

Pengenalan dan Penerapan Fortifikasi Gizi Seimbang Serta *Personal Hygiene* di SDN Ampelan 2 Bondowoso

Adhitya Wardhono ¹, Cipulis Gema Qori'ah ², Agung Nugroho Puspito ^{3*}, Mohammad Ubaidillah ⁴,
Daniyah Basalamah ⁵, Farokhatun Nazilah ⁶, Atiqa Zahra Aulia ⁷, Adelia Niandhita Palupi ⁸, M. Alif
Muzhaffar ⁹, Dini Nurin Alfiah ¹⁰, Muchammad Savero Sulthan Marzi ¹¹

^{1,2} Program Studi Ekonomi Pembangunan, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Jember, Kabupaten
Jember, Provinsi Jawa Timur, Indonesia.

^{3*} Program Studi Bioteknologi, Program Pascasarjana, Universitas Jember, Kabupaten Jember, Provinsi Jawa
Timur, Indonesia.

⁴ Program Studi Agroteknologi, Fakultas Pertanian, Universitas Jember, Kabupaten Jember, Provinsi Jawa
Timur, Indonesia.

^{5,6,7,8,9,10,11} Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Jember, Kabupaten Bondowoso,
Provinsi Jawa Timur, Indonesia.

Email: anpuspito@unej.ac.id ^{3*}

Histori Artikel:

Dikirim 20 Desember 2023; Diterima dalam bentuk revisi 8 Januari 2024; Diterima 20 Januari 2024; Diterbitkan 31
Januari 2024. Semua hak dilindungi oleh Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) STMIK
Indonesia Banda Aceh.

Abstrak

Pendidikan merupakan hak dasar yang dibutuhkan untuk memperbaiki kualitas sumber daya manusia (SDM). Pendidikan juga berpengaruh pada proses meningkatnya wawasan pengetahuan setiap individu. Dalam berbagai konteks, permasalahan pada pendidikan seringkali muncul akibat kurangnya kesadaran mengenai pentingnya sebuah pendidikan. Begitupun di SDN Ampelan 2, kurangnya edukasi mengenai pendidikan dan kesadaran individu akan pentingnya gizi dan kesehatan menjadi salah satu hambatan tersendiri. Dalam proyek sosial ini, tujuan utama yang menjadi landasan utama adalah bagaimana sekolah dapat memberikan edukasi mengenai pola hidup sehat, kesehatan pribadi, dan akademik. Melalui pengenalan belajar secara intensif, aktif, dan persuasif, proyek sosial ini melakukan pendekatan dengan penayangan video edukasi sebagai media pendekatan yang interaktif. Pemberian materi PHBS, Isi Piringku, cuci tangan, sikat gigi dan bahasa Inggris Terkait ilmu kesehatan, serta pembelajaran akademik penunjang secara intensif merupakan upaya proyek sosial dalam meningkatkan penguatan gizi seimbang dan kesadaran akan pentingnya kesehatan pribadi. Antusiasme SDN Ampelan 2 dalam proyek sosial ini menjadi bukti pendukung atas perubahan yang terjadi terkait pola hidup sehat, kesehatan pribadi, dan pendidikan. Hasil post-test menunjukkan bahwa siswa-siswi SDN Ampelan 2 mampu mencapai pemahaman materi dengan nilai rata-rata di atas 80%. Perubahan lain juga terjadi dalam aspek perilaku pada kesehatan, pengetahuan, kebersihan, dan kedisiplinan. Perubahan penerapan etika juga mendukung perubahan positif bagi siswa-siswi SDN Ampelan 2.

Kata Kunci: Fortifikasi; Personal hygiene; Gizi seimbang; Kebersihan; Kesehatan.

Abstract

Education is a basic right needed to improve the quality of human resources (HR). Education also influences the process of increasing each individual's insight and knowledge. In various contexts, problems with education often arise due to a lack of awareness regarding the importance of education. Likewise, at SDN Ampelan 2, the lack of education regarding education and individual awareness of the importance of nutrition and health is one of the obstacles. In this social project, the main objective which is the main basis is how schools can provide education regarding healthy lifestyles, personal health and academics. By introducing intensive, active and persuasive learning, this social project takes an approach by showing educational videos as an interactive media approach. Providing PHBS material, Fill My Plate, washing hands, brushing teeth and English related to health sciences, as well as intensive supporting academic learning is a social project effort to increase the strengthening of balanced nutrition and awareness of the importance of personal health. SDN Ampelan 2's enthusiasm for this social project is supporting evidence for the changes that have occurred regarding healthy lifestyles, personal health and education. The post-test results showed that the students at SDN Ampelan 2 were able to achieve an understanding of the material with an average score above 80%. Other changes also occur in behavioral aspects of health, knowledge, cleanliness and discipline. Changes in the application of ethics also support positive changes for students at SDN Ampelan 2.

