

Penyuluhan Gizi Seimbang Serta Penerapan Hidup Bersih dan Sehat di SD Negeri Badean 3 Bondowoso

Agung Nugroho Puspito ^{1*}, Mohammad Ubaidillah ², Mohammad Rafli Akbar ³, Cantika Yaumeilisa Diaz ⁴, Sulistya Ayu Safitri ⁵, Tria Nofa Nur Imani ⁶, Zahra Ayu Ramah Dhani ⁷

^{1*,2} Program Studi Bioteknologi, Program Pascasarjana, Universitas Jember, Kabupaten Jember, Provinsi Jawa Timur, Indonesia.

^{3,4,5,6,7} Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Jember, Kabupaten Jember, Provinsi Jawa Timur, Indonesia.

Corresponding Email: anuspito@unej.ac.id ^{1*}

Histori Artikel:

Dikirim 23 Desember 2024; *Diterima dalam bentuk revisi* 10 Februari 2025; *Diterima* 20 April 2025; *Diterbitkan* 10 Mei 2025. Semua hak dilindungi oleh Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) STMKI Indonesia Banda Aceh.

Abstrak

Status gizi merupakan faktor penting bagi Kesehatan suatu individu, komunitas, serta masyarakat luas. Di negara Indonesia masalah mengenai gizi masih sangat tinggi. Hal tersebut terjadi akibat kurangnya minat dalam menggali informasi mengenai hidup sehat dan gizi seimbang sehingga dalam memenuhi kebutuhan gizi sehari-hari tidak optimal. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan, angka stunting di Indonesia pada tahun 2023 tercatat sebesar 21,5 persen, hanya turun 0,1 persen dari tahun sebelumnya yang sebesar 21,6 persen. Dengan adanya permasalahan tersebut kami melakukan kegiatan penyuluhan dengan metode ceramah dan pendampingan praktik untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa-siswi Sekolah Dasar tepatnya di SD Negeri Badean 3. Materi yang diberikan mengenai perilaku hidup sehat dengan menerapkan pedoman Gizi Seimbang yang diantaranya: Hasil yang diperoleh dalam kegiatan tersebut siswa- siswi SD Negeri 3 Badean mampu memahami pedoman gizi seimbang, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Dengan adanya proyek sosial ini, para siswa sudah dapat menerapkan perilaku hidup sehat atau disebut juga sebagai gaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari mereka.

Kata Kunci: Penyuluhan; Gizi Seimbang; dan PHBS.

Abstract

Nutritional status is an important factor for the health of an individual, community, and the wider community. In Indonesia, the problem of nutrition is still very high. This occurs due to a lack of interest in exploring information about healthy living and balanced nutrition so that meeting daily nutritional needs is not optimal. Based on data from the Ministry of Health, the stunting rate in Indonesia in 2023 was recorded at 21.5 percent, down only 0.1 percent from the previous year which was 21.6 percent. With these problems, we carry out counseling activities with lecture methods and practical assistance to increase the knowledge and awareness of elementary school students, precisely at SD Negeri Badean 3. The material provided regarding healthy living behavior by applying the Balanced Nutrition guidelines includes: The results obtained in this activity are that SD Negeri 3 Badean students are able to understand the balanced nutrition guidelines, Clean and Healthy Living Behavior (PHBS). With this social project, students can already implement healthy living behaviors or also known as a healthy lifestyle in their daily lives.

Keyword: Counseling; Balanced Nutrition; Clean and Healthy Lifestyle.

