

Pemberdayaan Masyarakat Dengan Penyuluhan di SD Negeri 100212 Di Desa Aek Natas Tentang PHBS

Nailah Sagita Putri^{1*}, Siti Aisyah², Sadryo³, Dhea Permata Sari⁴, Cinta Rizkyka⁵, Nadya Simatupang⁶

¹Fakultas Kesehatan, Program Studi Ilmu Kesehatan masyarakat, Universitas Aufa Royhan, Padangsidempuan, Indonesia

^{2,3,4}Fakultas Kesehatan, Program Studi Keperawatan, Universitas Aufa Royhan, Padangsidempuan, Indonesia

^{5,6}Fakultas Kesehatan, Program Studi Kebidanan, Universitas Aufa Royhan, Padangsidempuan, Indonesia

Email Corresponding Author: nailahsagitaputri@gmail.com

Abstrak

Pendahuluan : Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah upaya penting dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat, khususnya pada anak usia sekolah dasar. Kurangnya pemahaman siswa mengenai pentingnya kebersihan diri dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit menular seperti diare, infeksi saluran pernapasan, dan masalah kesehatan gigi serta mulut. Tujuan penelitian : Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa SD Aek Natas tentang cara mencuci tangan dan menyikat gigi yang baik dan benar. Bahan dan metode : Metode yang digunakan adalah penyuluhan kesehatan, demonstrasi, praktik langsung, serta evaluasi melalui tanya jawab. Kegiatan dilaksanakan pada siswa SD Aek Natas dengan antusiasme yang tinggi dari peserta. Hasil penelitian : Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa mengenai pentingnya PHBS serta kemampuan mempraktikkan enam langkah cuci tangan dan teknik menyikat gigi yang benar. Kesimpulan : Kegiatan ini diharapkan dapat membentuk kebiasaan hidup sehat sejak dini dan mendukung terciptanya lingkungan sekolah yang sehat. Kegiatan ini mampu meningkatkan pengetahuan, pemahaman, dan keterampilan siswa dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat.

Kata Kunci: PHBS, cuci tangan, sikat gigi, penyuluhan kesehatan, siswa sekolah dasar.

Abstract

Introduction: Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is an important effort in improving the degree of public health, especially for elementary school children. Students' lack of understanding of the importance of personal hygiene can increase the risk of infectious diseases such as diarrhea, respiratory tract infections, and dental and oral health problems. Research objective: This activity aims to increase the knowledge and skills of Aek Natas Elementary School students about how to wash their hands and brush their teeth properly and correctly. Materials and methods: The methods used are health extension, demonstration, direct practice, and evaluation through questions and answers. The activity was carried out by Aek Natas Elementary School students with high enthusiasm from the participants. Research results: The results of the activity show an increase in students' understanding of the importance of PHBS as well as the ability to practice the six steps of washing hands and correct teeth brushing techniques. Conclusion: This activity is expected to form healthy living habits from an early age and support the creation of a healthy school environment. This activity is able to increase students' knowledge, understanding, and skills in implementing clean and healthy living behavior.

Keywords : PHBS, hand washing, toothbrush, health care, elementary school student.

1. PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah serangkaian perilaku yang dilakukan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran sehingga seseorang mampu menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan yang sehat (Kementerian Kesehatan RI, 2016). Penerapan PHBS pada anak usia sekolah dasar sangat penting karena masa anak-anak merupakan periode pembentukan kebiasaan yang akan terbawa hingga dewasa (Notoatmodjo, 2014). Dengan menerapkan PHBS sejak dini, anak-anak dapat terhindar dari berbagai penyakit yang disebabkan oleh perilaku hidup yang kurang sehat (WHO, 2019).

Berdasarkan hasil observasi selama pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Aek Natas, ditemukan bahwa masih banyak siswa sekolah dasar yang belum menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat secara optimal. Beberapa siswa terlihat belum terbiasa mencuci tangan menggunakan sabun sebelum makan. Selain itu, masih ditemukan siswa

yang kurang memperhatikan kebersihan gigi dan mulut, seperti tidak menyikat gigi secara teratur pada pagi hari setelah sarapan dan malam hari sebelum tidur. Kebiasaan tersebut berpotensi meningkatkan risiko terjadinya berbagai masalah kesehatan, seperti diare, cacingan, karies gigi, radang gusi, dan penyakit infeksi lainnya (WHO, 2022; Kementerian Kesehatan RI, 2019). Kurangnya penerapan PHBS pada siswa dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya rendahnya pengetahuan mengenai pentingnya kebersihan diri, kurangnya pembiasaan di lingkungan keluarga, serta minimnya edukasi kesehatan yang diterima anak-anak (Notoatmodjo, 2014). Selain itu, sebagian siswa belum memahami hubungan antara kebersihan diri dengan pencegahan penyakit. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi kesehatan yang berkelanjutan agar siswa mampu menerapkan kebiasaan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari (Kementerian Kesehatan RI, 2016).

