

## Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan Gizi Seimbang pada Siswa Sekolah Dasar di Desa Tanoyan Selatan

Moh. Rizki Fauzan<sup>1</sup>, Nur Fahzria Padjar<sup>2</sup>, Wahyu Pratama Putra Mokotoloy<sup>3</sup>, Queenlie Gisela Giacinta Sumaiku<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Institut Kesehatan dan Teknologi Graha Medika, Indonesia

Received : 19 November 2025, Revised : 27 November 2025, Published : 6 Februari 2026

### Corresponding Author

Nama Penulis: Moh. Rizki Fauzan

E-mail: [mrrizkifauzan@gmail.com](mailto:mrrizkifauzan@gmail.com)

### Abstrak

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di SDN 2 dan SDN 4 Tanoyan Selatan sebagai upaya untuk memperkenalkan dan memperkuat pemahaman siswa sekolah dasar mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) serta pentingnya penerapan gizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari. Edukasi kesehatan dipilih sebagai fokus kegiatan karena masih ditemui kebiasaan siswa yang belum sepenuhnya mencerminkan perilaku hidup sehat, baik dalam aspek kebersihan diri maupun pemilihan makanan. Penyampaian materi dilakukan melalui media PowerPoint dan video edukatif yang disusun secara sederhana dan visual agar mudah dipahami oleh siswa, mengingat karakteristik anak usia sekolah dasar yang lebih mudah menerima informasi melalui contoh konkret dan gambar. Rangkaian kegiatan berlangsung sesuai jadwal dan seluruh materi dapat disampaikan dengan baik. Siswa menunjukkan perhatian yang cukup baik selama penjelasan, merespon pertanyaan yang diberikan, serta mengikuti demonstrasi gerakan mencuci tangan dengan penuh antusias. Penggunaan media visual terbukti membantu menjaga fokus siswa dan mempermudah mereka menangkap inti materi. Secara keseluruhan, kegiatan ini berhasil memberikan tambahan wawasan mengenai kebiasaan hidup bersih dan pilihan makanan sehat, serta mendukung upaya sekolah dalam menanamkan perilaku kesehatan sejak usia dini. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi siswa untuk mulai menerapkan perilaku sehat dalam rutinitas mereka, baik di sekolah maupun di rumah.

**Kata Kunci** - PHBS, gizi seimbang, siswa sekolah dasar, edukasi kesehatan, Tanoyan Selatan

### Abstract

This community service program was conducted at SDN 2 and SDN 4 Tanoyan Selatan with the objective of strengthening elementary students' understanding of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) and the importance of balanced nutrition. Health education was selected as the main focus due to the observation that many students had not fully developed consistent healthy habits, particularly related to personal hygiene and food choices. The material was delivered using PowerPoint presentations and educational videos designed in a simple and visual format to accommodate the learning characteristics of young children, who tend to comprehend information more effectively through concrete examples, images, and demonstrations. The activity was carried out according to schedule, and all planned sessions were completed smoothly. The students showed good attention during the presentation, responded to questions actively, and participated enthusiastically in the handwashing demonstration. The use of visual media proved effective in helping students maintain focus and understand key points more easily. Overall, this program succeeded in providing additional knowledge about hygiene practices and nutritious food choices, while also supporting the school's efforts to foster healthy behaviors from an early age. It is expected that the knowledge gained through this activity will encourage students to apply healthy habits both at school and at home.

