



## Pelatihan perilaku hidup bersih dan sehat terhadap murid TPQ Riyadlul Qur'an II

Ari Wibowo Kurniawan<sup>1\*</sup>, Erika Novitasari<sup>2</sup>, Difta Fitri Putri<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Universitas Negeri Malang, Indonesia, email: [ari.kurniawan.fik@um.ac.id](mailto:ari.kurniawan.fik@um.ac.id)

<sup>2</sup> Universitas Negeri Malang, Indonesia, email: [erika.novitasari.1801516@students.um.ac.id](mailto:erika.novitasari.1801516@students.um.ac.id)

<sup>3</sup> Universitas Negeri Malang, Indonesia, email: [difta.fitri.1801216@students.um.ac.id](mailto:difta.fitri.1801216@students.um.ac.id)

\*Koresponden penulis

### Info Artikel

**Diajukan:** 6 Agustus 2021

**Diterima:** 15 November 2021

**Diterbitkan:** 30 Desember 2021

**Keywords:**

early childhood; PHBS; the role of parents.

**Kata Kunci:**

anak usia dini; PHBS; peran orang tua.

### Abstract

The self-awareness of children in Banjarsari Village about the importance of maintaining cleanliness and body health is still lacking. The work program of Clean and Healthy Behavior Training (PHBS) has the aim of preventing illness and death in early childhood. The implementation of the program is carried out in four stages, namely the planning, preparation, implementation, and final stages. The preparation stage is observation and coordination with the TPQ Riyadlul Qur'an II teacher. The preparation stage is the preparation of materials, gifts, and handwashing faucet buckets. The implementation stage is in the form of education on eating healthy food, seven steps of washing hands, brushing teeth, and giving gifts. The final stage, namely evaluation, is carried out by filling out the google form. The results from 39 students are 38 children understand the importance of washing their hands, 28 children understand the seven steps of washing hands, 21 children understand the proportion of healthy food, 25 children understand the impact of not brushing their teeth, 28 children understand the rules of brushing their teeth. It can be concluded that more than half of the students managed to understand the material given. It needs early habituation given by parents at home to increase awareness of cleanliness and body health in daily activities.

### Abstrak

Kesadaran diri Anak-anak di Desa Banjarsari tentang pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan tubuh masih kurang. Program kerja Pelatihan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) memiliki tujuan untuk mencegah penyakit dan kematian pada anak usia dini. Pelaksanaan program dilakukan dengan empat tahap, yaitu tahap perencanaan, persiapan, pelaksanaan, akhir. Tahap persiapan yaitu observasi dan koordinasi dengan guru TPQ Riyadlul Qur'an II. Tahap persiapan yaitu persiapan materi, hadiah, dan ember kran cuci tangan. Tahap pelaksanaan berupa edukasi makan makanan sehat, tujuh langkah cuci tangan, menggosok gigi dan penyerahan hadiah. Tahap akhir yaitu evaluasi, dilakukan dengan pengisian google form. Hasilnya dari 39 murid adalah 38 anak memahami pentingnya cuci tangan, 28 anak memahami tujuh langkah cuci tangan, 21 anak memahami porsi makanan sehat, 25 anak memahami dampak jika tidak menggosok gigi, 28 anak memahami aturan menggosok gigi. Dapat disimpulkan bahwa lebih dari setengah anak-murid berhasil memahami materi yang diberikan. Perlu pembiasaan sejak dini yang

## PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan hal yang sangat penting bagi semua manusia, tanpa kesehatan yang baik maka setiap manusia akan sulit melakukan aktivitas sehari-hari. Pola hidup manusia pasti punya pengaruh terhadap kesehatan, baik yang dipengaruhi oleh gaya hidup maupun kegiatan sehari-hari. Sehingga Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sangatlah penting bagi manusia. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan (Departemen Kesehatan, 2011). Berdasarkan hasil penelitian dari Nurmahmudah et al., (2018) memaparkan bahwa pola hidup sehat tidak hanya dilakukan oleh orang dewasa saja, melainkan dapat dimulai dari anak-anak, karena anak-anak memiliki jiwa aktif dan suka hal-hal baru. Selain itu, menurut Kurniawan (2017) penerapan PHBS kepada anak-anak dapat meningkatkan kepedulian mereka, agar kebiasaan baik ini dapat dibawa sampai mereka besar nanti. Peningkatan pengetahuan tentang PHBS untuk anak sekolah dasar dapat dilakukan dengan cara meningkatkan pengetahuan dari seorang pendidik (guru) terlebih dahulu agar program ini dapat terlaksana dengan maksimal (Diana et al., 2014).

