

Pembentukan Karakter Melalui Moderat Makanan Sehat dan Kebersihan Diri Bagi SDN Trebungan Bondowoso

Akmal Firdautillah¹, Intania Kirani Hasanah², Muhammad Raihan Akbar^{3*}, Nindy Varissa Zalianty Putri⁴, Tia Amalia Putri Yuristina⁵, Windy Dwi Magfiroh⁶, Yolanda Aghniatul Magfiro⁷, Susan Barbara Patricia Sembiring Meliala⁸, Agung Nugroho Puspito⁹

^{1,2,3*,4,5,6,7,8} Program Studi Ilmu Pertanian, Fakultas Pertanian, Universitas Jember, Kabupaten Jember, Provinsi Jawa Timur, Indonesia.

⁹ Program Studi Bioteknologi, Program Pascasarjana, Universitas Jember, Kabupaten Jember, Provinsi Jawa Timur, Indonesia.

Corresponding Email: muh.raihanakbar14@gmail.com^{3*}

Histori Artikel:

Dikirim 26 November 2025; *Diterima dalam bentuk revisi* 21 Desember 2025; *Diterima* 5 Februari 2026; *Diterbitkan* 10 Mei 2026. Semua hak dilindungi oleh Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) STMIK Indonesia Banda Aceh.

Abstrak

Penerapan pola hidup bersih dan sehat sebaiknya dimulai pada jenjang pendidikan dasar karena anak-anak berada dalam masa perkembangan karakter dan kebiasaan yang akan memengaruhi kehidupan mereka di masa depan. Kebiasaan sehat yang ditanamkan sejak kecil berperan penting dalam mendukung perkembangan fisik dan mental anak sekaligus mencegah berbagai masalah kesehatan di kemudian hari. Namun, kenyataannya masih banyak anak sekolah dasar yang belum menyadari pentingnya mengonsumsi makanan bergizi dan menjaga kebersihan diri, sehingga berisiko mengalami masalah kesehatan dan gizi. Oleh karena itu, diperlukan upaya pendidikan kesehatan yang efektif dan berkelanjutan untuk meningkatkan pengetahuan serta kesadaran siswa. Program dirancang untuk meningkatkan pemahaman dan sikap hidup bersih dan sehat di kalangan siswa sekolah dasar melalui metode pembelajaran yang menarik, menyenangkan, dan sesuai dengan karakteristik anak. Pendekatan yang digunakan mencakup sosialisasi dan penyuluhan dengan memanfaatkan berbagai media pendidikan, seperti presentasi slide, video edukatif, serta permainan interaktif yang mendorong keterlibatan aktif siswa. Evaluasi dilakukan sebelum dan sesudah kegiatan untuk mengukur perubahan pengetahuan dan perilaku siswa. Program dilaksanakan di SDN Trebungan, Kabupaten Bondowoso, dalam tiga sesi dengan melibatkan 20 siswa kelas II. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pengetahuan siswa mengenai makanan sehat, dari 77,8% pada *pre-test* menjadi 99,8% pada *post-test*. Selain itu, persentase siswa yang mampu melakukan cuci tangan dengan benar juga meningkat secara signifikan, yakni dari 16,7% sebelum kegiatan menjadi 88,9% setelah program selesai. Hasil tersebut membuktikan bahwa sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat efektif dalam meningkatkan pemahaman serta membentuk kebiasaan hidup bersih dan sehat pada siswa sekolah dasar, sehingga berpotensi mendukung terciptanya lingkungan sekolah yang sehat dan kondusif.

Kata Kunci: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat; Makanan Sehat dan Bergizi; Cuci Tangan; Siswa Sekolah Dasar.

Abstract

The implementation of clean and healthy living practices should begin at the elementary education level, as children are in a critical period of character and habit development that will influence their future lives. Healthy habits instilled from an early age play a vital role in supporting children's physical and mental development while preventing various health problems later in life. However, many elementary school children remain unaware of the importance of consuming nutritious food and maintaining personal hygiene, putting them at risk of health and nutritional problems. Therefore, effective and sustainable health education efforts are needed to increase students' knowledge and awareness. The program was designed to enhance

understanding and attitudes toward clean and healthy living among elementary school students through engaging, enjoyable, and age-appropriate learning methods. The approach included outreach and counseling using various educational media, such as slide presentations, educational videos, and interactive games that encouraged active student participation. Evaluations were conducted before and after the activities to measure changes in students' knowledge and behavior. The program was implemented at Trebungan Elementary School, Bondowoso Regency, in three sessions involving 20 second-grade students. The evaluation results showed an increase in students' knowledge about healthy food, from 77.8% in the pre-test to 99.8% in the post-test. Additionally, the percentage of students able to wash their hands correctly also increased significantly, from 16.7% before the activity to 88.9% after the program. These findings demonstrate that the socialization of clean and healthy living behaviors is effective in increasing understanding and developing clean and healthy living habits among elementary school students, thus having the potential to support the creation of a healthy and conducive school environment.