1. Pendahuluan

Ilmu pengetahuan merupakan usaha sistematis yang dilakukan untuk menyelidiki, menemukan, dan meningkatkan pemahaman manusia terhadap berbagai aspek kenyataan dalam kehidupan (Nasution, 2023). Salah satu cabang ilmu yang sangat penting adalah ilmu kesehatan, yang berperan besar dalam menentukan kelangsungan hidup manusia. Oleh karena itu, penyampaian pengetahuan tentang kesehatan harus dimulai sedini mungkin. Sekolah dasar merupakan tahapan yang tepat untuk memperkenalkan pengetahuan dasar mengenai kesehatan kepada anak-anak. Pengetahuan yang perlu diberikan kepada siswa sekolah dasar mencakup perilaku hidup bersih dan sehat serta pola makan yang bergizi (Herman, Kusumawati, & Novitriani, 2023). Pemahaman mengenai makanan bergizi seimbang dan kesehatan sangat penting untuk membekali anak dengan kemampuan untuk membuat pilihan yang baik terkait konsumsi makanan serta menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan upaya yang dilakukan secara sadar dan aktif untuk menjaga serta meningkatkan kesehatan, mencegah risiko penyakit, dan melindungi diri dari ancaman penyakit (Aderita, 2020). Pengetahuan mengenai PHBS sangat dibutuhkan, khususnya oleh anak-anak sekolah dasar, mengingat usia tersebut merupakan masa yang rentan terhadap berbagai penyakit. Selain itu, pengetahuan mengenai makanan bergizi juga tidak kalah penting untuk diberikan, mengingat pada usia sekolah dasar, anak-anak mulai memiliki kebebasan dalam memilih makanan tanpa pengawasan ketat dari orang tua. Oleh karena itu, dalam kegiatan ini, materi yang kami sampaikan mencakup 8 indikator PHBS, pedoman Isi Piringku, dan 10 pesan gizi seimbang.

Kata "gizi" berasal dari bahasa Arab "ghidza," yang berarti makanan. Ilmu gizi adalah disiplin ilmu yang mempelajari hubungan antara makanan dan kesehatan yang optimal (Herman *et al.*, 2023). Zat gizi adalah komponen kimia yang diperlukan oleh tubuh untuk menjalankan berbagai fungsi vital, seperti menghasilkan energi, membangun dan memelihara jaringan tubuh, serta mengatur proses-proses kehidupan lainnya. Gizi sangat penting bagi semua individu, terutama bagi anak-anak usia sekolah, karena pada masa ini mereka sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat, yang sangat berpengaruh terhadap kondisi kesehatan mereka di masa depan (Aderita, 2020). Di SD Negeri Badean 3, masih terdapat kekurangan pemahaman siswa mengenai konsep dasar makanan bergizi seimbang. Meskipun siswa sudah memiliki pengetahuan dasar mengenai PHBS, implementasi perilaku tersebut dalam kehidupan sehari-hari masih belum maksimal. Kondisi ini menjadi dasar bagi kami untuk melaksanakan kegiatan penyuluhan tentang penerapan gizi seimbang dan PHBS di sekolah tersebut.

1.1. Tujuan Kegiatan

Tujuan dari kegiatan penyuluhan yang dilakukan adalah bertambahnya pengetahuan serta wawasan siswa-siswi SD Negeri 3 Badean Bondowoso terkait dengan gizi seimbang dan pola hidup bersih.

1.2. Manfaat Kegiatan

Kegiatan penyuluhan yang dilakukan bertujuan untuk mengedukasi serta menambah wawasan siswa-siswi SD Negeri 3 Badean Bondowoso terkait dengan gizi seimbang dan pola hidup bersih.

2. Metode

2.1. Bentuk Kegiatan & Jadwal, Serta Tempat Kegiatan

a. Metode Pelaksanaan Kegiatan

Untuk melaksanakan kegiatan ini, kami menggunakan metode konvensional yang melibatkan beberapa teknik, antara lain presentasi, praktik, diskusi, serta pendampingan. Pendekatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan peserta didik dan mendorong siswa SD Negeri Badean

3, khususnya pada kelas 4, 5, dan 6, agar dapat mengimplementasikan pemenuhan gizi seimbang dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Materi yang disampaikan pada kegiatan ini meliputi:

