

BUDAYA HIDUP SEHAT MELALUI PENERAPAN MAKAN MAKANAN BERGIZI YANG SEHAT DAN BERSIH SERTA DENGAN MENJAGA LINGKUNGAN SEKOLAH DI SDN 23 PASIR SEBELAH KOTO TANGAH

Suharni^{1*}, Febianne², Rosmaini³, Muhammad Rizki Saputra⁴

¹ Fakultas kedokteran, universitas Baiturrahmah padang, ² Fakultas kedokteran, universitas Baiturrahmah Padang

email: suharni@fkunbrah.ac.id, febianneeldrian@fk.unbrah.ac.id, rosmaini@fk.unbrah.ac.id, muhammadrizki_saputra@fk.unbrah.ac.d

ABSTRAK

Kesehatan siswa sekolah dasar merupakan aspek penting dalam mendukung tumbuh kembang anak secara optimal. Salah satu cara untuk mencapainya adalah dengan menerapkan budaya hidup sehat yang mencakup pola makan bergizi, kebersihan diri, dan menjaga kebersihan lingkungan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di SDN 23 Pasir Sebelah, Koto Tangah, Padang, dengan tujuan memberikan edukasi kepada siswa mengenai pentingnya budaya hidup sehat. Metode yang digunakan adalah penyuluhan interaktif dengan memanfaatkan media visual seperti proyektor, kuis edukatif, dan diskusi kelompok. Kegiatan ini melibatkan partisipasi aktif siswa, guru, dan orang tua dalam menciptakan lingkungan sekolah yang mendukung kesehatan. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa siswa memiliki peningkatan pemahaman tentang pentingnya makanan bergizi serta kesadaran akan perilaku hidup bersih. Guru dan orang tua juga terlibat dalam mendukung siswa untuk menerapkan kebiasaan baik tersebut di rumah maupun di sekolah. Selain itu, lingkungan sekolah menjadi lebih bersih dan sehat berkat upaya bersama seluruh warga sekolah dalam menjaga kebersihan. Program ini memberikan manfaat tidak hanya bagi siswa sebagai penerima langsung, tetapi juga bagi institusi sekolah dalam menciptakan budaya yang positif dan sehat. Kesimpulan dari kegiatan ini menunjukkan bahwa penyuluhan tentang budaya hidup sehat efektif dalam meningkatkan kesadaran siswa dan masyarakat sekolah. Oleh karena itu, diharapkan kegiatan serupa dapat dilaksanakan secara berkesinambungan untuk mendukung pembentukan generasi muda yang sehat dan peduli terhadap lingkungan. Program ini juga dapat dijadikan model bagi sekolah lain dalam meningkatkan kesadaran dan penerapan budaya hidup sehat.

Kata Kunci : Budaya Hidup Sehat, Kebersihan Lingkungan, Pola Makan Bergizi

ABSTRACT

The health of elementary school students is a crucial aspect in supporting optimal child development. One way to achieve this is by implementing a healthy lifestyle culture that includes nutritious eating habits, personal hygiene, and maintaining environmental cleanliness. This community service activity was conducted at SDN 23 Pasir Sebelah, Koto Tangah, Padang, with the aim of educating students on the importance of a healthy lifestyle culture. The method used was interactive counseling utilizing visual media such as projectors, educational quizzes, and group discussions. This activity involved the active participation of students, teachers, and parents in creating a school environment that supports health. The results of the activity showed an increased understanding among students about the importance of nutritious food and awareness of clean living behaviors. Teachers and parents also played a role in encouraging students to adopt these positive habits both at home and at school. Moreover, the school environment became cleaner and healthier through collective efforts by all

school members to maintain cleanliness. This program provided benefits not only for students as direct recipients but also for the school institution in fostering a positive and healthy culture. The conclusion of this activity indicates that counseling on healthy lifestyle culture is effective in raising awareness among students and the school community. Therefore, it is hoped that similar activities can be carried out sustainably to support the development of a healthy and environmentally conscious young generation. This program can also serve as a model for other schools to enhance awareness and implementation of a healthy lifestyle culture.