**Keywords** - clean and healthy living behavior, balanced nutrition, elementary students, health education, Tanoyan Selatan

**How to Cite** : Fauzan, M. R., Padjar, N. F., Mokotoloy, W. P. P., & Sumaiku, Q. G. G. (2026). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan Gizi Seimbang pada Siswa Sekolah Dasar di Desa Tanoyan Selatan . *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka*, 4(3), 3653 - 3659. <https://doi.org/10.58266/jpmb.v4i3.784>

**Copyright** ©2026 Moh. Rizki Fauzan, Nur Fahzria Padjar, Wahyu Pratama Putra Mokotoloy, Queenlie Gisela Giacinta Sumaiku

## PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan komponen penting dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Menurut World Health Organization (WHO, 2021), derajat kesehatan masyarakat sangat dipengaruhi oleh perilaku individu dan kondisi lingkungan. Anak usia sekolah dasar termasuk kelompok usia yang rentan terhadap berbagai penyakit akibat perilaku hidup yang kurang sehat dan pola makan yang tidak seimbang. Masa ini adalah fase yang strategis untuk menanamkan kebiasaan hidup sehat agar terbentuk perilaku positif yang berkelanjutan hingga dewasa.

Upaya pemerintah bersama masyarakat dalam menekan penyebaran penyakit menular maupun tidak menular saat ini diwujudkan melalui Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS), yang dilaksanakan dengan menggalakkan kampanye mengenai pola hidup sehat, menjaga kebersihan dan kesehatan lingkungan, serta memilih konsumsi pangan yang sehat (Yarmaiza & Zakiyuddin, 2019).

Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) menjadi salah satu upaya penting dalam pencegahan penyakit dan peningkatan kesehatan masyarakat. PHBS merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang bertujuan agar individu, keluarga, dan masyarakat mampu menjaga serta meningkatkan kesehatannya (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Di lingkungan sekolah, PHBS berfokus pada kebiasaan mencuci tangan dengan sabun, menjaga kebersihan diri, menggunakan jamban yang bersih, membuang sampah pada tempatnya, serta mengonsumsi jajanan sehat (Santosh J Passi, 2017).

WHO (2020) menegaskan bahwa gizi seimbang adalah kondisi ketika asupan energi dan zat gizi sesuai dengan kebutuhan tubuh, baik dari segi jumlah maupun jenisnya. Di Indonesia, konsep "Isi Piringku" yang dikembangkan oleh Kementerian Kesehatan RI (2019) menggantikan istilah empat sehat lima sempurna, dengan komposisi makanan yang ideal yaitu 1/2 piring berisi sayur dan buah, 1/4 piring karbohidrat, dan 1/4 piring lauk pauk. Penerapan pola gizi seimbang di sekolah dasar diharapkan dapat membentuk pola makan sehat sejak dini dan mencegah masalah gizi seperti obesitas, anemia, atau kekurangan energi kronis.

Program makanan sehat dilakukan dengan cara menerapkan pola makan bergizi seimbang untuk membantu tubuh mencegah, melawan, serta memulihkan diri dari penyakit menular maupun tidak menular. Penerapan pola makan dan gizi seimbang mempertimbangkan berbagai faktor sesuai kebutuhan masing-masing individu, khususnya pada kelompok rentan gizi seperti ibu hamil dan menyusui, anak balita, remaja putri, lansia, dan penderita penyakit

Namun, dalam praktiknya, penerapan PHBS dan gizi seimbang di sekolah dasar terutama di daerah pedesaan masih menghadapi banyak tantangan. Berdasarkan hasil observasi di SD Negeri Tanoyan Selatan, ditemukan bahwa sebagian besar siswa belum sepenuhnya menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Masih banyak siswa yang tidak mencuci tangan dengan sabun sebelum makan atau setelah dari toilet. Beberapa siswa juga belum terbiasa menjaga kebersihan kuku, gigi, dan pakaian. Lingkungan sekolah terkadang masih kurang bersih karena kurangnya kesadaran membuang sampah pada tempatnya. Kondisi ini memperlihatkan masih rendahnya pemahaman anak terhadap pentingnya perilaku hidup bersih dalam menjaga kesehatan (Alam et al., 2024).