Keyword: Clean and Healthy Living Behavior; Healthy and Nutritious Food; Hand Washing; Elementary School Students.

1. Pendahuluan

Kebersihan merupakan praktik dan kondisi yang membantu mencegah penyebaran penyakit (Haerani, 2023; Ismail, 2021). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) menjadi faktor penting dalam membentuk karakter dan kualitas hidup sejak usia dini. Pendidikan tentang kebersihan diri dan konsumsi makanan bergizi seimbang sejak usia dini membantu anak membangun kebiasaan hidup sehat yang berkelanjutan dan menjadi budaya yang diterapkan sehari-hari (Intan, 2021). Salah satu cara PHBS yang paling dasar dan efektif adalah kebiasaan mencuci tangan dengan sabun dan mengonsumsi makanan bergizi. Sosialisasi mencuci tangan dengan sabun dapat meningkatkan pemahaman anak serta mengurangi risiko penyebaran berbagai penyakit menular. Pendidikan kesehatan melalui aktivitas sederhana merupakan langkah strategis untuk membangun perilaku hidup sehat sedini mungkin (Harleli & Edihar, 2025).

Kebiasaan sejak dini akan memengaruhi pola hidup dan karakter seseorang ketika dewasa. Penelitian menunjukkan bahwa kebiasaan mencuci tangan dengan sabun sejak kecil efektif dalam menciptakan kebiasaan hidup bersih hingga usia remaja (Harleli & Edihar, 2025). Anak usia dini dengan PHBS memiliki sistem imun yang kuat dan jarang terserang penyakit menular (Agustiani & Nurvinanda, 2024). Prevalensi penyakit infeksi pada anak usia sekolah dasar masih cukup tinggi. Hal tersebut menunjukkan perlunya edukasi berkelanjutan tentang perilaku hidup bersih dan sehat sejak usia sekolah dasar (Data DINKES Bondowoso, 2023). Pola makan yang tidak sehat dapat meningkatkan risiko penyakit degeneratif (WHO, 2020). Oleh karena itu, pemilihan jenis dan porsi makanan menjadi faktor penting dalam menjaga keseimbangan gizi. Kebersihan diri juga penting untuk mencegah penyakit akibat infeksi. Kebersihan diri mencakup kebiasaan seperti mandi secara teratur, mencuci tangan, sikat gigi minimal dua kali sehari, serta menjaga kebersihan kuku dan pakaian (Kemenkes RI, 2020). Tindakan tersebut bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan seseorang, menjaga kebersihan individu, mengevaluasi kebersihan diri, mengurangi risiko terinfeksi penyakit, meningkatkan rasa percaya diri, dan menciptakan kesan estetis (Donthu, 2021).

Pandangan tersebut sejalan dengan WHO (2025) yang menyebutkan bahwa kesadaran masyarakat terhadap perilaku cuci tangan, kebersihan diri, serta konsumsi makanan bergizi merupakan langkah fundamental dalam menciptakan generasi yang sehat dan produktif. Pendidikan kesehatan yang menggabungkan materi mencuci tangan dan konsumsi makanan bergizi adalah langkah strategis untuk membangun PHBS pada anak sekolah. Penyuluhan kesehatan melalui cara mencuci tangan menggunakan sabun dapat meningkatkan kesadaran anak tentang kebersihan diri dan pencegahan penyakit menular (Harleli & Edihar, 2025). Sosialisasi tentang makanan sehat di sekolah dasar membantu anak memahami pentingnya memilih makanan yang baik untuk kesehatan. Kombinasi kebersihan diri dan nutrisi seimbang mendorong gaya hidup sehat serta mengurangi kemungkinan terjadinya penyakit infeksi di kalangan anak sekolah dasar (Savika Yurza, 2024). Pendidikan *hygiene* dapat lebih bermanfaat bila digunakan bersamaan dengan intervensi lainnya,