Keywords : Healthy Lifestyle Culture, Environmental Cleanliness, Nutritious Eating Habits

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah sekumpulan tindakan yang dilakukan secara sadar sebagai hasil dari pembelajaran, yang bertujuan untuk menciptakan kemampuan individu, keluarga, atau masyarakat untuk mandiri dalam menjaga kesehatan. PHBS juga berperan penting dalam mewujudkan kesehatan masyarakat secara luas. Berbagai aspek seperti kebersihan diri, pola makan sehat, olahraga teratur, dan kebersihan lingkungan menjadi bagian integral dari PHBS, yang semuanya saling mendukung dalam menciptakan lingkungan yang sehat dan berkualitas. Dalam rangka mendukung penerapan PHBS, promosi kesehatan menjadi upaya strategis untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat. Promosi kesehatan ini bertujuan untuk menambah pengetahuan dan pemahaman masyarakat melalui wawasan mengenai budaya hidup sehat, seperti pola makan bergizi dan menjaga kebersihan lingkungan. Selain itu, promosi kesehatan juga bertujuan untuk mencegah pola hidup buruk yang dapat menimbulkan berbagai penyakit, terutama pada anak-anak, seperti akibat kurangnya kebersihan dan konsumsi makanan tidak sehat.

Manfaat promosi kesehatan meliputi berbagai aspek, baik dalam lingkup ilmu pengetahuan, institusi, maupun individu. Bagi ilmu pengetahuan, promosi ini memberikan informasi dan wawasan baru yang mendukung pengembangan pengetahuan tentang budaya hidup sehat dan bersih. Sementara itu, bagi institusi, promosi kesehatan memberikan manfaat berupa informasi yang bermanfaat bagi

lembaga pendidikan seperti SD Negeri 23 Pasir Sebelah, Koto Tangah, Padang, dalam meningkatkan kesadaran siswa akan pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah. Selain itu, bagi mahasiswa, kegiatan ini memberikan manfaat berupa tambahan pemahaman sekaligus menjadi sarana pembelajaran tentang penerapan budaya hidup sehat di masyarakat, khususnya di lingkungan pendidikan dasar. Dengan demikian, promosi kesehatan tidak hanya menjadi alat untuk meningkatkan kesadaran, tetapi juga sarana yang bermanfaat untuk mendukung penerapan perilaku hidup bersih dan sehat di berbagai lapisan masyarakat.

TARGET DAN LUARAN

Promosi kesehatan ini ditargetkan pada siswa SD Negeri 23 Pasir Sebelah, Koto Tangah, Padang, dengan luaran yang diharapkan mencakup beberapa aspek penting. Salah satunya adalah peningkatan kesadaran siswa terhadap pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan, sehingga mereka memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai perilaku hidup bersih. Selain itu, kegiatan ini bertujuan untuk mengembangkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari siswa, yang diharapkan menjadi kebiasaan yang terintegrasi dalam rutinitas mereka. Tidak hanya itu, promosi kesehatan juga berupaya memperkuat wawasan masyarakat sekolah, termasuk guru dan orang tua, agar mereka dapat berperan aktif dalam menciptakan lingkungan sekolah yang sehat, bersih, dan kondusif untuk mendukung tumbuh kembang siswa secara optimal.

METODELOGI PELAKSANAAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat di Pesantren Nurul Falah dilakukan dengan pendekatan penyuluhan yang melibatkan penggunaan alat bantu visual, interaksi aktif, serta evaluasi hasil untuk memastikan pemahaman para peserta. Tahapan pelaksanaan kegiatan ini adalah sebagai berikut:

1. Survey Lokasi

Peneliti melakukan survei awal ke lokasi Pesantren Nurul Falah yang beralamat di Jl. Dadok Tunggul Hitam, Kecamatan Koto Tangah, Padang. Tujuan survei adalah untuk memahami kondisi pesantren, sarana yang tersedia, serta kesiapan lokasi untuk pelaksanaan kegiatan penyuluhan.

2. Pengumpulan Informasi

Peneliti mencari informasi terkait tingkat pemahaman dan kebutuhan santri mengenai kesehatan reproduksi remaja. Informasi ini digunakan untuk menyusun materi penyuluhan yang relevan dan sesuai dengan kebutuhan peserta.

3. Seleksi Duta Kesehatan Remaja

Peneliti melakukan seleksi terhadap beberapa santri yang menunjukkan potensi untuk menjadi duta kesehatan remaja. Para duta ini diharapkan dapat menjadi agen perubahan yang membantu menyebarkan informasi dan praktik baik terkait kesehatan reproduksi di lingkungan pesantren.