Keywords: Fortification; Personal hygiene; Balanced nutrition; Cleanliness; Health.

1. Pendahuluan

Pendidikan merupakan hal terpenting dalam kehidupan manusia. Yang artinya pendidikan berhak didapatkan oleh seluruh rakyat Indonesia agar dapat berkembang. Pendidikan memiliki arti secara umum yaitu proses kehidupan dimana dalam mengembangkan diri tiap individu untuk dapat hidup dan melangsungkan kehidupan (Alpian, Y. 2019). Menurut Ki Hajar Dewantara, pendidikan memiliki arti upaya untuk memajukan bertumbuhnya budi pekerti (kekuatan batin dan karakter), pikiran, serta tubuh anak (Tarigan, M. 2022). Pendidikan memiliki peranan yang besar dalam rangka mengembangkan Sumber Daya Manusia (SDM) yang berkualitas dan mampu bersaing secara sehat. Untuk mencetak SDM yang unggul tentunya diperlukan usaha yang keras, yakni salah satunya yaitu dengan pemberian asupan gizi yang baik yang menjadi faktor terpenting dalam mencapai pendidikan yang berkualitas. Salah satu cara yang dapat dilakukan yaitu dengan memberikan pendidikan gizi seimbang untuk mengubah pengetahuan terkait makanan. Dikarenakan anak usia sekolah lebih mampu mengubah perilakunya dibandingkan orang dewasa.

Pendidikan gizi yang diberikan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan anak sekolah dasar terkait pedoman gizi seimbang (Yurni, A. F. 2017). Selain itu diperlukan penerapan *personal hygiene* atau kebersihan pribadi. Menurut UU RI NO. 36 Tahun 2009 tentang kesehatan BAB II pasal 3 yang menyatakan: "Pembangunan kesehatan bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya, sebagai investasi bagi pembangunan sumber daya manusia produktif secara sosial dan ekonomis" (Yurni, A. F. 2017). Berdasarkan hal tersebut, tujuan akhir pembangunan di bidang kesehatan adalah untuk menghasilkan sumber daya manusia yang produktif dalam bidang sosial dan ekonomi. Kebersihan pribadi yang tidak baik dapat mengakibatkan kesulitan dalam mengembangkan dan mengusahakan masyarakat yang sehat. Dengan demikian menjaga *personal hygiene* merupakan hal yang tepat untuk mewujudkan masyarakat yang sehat. Dengan melalui Pendidikan Kebersihan Pribadi-lah siswa dapat menjaga kebersihan pribadi sehingga dapat mencegah timbulnya penyakit (Arianto, A. 2015).

SDN Ampelan 2 merupakan salah satu sekolah dasar yang berada di Kabupaten Bondowoso, yang merupakan SD yang terbilang memiliki SDM yang rendah karena akses terhadap kendaraan yang sulit dan keterbatasan kelas. Dimana di SD ini masih menggunakan 1 ruangan kelas untuk 2 kelas yang berbeda. Hal tersebut dapat mengganggu proses belajar dan mengajar. Kurangnya pendidikan tentang gizi terdapat tak sedikit dari siswa SD tersebut yang tidak sarapan sebelum berangkat ke sekolah dengan alasan ibunya belum memasak dan memilih jajanan di sekolah yang tidak sehat. Makanan-makanan yang dibeli dari sekolah ini merupakan makanan yang digoreng, minuman, dan kue. Sedangkan, konsumsi frekuensi buah mereka terbilang sangat rendah. Siswa di SDN Ampelan 2 juga kurang memiliki pengetahuan akan kebersihan diri dimana banyak dari mereka yang menyatakan tidak menggosok gigi rutin 2 kali dalam sehari dan ketika akan tidur mereka jarang menggosok gigi yang menyebabkan gigi mereka kebanyakan berlubang.

Pada permasalahan selanjutnya yaitu tak sedikit dari mereka yang memiliki kuku panjang dan juga hitam. Yang dimana kuku yang tidak bersih dapat menjadi sarang kuman dan dapat mengakibatkan diare apabila makan dan bakteri akan ikut masuk bersama makanan. Banyak dari mereka juga tidak menggunakan alas kaki atau sepatu ketika pergi ke sekolah. Penggunaan sepatu atau alas kaki sangat penting karena dapat mencegah dari benda berbahaya seperti paku dan kotoran atau kuman. Berawal dari observasi lapang di Desa Ampelan kami menyimpulkan kondisi Masyarakat masuk dalam kategori tingkat kemajuan desa yang masih rendah dan permasalahan yang ada di SDN Ampelan 2 Kecamatan Wringin, maka Tim Pengabdian berinisiatif untuk melakukan pengabdian masyarakat dengan judul "Implementasi Peningkatan Fortifikasi Gizi Seimbang dan Personal Hygiene Terhadap Pendidikan Murid SDN Ampelan 2".