seperti memperkuat keterlibatan guru dalam prakarsa terkait *hygiene* baik di dalam maupun di luar kelas, dan mengembangkan metode pengajaran interaktif yang mempromosikan *hygiene* pribadi (Lee, 2022). Lingkungan sekolah yang bersih merupakan unsur penting yang harus dibangun dan dikembangkan secara terus-menerus untuk menjamin terselenggaranya pendidikan yang baik. Semua siswa harus berperan dalam memastikan lingkungan sekolah tetap bersih (Mbindi, 2021). Kolaborasi antara keluarga, sekolah, dan lingkungan sangat berpengaruh pada keberhasilan PHBS (Rehena, Hukubun & Nendissa, 2021). Pendidikan kesehatan yang berfokus pada kebersihan diri dan makanan bergizi dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap positif anak terhadap kesehatan (Dian Rahayu, 2025). Metode bermain dan bernyanyi tentang 6 langkah cuci tangan dapat memperkuat kebiasaan mencuci tangan dengan baik dan benar (Siregar, 2024). Penelitian menyebutkan bahwa penggunaan video animasi dapat memberikan dampak positif jika digunakan sebagai media pembelajaran karena memudahkan dalam mengingat kata-kata atau kalimat dengan cepat (Irawan, 2021). Oleh karena itu, program bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas program PHBS dalam meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat siswa sekolah dasar.

Kegiatan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan anak SDN Trebungan tentang pentingnya makanan bergizi dan kebersihan diri sebagai bagian dari perilaku hidup bersih dan sehat, menumbuhkan kesadaran sejak dini tentang pentingnya menjaga kesehatan melalui pembiasaan perilaku sederhana seperti mencuci tangan sebelum makan dan memilih makanan sehat, serta mendorong partisipasi aktif siswa dalam setiap aktivitas yang diberikan sehingga pesan tentang pola hidup sehat dapat dipraktikkan dalam kehidupan sehari-hari untuk membangun generasi muda yang sehat, cerdas, dan berperilaku hidup bersih.

Kegiatan sosialisasi kebersihan diri dan makanan sehat memberikan manfaat penting bagi siswa sekolah dasar, khususnya di SDN Trebungan. Melalui kegiatan tersebut, pemahaman siswa tentang perbedaan makanan sehat dan tidak sehat serta pentingnya menjaga kebersihan diri dapat meningkat secara signifikan. Anak dibiasakan untuk menerapkan perilaku sederhana namun bermanfaat, seperti mencuci tangan sebelum makan dan memilih makanan bergizi, sehingga dapat melindungi mereka dari risiko penyakit yang disebabkan oleh pola hidup yang kurang sehat. Kegiatan juga mendorong partisipasi aktif siswa dengan pendekatan edukatif yang menyenangkan melalui media presentasi, video, dan permainan edukatif, sehingga mereka lebih antusias dan mudah memahami materi yang diberikan. Kegiatan tidak hanya menanamkan pengetahuan, tetapi juga menumbuhkan kesadaran dan membentuk kebiasaan positif sejak dini. Manfaat jangka panjang dari kegiatan diharapkan mampu mendukung terbentuknya generasi muda yang sehat, cerdas, serta berperilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

2. Metode

2.1 Metode Pelaksanaan/Desain Kegiatan

Kegiatan edukasi hidup sehat pada siswa kelas II SDN Trebungan, Bondowoso dirancang dengan pendekatan partisipatif dan interaktif, sehingga anak dapat belajar sambil bermain dalam tiga kali pertemuan. Tahapan pelaksanaan kegiatan meliputi persiapan kegiatan, koordinasi dengan pihak sekolah untuk menentukan jadwal dan tempat pelaksanaan, penyusunan materi edukasi tentang makanan bergizi dan kebersihan diri, penyiapan media pembelajaran berupa *PowerPoint*, video edukasi, dan permainan interaktif (misalnya tebak gambar makanan sehat, kartu bergizi, serta lagu cuci tangan), dan penyiapan instrumen evaluasi berupa kuesioner sederhana dengan bahasa yang mudah dipahami anak. Tahap persiapan kegiatan dilakukan dengan langkah-langkah penting agar proses belajar dapat berlangsung dengan baik dan efisien. Langkah pertama adalah berkoordinasi dengan pihak sekolah untuk menentukan waktu dan tempat pelaksanaan kegiatan. Setelah waktu disepakati, tim menyusun materi pembelajaran yang berfokus pada dua topik utama, yaitu pentingnya mengonsumsi makanan sehat dan menjaga kebersihan diri melalui cara hidup bersih dan sehat. Menurut Agustiani dan Nurvinanda (2022), perencanaan kegiatan yang baik dan keterlibatan sekolah merupakan faktor kunci dalam keberhasilan pendidikan kesehatan untuk anak usia dini.