4. Pelaksanaan Penyuluhan

Penyuluhan kesehatan reproduksi remaja dilakukan dengan menggunakan:

- Proyektor: Untuk menampilkan materi penyuluhan dalam bentuk visual seperti slide presentasi dan video.
- Diskusi Interaktif: Sesi tanya jawab antara peneliti dan peserta untuk memperjelas materi dan menjawab pertanyaan.
- Kuis: Sebagai alat evaluasi yang menarik untuk mengukur pemahaman peserta terhadap materi yang telah disampaikan.

5. Evaluasi Kegiatan

Setelah penyuluhan, dilakukan evaluasi

untuk menilai efektivitas kegiatan.

Evaluasi mencakup:

- Penilaian pemahaman peserta melalui kuis atau pertanyaan langsung.
- Tinjauan terhadap keterlibatan peserta selama sesi diskusi.
- Feedback dari peserta mengenai materi dan cara penyampaian.

Kegiatan ini dilakukan pada hari Sabtu, 25 November 2023, mulai pukul 09.00 hingga selesai, dengan sasaran utama para santri dan santriwati Pesantren Nurul Falah. Metode pelaksanaan ini diharapkan mampu memberikan pemahaman yang mendalam dan mendorong perubahan perilaku positif terkait kesehatan reproduksi di kalangan remaja.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru dan masyarakat di lingkungan Sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatan, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat (Kemenkes, 2014). Penerapan PHBS di lingkungan sekolah merupakan salah satu upaya strategis untuk menggerakkan dan memberdayakan para guru dan siswa untuk hidup bersih dan sehat. Anak usia sekolah merupakan kelompok usia yang kritis karena pada usia tersebut seorang anak rentan terhadap masalah kesehatan. Masalah kesehatan anak usia sekolah juga rentan pada kondisi yang sangat peka terhadap stimulus sehingga mudah dibimbing, diarahkan, dan ditanamkan kebiasaan-kebiasaan yang baik termasuk kebiasaan berperilaku hidup bersih dan sehat. Munculnya berbagai penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah (usia 6-12) umumnya berkaitan dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

Salah satu indikator dari PHBS adalah mencuci tangan pakai sabun. Mencuci tangan pakai sabun adalah tindakan

membersihkan tangan dengan air bersih mengalir dan memakai sabun untuk membersihkan kotoran/membunuh kuman serta mencegah penularan penyakit. Jika tangan kotor maka tubuh sangat berisiko terhadap masuknya mikroorganisme yang menempel di tangan. Cuci tangan dengan sabun dapat membunuh bakteri.

Tatanan sekolah merupakan salah satu ruang lingkup promosi kesehatan yang sangat efektif, karena anak sekolah merupakan sasaran yang mudah dijangkau sebab terorganisasi dengan baik serta merupakan kelompok umur yang peka dan mudah untuk dibimbing, diarahkan, dan ditanamkan kebiasaan-kebiasaan baik. Kebiasaan cuci tangan sebelum makan, memakai air dan sabun mempunyai peranan penting dalam kaitannya dengan pencegahan infeksi kecacingan, karena dengan mencuci tangan dengan air dan sabun lebih efektif menghilangkan kotoran dan debu secara mekanis dari permukaan kulit dan mengurangi jumlah mikroorganisme penyebab penyakit seperti virus, bakteri dan parasit seperti telur cacing yang menempel pada permukaan kulit, kuku dan jari-jari kedua tangan.

Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat dapat dimulai dengan menerapkan kebiasaan memelihara kebersihan sejak dini. Hal ini sangat bermanfaat untuk selalu dilakukan agar kesehatan tubuh tetap terjaga. Akan tetapi upaya dalam mewujudkan kondisi yang sehat baik lingkungan maupun individu, diperlukan langkah-langkah yang kongkrit untuk mencapainya. Penanaman perilaku hidup bersih dan sehat melalui sekolah merupakan langkah yang sangat strategis. Hal ini dikarenakan anak sekolah merupakan generasi penerus bangsa yang perlu dijaga, ditingkatkan dan dilindungi kesehatannya. Selain itu, anak usia sekolah merupakan anak di usia