Pendidikan pedoman gizi seimbang pada anak usia sekolah diterapkan agar dapat mencetak SDM yang berkualitas. Selain itu untuk menerapkan pedoman baru yaitu pedoman gizi seimbang dan sudah tidak menggunakan slogan 4 sehat 5 sempurna karena sudah tidak sesuai dengan perkembangan zaman. Pendidikan kebersihan pribadi yang juga sangat penting dalam mewujudkan tujuan dan pendidikan dasar yaitu dengan memelihara kesehatan jasmani dan rohani. Tujuan yang ingin di capai

dari proyek ini yaitu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa-siswi SDN Ampelan 2 mengenai Gizi Seimbang, meningkatkan kebersihan diri, dan meningkatkan kesehatan pribadi.

1.1 Tujuan Kegiatan

Pendidikan kesehatan yang ditujukan pada anak usia dini guna mampu memahami pentingnya gizi seimbang dan pola hidup bersih.

1.2 Manfaat Kegiatan

Bertambahnya wawasan siswa-siswi SDN Ampelan 2 bondowoso guna menunjang pola hidup bersih dan sehat.

2. Metode

2.1 Bentuk Kegiatan & Jadwal, Serta Tempat Kegiatan

2.1.1 Metode Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan proyek sosial ini melalui empat tahapan, yaitu sebagai berikut.

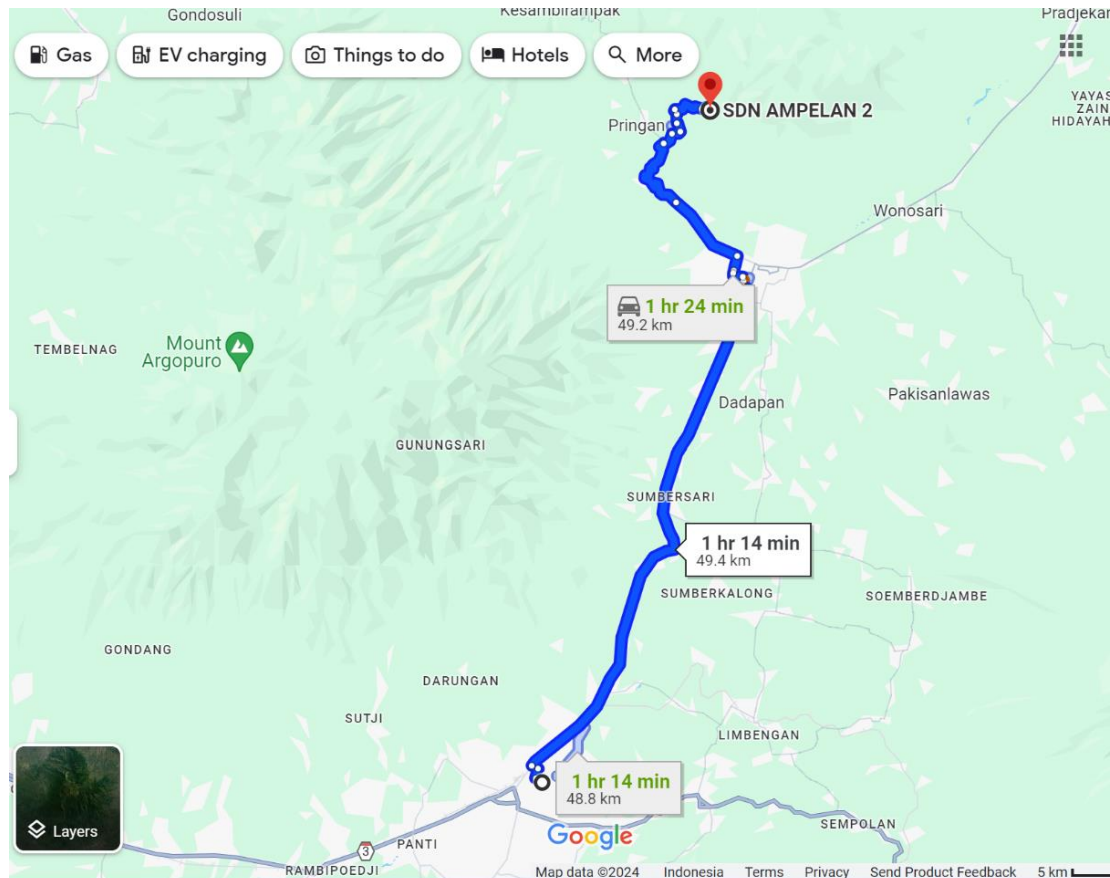
- 1) Tahap Perencanaan, dilakukan proses menetapkan tujuan, sasaran, strategi, mempersiapkan materi, dan rencana kegiatan proyek sosial. Hal ini melibatkan identifikasi masalah, analisis kebutuhan, penentuan langkah-langkah yang akan diambil. Tahapan ini juga mencakup survei lapangan atau survei lokasi proyek sosial yang berlokasi di SDN Ampelan 2.
- 2) Tahap Survei, kegiatan pengumpulan data dan informasi yang penting dalam perencanaan proyek sosial. Survei dapat meliputi survei lapangan atau survei lokasi, serta untuk memahami bagaimana kondisi yang ada dan merencanakan kegiatan proyek sosial dengan tepat. Kami menemui kepala sekolah SDN Ampelan 2 untuk menentukan apa saja materi yang akan kita sampaikan kepada siswa-siswi SDN Ampelan 2 serta menentukan hari dan tanggal pelaksanaan.
- 3) Tahap Implementasi atau pelaksanaan, tahap di mana rencana yang telah disusun diimplementasikan kepada siswa SDN Ampelan 2. Hal ini melibatkan pelaksanaan kegiatan sesuai dengan susunan rencana yang telah dibuat, termasuk penyampaian materi yang kami laksanakan selama 8 kali pertemuan. Materi yang disampaikan kami meliputi implementasi hidup bersih dan sehat (PHBS), olah raga pagi, praktek cuci tangan yang bersih dan benar, Isi piringku, tata cara sikat gigi yang bersih dan benar, dan belajar Intensif membaca (bagi siswa yang belum bisa membaca dan menulis). Untuk pelaksanaan kegiatan kami menggunakan alat-alat peraga penunjang kesehatan, alat baca, alat tulis tulis dan alat penunjang lainnya.
- 4) Tahap Penutupan, tahap akhir dari proyek sosial, di mana kegiatan proyek sosial dievaluasi, hasil yang disampaikan, dan semua kegiatan terkait proyek sosial diselesaikan. Ini juga melibatkan pelaporan hasil proyek dan pembubaran tim proyek.