Untuk membantu siswa memahami materi, disiapkan berbagai media pembelajaran yang menarik seperti presentasi *PowerPoint*, video edukasi, permainan interaktif seperti tebak gambar makanan bergizi, dan menghafal lagu cuci tangan. Penggunaan media visual dan permainan edukatif dapat meningkatkan minat belajar dan partisipasi aktif siswa dalam kegiatan (Syafi'ie, 2025). Pembuatan alat evaluasi juga dilakukan dengan menyiapkan kuesioner sederhana menggunakan bahasa yang mudah dimengerti oleh anak untuk mengukur sejauh mana pemahaman peserta terhadap materi yang telah disampaikan. Pendekatan evaluasi penting untuk menilai efektivitas kegiatan dan memastikan adanya peningkatan pengetahuan serta perubahan perilaku siswa (Effendy, 2024). Tahap persiapan yang mencakup koordinasi, penyusunan materi, pemilihan media interaktif, dan desain evaluasi menjadi dasar utama keberhasilan pelaksanaan program pendidikan tentang perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah dasar (Dian Rahayu, 2025).

2.2 Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan sosialisasi dilakukan pada 12 September 2025 sampai dengan 25 September 2025, dengan tiga kali pertemuan dalam satu bulan. Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan pembukaan yang terdiri dari perkenalan tim kepada siswa dan *ice breaking* berupa permainan singkat agar anak lebih bersemangat. Selanjutnya, dilakukan penyampaian materi melalui sosialisasi dan penyuluhan dengan media *PowerPoint* dan video animasi sederhana tentang pentingnya makanan sehat serta kebiasaan mencuci tangan. Penjelasan menggunakan bahasa sederhana, gambar, dan contoh nyata agar mudah dipahami anak. Kegiatan bermain sambil belajar dilakukan melalui permainan edukatif seperti tebak gambar makanan sehat dan tidak sehat, kuis interaktif, dan praktik mencuci tangan dengan benar. Pemberian *reward* kecil (susu atau roti) diberikan bagi anak yang aktif berpartisipasi.

2.3 Subjek Kegiatan

Subjek dalam kegiatan adalah peserta didik kelas II SDN Trebungan, Kabupaten Bondowoso, dengan total peserta sebanyak 20 siswa. Semua peserta yang terlibat dalam kegiatan berperan sebagai responden karena mereka merupakan target utama dari pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat. Pemilihan siswa kelas II didasarkan pada pertimbangan bahwa tahap pendidikan dasar awal merupakan periode penting untuk pembentukan dan pembiasaan pola hidup bersih dan sehat melalui kegiatan edukatif yang sesuai dengan perkembangan anak.

2.4 Instrumen Evaluasi

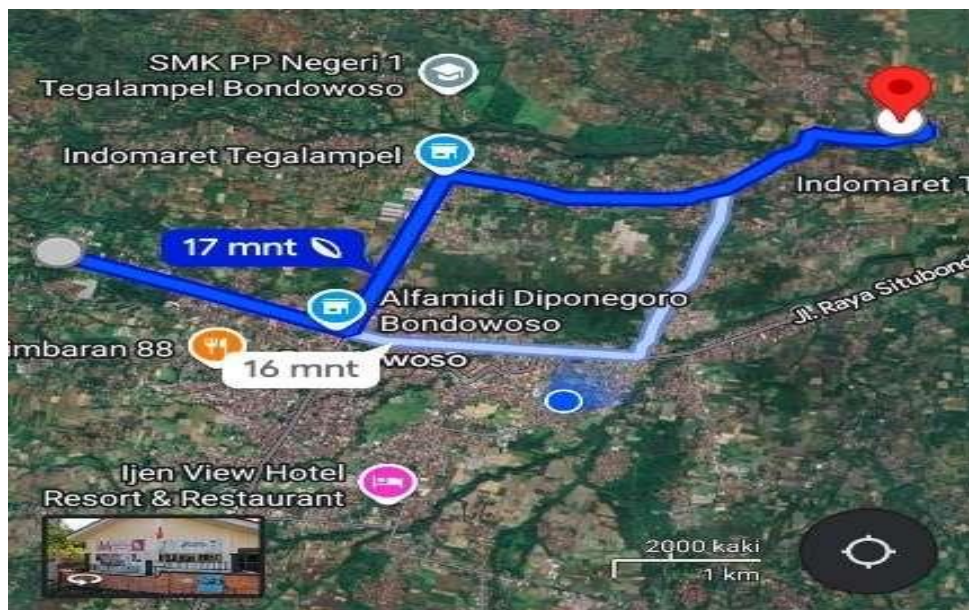
Alat evaluasi yang digunakan adalah kuesioner *pretest* dan *posttest* yang dibuat sederhana agar mudah dipahami oleh anak. Kuesioner terdiri dari 5 pertanyaan berbentuk esai yang mencakup materi tentang makanan sehat dan tidak sehat, kebiasaan hidup bersih, dan cara mencuci tangan dengan benar.

