



PENYULUHAN TENTANG HIDUP BERSIH DAN SEHAT BAGI MURID SEKOLAH DASAR

1)Haswan Yunaz, 2)Reny Andriyanty*, 3)Dwi Tyas Wijayanti, 4)Min Young,
5)Bae Seung Hee, 6)Chwe Su Gyeong, 7)Park Jong Yoon, 8)Lee So Jung

1)-3)Institut Bisnis dan Informatika (IBI) Kosgoro 1957
4)-8)Shinhan University, Seoul Republic of South Korea

ABSTRACT

Elementary school students are the nation's next generation whose their health need to be maintained, improved and protected. The aim of community service program was increase the awareness of environmental cleanliness and health for every student, teacher, and school community. The expected benefits of the activities were health quality improving, the learning productivity increasing and creating a healthy school environment. This can be an example for clean and healthy living habits that are applied by schoolars in everyday life. There are main four activities: washing hands with soap under the running water; get regular body exercise; throwing the trash into the sorted trash; and neat and clean clothes wearing. The success of this program is measured by the number of students who understand and are willing to do the suggested activities. It increased their knowledge of clean living.

Keywords: *Elementary students, Clean Lifestyle, Health Lifestyle*

Received: 6 Oktober 2020	Revised: 21 November 2020	Accepted: 8 Desember 2020
--------------------------	---------------------------	---------------------------

*Corresponding Author: Reny Andriyanty
Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi
Institut Bisnis dan Informatika (IBI) Kosgoro 1957
Jl. M. Kahfi II No. 33 Jagakarsa Jakarta Selatan
Email: r.andriyanty@gmail.com

PENDAHULUAN

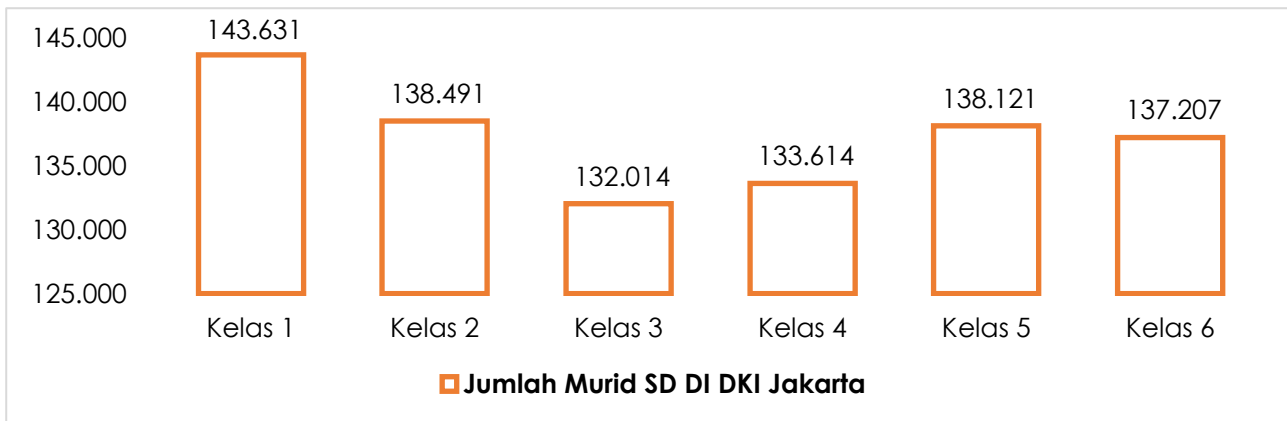
Undang-undang No. 36 Tahun 2009 pasal 79 tentang Kesehatan, menyebutkan bahwa kesehatan sekolah harus diselenggarakan untuk meningkatkan kemampuan peserta didik dalam menciptakan lingkungan hidup sehat sehingga mereka dapat belajar, tumbuh, dan berkembang secara harmonis dan menjadi sumber daya manusia yang berkualitas. Perilaku hidup bersih dan sehat harus ditanamkan sejak kecil, melalui keluarga dan lingkungan sekolah. Harapannya adalah jika kebiasaan hidup bersih dan sehat sudah tertanam sejak sekolah dasar maka perilaku menjaga, memelihara dan meningkatkan kualitas hidup sehat akan menghasilkan masyarakat yang sehat dengan sendirinya.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan keseluruhan perilaku untuk hidup sehat yang dilakukan atas kesadaran sendiri. Sehingga seluruh anggota masyarakat dapat berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di masyarakat (Departemen Kesehatan RI, 2009). PHBS yang harus dilakukan oleh setiap individu/keluarga/kelompok masyarakat setiap hari yang dimulai dari bangun tidur sampai dengan tidur kembali. Perilaku ini merupakan hasil praktik perilaku secara terus menerus sehingga menjadikan individu/keluarga/kelompok dapat menolong dirinya sendiri dalam bidang kesehatan dan berperan aktif dalam meningkatkan tingkat kesehatan masyarakat (Taryatman, 2016). PHBS juga merupakan bentuk perwujudan paradigma hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari setiap orang, keluarga, dan yang bertujuan untuk memelihara, melindungi dan meningkatkan kesehatan baik secara fisik, mental, spiritual, maupun kesehatan sosial.