2.1.2 Waktu Efektif Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilaksanakan pada bulan desember 2023 sampai dengan 13 januari 2024.

2.1.3 Tempat Kegiatan

Lokasi pengabdian masyarakat yaitu SDN Ampelan 2 bondowoso berjarak 49,2 Km dari Universitas Jember.



Gambar 1. Peta Lokasi kegiatan pengabdian masyarakat dan jarak tempuh dari Universitas Jember

3. Hasil dan Pembahasan

3.1 Hasil Pelaksanaan Pengabdian

Pengabdian kepada Masyarakat dengan melibatkan mahasiswa ilmu gizi adalah bentuk usaha menanamkan jiwa Public Educator kepada mahasiswa dan selain itu tujuan utama mentransfer ilmu pengetahuan kepada Masyarakat, khususnya anak-anak usia dini. Adapun tahapan kegiatan pengabdian Masyarakat dan hasil dari kegiatan dapat kami jelaskan sebagai berikut:

Tahap Perencanaan, kami berdiskusi dan merencanakan konsep pengabdian Masyarakat yang memiliki kemanfaatan untuk Masyarakat Desa Ampelan. Merujuk pada hasil diskusi, kami mendapatkan fakta bahwa di Bondowoso banyak sekolah dasar yang masih tertinggal. Dari fakta dilapang tersebut kami memutuskan melaksanakan proyek sosial di sekolah dasar di wilayah Ampelan. Pada tahap Survei, kami melakukan survei lokasi mengetahui kondisi riil, bagaimana, dan apa yang dibutuhkan oleh sekolah dasar tersebut. Selain menginventarisasi masalah lewat pengamatan, kami juga menggali informasi dari beberapa guru SDN Ampelan 2.



Gambar 2. SDN Ampelan 2 Kecamatan Wringin, Bondowoso

Tahap Pelaksanaan kegiatan pengabdian Masyarakat atau proyek sosial. Berbekal informasi di tahap survei, kami mengetahui topik yang dibutuhkan oleh SDN Ampelan 2 yaitu Pendidikan tentang kedisiplinan, pola hidup bersih, informasi terkait sumber gizi dan vitamin. Ketiga topik ini kami rangkai menjadi satu tema utuh yang perlu diperhatikan di SDN Ampelan 2. Tema fortifikasi dan *personal hygiene* kami jabarkan lewat kegiatan kelas dan luar kelas. Selama kegiatan pengabdian masyarakat kami mengambil 8 pertemuan mulai bulan desember 2023 sampai dengan bulan januari 2024, dimana 8 pertemuan tersebut kami manfaatkan semaksimal mungkin agar tujuan transfer ilmu pengetahuan dapat tersampaikan dengan baik dan mencapai tujuan dari pengabdian masyarakat. Kegiatan proyek sosial kami ditujukan untuk kelas 1 sampai kelas 6, dimana kelas 1-6 kami jadikan satu kelas bersama dikarenakan tempat dan jumlah murid yang terbatas. Ini menjadi tantangan dalam pengabdian masyarakat atau sebagai pengajar di SDN Ampelan 2.