Selain itu, pola makan siswa juga menunjukkan adanya ketidakseimbangan gizi. Banyak siswa yang lebih memilih jajanan di sekitar sekolah seperti gorengan, minuman manis, dan makanan ringan tinggi kalori namun rendah nilai gizi. Hanya sebagian kecil siswa yang membawa bekal dari rumah dengan menu bergizi seimbang. Berdasarkan Kemenkes RI (2020), kebiasaan konsumsi makanan cepat saji dan tinggi gula pada anak dapat meningkatkan risiko gizi lebih, menurunkan daya tahan tubuh, dan memengaruhi kemampuan konsentrasi saat belajar.

Dari sisi fasilitas, sekolah belum memiliki sarana cuci tangan yang memadai di setiap titik strategis. Terkadang sabun tidak tersedia, sehingga siswa tidak bisa melakukan praktik cuci tangan yang benar sesuai enam langkah yang dianjurkan WHO (2020). Guru telah berupaya mengingatkan pentingnya kebersihan melalui kegiatan seperti piket kelas dan kerja bakti, tetapi edukasi tentang PHBS secara komprehensif belum dilakukan secara rutin.

Kendala lain berasal dari lingkungan rumah. Sebagian orang tua siswa belum memiliki pemahaman yang cukup mengenai gizi seimbang, sehingga makanan yang disiapkan untuk anak sering kali tidak memenuhi kebutuhan nutrisi harian. Menurut penelitian Rahmawati & Hidayat (2022), rendahnya pengetahuan orang tua tentang gizi berdampak langsung terhadap pola konsumsi anak, yang pada akhirnya berpengaruh terhadap status gizi dan prestasi belajar. Oleh karena itu, pembiasaan perilaku sehat dan makan bergizi di sekolah menjadi langkah strategis untuk menanamkan nilai kesehatan. Penelitian Hapsari & Nisa (2021) juga menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan dan sikap siswa berpengaruh terhadap perilaku PHBS mereka. Oleh karena itu, kegiatan edukasi partisipatif dan interaktif dibutuhkan untuk meningkatkan pemahaman siswa.

Permasalahan tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara pengetahuan dan penerapan PHBS serta gizi seimbang pada siswa sekolah dasar di Desa Tanoyan Selatan. Sebagaimana dijelaskan oleh Notoatmodjo (2012), perilaku seseorang terhadap kesehatan dipengaruhi oleh tiga faktor utama: pengetahuan, sikap, dan tindakan.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut, diperlukan kegiatan pengabdian masyarakat (Pengmas) yang berfokus pada edukasi dan pembiasaan perilaku hidup sehat di sekolah. Kegiatan edukasi PHBS dan gizi seimbang dapat dilakukan melalui metode yang menarik dan partisipatif, seperti penyuluhan interaktif, pemutaran video edukatif, permainan edukasi, serta praktik langsung mencuci tangan enam langkah dan membuat bekal sehat.

Dengan adanya kegiatan edukasi PHBS dan gizi seimbang di SD Negeri Tanoyan Selatan, diharapkan akan terbentuk peningkatan pengetahuan, sikap positif, dan perilaku sehat pada siswa. Kegiatan ini mendukung program pemerintah dalam menciptakan Sekolah Sehat dan Berkarakter yang sejalan dengan tujuan pembangunan berkelanjutan (Sustainable Development Goals/SDGs poin ke-3: Good Health and Well-Being, WHO, 2023).

## **METODE**

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini terdiri dari tiga tahapan, yaitu tahap perencanaan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi. Ketiga tahap ini disusun berdasarkan kebutuhan kegiatan di SDN 2 dan SDN 4 Tanoyan Selatan serta menyesuaikan kondisi siswa sekolah dasar agar penyuluhan dapat diterima dengan baik.

Pada tahap perencanaan, tim pelaksana terlebih dahulu melakukan koordinasi dengan pihak sekolah untuk menentukan jadwal, tempat kegiatan, serta jumlah siswa yang akan mengikuti penyuluhan. Setelah jadwal disepakati, tim mulai menyusun materi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan gizi seimbang. Materi dibuat sederhana, banyak gambar, dan mudah dipahami oleh anak-anak. Selain menyiapkan slide PowerPoint, tim juga memilih video edukatif tentang enam langkah mencuci tangan dan pengenalan makanan sehat.