Dalam kurikulum sekolah dasar, kegiatan PHBS menjadi bagian dari pelajaran pendidikan jasmani, kesehatan dan rekreasi. Program ini dikembangkan oleh Kementerian Kesehatan RI dalam rangka menumbuhkembangkan mental peserta didik, guru dan seluruh masyarakat lingkungan sekolah agar menjalankan hidup sehat dan bersih. Harapannya adalah dengan mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat, masyarakat secara keseluruhan mampu mencegah penyakit secara mandiri, meningkatkan taraf kesehatannya dan aktif dalam mewujudkan lingkungan yang sehat (Departemen Kesehatan RI, 2007).

Hasil riset Kementerian Kesehatan pada tahun 2010, menyatakan hanya sekitar dua puluh persen rakyat Indonesia yang peduli terhadap kebersihan dan kesehatan lingkungan. Dan jumlah pelajar sekolah dasar yang mencapai tiga puluh persen dari total jumlah penduduk Indonesia. Maka tim pelaksana gabungan dari Institut Bisnis dan Informatika (IBI) Kosgoro 1957 dengan Shinhan University melakukan kegiatan pengabdian berupa penyuluhan tentang hidup bersih dan sehat bagi murid sekolah dasar nomor 11 Lenteng Agung Jakarta Selatan.

Berdasarkan data riset Kementerian Kesehatan diketahui hanya sekitar 20 persen dari total masyarakat Indonesia yang memiliki kepedulian terhadap kebersihan dan kesehatan. Oleh karenanya, penting bagi orang tua dan pihak sekolah untuk menanamkan kebiasaan positif semenjak dini kepada pada anak-anak. Anak sekolah dasar adalah sasaran yang tepat dalam kegiatan ini. Semakin dini, seseorang dibiasakan untuk hidup bersih dan sehat maka akan semakin baik implikasinya di masa depan. Hal ini didukung oleh beberapa kegiatan yang menyatakan hal tersebut (Ihsani & Santoso, 2020; Yetty Septiani Mustar, Indra Himawan Susanto, 2018; Kusumawardhani et al., 2017). Dan berdasarkan data Kemendikbud RI Tahun 2018 jumlah murid sekolah dasar di Provinsi DKI Jakarta, murid kelas satu adalah jumlah terbesar. Data secara rinci dapat dilihat pada gambar berikut ini:



Gambar 1. Distribusi Jumlah Murid Sekolah Dasar Berdasarkan Kelas di DKI Jakarta

Sumber: (Kemendikbud Republik Indonesia, 2018)

Diharapkan sekolah dapat menjadi langkah awal untuk membudayakan cara hidup bersih dan sehat. Kegiatan ini dilaksanakan dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat melalui meningkatkan kemandirian tentang kesadaran akan kebersihan dan kesehatan lingkungan bagi setiap peserta didik, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah. Manfaat dari kegiatan yang diharapkan adalah meningkatnya kesadaran para siswa sekolah dasar dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