Memberikan kesempatan pendidikan bagi anak merupakan salah satu upaya dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia sejak dini. Dimana dalam tahap perkembangan dan pertumbuhan anak perlu adanya potensi untuk menciptakan nilai-nilai tersebut. Selain itu, anak-anak pada usia dini akan rentan terhadap berbagai penyakit, dikarenakan kebersihan makanan yang kurang terjaga sehingga mudah terinfeksi bakteri ataupun virus yang berasal dari makanan yang mereka makan (Baraki, 2005). Kebutuhan nutrisi pada anak harus tercukupi dengan baik karena perkembangan kognitif anak, perkembangan fisik anak, serta hal lainnya sedang berjalan. Anak lebih suka makanan cepat saji, lebih suka camilan dari pada makanan pokok. Pencegahan masalah gizi pada anak usia dini harus segera dilakukan untuk menjaga generasi anak tetap sehat, berprestasi di bidang akademik, mampu menangkap pembelajaran dengan mudah, dan menjadi agen perubahan perilaku bagi keluarga maupun masyarakat (Wiradyani et al., 2016). Karakteristik anak di Desa Banjarsari berdasarkan hasil observasi adalah suka makan makanan manis, makanan instan seperti mie, makan telur, tetapi tidak diimbangi dengan konsumsi makanan yang bergizi. Anak-anak juga suka

membeli jajan sembarang, jajan yang disukai oleh anak TPQ Riyadlul Qur'an II di desa Banjarsari adalah jajanan yang berbumbu pedas, gorengan, dan gurih atau banyak micin. Berdasarkan hasil observasi anak-anak juga makan tidak teratur, ada yang menjawab makan sehari 2 kali ada pula yang menjawab makan jika lapar saja. PHBS pada anak usia dini dapat dilakukan sebagai upaya pencegahan covid-19, PHBS yang dilakukan diantaranya mencuci tangan dengan sabun di air mengalir atau dengan menggunakan *hand sanitizer*, membuang sampah pada tempatnya, menggosok gigi dan masih banyak lagi (Tabi'in, 2020).

Permasalahan yang tampak bukan hanya dari segi konsumtif makanan saja, tetapi dilihat dari kebersihan anak-anak yang makan jajan sebelum cuci tangan. Hal ini menandakan bahwa kurangnya kesadaran anak-anak dalam menjaga kebersihan tubuh. Mencuci tangan merupakan hal yang sangat penting saat ini terutama pada saat kondisi pandemic covid 19. Mencuci tangan sebelum makan juga dapat membunuh mikroorganisme yang ada di tangan dan telah dibuktikan dari beberapa study kasus terdahulu. Mencuci tangan sebelum makan dapat mencegah penyakit cacingan pada anak-anak, diare, infeksi Saluran Pernafasan Atas (ISPA) dan Covid 19 (Wahyuni & Fatmawati, 2020). Penyakit infeksi parasite cacing masih menjadi permasalahan bagi Negara berkembang/ di Indonesia penyakit cacingan tersebar luas di daerah pedesaan (Umar, 2008).

Mencuci tangan bukan hanya sekedar membasuh tangan dengan menggunakan air. Terdapat hal-hal yang perlu diperhatikan dalam mencuci tangan. Salah satunya yaitu menggunakan air bersih dan menggunakan sabun cuci tangan. Pada saat mencuci tangan minimal dilakukan dengan waktu 15-20 detik . Selain itu terdapat teknik 7 langkah mencuci tangan. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan, anak-anak di sekolah dasar sudah tahu cara mencuci tangan tetapi masih dengan 5 langkah cuci tangan. Sedangkan anak umur 4-7 tahun di TPQ Riyadlul Qur'an II belum mengetahui teknik 7 langkah cuci tangan dengan benar.