Persiapan alat dan media seperti laptop, proyektor LCD, dan sound system juga dilakukan untuk memastikan kegiatan berjalan dengan lancar. Tim mempersiapkan contoh praktik mencuci tangan dan meninjau lokasi kegiatan agar penyuluhan dapat berlangsung tertib dan efektif.

Tahap pelaksanaan kegiatan dilakukan pada tanggal 27 Oktober 2025 di SDN 2 Tanoyan Selatan dan tanggal 29 Oktober 2025 di SDN 4 Tanoyan Selatan. Kegiatan diawali dengan perkenalan antara tim dan siswa agar suasana lebih nyaman. Penyuluhan disampaikan secara interaktif melalui pemaparan materi menggunakan PowerPoint yang berisi contoh-contoh perilaku hidup bersih dan penjelasan sederhana mengenai gizi seimbang dan "Isi Piringku".

Setelah itu, ditampilkan video edukatif yang menunjukkan langkah-langkah mencuci tangan dan contoh makanan bergizi. Video ini membantu siswa memahami materi dengan lebih jelas karena ditampilkan melalui visual yang menarik. Tahap berikutnya adalah demonstrasi cuci tangan enam langkah. Tim memperagakan cara mencuci tangan dengan benar, lalu siswa diminta mengikuti gerakan tersebut bersama-sama. Kegiatan berlangsung aktif dan ramai karena siswa terlihat bersemangat menirukan langkah-langkah yang diajarkan. Sesi pelaksanaan ditutup dengan tanya jawab singkat. Siswa diberi kesempatan untuk bertanya maupun memberikan contoh kebiasaan sehat yang mereka lakukan sehari-hari. Guru pendamping ikut mengatur jalannya kegiatan agar siswa tetap fokus dari awal hingga akhir.

Tahap evaluasi kegiatan dilakukan secara langsung pada saat penyuluhan berlangsung. Tim mengamati keaktifan siswa, mulai dari bagaimana mereka merespon materi, keseriusan saat mengikuti video, hingga keterlibatan mereka dalam praktik cuci tangan. Evaluasi tidak menggunakan tes tertulis,

tetapi dilakukan melalui penilaian suasana kegiatan dan interaksi siswa selama penyuluhan berlangsung.

#### **Alat dan Media**

Alat yang digunakan meliputi laptop, LCD proyektor, sound system, serta presentasi powerpoint dan pemutaran video edukatif tentang 6 langkah cuci tangan dan gizi seimbang.

#### **Analisis Data**

Analisis kegiatan ini dilakukan secara langsung selama penyuluhan berlangsung. Tim hanya mengamati bagaimana situasi di kelas, bagaimana respon siswa saat materi disampaikan, dan bagaimana mereka mengikuti arahan selama kegiatan. Pengamatan dilakukan sambil berjalan, tidak memakai instrumen khusus, karena tujuan utamanya hanya untuk melihat apakah penyuluhan berjalan baik dan dapat diterima oleh siswa. Selama pemutaran slide dan video, tim melihat bahwa sebagian besar siswa memperhatikan dan mengikuti arahan. Keaktifan mereka terlihat saat sesi tanya jawab dan ketika diminta memberikan contoh perilaku hidup bersih. Guru yang mendampingi juga memberi komentar spontan mengenai bagaimana siswa mengikuti kegiatan, sehingga dari situ tim bisa menilai bahwa penyuluhan berlangsung cukup efektif dan sesuai dengan kondisi sekolah. Analisis sederhana ini membantu tim menilai jalannya kegiatan tanpa perlu membuat penilaian formal, sehingga lebih fokus pada suasana dan keterlibatan siswa selama kegiatan berlangsung.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Kegiatan**