Kegiatan pertama sebagai pembuka dan perkenalan pada siswa-siswi SDN Ampelan 2, kami mengadakan senam bersama sebagai materi kesehatan jasmani, kegiatan olah raga ini kami lakukan rutin setiap hari untuk membentuk kedisiplinan siswa dan kami berupaya memberikan wawasan pentingnya olahraga untuk kesehatan tubuh. Selain itu senam bersama diluar kelas merupakan usaha dalam melakukan pendekatan personal kepada siswa, untuk kedepannya kami dapat menyampaikan semua materi pengabdian dengan baik. Pendekatan personal merupakan salah satu cara terbaik yang dapat kita gunakan untuk siswa-siswi SDN Ampelan 2.

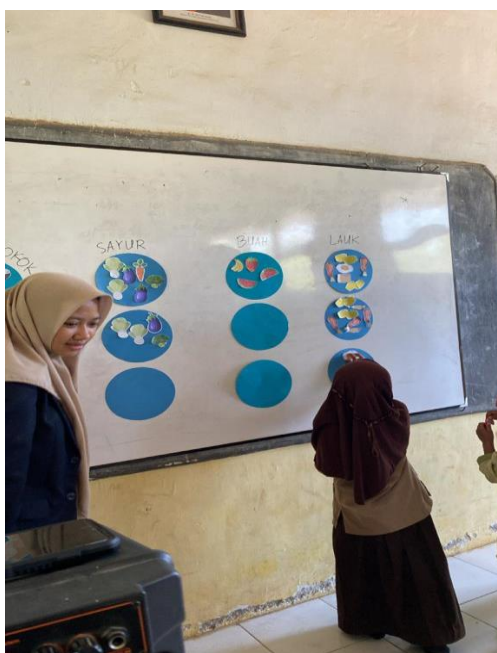
Kegiatan kedua kami adalah PHBS, adapun materi yang kami sampaikan adalah cara menjaga kebersihan tubuh seperti menerapkan gerakan cuci tangan, kebersihan mulut, mandi dengan cara yang benar (Akhyar, Aida. 2022). Tujuannya dengan mengenalkan PHBS kepada peserta didik untuk dapat mengubah perilaku siswa-siswi untuk lebih memperhatikan kebersihan diri (Harahap, I. S. 2022). Selain materi dengan cara ceramah, kami menyiapkan media berupa video lagu dimana media tersebut bertujuan agar peserta didik lebih mudah memahami materi dengan metode menghafal lagu yang berisi petunjuk PHBS. Setelah penyampaian materi menggunakan video lagu, langkah berikutnya untuk peserta didik kami membuat simulasi atau mempraktekkan secara langsung untuk semua kelas.

Terbukti dengan adanya media video lagu, peserta didik lebih mudah untuk memahami materi (Magdalena, I. 2022).



Gambar 3. Praktik Cuci Tangan dan kebersihan mulut

Kegiatan ketiga, kami mengangkat tema fortifikasi dan gizi seimbang dengan media pembelajaran Isi Piringku, di mana kami menyiapkan media berupa kertas untuk ditempel gambar berupa komponen karbohidrat, protein, sayuran, dan buah-buahan. Kami memaparkan materi dengan bahasa yang mudah dicerna untuk kalangan anak SD. Setelah selesai pemaparan materi, kami menugaskan untuk setiap dari peserta didik maju kedepan menempel gambar yang kami sediakan di papan dan dikelompokkan menjadi kelompok karbohidrat, protein, sayuran, atau buah-buahan dengan tujuan mengetahui pentingnya gizi seimbang dan sumber gizi (Budiarti, E. 2022). Dengan media tempel menempel yang kami sediakan peserta didik sangat antusias dengan topik fortifikasi dan gizi seimbang, kami menyimpulkan bahwa ilustrasi atau media pembelajaran sangat penting dalam menunjang tercapainya materi dengan baik pada siswa-siswi SDN Ampelan 2 (Magdalena, I. 2022).



