi sayuran, buah-buahan, protein hewani seperti daging dan telur, serta lainnya (17). Dalam upaya mendukung kebiasaan PHBS, lembaga pendidikan harus menyediakan fasilitas kantin yang memenuhi standar kebersihan dan kesehatan. Selain itu, sebagai bagian dari komunitas sekolah khususnya siswa diharapkan untuk lebih selektif dalam memilih camilan yang bergizi (10). Pendidikan memegang peranan krusial dalam membiasakan peserta didik untuk mengonsumsi makanan sehat sebagai bagian dari implementasi Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Melalui pengenalan terhadap makanan bernutrisi, peserta didik dapat dibiasakan untuk mengonsumsi hidangan sehat secara teratur. Pendidik dapat memanfaatkan media konkret, seperti sayur, buah, dan bahan bergizi lainnya, untuk memperkenalkan konsep tersebut. Selain itu, pendidik juga dapat menjelaskan mengenai kandungan nutrisi, seperti vitamin, beserta manfaatnya bagi tubuh dan kecerdasan. Tujuan dari upaya ini adalah agar peserta didik memahami pentingnya mengonsumsi hidangan bernutrisi dan tidak membawa camilan yang tidak sehat dari rumah (18).



Gambar 3. Pembiasaan Konsumsi Makanan Sehat

3. Menggosok gigi

Faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya gangguan pada gigi dan rongga mulut di masyarakat berkaitan dengan aspek perilaku dan sikap yang mengabaikan kebersihan gigi serta rongga mulut (19). Unsur-unsur yang memengaruhi kesehatan rongga mulut dan gigi mencakup usia, kebiasaan makan, produksi air liur, serta kebiasaan hidup sehat dan bersih. Hal ini dipengaruhi oleh kurangnya pemahaman dan perilaku mengenai pentingnya perawatan gigi dan mulut, di mana pada anak-anak usia sekolah dasar, tingkat pengetahuan dan kebiasaan menggosok gigi masih tergolong rendah (20). Metode menyikat gigi yang tepat merupakan salah satu kebiasaan yang dapat memengaruhi kesehatan rongga mulut dan gigi. Selain teknik menyikat, durasi pergantian sikat gigi juga perlu diperhatikan, karena setelah penggunaan selama tiga bulan, sikat gigi akan kehilangan efektivitasnya dalam menghilangkan plak gigi (21). Dalam sektor pendidikan, metode 5days gosgi adalah pendekatan yang dirancang untuk

membangun keterampilan mandiri dalam menyikat gigi setiap hari di lingkungan sekolah. Ini berbeda dari cara yang umumnya diterapkan oleh profesional kesehatan gigi, seperti penyuluhan tentang kesehatan gigi dan menyikat gigi Bersama (22). Keunggulan pendekatan ini terletak pada kemampuannya untuk membentuk kemandirian dalam kebiasaan menyikat gigi di lingkungan sekolah dalam jangka waktu yang relatif singkat (5 hari). Penerapan rutin menyikat gigi setiap hari di sekolah secara signifikan dapat meningkatkan keterampilan menyikat gigi serta kondisi kebersihan gigi pada anak-anak usia prasekolah (23).



Gambar 4. Penyampaian Materi dan Praktik Cara Menggosok Gigi

4. Penutup Kegiatan

Sebagai penutup kegiatan setelah pemaparan materi dan praktik oleh peserta didik, maka selanjutnya diadakan beberapa pertanyaan terkait materi yang sudah dijelaskan. Hal ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana tingkat pemahaman peserta didik terhadap materi Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Kami memberikan sabun cuci tangan dan minuman susu untuk meraka agar lebih mudah belajar dan mengingat bagaimana cuci tangan yang benar dan konsumsi makanan atau minuman yang sehat. Setelah kegiatan selesai, kami menutup penyuluhan dan edukasi PHBS dengan foto bersama para siswa siswi di halaman depan.



Gambar 5. Sesi Foto Bersama Mahasiswa KKN & Peserta Didik

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penyuluhan bertema kesehatan yaitu tentang Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) mendapatkan respon yang positif dari peserta didik di SDN Perwira IV Kota Bekasi kelas 5. Terlihat peserta didik memberikan antusias yang tinggi dan mampu bekerja sama selama kegiatan berlangsung. Adapun kegiatan yang telah dilakukan oleh peserta didik, diantaranya: Materi tentang pola hidup bersih dan sehat (PHBS), Praktik cara mencuci tangan dengan benar menggunakan 6 langkah dalam 60 detik, Kegiatan makan bersama dengan makanan yang sehat dan bergizi, Pembagian susu gratis kepada peserta didik sebagai bentuk mengonsumsi minuman sehat, dan Praktik cara menggosok gigi dengan baik dan benar.

Tentu saja, kegiatan yang berlangsung ini akan memberikan dampak baik kepada peserta didik agar mampu membiasakan diri untuk menerapkan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Pentingnya menerapkan PHBS ini adalah bentuk perlindungan diri sendiri dari kuman maupun penyakit menular. Sejak usia dini, masing-masing individu sudah seharusnya dibiasakan untuk penerapan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

Saran

Dilihat dari hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti memberikan saran kepada peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian lebih lanjut terkait Pola Hidup Bersih dan Sehat, namun perlu melibatkan antara pihak sekolah dengan orangtua saat kegiatan berlangsung. Alasannya, karena untuk membangun pembiasaan peserta didik terhadap Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) bukan hanya diberikan saat anak di sekolah saja, melainkan di rumah juga perlu diperhatikan bagaimana Pola Hidup si anak tersebut. Dengan melibatkan kedua pihak ini, maka PHBS yang akan diterapkan oleh anak akan seimbang.