Kegiatan penyuluhan PHBS dan gizi seimbang yang dilaksanakan di SDN 2 Tanoyan Selatan pada tanggal 27 Oktober 2025 dan di SDN 4 Tanoyan Selatan pada tanggal 29 Oktober 2025 berjalan dengan baik. Penyampaian materi menggunakan PowerPoint dan video edukatif membuat siswa lebih mudah mengikuti alur penyuluhan. Saat materi ditampilkan, siswa terlihat memperhatikan dan beberapa dari mereka memberikan tanggapan ketika ditanya mengenai kebiasaan hidup bersih.

Video yang diputar terutama tentang langkah mencuci tangan dan contoh makanan bergizi mendapat perhatian dari siswa, dan mereka tampak antusias menontonnya. Pada sesi tanya jawab, beberapa siswa mampu menjawab pertanyaan dengan benar, seperti alasan mencuci tangan dan contoh makanan bergizi yang biasa mereka konsumsi. Kegiatan juga diisi dengan demonstrasi gerakan mencuci tangan yang diikuti oleh siswa dengan semangat.



**Gambar 1.** Dokumentasi Kegiatan Penyuluhan



**Gambar 2.** Dokumentasi Penutupan Kegiatan Penyuluhan

## **Pembahasan**

Pelaksanaan penyuluhan mengenai PHBS dan gizi seimbang di SDN 2 dan SDN 4 Tanoyan Selatan menunjukkan bahwa pendekatan edukasi yang menggunakan media visual dan penyampaian sederhana lebih mudah diterima oleh siswa sekolah dasar. Materi yang disusun dalam bentuk gambar, warna yang menarik, serta penjelasan singkat membantu siswa memahami informasi tanpa membuat mereka cepat bosan. Saat slide dan video ditampilkan, siswa terlihat lebih tenang dan mengikuti alurnya dengan baik, menunjukkan bahwa media visual memiliki pengaruh besar terhadap perhatian mereka.

Kurangnya pelatihan bagi guru juga menjadi kendala dalam penyampaian materi yang efektif. Penelitian oleh Purnamasari dan Hadi (2022) menunjukkan bahwa banyak guru yang tidak memiliki pengetahuan yang cukup mengenai PHBS dan gizi seimbang, sehingga menyulitkan mereka dalam mengajarkan materi tersebut kepada siswa. Oleh karena itu, perlu adanya program pelatihan yang berkelanjutan bagi guru untuk meningkatkan kompetensi mereka dalam hal ini.

Selain itu, interaksi yang terjalin selama kegiatan turut memperkuat penyampaian pesan kesehatan. Siswa tidak hanya mendengarkan, tetapi juga ikut merespon ketika ditanya mengenai kebiasaan sehari-hari, seperti mencuci tangan sebelum makan atau jenis makanan yang sering mereka bawa ke sekolah. Keaktifan seperti ini menunjukkan bahwa penyuluhan yang dikemas secara santai membuat siswa merasa nyaman untuk terlibat, bukan sekadar menjadi pendengar pasif.

Praktik gerakan mencuci tangan yang dilakukan bersama-sama menjadi bagian yang cukup menonjol. Ketika tim memperagakan langkah-langkahnya, siswa dengan cepat menirukan setiap gerakan. Meskipun dilakukan tanpa air, kegiatan ini tetap memberi gambaran jelas bagi siswa mengenai urutan cuci tangan yang benar. Antusiasme mereka terlihat dari cara siswa mengikuti gerakan secara berulang dan mencoba mengingat kembali urutannya. Hal ini menunjukkan bahwa praktik langsung sangat membantu dalam menguatkan pemahaman, terutama pada anak usia sekolah dasar yang lebih mudah belajar melalui contoh nyata.