muda, yaitu usia yang berada dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan sehingga masih peka terhadap penanaman perilaku hidup bersih dan sehat melalui pendidikan. Siswa-siswi sekolah merupakan awal dari masa depan bangsa. Dalam tujuan pembangunan nasional, siswa-siswi sekolah merupakan harapan untuk meningkatkan sumber daya manusia yang lebih baik agar dapat memajukan bangsa dan sekolah sebagai tempat belajar yang ideal mewujudkan cita-cita tersebut. Mengingat akan pentingnya siswa-siswi sekolah sebagai awal dari masa depan bangsa yang lebih baik, maka perlu ditanamkannya sikap dan perilaku yang baik pada mereka. Peran orang tua, lingkungan, dan guru sangat berpengaruh dalam membentuk perilaku siswa-siswi, apalagi pada masa usia anak-anak hingga remaja, dengan cara mengawasi, membina serta mengembangkan berbagai potensi yang dimiliki siswa-siswi, sehingga bisa tercapai keadaan yang harmonis antara guru dan siswa, dengan keadaan seperti ini siswa akan terasa lebih semangat untuk terus tumbuh dan belajar secara optimal. Indikator PHBS digunakan sebagai acuan dalam menilai pencapaian dari perilaku yang diharapkan. Indikator PHBS pada program promosi kesehatan di sekolah sebagai berikut: Mencuci tangan dengan air mengalir yang bersih dan menggunakan sabun, mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur dan terukur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan, dan membuang sampah pada tempatnya.

Kebutuhan manusia terhadap gizi penting menjadi perhatian. Pada masa generasi alfa ini kandungan zat yang dibutuhkan oleh tubuh dalam setiap makanan tidak lagi lengkap. Hal ini disebabkan pada masa generasi alfa ini lebih mementingkan rasa, bentuk, warna dibandingkan kandungan atau keaslian makanan. Jenis makanan olahan dan cepat saji sangat disukai dan populer (Pamela, 2018). Gizi yang seimbang itu harus memiliki kemurnian dan kandungan yang sesuai dengan kebutuhan tubuh. Pada makanan yang mengandung gizi seimbang terkandung karbohidrat, protein, lipid, vitamin, mineral, dan metabolit sekunder. Zat ini dibutuhkan dalam sistem metabolisme tubuh.

Kekurangan zat ini dapat mengakibatkan terganggunya fungsi organ. Individu sangat disarankan konsumsi buah dan sayuran setiap hari. Sayuran dan buah kaya akan vitamin dan mineral yang mengatur pertumbuhan dan pemeliharaan tubuh serta serat yang tinggi (DepKes RI, 2014). Serat banyak terdapat pada tumbuhan. Serat membantu usus dalam bekerja mencerna makanan namun serat tidak dicerna dan dikeluarkan bersama dengan feses. Menurut hasil dari pengabdian yang dilakukan Salim, 2022 terhadap remaja ditemukan bahwa pengetahuan tidak mempengaruhi sikap dan tindakan remaja dalam memilih menu makanan sehingga Salim menyarankan agar edukasi terhadap gizi seimbang harus dilakukan berulang kali agar menjadi suatu hal yang dapat dikerjakan akibat dari seringnya mendapatkan informasi (Salim, 2022). Makanan berkualitas dan gizi adalah landasan kesehatan anak dan manfaatnya dapat dirasakan seumur hidup. Pentingnya kebutuhan gizi pada anak berpengaruh pada kebutuhan gizi yang akan digunakan secara efisien, untuk pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan pergerakan aktivitas (Almatsier, 2009). Usia dini

pada anak merupakan masa Golden Age. Pada masa ini merupakan masa pertumbuhan cepat baik fisik maupun non fisik diluar kandungan. Golden Age atau usia emas adalah usia 0-6 tahun yang merupakan masa dimana perkembangan fisik, motorik, intelektual, emosional (Sutomo & Anggraini, 2010), Bahasa dan social berlangsung dengan sangat cepat yang hanya terjadi satu kali dalam perkembangan kehidupan manusia pada tahun pertama hingga tahun keenam merupakan periode terpenting untuk merangsang pertumbuhan otak anak, melalui perhatian kesehatan anak, penyediaan gizi yang cukup dan pembiayaan pendidikan.