METODE PELAKSANAAN

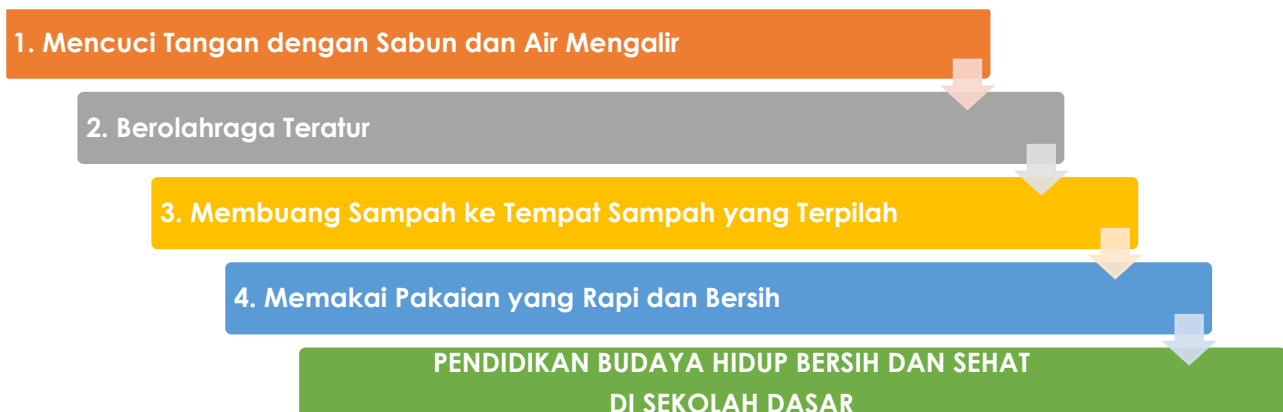
Sifat kegiatan adalah perintisan dimana program dan pengembangan yang dilaksanakan adalah kegiatan penyuluhan dengan metode tanya jawab dan bermain antara khalayak sasaran dengan tim pelaksana. Berdasarkan data dari Kemendikbud tahun 2018 jumlah siswa Sekolah Dasar (SD) kelas satu merupakan jumlah peserta didik terbanyak DKI Jakarta. Selain itu, siswa SD merupakan golongan yang paling tepat untuk mendidik cara hidup bersih dan sehat sejak dini. Pelaksanaan kegiatan terdiri atas dua kegiatan pokok, yaitu:

- 1) Kegiatan penyuluhan pertama yang melibatkan 240 murid. Kegiatan ini merupakan aktivitas pengenalan menjaga kebersihan dan cara hidup sehat. Tahapan kegiatan yang pertama adalah pengenalan kebersihan seperti cara mencuci tangan yang baik dan benar. Masih banyak masyarakat yang belum mengetahui cara mencuci tangan yang baik dan benar. Hal ini diungkapkan oleh banyak hasil kegiatan pengabdian di Indonesia (Suprpto et al., 2020; Tsamara & Raharjo, 2019; Yetty Septiani Mustar, Indra Himawan Susanto, 2018; ati, 2018; Mustikawati, 2017; Kusumawardhani et al., 2017b; Risnawaty, 2016). Kegiatan ini juga dilengkapi dengan anjuran untuk membawa bekal makanan dari rumah. Namun bila harus membeli makanan atau minuman sebaiknya membeli dari warung/kantin sekolah karena lebih terjamin kebersihannya; menggunakan jamban dengan benar di sekolah serta menjaga kebersihan jamban; anjuran agar tidak merokok, memantau pertumbuhan peserta didik melalui pengukuran berat badan dan tinggi badan.
- 2) Kegiatan penyuluhan kedua yang melibatkan 200 murid. Kegiatan ini diselingi dengan kegiatan bermain. Pada kegiatan ini, memperkenalkan cara berolahraga yang baik dengan cara bermain di lapangan bersama dengan anak-anak. Kegiatan kedua adalah penyuluhan kepada murid-murid SDN 11 Lenteng Agung untuk membuang sampah sesuai tempatnya. Kegiatan lainnya adalah mengajak murid-murid untuk berolahraga dan melakukan aktivitas fisik sehingga meningkatkan kebugaran dan kesehatan peserta didik; memberantas jentik nyamuk di sekolah secara rutin dan penyuluhan menggunakan pakaian yang rapi dan bersih.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini terlaksana atas kerja sama antara IBI Kosgoro 1957, Shinhan University Korea Selatan, dan SD Negeri 11 Lenteng Agung. Konsep dari program yang dilakukan pada kegiatan tersebut adalah meningkatkan pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah di kalangan murid sekolah dasar. Kegiatan ini dilaksanakan selama 6 hari yang dimulai pada 8 Januari 2020 hingga 13 Januari 2020 yang berlokasi di Sekolah Dasar Negeri 11 Lenteng Agung yang terletak di Jalan Lenteng Agung Gang Waspada II, RT.12/RW.5 Lenteng Agung, Kecamatan Jagakarsa, Kota Jakarta Selatan, Daerah Khusus Ibukota Jakarta. Pemilihan waktu adalah bersamaan dengan kunjungan Shinhan University ke Indonesia, dikarenakan kegiatan ini merupakan bagian dari kegiatan kerja sama bersama antara IBI Kosgoro 1957 dengan Shinhan University. Penentuan lokasi sekolah dikarenakan sekolah tersebut telah memiliki beberapa fasilitas untuk kebersihan dan kesehatan yang cukup baik.