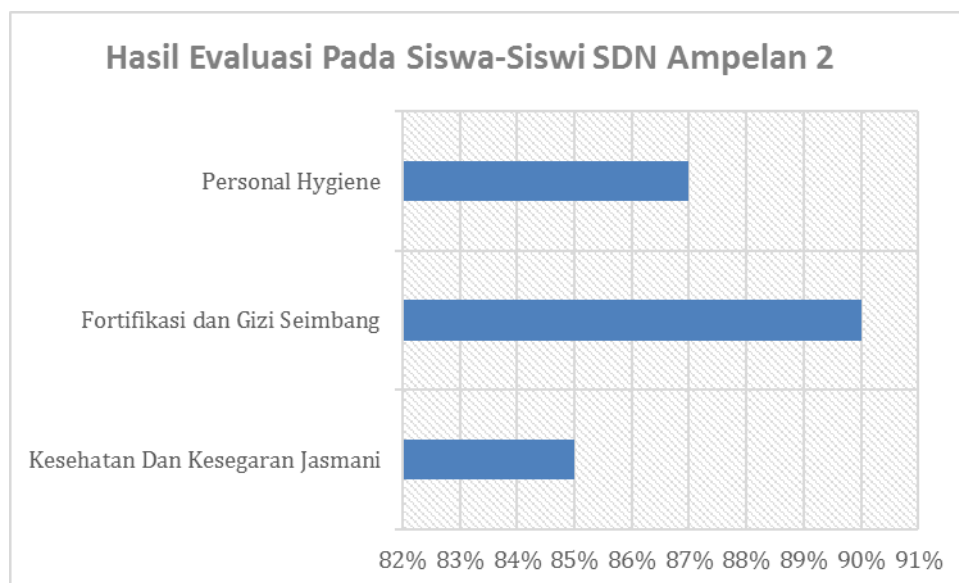
Gambar 4. Peserta Didik Maju untuk Menempel Isi Piringku

Kegiatan keempat kami laksanakan sebagai bentuk pengayaan wawasan untuk siswa-siswi SDN Ampelan 2 dengan memberi materi bahasa Inggris terkait dengan ilmu gizi dan kesehatan secara umum. Hal ini dilaksanakan guna membangkit motivasi belajar siswa, selain itu materi bahasa Inggris ini akan berguna bagi siswa-siswi SDN Ampelan 2.



Gambar 5. Pemberian Materi Bahasa Inggris terkait gizi seimbang dan fortifikasi

Pada kegiatan Terakhir, kami menyampaikan ringkasan pada setiap materi yang sudah diberikan selama 8 pertemuan. Pada kegiatan terakhir kami melakukan evaluasi guna melihat tingkat pemahaman serta penguasaan materi pengabdian masyarakat dengan tema fortifikasi dan personal hygiene pada siswa-siswi SDN Ampelan 2 (Wardani. 2022).



Gambar 6. Hasil *post-test* dalam bentuk nilai rata-rata seluruh siswa SDN Ampelan 2, Bondowoso

Dapat kita simpulkan bahwa kegiatan selama 8 pertemuan mencapai target yang diharapkan dengan nilai rata-rata kelas di atas 80%. Penyampaian materi dengan ilustrasi atau media pembelajaran sangat penting guna mencapai target pendidikan. Adapun feedback dari siswa dan sekolah sangat baik, berdasarkan hal ini kami berkesimpulan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat sangat dibutuhkan oleh siswa ataupun pihak pengelola sekolah.

3.2 Masyarakat Sasaran

Kegiatan pengabdian Masyarakat yang ditujukan pada siswa-siswi SDN Ampelan 2 berhasil dengan baik, pembekalan materi pilihan seperti kesehatan jasmani, fortifikasi gizi dan personal hygiene akan bermanfaat dalam membentuk generasi sehat dan generasi pintar.

3.3 Pembahasan

Pengayaan gizi atau Fortifikasi adalah proses penambahan vitamin dan unsur renik esensial yang penting bagi tubuh dengan menambahkan pada makanan. Hal ini bertujuan mengurangi jumlah orang dengan gizi buruk dalam masyarakat Indonesia. Asupan nutrisi dengan kesenjangan variasi dapat menyebabkan defisiensi nutrisi tertentu. Dijumpai dalam masyarakat daerah tertinggal, makanan pokok kekurangan nutrisi tertentu karena faktor abiotik di daerah tersebut atau karena ketidakcukupan asupan normal. Penambahan mikronutrien pada makanan pokok dan rempah-rempah dapat mencegah gizi buruk berskala besar. Meskipun benar bahwa baik fortifikasi dan pengayaan mengacu pada penambahan nutrisi pada makanan, definisi sebenarnya sedikit berbeda. Seperti yang didefinisikan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dan Organisasi Pangan dan Pertanian Perserikatan Bangsa-Bangsa (FAO), fortifikasi mengacu pada "praktik yang dengan sengaja meningkatkan kandungan mikronutrien esensial, misalnya vitamin dan mineral dalam makanan, terlepas dari apakah nutrisi itu awalnya ada atau tidak pada makanan sebelum diproses, sehingga dapat meningkatkan kualitas gizi dari persediaan makanan dan untuk memberikan manfaat kesehatan masyarakat dengan risiko minimal terhadap kesehatan", Sedangkan pengayaan didefinisikan sebagai "identik dengan fortifikasi dan mengacu pada penambahan mikronutrien yang hilang selama memproses makanan" (Kusmiyati, K. 2019). Fortifikasi pangan diidentifikasi sebagai strategi kedua dari empat strategi WHO dan FAO untuk mulai mengurangi kejadian kurang gizi di tingkat global.