Selain menjaga kebersihan tubuh dengan rajin cuci tangan, perlu juga merawat kebersihan tubuh lainnya terutama gigi. Merawat kesehatan gigi anak sejak dini merupakan cara untuk membiasakan anak merawat kebersihan gigi dan mulut. Berdasarkan hasil observasi anak-anak di TPQ Riyadlul Qur'an II ada banyak anak yang memiliki gigi berlubang dan hitam. Penyebab anak-anak memiliki gigi berlubang adalah karena biasanya anak-anak suka makan makanan manis seperti jus buah, coklat, permen dan ice cream (Mulyati & Amita, 2013). Gigi yang keropos dan berlubang biasanya memiliki aroma yang tidak sedap. Oleh karena itu penting diajarkan kepada anak cara menggosok

gigi dan aturan menggosok gigi dengan benar. [Rahmat et al., \(2016\)](#) mengatakan bahwa seseorang yang dapat menjaga perilaku hidup sehat maka dapat meningkatkan prestasi belajar. Penyuluhan atau pelatihan mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir dapat meningkatkan pengetahuan tentang PHBS ([Ambarwati & Prihastuti, 2019](#)).

Dari permasalahan di atas maka tim KKN UM 2021 melakukan Pelatihan Perilaku Hidup bersih dan Sehat kepada anak-anak khususnya murid TPQ Riyadlul Quran II di Desa Banjarsari. Tujuan diadakannya pelatihan ini agar anak-anak menyadari betapa pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat. Dilihat dari kondisi kesehatan berupa gigi berlubang dan hitam. Dipilihnya TPQ Riyadlul Quran II ini karena lokasinya berdekatan dengan posko tim KKN UM 2021 dan juga setelah tim melakukan riset TPQ tersebut merupakan tempat yang cocok untuk dijadikan tempat pelatihan. Isi dari kegiatan pelatihan yaitu 7 Pelatihan berupa 7 langkah cara mencuci tangan, edukasi makan makanan sehat, dan pelatihan menggosok gigi dengan tepat. Pada kegiatan pelatihan mencuci tangan, dilakukan dengan menggunakan lagu, hal ini bertujuan agar anak-anak mudah menghafal urutan mencuci tangan. Dan pada edukasi makan makanan sehat dengan memperlihatkan gambar makanan sehat, dan porsi piring makan-makanan sehat. Media menggunakan gambar agar anak-anak mudah dalam memahami porsi makanan dalam sehari-hari. Selanjutnya dilanjutkan dengan pemutaran video cara menggosok gigi dengan tepat. Penggunaan video bertujuan agar anak-anak cepat memahami dan terbayang oleh mereka, karena dengan menggunakan video anak-anak dapat menyimak sekaligus melihat gambar letak atau posisi gigi dan sikat gigi yang benar ([Astiti & Fitriana, 2018](#)). Sehingga anak-anak lebih mudah untuk mempraktekkan cara menggosok gigi dengan tepat.

## **METODE PELAKSANAAN**

Metode pelaksanaan yang digunakan pada kegiatan PHBS ini dibagi menjadi 4 tahapan, yaitu tahapan perencanaan, tahapan persiapan, tahapan pelaksanaan, dan tahapan evaluasi.

### **a. Tahap Perencanaan**

Pada tahap perencanaan dilakukan observasi di TPQ Riyadlul Qur'an II, kemudian terdapat survey kepada anak-anak di TPQ Riyadlul Qur'an II. serta melakukan perizinan terkait kegiatan yang akan dilaksanakan. Pada tahapan ini, semua informasi mengenai sasaran dan program yang akan dijalankan sudah ditelusuri.



**Gambar 1.** Observasi

### **b. Tahap Persiapan**

Pada tahap persiapan proker yang pertama adalah persiapan materi PHBS, yaitu : 7 langkah cara mencuci tangan dengan menggunakan lagu anak-anak dan cara menggosok gigi dengan media video cara menggosok gigi dengan benar. tahap selanjutnya adalah membuat ember kran untuk anak-anak mencuci tangan. pembuatan ember kran cuci tangan dilakukan secara manual dengan melubangi bagian bawah ember dan dipasangkan kran. Ember kran cuci tangan dibuat untuk praktik cara mencuci tangan serta dapat digunakan sehari-hari oleh anak-anak untuk mencuci tangan sebelum kegiatan mengaji dimulai.