Pendidikan kebersihan dan kesehatan perlu dilakukan sedini mungkin. Hal ini memerlukan upaya-upaya penyuluhan serta menjadikan kebiasaan dari kegiatan-kegiatan baik tersebut. Oleh karena itu diperlukan fasilitas yang disertai dengan kesadaran dari setiap anak serta lingkungan yang mendukung. Secara ringkas, berikut tertera tahapan kegiatan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di SDN 11 Lenteng Agung:



Gambar 2. Tahapan Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Sumber: Dokumen tim pelaksana (2020)

Kegiatan penyuluhan yang dilakukan merupakan beberapa kegiatan dasar yang dapat dilakukan dan dibiasakan sejak dini yang ke depannya dapat menjadi kebiasaan/budaya hidup bersih dan sehat, tidak hanya di sekolah namun juga pada kegiatan sehari-hari.

Tahapan pertama, mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir. Mencuci tangan merupakan salah satu cara pencegahan dan perlindungan diri yang efektif terhadap kuman penyakit. Mencuci tangan dengan menggunakan air bersih yang mengalir akan membuang kuman-kuman yang ada pada tangan yang kotor. Penggunaan sabun sangat dianjurkan karena dapat membunuh kuman yang ada di tangan. Pada kegiatan ini, seluruh murid diajarkan cara mencuci tangan dengan benar. Berikut tertera langkah-langkah mencuci tangan yang benar:

- 1) Basuh kedua telapak tangan dengan sabun di bawah air mengalir.
- 2) Basuh Telapak tangan kanan di atas punggung tangan kiri dengan sabun di bawah air mengalir dan lakukan hal serupa secara bergantian pada telapak tangan kiri.
- 3) Basuh telapak dengan telapak dengan jari yang saling mengait dengan sabun di bawah air mengalir.
- 4) Basuh punggung jari pada telapak tangan satunya dengan jari yang saling mengunci menggunakan sabun di bawah air mengalir.

- 5) Basuh jempol kanan secara memutar oleh telapak tangan kiri dan sebaliknya menggunakan sabun di bawah air mengalir.
- 6) Basuh jari tangan kanan menguncup pada telapak tangan kiri. Gosok memutar ke kanan dan ke kiri. Lakukan berulang menggunakan sabun di bawah air mengalir.
- 7) Basuh pergelangan tangan kanan yang dipegang tangan kiri dengan gerakan memutar dan sebaliknya dengan sabun di bawah air mengalir.