Promosi Kesehatan (promkes) yang berjudul Budaya Hidup Sehat Melalui Penerapan Makan Makanan Bergizi Yang Sehat Dan Bersih Serta Dengan Menjaga Lingkungan Sekolah Di SDN 23 Pasir Sebelah pada hari Sabtu, 18 November 2023 di kelas 6. Sebelum dimulai, dilakukan terlebih dahulu *pre-test* seputar materi promkes tersebut yaitu budaya hidup sehat, dan didapatkan ada beberapa siswa kelas 6 mengetahui apa itu budaya hidup sehat, apa saja makanan yang sehat dan bergizi dan bagaimana cara menjaga kebersihan lingkungan khususnya lingkungan sekolah. Setelah diberikan materi tentang budaya hidup sehat tersebut, dilakukan *post-test* berupa tanya jawab dengan siswa SD tersebut, didapatkan hasil bahwa hampir seluruh dari siswa mengerti apa itu budaya hidup sehat, apa saja makanan yang sehat dan bergizi dan bagaimana cara menjaga kebersihan lingkungan khususnya lingkungan sekolah.

Dengan kegiatan yang telah terlaksana sebagai berikut :

1. Kampus FK Universitas Baiturrahmah
08.00-09.00 : Persiapan Pemberangkatan
2. Lokasi Promkes di UPT SDN 23

Pasia Sebelah, Jalan Pasir Sebelah
No. 4
09.15-09.30 : Persiapan
tempat acara
10.00-10.05 : Pembukaan
acara
10.05-10.10 : Pemberian
Pre-Test (sistem kuisisioner)
10.10-11.10 : Penyuluhan
gabungan 6A dan 6B
11.10-11.15 : Pemberian
Post-Test (Sistem tanya jawab)
11.15-11.25 : Foto bersama
gabungan 6A dan 6B
11.25-11.35 : Penyerahan
Plakat dan Foto bersama Guru SDN
23

Kegiatan promosi kesehatan tentang
**Budaya Hidup Sehat Melalui
Penerapan Makan Makanan Bergizi
Yang Sehat Dan Bersih Serta
Dengan Menjaga Lingkungan
Sekolah Di SDN 23 Pasir Sebelah**
berjalan lancar dan respon siswa
beserta guru sangat baik. Peserta
promosi kesehatan adalah siswa kelas 6
SDN 23 Pasir Sebelah yang dihadiri 27
siswa.

Evaluasi Kegiatan sebagai berikut :

- a. Biaya Program
Biaya kegiatan bersumber dari
anggota kelompok 20
- b. Indikator Keberhasilan
Telah terlaksana penyuluhan
dengan tema Budaya Hidup Sehat
Melalui Penerapan Makan
Makanan Bergizi Yang Sehat Dan
Bersih Serta Dengan Menjaga
Lingkungan Sekolah Di SDN 23
Pasir Sebelah bekerjasama dengan
Kepala Sekolah dan Wali Kelas 6.
- c. Partisipasi Siswa
Partisipasi Siswa dalam
terlaksananya seluruh kegiatan
berlangsung baik dan lancar. Hal
ini terlihat dari kelancaran,
ketertiban dan keaktifan siswa
untuk terselenggaranya seluruh
kegiatan Promkes ini.

d. Peranan Mitra

Wali Kelas 6 SDN 23 sebagai
mitra membantu proses
mendatangkan peserta promkes dan
persiapan tempat dan acara.

e. Keberlanjutan

Antusiasme yang tinggi dari
peserta dan mitra sehingga dari
mitra meminta kerjasama promkes
kembali tahun depan.

f. Usulan/Penyempurnaan Kegiatan
Promkes

Dalam rangka penyempurnaan
kegiatan Promkes maka tim
Promkes akan melakukan kegiatan
yang lebih terencana dengan
berkoordinasi dengan mitra dan
lembaga kesehatan lain yang
terkait.

KESIMPULAN

Penerapan PHBS pada siswa SD dapat dilakukan dengan menjaga pola hidup sehat seperti, memakan makanan yang bergizi guna menjaga imun tetap stabil, berolahraga, serta menjaga lingkungan sekolah agar tetap bersih dan sehat. Promosi kesehatan yang dilakukan oleh kelompok 20 mengenai Budaya Hidup Sehat Melalui Penerapan Makan Makanan Bergizi Yang Sehat Dan Bersih Serta Dengan Menjaga Lingkungan Sekolah Di SDN 23 Pasir Sebelah bertujuan untuk meningkatkan pemahaman siswa akan pentingnya penerapan perilaku hidup sehat dan bersih dengan cara memakan makanan yang bersih, sehat dan bergizi, berolahraga teratur dan menjaga kebersihan lingkungan. Kegiatan ini mengharapakan siswa dan siswi SDN 23 Pasir Sebelah dapat secara mandiri berperan aktif dalam mewujudkan pola hidup sehat terutama dalam hal menerapkan lingkungan bersih, makan makanan yang sehat dan bergizi, serta berolahraga teratur untuk mencegah penyakit dan meningkatkan kesehatannya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillah, puji dan syukur peneliti panjatkan ke hadirat Allah SWT karena berkat rahmat dan hidayah-Nya, laporan pengabdian masyarakat ini dapat diselesaikan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang peneliti lakukan ini bertujuan untuk memberikan edukasi mengenai budaya hidup sehat melalui penerapan pola makan bergizi yang sehat dan bersih serta menjaga kebersihan lingkungan sekolah di SDN 23 Pasir Sebelah, Koto Tangah, Padang. Terima kasih yang sebesar-besarnya peneliti sampaikan kepada Kepala Sekolah SDN 23 Pasir Sebelah, para guru, serta seluruh siswa yang telah memberikan kesempatan dan dukungan kepada peneliti dan tim untuk melaksanakan kegiatan ini.