**Gambar 2.** Proses Pembungkusan Kado

Tahap terakhir dalam kegiatan persiapan proker adalah membungkus hadiah bagi anak-anak TPQ. Tujuan diberikan hadiah adalah untuk mengapresiasi anak-anak, serta dapat digunakan oleh anak-anak dalam kegiatan sehari-hari karena berisikan alat kebersihan.

### c. Tahap Pelaksanaan

Tahapan ketiga merupakan implementasi program kerja dalam bentuk pelatihan 7 cara mencuci tangan dengan benar dan cara menggosok gigi. Kegiatan pelatihan dilakukan secara langsung di TPQ Riyadlul Qur'an II dengan durasi waktu serta pembatasan jumlah anak yang hadir dalam pelatihan.



Gambar 3. Pelatihan 7 Langkah Cuci Tangan



Gambar 3. Pelatihan 7 Langkah Cuci Tangan

Selanjutnya penyerahan hadiah bagi murid TPQ Riyadlul Qur'an II sebelum pulang ke rumah masing-masing

### d. Tahap Evaluasi

Tahapan evaluasi terkait program kerja yang telah dilaksanakan. Evaluasi dilakukan dengan cara anak-anak mengisi angket pemahaman tentang cara mencuci tangan dengan benar dan cara menggosok gigi dengan benar.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **a. Hasil**

Program kerja Perilaku Hidup Sehat dan Bersih (PHBS) merupakan salah satu program kerja mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Negeri Malang di Desa Banjarsari, Kecamatan Ngajum, Kabupaten Malang yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran anak-anak dalam menjaga kebersihan tubuh, makan makanan sehat dan meningkatkan kesehatan tubuh. Program kerja PHBS dilaksanakan di TPQ Riyadlul Qur'an II. Kegiatan PHBS ini terdiri dari cara mencuci tangan dan menggosok gigi dengan benar kepada anak-anak TPQ Riyadlul Qur'an II. Berdasarkan hasil kegiatan yang telah dilaksanakan, anak-anak TPQ yang sebelumnya tidak peduli menjaga kebersihan badan, menjadi termotivasi untuk menjaga kebersihan badan dengan mencuci tangan sebelum makan dan menggosok gigi dua kali sehari. pelaksanaan program kerja yang diselenggarakan memiliki hasil capaian sebagai berikut.

Tabel 1. Presentasi Hasil Capaian Program Kerja

No	Hasil Capaian	Presentasi Capaian
1	Meningkatnya pemahaman murid TPQ Riyadlul Qur'an tentang pentingnya mencuci tangan sebelum makan	97,4%
2	Meningkatnya pemahaman murid TPQ Riyadlul Qur'an tentang 7 langkah mencuci tangan dengan benar	71,8%
3	Meningkatnya pemahaman murid TPQ Riyadlul Qur'an II tentang makan-makanan sehat	52,8%
4	Meningkatnya pemahaman murid TPQ Riyadlul Qur'an II tentang pentingnya menggosok gigi dua kali sehari.	64,1%
5	Meningkatnya pemahaman murid TPQ Riyadlul Qur'an II tentang cara dan aturan menggosok gigi dengan benar	71,8%

### **b. Pembahasan**

Pada tahap awal dilakukan observasi di TPQ Riyadlul Qur'an II, berdasarkan hasil observasi bahwa masih kurangnya fasilitas kebersihan seperti mencuci tangan di depan TPQ Riyadlul Qur'an II. Murid di TPQ Riyadlul

Qur'an II terdiri dari anak umur 4 tahun sampai remaja 15 tahun. Pada anak usia 4 tahun sampai 12 tahun masih belum memahami pentingnya menjaga kebersihan tubuh terutama cara mencuci tangan dengan benar. Mencuci tangan di masa pandemic covid 19 sangat penting karena untuk mencegah penyebaran virus (Budi et al., 2021). Selain itu mencuci tangan sebelum makan juga merupakan hal yang harus diperhatikan dan ditanamkan kepada anak-anak sejak dini. Mencuci tangan sebelum makan berguna untuk mencegah penyakit yang masuk ke dalam tubuh, terutama penyakit infeksi cacing yang paling rentan dialami oleh anak-anak (Mustikawati, 2017).