Upaya dalam mengatasi permasalahan tersebut, mahasiswa KKN Kelompok 9 Universitas Aufa Royhan melaksanakan kegiatan penyuluhan PHBS di Sekolah Dasar Desa Aek Natas. Materi yang diberikan difokuskan pada pentingnya mencuci tangan dengan sabun dan menyikat gigi dengan benar sebagai langkah sederhana dalam menjaga kesehatan. Penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah, demonstrasi, praktik langsung, serta sesi tanya jawab untuk meningkatkan pemahaman siswa. Metode pendidikan kesehatan melalui demonstrasi dan praktik langsung terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kesehatan pada anak usia sekolah (Suliha et al., 2014).

Materi cuci tangan yang diberikan meliputi pentingnya mencuci tangan sebelum makan. Siswa juga diajarkan enam langkah mencuci tangan yang benar menggunakan sabun dan air mengalir, yang direkomendasikan oleh World Health Organization (WHO, 2022). Demonstrasi dilakukan secara langsung agar siswa dapat mempraktikkannya dengan baik. Selain edukasi cuci tangan, mahasiswa juga memberikan penyuluhan mengenai pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut melalui kebiasaan menyikat gigi secara teratur. Siswa diberikan pemahaman bahwa menyikat gigi minimal dua kali sehari, yaitu setelah sarapan dan sebelum tidur malam, dapat mencegah gigi berlubang, plak, bau mulut, dan penyakit gusi (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Dalam kegiatan ini, mahasiswa mendemonstrasikan cara menyikat gigi yang benar mulai dari membersihkan bagian luar gigi, bagian dalam gigi, hingga permukaan gigi yang digunakan untuk mengunyah makanan.

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa siswa sangat antusias mengikuti penyuluhan dan praktik yang diberikan. Sebagian besar siswa mampu menjelaskan kembali langkah-langkah mencuci tangan dan menyikat gigi yang benar setelah kegiatan berlangsung. Selain itu, siswa juga menunjukkan peningkatan kesadaran mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan sekolah. Kegiatan penyuluhan kesehatan diketahui dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku kesehatan pada anak sekolah dasar (Notoatmodjo, 2014). Melalui penyuluhan PHBS ini, diharapkan siswa dapat menerapkan kebiasaan mencuci tangan dengan sabun, menyikat gigi secara teratur, menjaga kebersihan diri, serta berperan aktif dalam menjaga kebersihan lingkungan sekolah dan rumah.

2. METODE PELAKSANAAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah salah satu strategi penting dalam pembangunan kesehatan masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan individu maupun kelompok dalam menjaga kesehatan secara mandiri. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, PHBS merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran sehingga individu, keluarga, kelompok, atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat. Penerapan PHBS menjadi salah satu upaya preventif yang efektif untuk mencegah berbagai penyakit menular maupun tidak menular. Oleh karena itu, PHBS perlu ditanamkan sejak usia dini agar menjadi kebiasaan yang berkelanjutan dalam kehidupan sehari-hari.



Gambar 1.Diagram Alur Pelaksanaan Kegiatan

Anak usia sekolah dasar merupakan kelompok yang sangat penting dalam penerapan PHBS karena pada usia tersebut anak sedang berada dalam tahap perkembangan perilaku dan pembentukan karakter. Kebiasaan yang ditanamkan sejak masa sekolah dasar akan cenderung terbawa hingga dewasa. Sekolah memiliki peran strategis dalam membentuk perilaku sehat pada anak melalui berbagai kegiatan pendidikan kesehatan. Lingkungan sekolah yang sehat dapat menjadi sarana pembelajaran bagi siswa untuk memahami pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Selain itu, keterlibatan guru, orang tua, dan tenaga kesehatan sangat diperlukan dalam membangun kebiasaan hidup bersih dan sehat pada anak.

Salah satu indikator penting dalam PHBS di sekolah adalah kebiasaan mencuci tangan menggunakan sabun dengan air mengalir. Cuci tangan merupakan tindakan sederhana yang memiliki manfaat besar dalam mencegah penularan penyakit. Tangan merupakan bagian tubuh yang paling sering bersentuhan dengan berbagai benda yang mungkin terkontaminasi oleh kuman, bakteri, virus, maupun parasit penyebab penyakit. Ketika tangan yang kotor digunakan untuk makan atau menyentuh area wajah seperti mulut, hidung, dan mata, maka mikroorganisme penyebab penyakit dapat dengan mudah masuk ke dalam tubuh. Oleh karena itu, kebiasaan mencuci tangan menggunakan sabun menjadi salah satu langkah penting dalam memutus rantai penularan penyakit.