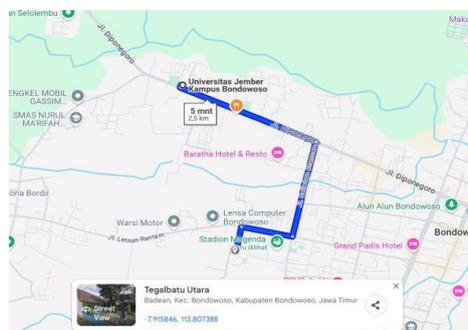
- 1) Pertemuan pertama (16 Oktober 2024)
Pemaparan materi mengenai pengenalan gizi seimbang dengan menggunakan pedoman Isi Piringku, dilanjutkan dengan praktik pemenuhan gizi seimbang melalui diorama.
- 2) Pertemuan kedua (26 Oktober 2024)
Pemaparan materi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), disertai dengan praktik mengenai 6 langkah mencuci tangan yang baik dan benar.
- 3) Pertemuan ketiga (30 Oktober 2024)
Pemaparan materi mengenai penyakit diare, termasuk gejala, penyebab, dan upaya pencegahan yang dapat dilakukan untuk menghindarinya.
- 4) Pertemuan keempat (2 November 2024)
Pelaksanaan post-test diikuti dengan kegiatan senam bersama, jalan sehat, dan makan bersama dengan bekal yang sesuai dengan pedoman Isi Piringku.

b. Waktu Efektif Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilaksanakan pada bulan Oktober 2023 sampai dengan 2 November 2024.

c. Tempat Kegiatan

Lokasi penyuluhan ini dilaksanakan di SD Negeri Badean 3 yang terletak di Gang impres, Jl. Letnan Rantam, Tegal Batu Utara, Badean, Kecamatan Bondowoso, Kabupaten Bondowoso dan berjarak 2,5 km dari Universitas Jember Kampus Bondowoso.



Gambar 1. Map Lokasi Kegiatan

3. Hasil dan Pembahasan

3.1 Hasil Pelaksanaan Pengabdian

Kegiatan penyuluhan mengenai Gizi Seimbang dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang kami lakukan di SD Negeri Badean 3 menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pemahaman siswa mengenai pedoman gizi seimbang serta penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam kehidupan sehari-hari. Berikut adalah rincian materi yang kami sampaikan selama kegiatan penyuluhan berlangsung.

3.1.1 Pengenalan Pedoman Gizi Seimbang

Kami memulai sesi dengan memaparkan materi mengenai pedoman gizi seimbang. Sebelum pemaparan dimulai, kami mengajukan beberapa pertanyaan untuk mengukur sejauh mana pemahaman siswa SD Negeri Badean 3 tentang gizi seimbang. Di pertengahan sesi, kami melakukan ice breaking untuk membantu siswa kembali fokus. Di akhir sesi, kami menyelenggarakan post-test yang diikuti dengan pemberian hadiah bagi siswa yang berani menjawab dengan tepat. Materi yang

kami sampaikan pada pertemuan pertama mencakup pengenalan tentang *Isi Piringku*, sebuah pedoman yang disusun oleh Kementerian Kesehatan untuk mengonsumsi makanan sesuai dengan prinsip gizi seimbang. Selain itu, pedoman ini juga mengajarkan pentingnya mencuci tangan sebelum dan setelah makan, minum air sebanyak 8 gelas sehari, mengurangi konsumsi gula, garam, dan lemak, serta melakukan aktivitas fisik dan memantau berat badan. Pembagian porsi jenis kandungan gizi dalam *Isi Piringku* adalah sebagai berikut: $\frac{2}{3}$ dari setengah piring berisi makanan pokok yang mengandung karbohidrat, seperti nasi, kentang, singkong, dan roti; $\frac{2}{3}$ dari setengah piring berisi sayuran yang mengandung vitamin, mineral, dan serat, seperti sawi, wortel, brokoli, dan bayam; $\frac{1}{3}$ dari setengah piring berisi lauk-pauk yang mengandung protein, seperti ikan, daging ayam, daging sapi, tempe, dan tahu; serta $\frac{1}{3}$ dari setengah piring berisi buah-buahan yang mengandung vitamin dan mineral, seperti apel, pisang, melon, nanas, dan jeruk. Kami juga memaparkan tentang fungsi makanan bagi tubuh, yakni sebagai penghasil energi, mendukung pertumbuhan, sebagai zat pengatur, dan sebagai zat pemelihara. Selain itu, kami menyampaikan 10 pesan gizi seimbang yang meliputi: menikmati dan mengonsumsi beragam makanan, membiasakan makan aneka ragam makanan pokok, mengonsumsi lauk pauk kaya protein, banyak makan sayur dan buah, membatasi konsumsi makanan asin, manis, dan berlemak, makan di pagi hari, minum air putih yang cukup, membaca label kemasan makanan, melakukan aktivitas fisik secara rutin, serta mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir. Hasil pemaparan materi pada pertemuan pertama menunjukkan bahwa sebagian besar siswa SD Negeri Badean 3 belum sepenuhnya memahami cara mengelompokkan makanan sesuai dengan kandungan gizi. Namun, setelah pelaksanaan post-test, sebagian besar siswa telah mampu mengelompokkan makanan dengan benar sesuai dengan kandungannya.