Berdasarkan hasil dari responden menjawab *google form* yang diberikan kepada anak TPQ Riyadlul Qur'an II dengan usia 4- 12 tahun sebanyak 39 responden, bahwa 97,4 % respoden menjawab penting mencuci tangan sebelum makan. Maka 38 anak mengerti bahwa sebelum makan diharuskan untuk mencuci tangan terlebih dahulu. Maka dapat disimpulkan bahwa murid TPQ Riyadlul Qur'an II menganggap pentingnya cuci tangan sebelum makan.

Selanjutnya cuci tangan yang benar yaitu dengan menggunakan teknik 7 langkah cuci tangan dengan menggunakan sabun dan menggunakan air bersih yang mengalir. Tahapan 7 langkah mencuci tangan yaitu:

1. Basahi tangan dengan air kemudian ambil sabun, kemudian gosok telapak tangan.
2. Gosok jari tangan dan juga sela-sela jari.
3. Bersihkan ujung jari secara tertutup.
4. Gosok dan putar ibu jari.
5. Letakkan ujung jari dan gosok di atas telapak tangan secara perlahan.
6. Bersihkan kedua pergelangan tangan dengan cara memutar kemudian bilas tangan di bawah air bersih yang mengalir hingga bersih, kemudian keringkan menggunakan handuk atau tisu yang bersih (Susantiningasih et al., 2019).

Berdasarkan hasil dari responden menjawab pertanyaan yang ada di *gform* tentang urutan mencuci tangan yang benar 71,8 % murid menjawab dengan benar. Artinya 28 anak dari 38 anak di TPQ Riyadlul Qur'an II mengetahui langkah-langkah cuci tangan dengan benar menggunakan teknik 7 langkah cuci tangan. Sebelumnya saat observasi anak-anak hanya tahu mencuci tangan dengan menggunakan 5 langkah. Maka dapat disimpulkan bahwa meningkatnya pemahaman murid TPQ Riyadlul Qur'an tentang 7 langkah mencuci tangan dengan benar. Anak usia 4-12 tahun rentan makan makanan tidak sehat dan suka jajan sembarangan. Berdasarkan hasil

observasi anak-anak cenderung lebih suka makan makanan instan seperti mie instan dan tidak dibatasi jumlah konsumsi perharinya. Oleh karena itu perlu adanya edukasi porsi makan makanan sehat untuk anak-anak. Makanan makanan sehat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Apabila anak tidak tercukupi gizinya salah satu dampaknya adalah anak stunting (pendek), anak yang pendek akan berkembang menjadi remaja yang pendek dan memiliki kemampuan fisik dan otot yang kurang yang tidak semestinya seperti remaja lainnya (Harsian et al., 2016). Adliyani (2015) mengatakan bahwa agar dapat menjadi lebih baik dan sejahtera, perilaku hidup sehat sangatlah mempengaruhi, oleh karena itu maka sama-sama kita menjaga gizi pada makanan kita.



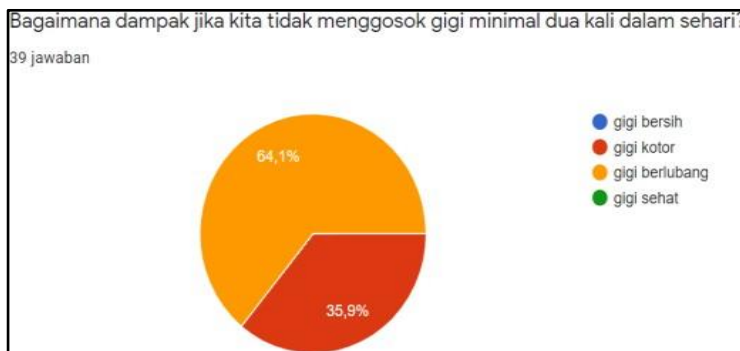
Gambar 5. Porsi Makan sehari-hari



Gambar 6. Diagram pemahaman murid tentang contoh makan-makanan sehat

Berdasarkan hasil responden adalah 53,8% menjawab dengan benar contoh makan makanan dalam sehari-hari. Hasilnya 21 anak-anak menjawab dengan benar dan 18 anak menjawab kurang tepat. Maka dapat disimpulkan bahwa anak-anak masih membutuhkan bimbingan tentang makan makanan sehat dalam sehari-hari Cara menggosok gigi dengan benar perlu diajarkan dimasa anak-anak karena untuk memperoleh pengetahuan dasar untuk kebersihan penyesuaian diri dari masa anak-anak ke dewasa dan

memperoleh keterampilan. Berdasarkan hasil observasi anak usia 4-12 tahun masih kurang mengetahui tentang cara merawat kebersihan gigi dan mulut dibandingkan orang dewasa.