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), mencuci tangan menggunakan sabun dapat menurunkan risiko penyakit diare hingga lebih dari 30 persen dan mengurangi kejadian infeksi saluran pernapasan akut pada anak. Cuci tangan yang benar dilakukan dengan menggunakan air mengalir dan sabun selama minimal dua puluh detik. Langkah-langkah mencuci tangan meliputi membasahi tangan dengan air, menggosok telapak tangan, menggosok punggung tangan, membersihkan sela-sela jari, membersihkan ujung jari dan kuku, membersihkan ibu jari, serta membilas tangan hingga bersih. Kebiasaan ini perlu diterapkan terutama sebelum makan, setelah menggunakan toilet, setelah bermain, setelah memegang hewan, dan setelah melakukan aktivitas yang menyebabkan tangan menjadi kotor. Selain mencuci tangan, menjaga kesehatan gigi dan mulut juga merupakan bagian penting dari PHBS. Kesehatan gigi dan mulut sering kali kurang mendapatkan perhatian meskipun memiliki pengaruh besar terhadap kesehatan secara keseluruhan. Gigi yang tidak dirawat dengan baik dapat mengalami kerusakan seperti karies gigi, gigi berlubang, radang gusi, serta infeksi rongga mulut. Kondisi tersebut dapat menimbulkan rasa sakit, mengganggu proses makan, mengurangi konsentrasi belajar, bahkan berdampak pada status gizi anak. Oleh karena itu, kebiasaan menyikat gigi secara benar dan teratur perlu ditanamkan sejak usia dini.

Menyikat gigi merupakan cara utama untuk menjaga kebersihan gigi dan mulut. Menyikat gigi secara teratur dapat membantu menghilangkan sisa makanan dan plak yang menempel pada permukaan gigi. Plak merupakan lapisan tipis yang mengandung bakteri dan dapat menyebabkan kerusakan gigi apabila tidak dibersihkan secara rutin. Anak-anak dianjurkan untuk menyikat gigi minimal dua kali sehari, yaitu setelah sarapan dan sebelum tidur malam. Penggunaan pasta gigi yang mengandung fluoride juga dianjurkan karena dapat membantu memperkuat lapisan email gigi dan mencegah terjadinya gigi berlubang.

Cara menyikat gigi yang benar meliputi pembersihan seluruh permukaan gigi secara menyeluruh, baik bagian depan, belakang, maupun permukaan pengunyahan. Gerakan menyikat gigi sebaiknya dilakukan secara lembut dan teratur agar tidak merusak gusi. Selain menyikat gigi, menjaga kesehatan mulut juga dapat dilakukan dengan mengurangi konsumsi makanan dan minuman yang mengandung gula berlebihan serta melakukan pemeriksaan gigi secara berkala ke fasilitas pelayanan kesehatan. Edukasi mengenai kesehatan gigi dan mulut sangat penting diberikan kepada anak-anak karena pada usia sekolah dasar mereka mulai memiliki tanggung jawab terhadap perawatan diri sendiri.

PHBS di lingkungan sekolah tidak hanya terbatas pada kebiasaan mencuci tangan dan menyikat gigi, tetapi juga mencakup berbagai perilaku sehat lainnya. Salah satu di antaranya adalah menjaga kebersihan kuku. Kuku yang panjang dan kotor dapat menjadi tempat berkembang biaknya berbagai mikroorganisme penyebab penyakit. Anak-anak sering kali menggunakan tangan untuk makan sehingga kebersihan kuku harus diperhatikan. Pemotongan kuku secara rutin dan menjaga kebersihannya dapat membantu mencegah masuknya kuman ke dalam tubuh melalui makanan yang dikonsumsi. Perilaku membuang sampah pada tempatnya juga merupakan bagian penting dari PHBS. Lingkungan yang bersih dapat menciptakan suasana belajar yang nyaman dan mengurangi risiko penyebaran penyakit. Sampah yang dibuang sembarangan dapat menjadi tempat berkembang biaknya lalat, nyamuk, tikus, dan berbagai vektor penyakit lainnya. Oleh karena itu, anak-anak perlu dibiasakan untuk membuang sampah pada tempat yang telah disediakan serta berpartisipasi dalam menjaga kebersihan lingkungan sekolah.