Dalam kegiatan pengabdian masyarakat, kami tujukan pada siswa-siswi SDN Ampelan 2 sebagai bentuk usaha pencegahan dini. Adapun materi fortifikasi makanan kami sesuaikan dengan jenjang Pendidikan peserta didik dan tingkat kesulitan dilapang (Haji, S. 2019). Kami menyampaikan pentingnya mineral dan vitamin bagi tubuh manusia. Selain itu kami memaparkan sumber-sumber mendapatkan mineral atau vitamin yang dibutuhkan oleh tubuh. Alat peraga atau media pembelajaran merupakan cara terbaik untuk dapat menyampaikan pesan atau mentransfer ilmu pada peserta didik, Adapun dalam proses belajar mengajar, kami variasi dengan pola permainan. Respon peserta didik sangat bagus dengan metode yang kami pilih. Hasil dapat dilihat dari nilai evaluasi yang rata-rata kelas 90%.

Kebersihan diri atau *Personal hygiene* merupakan usaha merawat diri atau memelihara kebersihan bagian setiap bagian tubuh (Nurudeen dan Toyin, 2020). Personal hygiene merupakan upaya yang dilakukan oleh seseorang untuk menjaga dan merawat kebersihan dirinya agar kenyamanan individu terjaga (Asthiningsih dan Wijayanti, 2019). Kebutuhan personal hygiene tidak memandang usia, karena oganisme penyebab penyakit bisa berkembang biak dimanapun. Maka dari itu, personal hygiene harus ditanamkan sejak dini agar anak-anak terbiasa melakukannya di lingkungan rumah, sekolah maupun bermainnya hingga dewasa (Kusmiyati dan Muhlis, 2019). Pentingnya pemeliharaan personal hygiene bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan, memelihara kebersihan diri sendiri, memperbaiki personal hygiene, mencegah timbulnya penyakit, meningkatkan rasa percaya diri dan kenyamanan (Irnowati dan Widyana, 2018). Pada materi personal hygiene kami menerapkan beberapa metode pembelajaran ceramah, memutar video dari youtube terkait kebersihan diri dan juga dengan mempraktekkan secara langsung. Siswa-siswi SDN Ampelan 2 sangat antusias dengan model pembelajaran yang kami kombinasikan.

Dari hasil evaluasi pada penguasaan materi personal hygiene nilai rata-rata kelas 87%. Kami simpulkan bahwa materi personal hygiene dapat diterima dengan baik. Setelah pelaksanaan proyek sosial dari 8 pertemuan kami berhasil memberikan edukasi kepada peserta didik akan pentingnya kesegaran jasmani, kebersihan, pola hidup sehat, dan kegiatan akademik lainnya. Strategi yang kami gunakan juga memberi hasil yang signifikan, dengan pendekatan kolaborasi metode pembelajaran. Melalui game dan penggunaan media pembelajaran peserta didik lebih antusias dan juga lebih mudah memahami materi yang kami sampaikan. Dari 8 pertemuan memberikan perubahan yang baik kepada peserta didik. Kami melihat adanya perubahan dari kebersihan dan antusiasme belajar pada peserta didik. Kekurangan pada proyek sosial ini yaitu singkatnya waktu dalam penyampaian materi dan