Gambar 2. Pemaparan Materi Terkait Pedoman Gizi Seimbang

3.1.2 Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

Pada pertemuan kedua, kami memaparkan materi mengenai pengertian dan indikator-indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Kegiatan penyuluhan dimulai dengan sesi tanya jawab singkat untuk mengukur pemahaman siswa SD Negeri Badean 3 tentang PHBS. Di tengah sesi, kami mengadakan ice breaking untuk membantu siswa kembali fokus dan semangat. Di akhir sesi, kami menyelenggarakan post-test yang diikuti dengan pemberian hadiah bagi siswa yang berani menjawab dengan tepat, serta melakukan praktik mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir. Materi yang disampaikan mencakup langkah-langkah mencuci tangan yang benar, yang diperagakan melalui video, serta indikator-indikator PHBS, yaitu: mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir, mengonsumsi jajanan sehat, menggunakan jamban yang bersih, rutin berolahraga, tidak merokok, membuang sampah pada tempatnya, memberantas jentik-jentik nyamuk, serta mengukur berat badan dan tinggi badan secara rutin. Hasil dari kegiatan penyuluhan ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa SD Negeri Badean 3 belum mengetahui cara mencuci tangan dengan benar. Namun, setelah pemaparan video dan praktik langsung, siswa-siswi dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Meskipun demikian, kendala yang ditemui adalah jarak antara wastafel dengan kelas yang cukup jauh, sehingga menjadi tantangan dalam penerapan kebiasaan ini di lingkungan sekolah.



Gambar 3. Pemaparan Materi Terkait Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

3.1.3 Edukasi Mengenai Penyakit Diare

Pada pertemuan ketiga, kami memberikan edukasi mengenai penyakit diare, yang merupakan salah satu contoh penyakit yang disebabkan oleh kurangnya kebersihan. Materi yang disampaikan mencakup beberapa aspek penting mengenai diare, di antaranya adalah definisi penyakit diare, gejala-gejala yang biasanya muncul pada penderita diare, serta penyebab utama dari penyakit ini. Selain itu, kami juga menjelaskan upaya-upaya pencegahan yang dapat dilakukan untuk menghindari penyakit diare, seperti menjaga kebersihan tangan, mengonsumsi makanan yang sehat dan matang, serta memperhatikan sanitasi lingkungan sekitar. Pengetahuan ini diharapkan dapat membantu siswa untuk lebih berhati-hati dalam menjaga kebersihan diri dan mencegah penularan penyakit yang dapat membahayakan kesehatan mereka.