**Gambar 7.** Diagram pemahaman murid tentang dampak pentingnya menggosok gigi

Berdasarkan hasil responden bahwa 64,1 % murid TPQ Riyadlul Qur'an II tahu akan pentingnya menggosok gigi dan dampak apabila tidak menggosok gigi. Berdasarkan hasil tersebut lebih dari 50% murid di TPQ mengetahui dampak jika tidak menggosok gigi. 25 anak menjawab gigi berlubang jika tidak menggosok gigi, dan 14 anak menjawab gigi menjadi kotor. Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa stigma dari sebagian anak-anak jika tidak gosok gigi hanya akan mengalami gigi kotor, padahal dampak dari tidak menggosok gigi adalah permasalahan kesehatan gusi, gigi dan mulut. Selanjutnya adalah aturan menggosok gigi dengan benar murid di TPQ Riyadlul Qur'an II.



**Gambar 8.** Diagram pemahaman murid tentang dampak pentingnya menggosok gigi

Berdasarkan hasil digram di atas, bahwa 71,8 % murid TPQ Riyadlul Qur'an menjawab waktu menggosok gigi yang tepat adalah 2 kali sehari, sesudah sarapan dan sebelum tidur. Artinya lebih dari 50% murid TPQ Riyadlul Qur'an II menjawab dengan benar dan telah mengetahui kapan waktu yang tepat untuk menggosok gigi, namun masih ada sebagian anak yang belum memahami dan mengira bahwa menggosok gigi yang benar adalah sesudah sarapan dan sesudah makan dan sebelum pagi dan malam. Hal ini disebabkan karena kebiasaan hidup sehat yang kurang diterapkan sejak dini dan beranggapan bahwa menggosok gigi yang benar adalah 2 kali tanpa memperhatikan waktu yang tepat.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan pemaparan dapat disimpulkan bahwa program kerja Pelatihan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat bagi Murid TPQ Riyadlul Qur'an II Desa Banjarsari dapat berjalan dengan lancar dan mendapatkan antusiasme yang tinggi dari anak-anak. Hasilnya 28 anak dari 39 murid TPQ Riyadlul Qur'an II desa Banjarsari memahami dan mampu mempratekkan 7 langkah cuci tangan dan 28 anak dari 39 murid juga memahami cara dan aturan menggosok gigi dengan benar. Terdapat 25 anak dari 39 murid yang memahami permasalahan kesehatan pada gigi jika tidak menggosok gigi. Sedangkan 21 anak dari 39 murid dapat memahami makan makanan sehat dalam kegiatan sehari-hari. Selama kegiatan berlangsung, respon positif yang diberikan oleh anak-anak adalah aktif, ingin tahu, dan ceria selama kegiatan berlangsung.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terima kasih kepada Universitas Negeri Malang (UM) dan Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP2M) yang telah memberikan kami dukungan baik secara materi dan moral, serta memberikan kami kesempatan dalam melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Terima kasih kepada Guru TPQ Riyadlul Qur'an II yang telah memberikan kesempatan kepada tim KKN UM untuk melaksanakan program kerja, dan juga kepada adik-adik TPQ Riyadul Qur'an II yang sudah menyambut kami dengan penuh semangat dan sangat aktif mengikuti kegiatan Pelatihan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

Terima kasih kepada tim mahasiswa KKN Universitas Negeri Malang Desa Banjarsari yang telah membantu proses dari awal hingga akhir kegiatan program kerja Pelatihan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di TPQ Riyadlul Qur'an II.