Penyuluhan dilakukan untuk mengajarkan kepada siswa bagaimana cara mencuci tangan yang baik dan benar. Selain itu, cuci tangan yang benar sangat penting seperti untuk sebelum makan, setelah buang air kecil (BAK) ataupun buang air besar (BAB). Untuk menunjang kegiatan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sekolah haruslah tersedia keran cuci tangan, sabun dan handuk sebagai sarana cuci tangan bagi seluruh murid dan guru. Hal ini sudah terlihat di beberapa sisi kelas sudah terdapat tempat cuci tangan yang dilengkapi dengan sabun. Dengan gencarnya penyuluhan pentingnya mencuci tangan akan membuat guru dan peserta didik terbiasa dan sadar akan pentingnya melakukan cuci tangan dengan air mengalir dan menggunakan sabun.

Tahapan kedua, berolahraga teratur. Olahraga merupakan aktivitas fisik yang berguna untuk menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan. Berolahraga selain membuat badan bugar dan sehat juga dapat membuat sistem kekebalan tubuh meningkat, sehingga dengan berolahraga diharapkan dapat menjaga dan meningkatkan kesehatan bagi pelakunya (Taryatman, 2016). Pada kegiatan ini dilakukan dengan permainan dengan pemutaran lagu-lagu anak dari Korea, Diharapkan melalui kegiatan ini tidak hanya membuat tubuh murid-murid peserta penyuluhan menjadi sehat dan menyenangkan. Diharapkan ke depannya, siswa, guru, dan masyarakat sekolah lainnya melakukan olahraga/aktivitas fisik secara teratur minimal tiga kali seminggu selang sehari. Olahraga dapat dilakukan di halaman secara bersama-sama ataupun dilakukan secara perorangan di ruangan kerja bagi guru/karyawan sekolah atau di kelas masing-masing berupa senam ringan di waktu istirahat. Sekolah diharapkan membuat jadwal teratur untuk berolahraga bersama serta menyediakan alat/sarana untuk berolahraga.

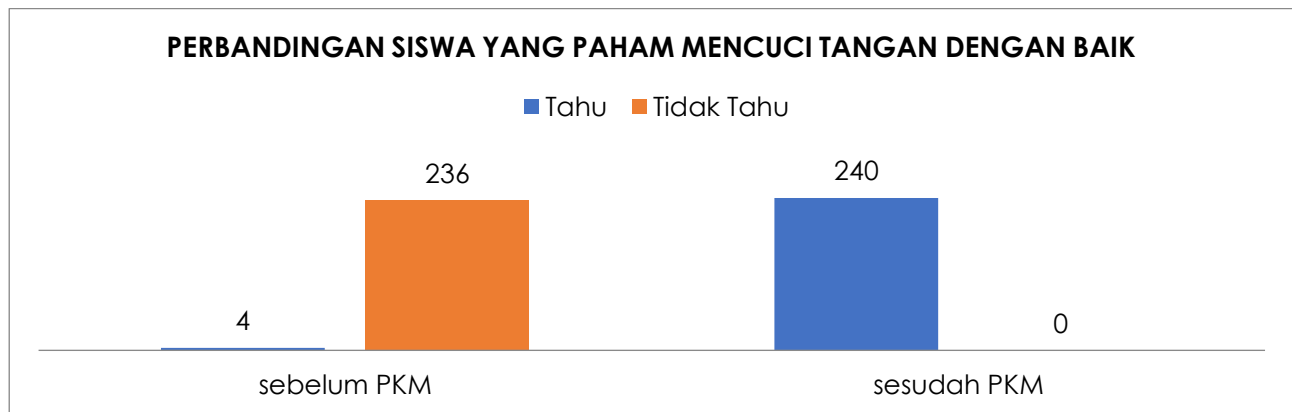
Tahapan ketiga, membuang sampah ke tempat sampah yang terpilah. Sampah merupakan material sisa yang tidak diinginkan setelah berakhirnya suatu proses guna pakai. Sampah merupakan media menumpuknya bakteri dan virus penyebab penyakit. Pemilahan sampah seperti organik dan non-organik merupakan sebuah langkah awal yang baik untuk mempermudah proses pengolahan sampah. Pada kegiatan ini, diberikan materi ringan kepada siswa kelas 1 untuk membedakan mana sampah organik dan non-organik sebagai pengenalan agar siswa terbiasa melakukan pemilahan sampah ke kotak sampah sesuai kategori sampah. Membiasakan membuang sampah pada tempat sampah yang tersedia akan sangat membantu murid sekolah dasar/guru/masyarakat sekolah terhindar dari berbagai kuman penyakit. Membuang sampah pada tempatnya merupakan perbuatan baik yang positif yang harus dijadikan sebagai suatu kebiasaan sehari-hari agar dapat menjadi teladan bagi orang lain.