2.5 Analisis Data

Data yang diperoleh dari pelaksanaan *pretest* dan *posttest* dianalisis dengan membandingkan skor sebelum dan setelah kegiatan dilaksanakan. Selisih skor dimanfaatkan untuk mengamati adanya perubahan dalam tingkat pemahaman siswa setelah menerima pendidikan. Kenaikan skor yang terlihat setelah pelaksanaan sosialisasi berfungsi sebagai indikator keberhasilan program dalam meningkatkan pemahaman siswa tentang perilaku hidup sehat dan bersih. Hasil pengamatan terhadap pergeseran perilaku siswa selama kegiatan juga digunakan sebagai data tambahan untuk mendukung hasil analisis.

2.6 Tempat Kegiatan

Lokasi pengabdian masyarakat yaitu SDN Trebungan berjarak 8 km dari Universitas Jember Kampus Bondowoso. Alamat lengkap: Jl. Raya, Krajan II, Trebungan, Taman Krocok, Kabupaten Bondowoso, Jawa Timur 68291.



Gambar 1. Lokasi Pengabdian di SDN Trebungan, Kabupaten bondowoso)

3. Hasil dan Pembahasan

3.1 Hasil

Kegiatan yang dilaksanakan berupa proses pengajaran berfokus pada pola hidup sehat dan bersih yang ditujukan kepada siswa kelas II SDN Trebungan, Bondowoso. Kegiatan dilakukan dalam tiga sesi dengan pendekatan edukatif dan partisipatif yang sesuai dengan kelompok usia siswa. Pada pertemuan pertama, sebelum sesi belajar dimulai, siswa diajak melakukan *ice breaking* bersama guna meningkatkan energi dan semangat mereka. Kemudian dilaksanakan *pretest* untuk mengukur pemahaman awal mereka tentang kebersihan diri, yang mencakup kebiasaan mencuci tangan dengan benar, rutin memotong kuku, mandi dua kali sehari, dan menjaga kebersihan lingkungan sekolah. Setelah penjelasan materi, siswa melakukan praktik langsung tentang enam langkah mencuci tangan dan sesi tanya jawab untuk memperkuat pemahaman terhadap materi yang telah disampaikan.



Gambar 2. Penyampaian materi kebersihan diri dan sesi tanya jawab

Pada pertemuan kedua, aktivitas dimulai dengan Senam Anak Indonesia untuk memotivasi siswa dalam proses pembelajaran. Kemudian *pretest* dilaksanakan untuk menilai pengetahuan awal siswa tentang makanan sehat dan bergizi. Selanjutnya diberikan penjelasan tentang berbagai jenis makanan sehat, keseimbangan gizi, serta efek dari mengonsumsi makanan tidak sehat seperti jajanan pinggir jalan, makanan cepat saji, dan minuman yang mengandung pemanis buatan. Untuk mewujudkan suasana belajar yang menyenangkan, siswa diajak berpartisipasi dalam permainan edukatif dengan cara mengelompokkan gambar buah, sayur, makanan sehat, dan makanan tidak sehat. Pada akhir kegiatan dilaksanakan *posttest* untuk mengevaluasi pemahaman siswa setelah menerima materi.