kemampuan peserta didik yang berbeda-beda sehingga penguasaan materi peserta didik masih kurang, namun sudah ada beberapa peserta didik yang memahami materi-materi yang kami berikan. Kami berharap semoga apa yang kami sampaikan bisa bermanfaat dan di praktekkan di dalam kegiatan sehari-hari.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil kegiatan proyek sosial di SDN Ampelan 2, kepala sekolah serta tenaga pengajar di SDN Ampelan 2 merasa terbantu dengan proyek ini. Kurangnya tenaga pengajar dan sumber daya manusia di SDN Ampelan menjadi beberapa faktor yang membuat kami mengambil SDN Ampelan 2 sebagai sasaran kami untuk proyek sosial. Kehadiran kami dengan mengajarkan kesehatan, memberi pengetahuan, mengajarkan kebersihan, kedisiplinan serta banyak hal membuat banyak perubahan positif pada peserta didik SDN Ampelan 2 melalui materi yang kita berikan di setiap pertemuan. Dari pertemuan yang kita adakan, kami melihat bahwa peserta didik di SDN Ampelan 2 memiliki antusiasme yang tinggi terhadap kegiatan kami. Terdapat feedback yang baik sehingga kegiatan kami pun bisa termaksimalkan. Selain itu kegiatan pengabdian Masyarakat dapat dilaksanakan dikemudian hari di SDN Ampelan 2 dengan tema yang berbeda guna meningkatkan prestasi belajar siswa dan sekolah.

5. Daftar Pustaka

- Akhyar, A., Aida, A., Nafisatusyifa, Galang, L. C., Suwiryono, & Dhimas, W. (2022). Penyuluhan Terkait Pentingnya Menjaga Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Usia Dini di Lingkungan Saung Jingga Pamulang. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ, Jurnal UMJ*, E-ISSN: 2714-6286.
- Alpian, Y., Anggraeni, S. W., Wiharti, U., & Soleha, N. M. (2019). Pentingnya Pendidikan Bagi Manusia. *Jurnal Buana Pengabdian*, 1(1), 66-72.
- Arianto, A. (2015). Studi Tentang Kesehatan Pribadi Siswa Sekolah Dasar Negeri 03 Binuang Kampung Dalam Kota Padang. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*, 1(1).
- Asthiningsih, N. W. W., & Wijayanti, T. (2019). "Edukasi Personal Hygiene Pada Anak Usia Dini Dengan G3CTPS." *Jurnal Pesut: Pengabdian Untuk Kesejahteraan Umat*, 1(2), 84-92. Tersedia Pada: <https://journals.umkt.ac.id/index.php/Pesut/Article/View/285>.
- Budiarti, E., Siti, R. K., & Hikmah, P. U. (2022). Meningkatkan Pemahaman Pentingnya Makan Makanan Bergizi Seimbang Melalui Kegiatan Bersama di RA Al-Fata Rokan Hulu. *Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, Vol. 1 No. 4, Oktober 2022.
- Haji, S. (2019). Problematika Sumber Daya Manusia (SDM) di Sekolah Dasar yang Terletak di daerah Terpencil. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Program Pascasarjana Universitas PGRI Palembang*, 12 Januari 2019.
- Harahap, I. S., Rizky, A. D. S., Gusti, R. H., & Elsa, K. H. (2022). Sosialisasi Pentingnya Menjaga Kebersihan Sejak Usia Dini. *ADAM: Jurnal Pengabdian Masyarakat Institut Pendidikan Tapanuli Selatan*, Vol. 1 No. 2 Edisi Agustus 2022.
- Irnawati, C., Widyana, R., & Sriningsih. (2018). Hipnoterapi Untuk Peningkatan Perilaku Personal Hygiene Anak Jalanan Di Ppap Seroja Kodya Surakarta. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1-74.



- Kusmiyati, K., Muhlis, M., & Bachtiar, I. (2019). Penyuluhan Tentang Kebersihan Diri Untuk Menunjang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Siswa Smpn 2 Gunungsari. *Jurnal Pendidikan Dan Pengabdian Masyarakat*, 2(1). <https://doi.org/10.29303/jppm.v2i1.992>.
- Magdalena, I., Alif, F. S., Anis, R. P., Azzahra, W. J., & Iis, S. (2021). Pentingnya Media Pembelajaran untuk Meningkatkan Minat Belajar Siswa SDN Meruya Selatan 06 Pagi. *Jurnal Edukasi dan Sains*, Volume 3, Nomor 2, Agustus 2021; 312-325.
- Nurudeen, A. S. N., & Toyin, A. (2020). Knowledge Of Personal Hygiene Among Undergraduates. *Journal Of Health Education*, 5(2), 66–71. <https://doi.org/10.15294/Jhe.V5i2.38383>.
- Tarigan, M., Alvindi, A., Wiranda, A., Hamdany, S., & Pardamean, P. (2022). Filsafat Pendidikan Ki Hajar Dewantara dan Perkembangan Pendidikan di Indonesia. *Mahaguru: Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 3(1), 149-159.
- Yurni, A. F., & Sinaga, T. (2017). Pengaruh Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan dan Praktik Membawa Bekal Menu Seimbang Anak Sekolah Dasar. *Media Gizi Indonesia*, 11(2), 183-190.