Keterlibatan guru dalam kegiatan ini juga memberikan kontribusi besar terhadap kelancaran penyuluhan. Guru menjaga ketertiban kelas, membantu memberi penjelasan tambahan ketika diperlukan, dan memastikan semua siswa mengikuti kegiatan sampai selesai. Dengan adanya pendampingan tersebut, suasana kegiatan menjadi lebih terkendali meskipun jumlah siswa cukup banyak. Kerjasama antara tim pelaksana dan guru menjadi dukungan penting agar materi dapat tersampaikan secara maksimal.

Walaupun kegiatan berjalan lancar, tetap ada beberapa hal yang menjadi catatan. Salah satunya adalah kondisi siswa yang mudah teralihkan perhatiannya ketika suasana mulai ramai, sehingga penyampaian materi harus tetap disesuaikan dengan kemampuan mereka dalam mempertahankan fokus. Selain itu, waktu yang tersedia juga tidak terlalu panjang, sehingga penyampaian materi harus dilakukan secara ringkas tanpa mengurangi inti informasi yang ingin diberikan.

Untuk meningkatkan kesadaran dan partisipasi siswa dalam PHBS dan gizi seimbang, diperlukan berbagai upaya yang terintegrasi dan berkelanjutan. Salah satu langkah awal yang dapat diambil adalah dengan melibatkan siswa dalam perencanaan program edukasi. Siswa yang terlibat dalam perencanaan program lebih cenderung berpartisipasi aktif dalam kegiatan edukasi yang diadakan di sekolah (Lira Dian Nofita et al., 2025)

Secara keseluruhan, kegiatan ini berhasil memberikan gambaran dasar tentang PHBS dan gizi seimbang kepada siswa. Penyuluhan ini tidak hanya mengenalkan konsep kesehatan, tetapi juga memberikan pengalaman langsung yang bisa mereka terapkan di sekolah maupun di rumah. Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan pihak sekolah dapat terus melanjutkan pembiasaan perilaku sehat, terutama di lingkungan belajar yang setiap hari dihadapi siswa.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Kegiatan penyuluhan mengenai PHBS dan gizi seimbang yang dilaksanakan di SDN 2 dan SDN 4 Tanoyan Selatan dapat berjalan dengan baik dari awal hingga akhir. Penyampaian materi melalui slide dan video membantu siswa memahami isi penyuluhan dengan lebih mudah karena contoh yang ditampilkan bersifat visual dan dekat dengan kehidupan sehari-hari mereka. Selama kegiatan berlangsung, siswa menunjukkan ketertarikan dengan memberikan tanggapan, menjawab pertanyaan, serta mengikuti arahan yang diberikan. Bagian demonstrasi mencuci tangan juga mendapat respon positif, karena siswa langsung menirukan gerakan yang diperagakan. Dengan adanya kegiatan ini,

siswa mendapatkan tambahan pengetahuan mengenai kebiasaan hidup bersih dan pilihan makanan yang lebih baik untuk menjaga kesehatan. Guru pendamping juga berperan besar dalam menertibkan siswa sehingga seluruh rangkaian penyuluhan dapat dilaksanakan sesuai rencana dan berjalan lancar.

Sekolah dapat mulai membuat kebiasaan kecil yang dilakukan secara rutin, seperti mengecek kebersihan tangan dan kuku sebelum belajar, atau mengingatkan siswa untuk membawa bekal yang lebih sehat. Guru juga bisa memasukkan contoh perilaku hidup bersih ke dalam kegiatan kelas agar siswa lebih terbiasa menerapkannya tanpa harus diingatkan terus-menerus. Selain itu, sekolah dapat menempelkan gambar atau tulisan sederhana mengenai PHBS di tempat yang mudah dilihat siswa, sehingga mereka selalu teringat untuk menjaga kebersihan dan memilih makanan yang baik.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Institut Kesehatan dan Teknologi Graha Medika Kotamobagu atas dukungan dan kesempatan yang diberikan sehingga kegiatan ini dapat dilaksanakan dengan baik. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada pihak SDN 2 Tanoyan Selatan dan SDN 4 Tanoyan Selatan yang telah memberikan izin serta memfasilitasi kegiatan di lingkungan sekolah. Penulis turut menyampaikan apresiasi kepada paraguru yang berkenan mendampingi selama kegiatan berlangsung, serta kepada para siswa yang mengikuti seluruh rangkaian kegiatan dengan baik. Atas kerja sama dan bantuan berbagai pihak, kegiatan ini dapat berjalan dengan lancar dan sesuai dengan tujuan yang direncanakan