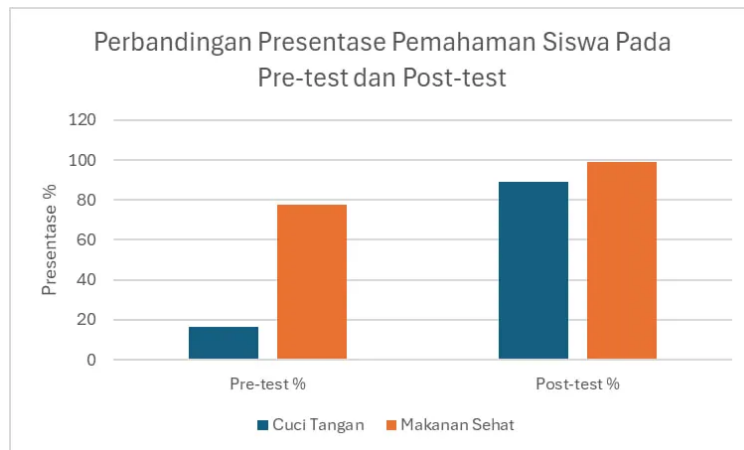
Gambar 3. Permainan edukatif membedakan makanan sehat dan tidak sehat

Untuk mengevaluasi pemahaman siswa terhadap materi yang diajarkan, dilakukan pengukuran sebelum dan sesudah kegiatan pada dua aspek utama, yakni pemahaman tentang praktik cuci tangan serta pemahaman terkait pemilihan makanan sehat dan bergizi. Ringkasan hasil disajikan dalam Tabel 1.

Tabel 1. Hasil *Pretest* dan *Posttest* Pemahaman Siswa

Aspek yang Diukur	<i>Pretest</i> (%)	<i>Posttest</i> (%)
Cuci Tangan	16,7	88,9
Makanan Sehat dan Bergizi	77,8	99,8

Berdasarkan Tabel 1, terdapat peningkatan signifikan dalam pemahaman siswa pada kedua aspek yang diperiksa. Untuk aspek mencuci tangan, pemahaman naik dari 16,7% menjadi 88,9%, sementara untuk aspek makanan sehat dan bergizi, peningkatan terjadi dari 77,8% hingga mencapai 99,8%. Agar perbandingan hasil *pretest* dan *posttest* lebih jelas, data digambarkan dalam bentuk diagram batang yang dapat dilihat pada Gambar 4.



Gambar 4. Perbandingan pemahaman siswa pada *pretest* dan *posttest*

Data kuantitatif menunjukkan bahwa siswa mengalami peningkatan pemahaman setelah mengikuti kegiatan edukasi. Namun, peningkatan yang terukur dalam kegiatan hanya berlaku untuk aspek pengetahuan yang terlihat dari hasil *pretest* dan *posttest*, sehingga belum dapat dijadikan landasan untuk menyatakan terjadinya perubahan perilaku jangka panjang tanpa adanya evaluasi lebih lanjut.

3.2 Pembahasan

Kegiatan penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SDN Trebungan, Bondowoso menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa terhadap pentingnya mencuci tangan dengan benar serta mengonsumsi makanan sehat. Temuan menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang dilaksanakan di lingkungan sekolah memiliki peran strategis dalam membentuk kebiasaan hidup sehat pada anak usia sekolah dasar, terutama melalui penanaman pengetahuan dan sikap positif sejak dini. Keterlibatan aktif siswa dalam kegiatan penyuluhan membantu meningkatkan kesadaran dan kesiapan mereka untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Peningkatan pemahaman siswa disebabkan oleh penggunaan metode mengajar yang interaktif dan menyenangkan. Anak sekolah dasar berada dalam fase perkembangan kognitif yang lebih mudah menerima informasi melalui pengalaman langsung dan aktivitas nyata. Metode pembelajaran yang melibatkan permainan memungkinkan siswa tidak hanya menerima informasi secara pasif, tetapi juga berpartisipasi aktif dalam proses belajar, sehingga materi yang diajarkan menjadi lebih mudah dipahami dan diingat. Penggunaan metode pembelajaran yang sesuai dengan tahap perkembangan anak sangat penting untuk keberhasilan penyuluhan kesehatan di sekolah.

Hasil penelitian mendukung studi yang dilakukan oleh Harleli dan Edihar (2025) yang mengungkapkan bahwa praktik langsung mencuci tangan dapat meningkatkan pemahaman dan membentuk kebiasaan baik bagi siswa sekolah dasar dalam mengadopsi perilaku hidup bersih dan sehat. Penemuan menunjukkan bahwa partisipasi aktif siswa dalam proses edukasi memberikan pengalaman pembelajaran yang lebih signifikan dibandingkan hanya mendengarkan materi secara pasif. Lebih lanjut, Savika Yurza (2024) menyatakan bahwa pendidikan tentang gizi seimbang yang diberikan pada usia dini sangat berperan dalam menumbuhkan kesadaran anak akan pentingnya mengonsumsi makanan sehat untuk mendukung pertumbuhan serta perkembangan yang optimal. Prinsip serupa juga diterapkan dalam penelitian yang dilakukan oleh Ishak (2025) dan Maulani (2024), yang menunjukkan bahwa penerapan metode permainan edukatif dan penyuluhan interaktif di sekolah dasar berhasil meningkatkan pengetahuan, sikap, serta praktik perilaku hidup bersih dan sehat. Metode yang melibatkan partisipasi siswa dapat secara efektif membantu membangun perilaku hidup bersih dan sehat yang lebih konsisten pada anak usia sekolah dasar.