Tahapan keempat, memakai pakaian yang rapi dan bersih. Pakaian yang rapi dan bersih diperoleh dengan mencuci baju serta disetrika. Hal ini seperti sebuah Hadist yang mengatakan "kebersihan sebagian dari iman". Penampilan yang rapi dan bersih juga dapat membuat belajar menjadi lebih konsentrasi dan hidup menjadi sehat. Setiap hari sebelum masuk kelas dapat dilakukan oleh wali kelas masing-masing untuk memeriksa kebersihan pakaian siswa serta didukung melalui aturan tentang pakaian yang dikenakan oleh siswa. Penampilan pakaian siswa yang rapi dan bersih seperti baju dimasukkan, memakai ikat pinggang, dan memakai kaos kaki.

Pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan sifat perintisan dimana program dan pengembangan yang dilaksanakan dengan metode penyuluhan dan metode permainan kepada siswa sekolah dasar. Kegiatan ini merupakan

bagian dari penanaman karakter dan budaya hidup bersih. Sebuah kebiasaan harus dilakukan secara berulang kali dan dicek secara berkala. Fungsi wali kelas sebagai pengawas sekaligus contoh dan teladan bagi siswa menjadi sangat penting.

Pada salah satu kegiatan penyuluhan yang dapat terlihat dampaknya adalah mengenai cara mencuci tangan terdapat total 240 siswa yang mengikuti dan hampir semua siswa yang tidak mengetahui cara mencuci tangan dengan benar. Banyak diantaranya hanya mencuci dengan menggosok saja bahkan terdapat pula yang tidak menggunakan sabun. Hanya empat orang anak yang mencuci tangannya dengan baik dan benar. Setelah kegiatan ini dilakukan, seluruh murid sudah mengetahui cara mencuci tangan yang baik dan benar. Data perbandingan dapat dilihat pada gambar berikut ini:

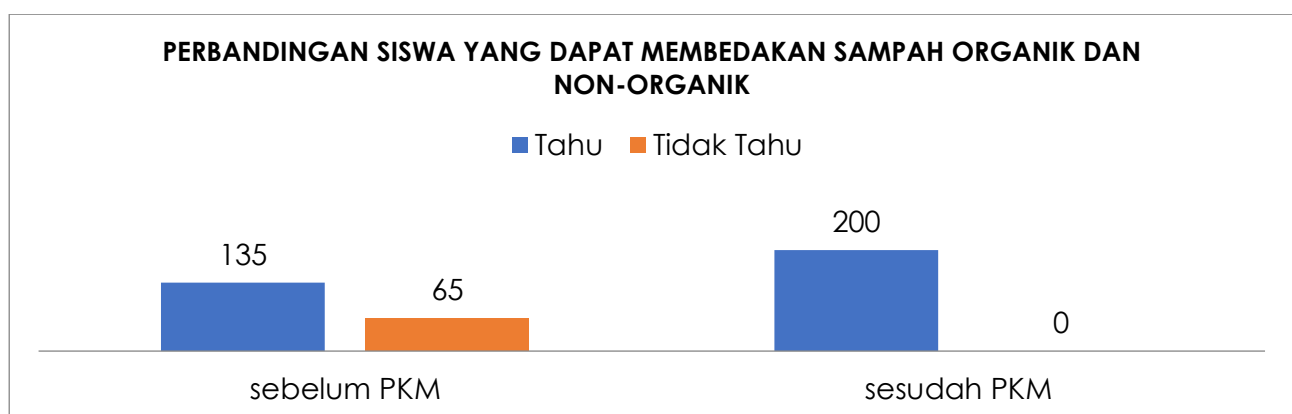


Gambar 3. Hasil Analisis Pelaksanaan Kegiatan PKM.