## DAFTAR PUSTAKA

- Rismayani, B., Akbar, H., Kaseger, H., Astuti, W., Kuna, M. R., Mokoagow, A., & Mokodongan, M. (2025). Pentingnya Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) sebagai Upaya Preventif terhadap Penyakit Kecacangan pada Anak Sekolah Dasar SDN 10 Bintauna. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka*, 4(2), 1829-1835.
- Dewi, L. (2021). Penerapan gizi seimbang pada siswa sekolah dasar: Tantangan dan strategi. *Jurnal Gizi Anak Indonesia*, 5(1), 28-35.
- Fitri, N., & Lestari, D. (2022). Efektivitas penyampaian materi menggunakan video edukasi pada anak usia sekolah. *Jurnal Media Pendidikan*, 6(1), 54-61.
- Hapsari, N., & Nisa, K. (2021). Pengetahuan dan sikap siswa terhadap penerapan PHBS di sekolah. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 9(1), 45-53.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah. *Jakarta: Kemenkes RI*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). Pedoman Gizi Seimbang dan Isi Piringku. *Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat*.
- Lira Dian Nofita, Reni Yusman, Tika Kencana, & Yulia Netri. (2025). Peningkatan Pemahaman Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa SDN 05 Pauh Lubuk Sikaping. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (JUDIMAS)*, 3(2), 230-239
- Notoatmodjo, S. (2012). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. *Jakarta: Rineka Cipta*.
- Prasetyo, M., & Indriani, R. (2020). Pentingnya edukasi interaktif dalam meningkatkan perilaku hidup bersih pada anak sekolah. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sehat*, 4(2), 67-74.
- Purnamasari, D., & Hadi, S. (2022). Pelatihan Guru Dalam Edukasi PHBS. *Jurnal Pendidikan dan Kesehatan*, 11(1), 23-30.
- Rahmawati, S., & Hidayat, A. (2022). Hubungan pengetahuan orang tua dengan pola konsumsi anak usia sekolah dasar. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 14(2), 112-120.
- Ramadhani, T. (2021). Peran guru dalam pembiasaan perilaku sehat pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar Nusantara*, 3(2), 102-110.
- Santosh J Passi. (2017). Prevention of Non-communicable Diseases by Balanced Nutrition: Population-specific Effective Public Health Approaches in Developing Countries. *NCBI Literature Resources*, 13(5), 461-476.
- Sari, P., & Nurjanah, S. (2020). Kebiasaan jajanan siswa dan hubungannya dengan status gizi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(4), 233-241.
- Sukarni, A., & Yunita, A. (2020). Pengaruh media visual terhadap pemahaman siswa pada materi kesehatan. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 8(3), 155-163.
- World Health Organization. (2020). Guidelines on Hand Hygiene in School Settings. *Geneva: WHO Press*.

- World Health Organization. (2021). Health Promotion in School-Age Children. *Geneva: WHO*.
- World Health Organization. (2023). Sustainable Development Goals: Goal 3 – Good Health and Well-Being. *Geneva: WHO*.
- Wulandari, F. (2022). Analisis perilaku cuci tangan anak sekolah dasar. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 11(2), 89–97.
- Yarmaiza, & Zakiyuddin. (2019). Pencegahan Dini Terhadap Penyakit Tidak Menular (Ptm) Melalui Germas. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, 2(3), 168–175