Walaupun kegiatan menghasilkan dampak positif, terdapat beberapa keterbatasan yang harus dicatat. Periode kegiatan yang singkat tidak memungkinkan untuk mengevaluasi perubahan perilaku

siswa dalam jangka panjang. Pelaksanaan kegiatan yang hanya melibatkan satu sekolah dasar dengan jumlah peserta terbatas membuat hasilnya tidak dapat digeneralisasi pada kelompok yang lebih besar. Kurangnya evaluasi atau tindak lanjut setelah kegiatan juga menjadi kekurangan dalam menilai keberlanjutan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat oleh siswa. Oleh karena itu, dibutuhkan program lanjutan dan bimbingan berkelanjutan oleh guru agar siswa dapat membiasakan diri dengan hidup bersih dan sehat. Bimbingan yang dilakukan secara teratur dapat memperkuat pemahaman serta kebiasaan siswa dalam menerapkan prinsip hidup sehat. Partisipasi sekolah dan orang tua juga sangat penting untuk menciptakan lingkungan yang mendukung perilaku hidup sehat. Dengan adanya kerja sama tersebut, diharapkan dampak dari program pendidikan kesehatan di sekolah dapat bertahan dalam jangka panjang.

4. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui edukasi kesehatan di SDN Trebungan, Bondowoso telah berhasil meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat. Hal tersebut terlihat dari peningkatan praktik mencuci tangan dari 16,7% menjadi 88,9%, serta pemahaman tentang makanan sehat yang mencapai 99,8% di akhir kegiatan. Pendekatan sosialisasi yang interaktif dan permainan edukatif terbukti efektif dalam mendorong perubahan pengetahuan dan kebiasaan peserta didik. Disarankan agar kegiatan serupa dilaksanakan secara berkelanjutan di sekolah dasar dengan dukungan dari guru dan pihak sekolah untuk memberikan dampak yang lebih optimal.

5. Ucapan Terima Kasih

Kegiatan sosialisasi tentang makanan sehat dan kebersihan diri pada siswa kelas II SDN Trebungan memberikan dampak positif dalam meningkatkan pemahaman sekaligus kesadaran anak terhadap pentingnya menjaga kesehatan sejak dini. Melalui pendekatan edukatif yang disesuaikan dengan usia anak, seperti cerita bergambar, demonstrasi praktik, dan permainan interaktif, siswa menjadi lebih mudah memahami cara mencuci tangan yang benar, menjaga kebersihan diri, serta mengenali jenis makanan yang baik untuk dikonsumsi. Sosialisasi tidak hanya menambah pengetahuan siswa, tetapi juga menumbuhkan perilaku positif yang berkaitan dengan pendidikan karakter, yaitu rasa tanggung jawab terhadap diri sendiri dalam menjaga kebersihan dan kesehatan tubuh. Pembiasaan perilaku hidup sehat sejak dini merupakan bagian penting dari pembentukan karakter anak karena membantu menanamkan disiplin, kemandirian, dan kepedulian terhadap kesehatan. Kegiatan mampu mendukung terciptanya generasi yang sehat, berkepribadian, dan memiliki kebiasaan positif yang dapat berlanjut hingga dewasa. Ucapan terima kasih disampaikan kepada kepala sekolah dan seluruh pihak SDN Trebungan, Bondowoso yang telah memberikan izin dan dukungan untuk terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini. Terima kasih juga disampaikan kepada mahasiswa Universitas Jember Fakultas Pertanian, Program Studi Ilmu Pertanian dan Perkebunan Angkatan 2025 yang telah berpartisipasi aktif dalam pelaksanaan proyek sosial ini.