Sumber: Data primer diolah (2020)

Dari hasil program yang dilakukan, siswa menjadi paham dan tahu bagaimana mencuci tangan dengan baik dan benar serta mengetahui penting serta manfaat dari cuci tangan. Hal ini senada dengan kegiatan penyuluhan di Parang Kabupaten Jeneponto. Kegiatan penyuluhan terhadap anak SDN 169 Ponto menunjukkan hasil beda antara sebelum dan sesudah kegiatan. Dimana setelah penyuluhan ada peningkatan pengetahuan mengenai cara mencuci tangan yang baik di antara murid sekolah dasar (Natsir, 2018).

Pada kegiatan kedua, siswa sudah cukup paham perbedaan antara sampah organik dan non-organik. Sebelum diberikan penyuluhan mengenai perbedaan sampah organik dan non-organik, dari total 200 siswa terdapat 65 murid yang tidak mengetahui perbedaannya. Setelah pelaksanaan penyuluhan, seluruh murid yang terlibat sudah mengetahui perbedaan antara sampah organik dan non-organik. Data detail mengenai keterangan di atas dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 4. Hasil analisis pelaksanaan kegiatan PKM.

Sumber: Data primer diolah (2020)

Pada kegiatan lainnya, dikarenakan kegiatan berupa permainan dan praktik langsung dengan kegiatan tersebut dapat terlihat siswa SD Negeri 11 Lenteng Agung sudah mulai paham akan pentingnya kebersihan dan sehat yang diawali dari diri sendiri serta lingkungan di sekitarnya. Hal tersebut mengindikasikan bahwa kepedulian siswa sekolah kini sudah dapat terlihat dan selanjutnya perlu dilakukan kerja sama dengan wali kelas serta guru sebagai teladan dan pengawas agar hal tersebut dapat menjadi kebiasaan hidup bersih dan sehat secara bersama-sama.

KESIMPULAN

Program ini memberikan dampak terhadap peningkatan pemahaman murid-murid SDN 11 Lenteng Agung mengenai cara mengenai mencuci tangan dengan baik dan benar serta pemilahan sampah organik dan non-organik. Adapun keberhasilan kegiatan ini didorong dari keterbukaan sikap murid-murid SDN 11 Lenteng Agung dan peran serta berbagai pihak. Harapan ke depan adalah perlu dilakukan kegiatan tindak lanjut agar dapat dilaksanakan ke seluruh sekolah dasar yang ada di wilayah DKI Jakarta.

UCAPAN TERIMA KASIH

Program ini berjalan atas kerja sama antara IBI Kosgoro 1957, SDN 11 Lenteng Agung, Dinas Pendidikan DKI Jakarta dan Shinhan University. Untuk itu Tim pelaksana menghaturkan terima kasih kepada Kepala SDN 11 Lenteng Agung Ibu Hj.Siti Salmah,M.Pd. Dan Prof. 신경환 (Shin Kyung Wan) selaku Kepala Kerja sama Internasional Shinhan University Korea.