Penerapan PHBS di sekolah memerlukan dukungan dari berbagai pihak, termasuk sekolah, keluarga, dan masyarakat. Sekolah memiliki peran dalam menyediakan sarana dan prasarana yang mendukung pelaksanaan PHBS, seperti tempat cuci tangan, sabun, tempat sampah, serta fasilitas sanitasi yang memadai. Guru juga berperan sebagai teladan dan pembimbing dalam membentuk kebiasaan hidup sehat pada siswa. Di sisi lain, orang tua memiliki tanggung jawab untuk memperkuat kebiasaan tersebut di lingkungan keluarga sehingga anak memperoleh pembiasaan yang konsisten.

Dalam konteks Desa Aek Natas, hasil observasi menunjukkan bahwa masih terdapat siswa sekolah dasar yang belum menerapkan PHBS secara optimal. Beberapa siswa belum terbiasa mencuci tangan sebelum makan, masih membuang sampah sembarangan, dan kurang memperhatikan kebersihan gigi serta mulut. Kondisi ini menunjukkan perlunya intervensi berupa edukasi kesehatan yang berkesinambungan. Penyuluhan kesehatan menjadi salah satu metode yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai pentingnya PHBS.

Penyuluhan kesehatan merupakan suatu proses pemberian informasi dan pembelajaran kepada individu maupun kelompok untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku kesehatan. Melalui penyuluhan, siswa dapat memperoleh pemahaman yang benar mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Penyuluhan yang dikombinasikan dengan demonstrasi dan praktik langsung terbukti lebih efektif dalam meningkatkan keterampilan siswa dibandingkan hanya menggunakan metode ceramah. Oleh karena itu, kegiatan edukasi mengenai cuci tangan dan sikat gigi perlu dilakukan secara berulang dan berkelanjutan agar dapat membentuk kebiasaan yang menetap.

Secara keseluruhan, PHBS merupakan upaya penting dalam meningkatkan kualitas kesehatan anak sekolah dasar. Kebiasaan mencuci tangan menggunakan sabun, menyikat gigi secara teratur, menjaga kebersihan kuku, membuang sampah pada tempatnya, menggunakan jamban sehat, dan mengonsumsi makanan bergizi merupakan komponen utama yang perlu diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan penerapan PHBS yang baik, anak-anak dapat terhindar dari berbagai penyakit, memiliki kualitas hidup yang lebih baik, serta mampu mendukung terciptanya lingkungan sekolah yang sehat dan nyaman. Oleh karena itu, edukasi dan pembiasaan PHBS perlu terus dilakukan sebagai investasi kesehatan jangka panjang bagi generasi muda di Desa Aek Natas.

3. HASIL PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SD Aek Natas berlangsung dengan lancar dan mendapat respons positif dari pihak sekolah maupun siswa. Selama kegiatan berlangsung, siswa terlihat antusias mengikuti materi yang disampaikan serta aktif menjawab pertanyaan yang diberikan. Antusiasme peserta selama kegiatan menunjukkan bahwa metode penyuluhan yang interaktif dapat meningkatkan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran kesehatan (Suliha et al., 2014). Pada sesi demonstrasi cuci tangan, siswa diperkenalkan dengan enam langkah mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir sesuai rekomendasi Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2022). Setelah demonstrasi, siswa diberi kesempatan untuk mempraktikkan secara langsung langkah-langkah tersebut. Metode demonstrasi dan praktik langsung memungkinkan siswa memahami materi secara lebih konkret sehingga keterampilan yang diajarkan lebih mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari (Notoatmodjo, 2014).

Selanjutnya dilakukan demonstrasi menyikat gigi yang benar. Siswa diajarkan cara menyikat seluruh permukaan gigi dengan gerakan yang tepat serta pentingnya menyikat gigi minimal dua kali sehari. Kebiasaan menyikat gigi secara teratur diketahui dapat membantu mencegah karies gigi, penyakit gusi, dan berbagai masalah kesehatan gigi dan mulut lainnya (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Hasil evaluasi menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mampu menjelaskan kembali manfaat mencuci tangan dan menyikat gigi serta dapat mempraktikkan langkah-langkah yang telah diajarkan dengan baik. Hasil ini menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa mengenai PHBS. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan melalui penyuluhan dan demonstrasi dapat meningkatkan pengetahuan serta perilaku hidup bersih dan sehat pada anak sekolah dasar (Putri et al., 2022).