6. Daftar Pustaka

Agustiani, S., & Nurvinanda, R. (2023). PHBS anak usia dini dalam mencegah penularan penyakit melalui cuci tangan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Citra Delima*, 1(1), 15–20. <https://doi.org/10.33862/jp.v1i1.371>

- Akbar, F., Adiningsih, R., Islam, F., & Dn, N. (2023). Perilaku hidup bersih dan sehat pada anak sekolah dasar. *Jurnal Sanitasi Profesional Indonesia*, 4(1), 44-53. <https://doi.org/10.33088/jspi.4.01.44-53>.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Bondowoso. (2024). *Profil kesehatan Kabupaten Bondowoso tahun 2023*. Dinas Kesehatan Kabupaten Bondowoso.
- Effendy, M., Pratama, R. A., Lestari, D. P., & Wulandari, S. (2024). Evaluasi efektivitas edukasi perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa sekolah dasar melalui metode *pre-test* dan *post-test*. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, 4(2), 145-152.
- Harleli, H., & Edihar, M. (2025). Penyuluhan Kesehatan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Melalui Cuci Tangan Menggunakan Sabun. *Jurnal Pengabdian Kolaborasi Dan Inovasi IPTEKS*, 3(2), 506-513. <https://doi.org/10.59407/jpki2.v3i2.2251>.
- Hasni, S., Astuti, P., Irmawati, I., & Ferlianti, R. (2025). Hubungan kebersihan diri dengan penyakit tinea kruris pada santri pesantren Riyadlul Awamil dan pandangan Islam. *Cerdika: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 5(2). <https://doi.org/10.59141/cerdika.v5i2.2449>
- Hermanto, A., Rosuli, A., Toga, E., Syawaludin, M., Budiyono, M. R., & Nurfaizah, A. (2023). Edukasi Pentingnya Menerapkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Serta Kebersihan Diri Pada Remaja Di SMPN 1 Wongsorejo. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ceria (JPKMC)*, 1(2), 114-118. <https://doi.org/10.61674/jpkmc.v1i2.133>.
- Ishak, S. N., La Patilaiya, H., Miranda, O., Malik, A. A., & Kudo, W. (2022). Permainan edukatif sebagai sarana peningkatan pengetahuan, sikap serta PHBS siswa SDN 26 Kelurahan Gambesi Kota Ternate. *Jurnal Anugerah: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Bidang Keguruan dan Ilmu Pendidikan*, 4(1), 35-42.
- Karimuna, S. R., Azyuyun, A., Sari, A., Artanty, A. A., Ferniati, F., Fitriani, E., ... Hamdawang, H. (2025). Peningkatan kesadaran kebersihan lingkungan pada anak sekolah dasar: Studi di SD Negeri 25 Kendari. *PEDAMAS (Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 3(01), 197-202.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS): Tips dan panduan kebersihan personal*. Kementerian Kesehatan RI.
- Lestaris, T., Trinovita, E., & Toemon, A. N. (2023). Edukasi pola hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak usia sekolah dasar melalui media permainan berbasis kearifan lokal "BAREGA" di Kelurahan Marang Kota Palangka Raya. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, 8(4), 642-649. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v8i4.4407>
- Maulani, R. G., Andolina, N., & Triveni, T. (2024). Edukasi perilaku hidup bersih sehat (PHBS) pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Pengabdian Bersama Masyarakat Indonesia*, 2(1), 129-135. <https://doi.org/10.59031/jpbmi.v2i1.361>
- Safitri, E., Safitria, S., Islami, W., Azizah, A. R., Safitri, I., Maulidar, M., & Utari, M. (2025). Edukasi kebersihan diri (personal hygiene) pada anak untuk meningkatkan kebersihan diri anak di SMPN 1 Seuneuddon. *SEWAGATI: Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 4(2), 13-19. <https://doi.org/10.56910/sewagati.v4i2.2166>.
- World Health Organization. (2020). *Healthy diet* (Fact sheet). <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>

World Health Organization. (2025). *World Hand Hygiene Day 2025 dan pedoman hand hygiene di komunitas*.

Yurza, H. S., Shafaningrum, R. A., Nadhiroh, P. A., Krisdiani, M. F., Munarko, H., & Pratiwi, Y. S. (2024). Sosialisasi Pentingnya Makanan Sehat dan Bergizi Seimbang pada Siswa SDN 3 Bangelan Kabupaten Malang. *DIANDRA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 19-26. <https://doi.org/10.33005/diandra.v3i1.42>.

Zahrawaan, P. A., & Angga, P. D. (2024). Pengembangan Media Buku Cerita Bergambar Materi Menjaga Kebersihan Diri (Kuku, Tangan, dan Rambut) pada Kelas I di Sekolah Dasar. *Journal of Classroom Action Research*, 6(4), 930-940. <https://doi.org/10.29303/jcar.v6i4.5781>.