Gambar 4. Pemaparan Materi Mengenai Penyakit Diare

3.1.4 Kegiatan Senam Bersama dan Jalan Sehat

Kegiatan senam bersama dan jalan sehat merupakan agenda penyuluhan terakhir di SD Negeri Badean 3. Kegiatan pertama yang kita lakukan yaitu mengerjakan *post-test* sebagai acuan seberapa jauh pemahaman para siswa terhadap materi yang disampaikan selama 3 hari terakhir. Diketahui dari hasil post test yang telah dilakukan, lebih dari setengah dari total siswa yang mengikuti kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan. Kegiatan selanjutnya yaitu senam bersama selama 10 menit yang diikuti oleh seluruh siswa-siswi SD Negeri Badean 3 dan para guru, serta diakhir senam kami membagikan susu kepada seluruh siswa. Selanjutnya yaitu kegiatan jalan sehat di sekitar lingkungan sekolah. Kegiatan terakhir yaitu kami makan bersama dengan bekal dari rumah masing-masing dengan menerapkan konsep “Isi Piringku” dan terakhir kami berpamitan dengan siswa-siswi SD Negeri Badean 3 serta para guru.



Gambar 5. Kegiatan Senam dan Jalan Sehat Bersama

Tantangan yang kami hadapi selama pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini yaitu keadaan kelas yang tidak kondusif seperti kurang memerhatikan saat pemaparan materi, beberapa siswa bertengkar dan menangis yang menyebabkan pemaparan materi berlangsung kurang efektif. Selain itu, pada aktifitas di luar ruangan yaitu pada kegiatan jalan sehat, para siswa tidak mendengarkan instruksi yang kami sampaikan sehingga kegiatan berlangsung kurang kondusif.

3.2 Masyarakat Sasaran

Sasaran kegiatan penyuluhan yang kami lakukan yaitu para siswa kelas 4, 5, dan 6 SD Negeri Badean 3 dengan total 21 siswa. Para siswa memiliki pengetahuan yang kurang mengenai Gizi Seimbang serta Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Peran orang tua juga kurang dalam memberikan pemahaman mengenai makanan dan perilaku yang harus diterapkan untuk hidup sehat. Oleh sebab itu, kami mengangkat tema penyuluhan mengenai Gizi Seimbang serta Perilaku Hidup Bersih dan Sehat untuk memberi pengetahuan lebih dalam kepada siswa.

3.3 Pembahasan

Kegiatan penyuluhan mengenai Gizi Seimbang dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang dilakukan di SD Negeri Badean 3 telah memberikan dampak positif terhadap peningkatan pemahaman siswa mengenai pentingnya menjaga kesehatan melalui penerapan pola makan bergizi dan kebiasaan hidup sehat. Pendidikan tentang kesehatan merupakan elemen penting yang dapat membantu individu, terutama anak-anak usia sekolah, untuk menjalani kehidupan yang lebih sehat dan mengurangi risiko penyakit (Aderita, 2020). Dalam kegiatan ini, kami berfokus pada materi tentang gizi seimbang, PHBS, dan penyakit diare, yang semuanya memiliki hubungan langsung dengan upaya pencegahan penyakit dan peningkatan kualitas hidup. Pada pertemuan pertama, kami memaparkan tentang *Isi Piringku*, sebuah pedoman yang dikembangkan oleh Kementerian Kesehatan untuk mengedukasi masyarakat mengenai konsumsi makanan yang seimbang dan bergizi. Berdasarkan pemaparan tersebut, sebagian besar siswa SD Negeri Badean 3 menunjukkan pemahaman yang kurang mengenai pengelompokan makanan sesuai dengan kandungan gizi. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun materi mengenai gizi sudah dikenalkan, pemahaman mengenai cara mengatur pola makan yang seimbang masih perlu diperkuat melalui kegiatan yang lebih intensif (Herman, Kusumawati, & Novitriani, 2023). Setelah dilaksanakan post-test, para siswa berhasil mengidentifikasi dengan lebih baik jenis makanan berdasarkan kelompok gizi, yang menunjukkan bahwa pembelajaran yang diberikan cukup efektif dalam meningkatkan pemahaman mereka tentang prinsip-prinsip dasar gizi seimbang.