Anak usia sekolah merupakan kelompok yang sangat penting untuk diberikan edukasi kesehatan karena pada usia tersebut mereka mulai membentuk kebiasaan yang akan terbawa hingga dewasa. Penyuluhan kesehatan merupakan salah satu metode yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai perilaku hidup sehat (Notoatmodjo, 2014). Oleh karena itu, pendidikan kesehatan perlu diberikan secara berkesinambungan baik di lingkungan sekolah maupun keluarga. Kegiatan demonstrasi dan praktik langsung terbukti membantu siswa memahami materi dengan lebih mudah dibandingkan hanya melalui metode ceramah. Dengan keterlibatan aktif siswa, proses pembelajaran menjadi lebih menarik dan meningkatkan daya ingat terhadap materi yang diberikan. Pendekatan pembelajaran partisipatif diketahui mampu meningkatkan pemahaman dan keterampilan siswa dalam menerapkan perilaku kesehatan (Suliha et al., 2014).

Kebiasaan mencuci tangan dengan sabun dapat membantu mencegah berbagai penyakit infeksi yang ditularkan melalui tangan yang terkontaminasi kuman. Menurut WHO (2022), praktik mencuci tangan menggunakan sabun merupakan salah satu tindakan paling efektif dalam mencegah diare dan infeksi saluran pernapasan. Sementara itu, menyikat gigi secara teratur dapat menjaga kesehatan gigi dan mulut serta mencegah terjadinya karies gigi (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Oleh karena itu, edukasi mengenai kedua perilaku tersebut perlu dilakukan secara berkelanjutan baik di sekolah maupun di rumah agar terbentuk kebiasaan hidup sehat sejak dini.



Gambar 1. Kegiatan PHBS

4. KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang dilaksanakan di SD Aek Natas berjalan dengan baik dan mendapat respons positif dari para siswa. Melalui metode penyuluhan, demonstrasi, dan praktik langsung, siswa memperoleh pengetahuan serta keterampilan mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri, khususnya melalui kebiasaan mencuci tangan menggunakan sabun dan menyikat gigi dengan benar. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mampu memahami manfaat PHBS serta mempraktikkan langkah-langkah cuci tangan dan teknik menyikat gigi yang telah diajarkan. Kegiatan ini juga meningkatkan kesadaran siswa akan pentingnya menjaga kesehatan diri dan lingkungan sebagai upaya pencegahan berbagai penyakit. Oleh karena itu, penyuluhan PHBS perlu dilakukan secara berkelanjutan dengan dukungan sekolah, keluarga, dan tenaga kesehatan agar kebiasaan hidup bersih dan sehat dapat tertanam sejak dini dan menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari siswa.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Universitas Aefa Royhan yang telah memberikan kesempatan dan dukungan dalam pelaksanaan kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) sebagai bentuk pengabdian kepada masyarakat. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Kepala Desa Aek Natas beserta seluruh perangkat desa yang telah memberikan izin, dukungan, serta membantu kelancaran pelaksanaan kegiatan selama program KKN berlangsung. Penulis juga menyampaikan apresiasi kepada kader kesehatan Desa Aek Natas yang telah berpartisipasi dan mendukung pelaksanaan kegiatan penyuluhan kesehatan di lingkungan desa.

Selanjutnya, penulis mengucapkan terima kasih kepada Kepala Sekolah, guru, dan seluruh siswa SD Aek Natas yang telah menerima serta berpartisipasi aktif dalam kegiatan penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Ucapan terima kasih juga diberikan kepada Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan motivasi selama pelaksanaan kegiatan.

Tidak lupa, penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh anggota KKN Kelompok 9 Desa Aek Natas yang telah bekerja sama dan berkontribusi dalam perencanaan, pelaksanaan, serta evaluasi kegiatan ini. Semoga seluruh bantuan, dukungan, dan kerja sama yang telah diberikan mendapatkan balasan yang baik dan kegiatan ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat, khususnya siswa SD Aek Natas.

6. REFERENSI

Centers for Disease Control and Prevention. (2024). *About Hand Hygiene in Schools and Early Care and Education Settings*. Atlanta, GA: U.S. Department of Health and Human Services.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). *Pedoman Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Pedoman Kesehatan Gigi dan Mulut*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Notoatmodjo, S. (2014). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Putri, A., Yuliana, D., & Sari, R. (2022). Pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan PHBS pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 25(2), 85–92.

Suliha, U., Herawani, S., Sumiati, & Resnayati, Y. (2014). *Pendidikan Kesehatan dalam Keperawatan*. Jakarta: EGC.

World Health Organization. (2019). *Improving Health and Learning Through Better Water, Sanitation and Hygiene in Schools: An Information Package for School Staff*. Geneva: World Health Organization.

World Health Organization. (2022). *Guidelines on Hand Hygiene and Infection Prevention*. Geneva: World Health Organization.