Penghargaan yang tulus juga

diberikan kepada Tim Pengabdian Kepada Masyarakat serta rekan-rekan yang tidak dapat disebutkan namanya satu per satu atas kontribusi dan kerja samanya dalam menyukseskan kegiatan ini. Peneliti dan tim berharap agar kegiatan pengabdian ini dapat terus berlanjut secara berkesinambungan, sehingga siswa-siswi SDN 23 Pasir Sebelah dapat semakin memahami pentingnya budaya hidup sehat, baik dari segi pola makan maupun upaya menjaga lingkungan sekolah yang bersih dan sehat. Dengan demikian, diharapkan tercipta generasi muda yang sehat, cerdas, dan peduli terhadap lingkungan sekitarnya.

DAFTAR PUSTAKA

- 1) Anggraeni, R., Feisha, A. L., Muflihah, T., Muthmainnah, F., Syaifuddin, M. A. R., Aulyah, W. S. N., ... & Rachmat, M. (2022). Edukasi perilaku hidup bersih dan sehat untuk meningkatkan pengetahuan murid sekolah dasar. *PROMOTIF: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 65-75.
- 2) Mustar, Y. S., Susanto, I. H., & Bakti, A. P. (2018). Pendidikan kesehatan: perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sekolah dasar. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan)*, 2(2).
- 3) Banun, T. S. (2016). Hubungan antara Pengetahuan PHBS dengan Pola Hidup Sehat Siswa di SD Tamanan. *Basic Education*, 5(14), 1-378.
- 4) Alpian, Y., Anggraeni, S., & Ummah, S. (2022). Sosialisasi Pola Hidup Sehat Bagi Anak Usia Sekolah Dasar Di Desa Dawuan Timur Di Masa Covid-19. *Prosiding Konferensi Nasional Penelitian Dan Pengabdian Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 2(1), 2112-2119.
- 5) Tabi'in, A. (2020). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak usia dini sebagai upaya pencegahan COVID 19. *JEA (Jurnal Edukasi Aud)*, 6(1), 58-

- 73.
- 6) Novitasari, Y. (2018). Penyuluhan Program Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Melalui Kegiatan Cuci Tangan Pakai Sabun Pada Pendidikan Anak Usia Dini. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, 2(1), 44-49.
 - 7) Arisona, R. D. (2018). Pengelolaan sampah 3R (Reduce, Reuse, Recycle) pada pembelajaran IPS untuk menumbuhkan karakter peduli lingkungan. *Al Ulya: Jurnal Pendidikan Islam*, 3(1), 39-51.
 - 8) Siskayanti, J., & Chastanti, I. (2022). Analisis Karakter Peduli Lingkungan pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 6(2), 1508-1516.
 - 9) Chaudhary A, Sudzina F, Mikkelsen BE. Promoting Healthy Eating among Young People—A Review of the Evidence of the Impact of School-Based Interventions. *Nutrients*. 2020; 12(9):2894
 - 10) Salim, R. (2022). Sosialisasi Pangan Sehat Bagi Remaja Di SMP Yos Sudarso , Padang (The Healthy Food Socialization For Adolescents In Smp Yos Sudarso, Padang). *Jurnal Abdikemas*, 4(2), 101–107. <https://doi.org/10.36086/j.abdikemas.v4i2>
 - 11) Sugiritama.et.al(2021) Pengembangan pola hidup bersih dan sehat (PHBS) pada Anak sekolah melalui metode penyuluhan.Buletin Udayana Mengabdi.Vol 20 (1) 64-70.