## DAFTAR RUJUKAN

- Adliyani, Z. O. N. (2015). Pengaruh Perilaku Individu terhadap Hidup Sehat. *Perubahan Perilaku Dan Konsep Diri Remaja Yang Sulit Bergaul Setelah Menjalani Pelatihan Keterampilan Sosial*, 4(7), 109–114.
- Ambarwati, E. R., & Prihastuti. (2019). Gerakan masyarakat hidup sehat (germas) mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir sebagai upaya untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) sejak dini. *Celebes Abdimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 45–52. <http://journal.ildikti9.id/CER/index>
- Astiti, N. K., & Fitriana, L. B. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Cara Menggosok Gigi Dengan Video Pembelajaran Pada Anak Usia sekolah. *Jurnal Kepeyarawatan Respati Yogtakarta*, 5(2), 378–382. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/jpkk.v5i1.564>
- Baraki, N. (2005). *Food-borne Diseases*.
- Budi, S., Nurhastuti, N., & Utami, I. S. (2021). Edukasi Mencuci Tangan Dalam Upaya Pencegahan Virus Corona Melalui Video Tutorial Pada Mahasiswa berkebutuhan Khusus Di Pendidikan Tinggi. *Jurnal Pendidikan Kebutuhan Khusus*, 5(1), 19–23. <https://doi.org/10.24036/jpkk.v5i1.564>
- Diana, F. M., Susanti, F., & Irfan, A. (2014). Pelaksanaan Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SD Negeri 001 Tanjung Balai Karimun. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 46–51.
- Harsian, J. F., Rachman, P. H., Ermayani, E., Dianawati, H., & Henny. (2016). *Buku Pegangan dan Kumpulan Rencana Ajar Untuk Guru Sekolah Menengah Pertama: Gizi dan Kesehatan Remaja*. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.
- Kesehatan, D. (2011). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No, 2406 Tahun 2011 tentang Pedoman Umum Penggunaan Antibiot*.
- Kurniawan, H. (2017). Upaya peningkatan derajat kesehatan pada anak panti asuhan melalui edukasi hidup bersih dan sehat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Ipteks*, 3(1), 9–16. [https://doi.org/https://doi.org/10.32528/pengabdian\\_ipitek.v3i1.993](https://doi.org/https://doi.org/10.32528/pengabdian_ipitek.v3i1.993)
- Mulyati, S., & Amita, N. (2013). Praktek merawat gigi pada anak. *Jurnal Inovasi Dan Kewirausahaan*, 2(2), 130–135. <https://doi.org/http://journal.uui.ac.id/index.php/ajie>
- Mustikawati, I. S. (2017). Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun Studi Kualitatif pada Ibu-Ibu di Kampung Nelayan Muara Angke Jakarta Utara; Studi Kualitatif. *ARKESMAS (Arsip Kesehatan Masyarakat)*, 1(1), 115–125. <https://doi.org/http://journal.uhamka.ac.id/index.php/arkesmas/article/view/514/263>

- Nurmahmudah, E., Puspitasari, T., & Agustin, I. T. (2018). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak sekolah. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 46–52. <https://doi.org/https://doi.org/10.35568/abdimas.v1i2.327>
- Rahmat, A., Smith, M. Bin, & Rahim, M. (2016). Perilaku Hidup Sehat Dan Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2), 113–122. <https://doi.org/10.15575/psy.v2i2.452>
- Susantiningasih, T., Yuliyanti, R., Simanjuntak, K., & Arfiyanti, A. (2019). PKM Pelatihan Mencuci Tangan Menggunakan Sabun Sebagai Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Untuk Masyarakat Rt 007/Rw 007 Desa Pangkalan Jati, Kecamatan Cinere Kota Depok. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, 1(2), 75–84. <https://doi.org/10.24912/jbmi.v1i2.2889>
- 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. <https://doi.org/10.18592/jea.v6i1.3620>
- Umar, Z. (2008). Perilaku Cuci Tangan Sebelum Makan dan Kecacingan pada Murid SD di Kabupaten Pesisir Selatan Sumatera Barat. *Kesmas: National Public Health Journal*, 2(6), 249. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.21109/kesmas.v2i6.244>
- Wahyuni, W., & Fatmawati, S. (2020). Peningkatan Pengetahuan PBHS Dan Penerapan Cuci Tangan Dalam Upaya Pencegahan Covid-19 Pada Santri di Lingkungan Pondok Pesantren. *Pengabdian Kepada Masyarakat*, 04(02), 1–9. <https://doi.org/https://doi.org/10.30787/gemassika.v4i2.662>
- Wiradyani, L. A. A., Pramesthi, I. L., Raiyan, M., Nuraliffah, S., & Nurjanatum. (2016). *Gizi dan Kesehatan Anak Usia Sekolah Dasar: Buku Pegangan dan Kumpulan Rencana Ajar Untuk Guru Sekolah Dasar*. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.