Pada pertemuan kedua, kami menyampaikan materi tentang PHBS, yang mengajarkan siswa mengenai kebiasaan hidup sehat seperti mencuci tangan dengan benar, makan makanan sehat, dan berolahraga secara teratur. Pengetahuan tentang PHBS sangat penting, mengingat perilaku ini berkontribusi pada pencegahan berbagai penyakit, termasuk diare dan infeksi saluran pencernaan yang dapat timbul akibat kurangnya kebersihan (Aderita, 2020). Kami juga mengajarkan langkah-langkah mencuci tangan yang benar dengan menggunakan sabun dan air mengalir melalui demonstrasi video dan praktik langsung. Namun, hambatan yang ditemukan dalam pelaksanaannya adalah jarak yang cukup jauh antara wastafel dan ruang kelas, yang dapat memengaruhi konsistensi siswa dalam melakukan kebiasaan tersebut di sekolah. Meskipun demikian, hasil evaluasi menunjukkan bahwa setelah praktik langsung, sebagian besar siswa berhasil mengaplikasikan teknik mencuci tangan yang benar, yang menandakan efektivitas dari metode pengajaran yang digunakan. Pada pertemuan ketiga, kami memberikan edukasi mengenai penyakit diare sebagai salah satu penyakit yang sering terjadi akibat kebersihan yang kurang terjaga. Pemahaman tentang diare dan langkah-langkah pencegahannya penting untuk meningkatkan kesadaran siswa akan pentingnya menjaga kebersihan makanan dan minuman. Pengetahuan ini juga mendukung upaya pencegahan penyakit yang terkait dengan pola hidup tidak sehat, yang seringkali dapat dihindari dengan kebiasaan sederhana seperti mencuci tangan sebelum makan dan memilih makanan yang bersih dan sehat. Penyuluhan ini sesuai dengan temuan dalam penelitian Aderita (2020), yang menunjukkan bahwa pengetahuan mengenai makanan dan kebersihan berperan besar dalam mengubah perilaku

siswa dalam memilih makanan dan menjaga kebersihan diri. Kegiatan penyuluhan ini telah memberikan hasil yang positif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa tentang pentingnya gizi seimbang dan perilaku hidup bersih dan sehat. Namun, tantangan dalam penerapannya, seperti jarak wastafel yang jauh, perlu diatasi dengan meningkatkan fasilitas di sekolah atau dengan mengintegrasikan kegiatan kebersihan dalam rutinitas sehari-hari. Menurut Nasution (2023), pendekatan yang komprehensif dalam pendidikan kesehatan sangat diperlukan untuk menghasilkan perubahan perilaku yang berkelanjutan, yang mencakup baik pemahaman teoritis maupun praktik langsung. Dengan demikian, program penyuluhan ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam menciptakan lingkungan sekolah yang lebih sehat bagi siswa dan memperkuat kesadaran mereka akan pentingnya menjaga kesehatan pribadi dan lingkungan.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil kegiatan proyek sosial di SD Negeri Badean 3 Bondowoso, kepala sekolah serta tenaga pengajar di SD Negeri Badean 3 Bondowoso merasa terbantu dengan proyek ini. Kehadiran kami dengan mengajarkan kesehatan, memberi pengetahuan tentang gizi seimbang, mengajarkan kebersihan, kedisiplinan serta banyak hal membuat banyak perubahan positif pada peserta didik SD Negeri Badean 3 Bondowoso melalui materi yang kita berikan di setiap pertemuan. Pada kegiatan Penyuluhan Gizi Seimbang Serta Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SD Negeri Badean 3 Bondowoso yang telah dilaksanakan, dapat diketahui bahwa pemahaman para siswa masih kurang. Namun setelah kegiatan penyuluhan ini kami laksanakan, para siswa mengerti, memahami, dan dapat menerapkan Pedoman Gizi Seimbang serta Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam kehidupan sehari-hari walaupun masih terdapat hambatan dalam pengimplementasiannya.