DAFTAR PUSTAKA

1. Amini, Nurkhairiwa F, Maulana I, Satriawan I, Sinaga IF, Pandiangan W. Pengaruh Ilmu Sosial terhadap Mutu Pendidikan Siswa. *Journal on Education*. 2023;5:9197–205.
2. Taufik IN. Implementasi Program Kuliah Kerja Nyata Tematik Kebangsaan di Dusun Hanjuang Beureum. *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* [Internet]. 2024;5(1):880–93. Available from: <https://doi.org/10.31949/jb.v5i1.7416>
3. Nasution AS. Edukasi PHBS di Tatanan Rumah Tangga Untuk Meningkatkan Perilaku Sehat. *Jurnal Abdidas*. 2020;1(2):28–32.
4. Sabani F. Perkembangan Anak-anak Selama Masa Sekolah Dasar (6-7 Tahun). *Didaktika: Jurnal Kependidikan* [Internet]. 2019 May;8(2):89–100. Available from: <https://jurnaldidaktika.org>
5. Indonesia P. Undang-undang (UU) Nomor 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan [Internet]. 17 Jakarta: LN 2023 (105), TLN (6887); 2023 p. 48. Available from: <https://peraturan.bpk.go.id/Details/258028/uu-no-17-tahun-2023>
6. Purwana NK, Nurhidayah S, Luqyana TA, Rustini T. Cendikia Pendidikan Penerapan Perilaku Pola Hidup Bersih Dan Sehat Sebagai Upaya Peningkatan Minat Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Sindoro: Cendikia Pendidikan*. 2024;4(9):48–58.
7. Kemenkes. Rencana Aksi Program Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit Tahun 2020-2024. 2020;5.
8. Hasanah U, Mahardika DR. Edukasi Prilaku Cuci Tangan Pakai Sabun Pada Anak Usia Dini Untuk Pencegahan Transmisi Penyakit. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ* [Internet]. 2020 Oct; Available from: <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>
9. Akhyar AA, Nafisatusyifa, Chandrika GL, Suwriyo, Wisnugroho D. Penyuluhan Terkait Pentingnya Menjaga Pola Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Pada Anak Usia Dini Di Lingkungan Saung Jingga Pamulang. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LP UMJ* [Internet]. 2022 Oct 26; Available from: <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>
10. Prayogo DI, Widyasari A, Azizah N, Fauziah M. Penyuluhan Kesehatan Tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Dan Cara Cuci Tangan Pakai Sabun. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LP UMJ* [Internet]. 2022 Oct; Available from: <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>
11. Safitri AD. Kondisi Sanitasi Lingkungan dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah Dasar. *Higeia Journal Of Public Health Research And Development* [Internet]. 2020 Oct;392–403. Available from: <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/higeia>
12. Wati PDCA, Ridlo IA. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Masyarakat di Kelurahan Rangkah Kota Surabaya. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*. 2020 May 6;8(1):47.
13. Julianti R, Nasirun M, Wembrayarli. Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Ilmiah Potensia* [Internet]. 2018;3(2):11–7. Available from: www.dinkes.go.id
14. Anhusadar L, Islamiyah I. Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Anak Usia Dini di Tengah Pandemi Covid 19. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*. 2021 Jul 9;5(1):463.
15. Elvira F, Panadia ZF, Veronica S, Herdiansyah D. Penyuluhan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) dan Pemberian Vitamin untuk Anak-Anak. *Seminar Nasional Pengabdian*

- Masyarakat LPPM UMJ [Internet]. 2021 Oct 28; Available from: <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>
16. Farmalkes S. Kemenkes Ditjen Farmalkes. 2022. 6 Langkah Mencuci Tangan.
 17. Wulandari Y, Apriyanti L, Meiyansari M, Nurhasanah, Putri YF. Parenting Kesehatan Diri dan Lingkungan: Pentingnya Gizi Bagi Perkembangan Anak. *harasumba: Jurnal Multidisipliner*. 2022;2:70-7.
 18. Jatmiko TE, Nuraini K, Winarti DR, Adwitiya AB. Peran Guru dan Orang Tua dalam Pembiasaan Makan Makanan Sehat pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*. 2023;7(2):1279-94.
 19. Tambunan NJ. Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Cara Menyikat Gigi Terhadap Kebersihan Gigi Dan Mulut Pada Siswa/Siswi Kelas Iv & V Sd Negeri No. 173547 Tambunan Kecamatan Balige Kabupaten Toba Samosir. 2019;
 20. Dewi TK, Nurramdhani FS. Hubungan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Dengan Pengetahuan Dan Perilaku Menggosok Gigi. *Jurnal Ilmu Kesehatan*. 2021 Feb;4(2):50-4.
 21. Sumadewi KT, Harkitasari S. Edukasi Kesehatan Gigi dan Mulut serta Cara Menggosok Gigi pada Anak Sekolah Dasar di Banjar Bukian, Desa Pelaga. *Journal WMMJ Warmadewa Minesterium Medical Journal*. 2021 Jan;2:1-7.
 22. Tedi P, Ngatemi, Kasihani NN, Rr P, Nurbayani S. Model 5days Gosgi Sebagai Upaya Pembentukan Kemandirian Menggosok Gigi Anak Usia Dini Di Sekolah. *Quality : Jurnal Kesehatan*. 2020 May 27;14(1):19-24.
 23. Purnama T, Rasipin, Santoso B. Pengaruh Pelatihan Tedi's Behavior Change Model pada Guru dan Orang Tua terhadap Keterampilan Menggosok Gigi Anak Prasekolah. *Quality : Jurnal Kesehatan*. 2019 Nov 4;13(2):75-81.