REFERENSI

- Badan Pusat Statistik (2019) Data Peserta Jenjang Pendidikan Indonesia Tahun Ajaran 2017/2018.
- Departemen Kesehatan RI (2007) Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Sehat. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Departemen Kesehatan RI (2009) Rumah Tangga Sehat Dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- CNNIndonesia (2018) Kesadaran Masyarakat Indonesia akan Kebersihan Masih Rendah. Diakses pada <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20180423183600-255-292946/kesadaran-masyarakat-indonesia-akan-kebersihan-masih-rendah>.
- Ihsani, I., & Santoso, M. B. (2020). Edukasi Sanitasi Lingkungan Dengan Menerapkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Pada Kelompok Usia Prasekolah Di Taman Asuh Anak Muslim Ar-Ridho Tasikmalaya. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(3), 289. <https://doi.org/10.24198/jppm.v6i3.22987>
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Indonesia, K. P. dan K. R. (2018). *Indonesia education statistics in brief 2018/2019*. Center for Educational Data and Statistics and Culture.
- Kementerian Kesehatan. UNDANG-UNDANG REPUBLIK INDONESIA NOMOR 36 TAHUN 2009 TENTANG KESEHATAN, 2009 UU Republik Indonesia § (2009).
- Kusumawardhani, A., Syahati, A. A., Puspaningtyas, S. I., Rusmanto, A. A., Kusuma, L. S. A., & Septianingrum. (2017a). PENGETAHUAN, SIKAP, DAN TINDAKAN MENCUCI TANGAN YANG BENAR PADA SISWA KELAS 1 DAN 2 DI SDN 2 KARANGLO, KLATEN SELATAN. *Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, 2(1), 1–59. Retrieved from <http://jurnal.poltekkes-solo.ac.id/index.php/JKG/article/download/355/317>

- Kusumawardhani, A., Syahati, A. A., Puspaningtyas, S. I., Rusmanto, A. A., Kusuma, L. S. A., & Septianingrum. (2017b). PENGETAHUAN, SIKAP, DAN TINDAKAN MENCUCI TANGAN YANG BENAR PADA SISWA KELAS 1 DAN 2 DI SDN 2 KARANGLO, KLATEN SELATAN. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, 2(1), 44–50. Retrieved from <http://jurnal.poltekkes-solo.ac.id/index.php/JKG/article/download/355/317>
- Mustikawati, I. S. (2017). Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun Studi Kualitatif pada Ibu-Ibu di Kampung Nelayan Muara Angke Jakarta Utara; Studi Kualitatif. *ARKESMAS (Arsip Kesehatan Masyarakat)*, 2(1), 115–125. <https://doi.org/10.22236/arkesmas.v2i1.514>
- Natsir, M. F. (2018). Pengaruh penyuluhan CTPS terhadap peningkatan pengetahuan siswa SDN 169 bonto parang Kabupaten Jeneponto. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 1(2), 1–9. Retrieved from <http://journal.unhas.ac.id/index.php/jnik/article/view/5977>
- Risnawaty, G. (2016). Determinant Factor of Handwashing With Soap (Ctps) in People. *Jurnal Promkes*, 4, 70–81.
- Rt, M., Desa, R. W., & Jati, P. (2018). Sebagai Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Untuk, 1(2), 75–84.
- Suprpto, R., Hayati, M., Nurbaity, S., Anggraeni, F., Haritsatama, S., Sadida, T. Q., ... Pratama, F. A. (2020). Pembiasaan Cuci Tangan yang Baik dan Benar pada Siswa Taman Kanak-Kanak (TK) di Semarang. *Jurnal Surya Masyarakat*, 2(2), 139. <https://doi.org/10.26714/jsm.2.2.2020.139-145>
- Taryatman (2016). Budaya Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah Dasar Untuk Membangun Generasi Muda yang Berkarakter. Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa. Trihayu: Jurnal Pendidikan Ke-SD-an, Vol. 3, Nomor 1, September 2016, hlm. 8-13.
- Tsamara, G., & Raharjo, W. (2019). Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan*, 1(2), 1–16. Retrieved from https://scholar.google.co.id/scholar?hl=id&as_sdt=0%2c5&q=hubungan+gaya+hidup+dengan+kejadian+dismenore+primer+pada++mahasiswi+program+studi+pendidikan+dokter+fakultas++kedokteran+universitas+tanjungpura&btnG=#d=gs_qabs&u=%23p%3DgKDx05LoScQJ
- Yetty Septiani Mustar, Indra Himawan Susanto, A. P. B. (2018). Pendidikan Kesehatan: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah Dasar. *Jisip*, 2(2), 89–95.

Copyright and License



This article is published under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) License <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

Published by LPPM Institut Bisnis dan Informatika (IBI) Kosgoro 1957, Jakarta