5. Daftar Pustaka

- Aderita, N. I. (2020). Pengaruh pendidikan kesehatan makanan jajanan terhadap pengetahuan, sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan jajanan pada siswa Sekolah Dasar Negeri 01 Madegondo Grogol. *Indonesian Journal on Medical Science*, 7(2).
- Ani, M. A. M., Wijayanti, K., & Harwijayanti, B. P. (2020). Membudayakan Hidup Bersih Dan Sehat Melalui Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) Di Desa Jepangrejo, Blora. *ABDIMAS Madani*, 2(2), 25-32.
- Febrianto, B. Y., Septiana, V. T., Jelmila, S. N., & Hasni, D. (2024). Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Lingkungan Pesantren Al-Falah Padang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 1(11), 2957-2962. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v1i11.638>.
- Hafiz, F. A., Kamilia, P. N., Putri, A. M., & Arifin, I. (2022, November). Sosialisasi Dan Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Siswa Kelas II Di Madrasah Ibtidaiyah As-Syahid Kota Bekasi. In *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ* (Vol. 1, No. 1).
- Nasution, S. F. (2023). Filsafat Ilmu: Moral dan Ilmu. *Divinitas Jurnal Filsafat Dan Teologi Kontekstual*, 1(1), 9-14.
- Nurhaedah, N., Nurhayati, N., Idris, A. N., Imran, A., & Muslimin, B. (2024). Pendidikan Kesehatan Perilaku Hidup Bersih Sehat dan Gizi Anak Sekolah di Dusun Bonto Bonto Desa Tunikamaseang Kabupaten Maros. *Celebes Journal of Community Services*, 3(2), 338-344.

- Prasasti, A., Prayudeni, S., Kustriyani, A., Deviani, D. A., Gymnastiar, F., & Maulidia, M. (2024). The Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SDN 02 Telemung, Banyuwangi. *WASATHON Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(04), 134-138. <https://doi.org/10.61902/wasathon.v2i04.1452>.
- Putri, R. I. R., Sa'diyah, K., Mukmila, A., & Widyaningrum, D. A. (2022). Penyuluhan Pentingnya Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Dengan Meningkatkan Asupan Gizi Seimbang Pada Masa Pandemi. *JPM PAMBUDI*, 6(01), 26-31.
- Rahmy, H. A., Prativa, N., Andrianus, R., & Shalma, M. P. (2020). Edukasi Gizi Pedoman Gizi Seimbang Dan Isi Piringku Pada Anak Sekolah Dasar Negeri 06 Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, 3(2).
- Ramadani, M. (2022). Penguatan peran unit kesehatan sekolah dalam meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat di SDN 17 Gurun Laweh Kecamatan Nanggalo. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, 5(4), 314-321. <https://doi.org/10.25077/bina.v5i4.438>.
- Rate, S., Yusuf, K., & Nurcahyani, I. D. (2023). Penyuluhan Gizi Seimbang dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada ibu hamil di Dusun Bonto Biraeng Kec. Marusu Kab. Maros. *DIKEMAS (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 7(1). <https://doi.org/10.32486/dikemas.v7i1.305>.
- Saputri, M. E., Widiastuti, S., & Pamela, D. N. (2021). Pemeriksaan Gizi Pada Anak Usia Sekolah dan Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah Dasar Terpadu Al-Farabi Pondok Terong Cipayung Depok. *Journal of Community Engagement in Health*, 4(1), 82-85. <https://doi.org/10.30994/jceh.v4i1.119>.
- Sulaiman, Y., Sebba, A. K., Dina, D., Rifai, A., Alawiyah, T., Putri, S. A., & Wulandari, E. (2022). *Dasar-dasar ilmu gizi*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Wulandari, D. N., Nabilah, S., Khofifah, S. N., Prasetyo, H. I., Vevananda, C., Karim, M. H. R., ... & Panhardyka, H. A. (2024). Edukasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dan demo pembuatan sabun cair pada anak sekolah. *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)*, 5(3), 575-580. <https://doi.org/10.33474/jp2m.v5i3.21795>.