



MEMBANGUN POLA MAKAN SEHAT MELALUI EDUKASI GIZI SEIMBANG DAN PERILAKU CUCI TANGAN YANG BENAR PADA SISWA KELAS V (LIMA) SDN 008 SAMARINDA UTARA

Submitted:

30 Juni 2025

Edited:

8 Oktober 2025

Accepted:

17 Oktober 2025

Hayatus Sa'adah*, Sholihin, Fitriana, Gita Naomi Gracia, Hesti, Shelly Afrilliani,
Sherly Ardelia Fitri

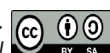
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda

*Email: hayatus.akfarsam@gmail.com

ABSTRAK

Konsep makanan gizi seimbang dengan penerapan CTPS (Cuci Tangan Pakai Sabun) merupakan salah satu cara yang sederhana namun sangat berefek besar bagi kesehatan tubuh. Pemenuhan gizi tubuh dengan konsep “Isi Piringku” serta rajin dalam menerapkan cara cuci tangan pakai sabun menggunakan air mengalir sangat diperlukan untuk menghindarkan tubuh dari infeksi penyakit. Kegiatan penyuluhan kesehatan ini bertujuan untuk memberikan edukasi terkait konsep makanan seimbang dan CTPS pada Siswa SDN 008 Samarinda Utara. Madiun yang nantinya dapat menjadi sebuah kebiasaan yang baik karena sudah diterapkan dan dibiasakan sejak dini. Metode yang digunakan adalah edukasi interaktif melalui penyuluhan, pemaparan langsung, dan permainan edukatif tentang konsep makanan gizi seimbang dan CTPS. Evaluasi dilakukan dengan pemberian pre-test dan post-test untuk mengukur perubahan pengetahuan siswa sebelum dan sesudah kegiatan. Secara keseluruhan, terjadi peningkatan skor dari *pretest* sebesar 81,05% menjadi 87,89% pada post- test, menunjukkan peningkatan sebesar 6,84%. Hasil menunjukkan peningkatan skor pengetahuan siswa serta tumbuhnya kesadaran dalam menerapkan pola makan seimbang dan kebiasaan mencuci tangan dalam kehidupan sehari-hari. Program ini diharapkan dapat menjadi langkah awal dalam pembentukan perilaku hidup bersih dan sehat sejak dini. Kegiatan dilakukan di SDN 008 Samarinda Utara, Jl. KH.Hasyim Asyari No.40, Lempake, Kec. Samarinda Utara, Kota Samarinda, Kalimantan Timur. Sampel kegiatan ini adalah siswa-siswi kelas 5.

Kata kunci: Gizi seimbang, cuci tangan pakai sabun, edukasi kesehatan, SDN 008 Samarinda, pengabdian masyarakat



PENDAHULUAN

Berbagai penelitian selama 8 tahun terakhir menunjukkan bahwa edukasi gizi seimbang dan perilaku higienis yang tepat dapat secara signifikan meningkatkan kesehatan anak sekolah (Dewi et al. 2017) menemukan bahwa edukasi gizi mampu meningkatkan konsumsi buah dan sayur pada anak SD, sedangkan penelitian (Hendriani et al. 2018) membuktikan bahwa pelatihan cuci tangan yang benar dapat meningkatkan praktik kebersihan tangan anak dan menurunkan kasus diare. Pengabdian masyarakat yang menggabungkan edukasi pola makan sehat dan cuci tangan yang benar juga telah membuktikan efektivitasnya, seperti yang dilakukan di Kota Bandung (Aisyah et al., 2021), dimana terdapat peningkatan pengetahuan dan praktik sehat anak setelah intervensi.

Pemenuhan kebutuhan gizi seimbang pada anak-anak khususnya anak-anak di usia dini dikarenakan di usia tersebut pemenuhan gizi memegang peran bahkan faktor penting dalam kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan anak-anak.

Kemudian ada hal yang tidak kalah penting lagi yaitu terkait perilaku kesehatan yang buruk pada anak dapat mendatangkan berbagai jenis penyakit. Beberapa penyakit tersebut yaitu seperti penyakit diare dan ISPA, keduanya menjadi penyebab utama kematian anak. Setiap tahun, sebanyak 3,5 juta anak di seluruh dunia meninggal sebelum mencapai umur lima tahun karena penyakit diare dan ISPA. Hal ini dikarenakan penyebab utama dari diare maupun ISPA ialah kurangnya perilaku hidup bersih dan sehat di masyarakat, salah satunya kurangnya pemahaman mengenai cara mencuci tangan menggunakan air yang mengalir dengan sabun secara baik dan benar. Pada zaman yang semakin modern ini masyarakat hampir menganggap CTPS (Cuci Tangan Pakai Sabun) sebagai hal yang tidak penting, mereka cuci tangan pakai sabun ketika tangan mereka berbau, kotor, maupun saat berminyak saja. Kemudian kebiasaan dan keyakinan tersebut diteruskan dalam kehidupan sehari-hari, salah satu keyakinan ini tidak akan dapat terus dilakukan oleh banyak orang jika dari kecil sudah menganggap bahwa CTPS itu memang tidak penting. Oleh karena itu, dari anak-anak penanaman pemahaman serta pembiasaan mengenai praktik cuci tangan dalam kehidupan sehari-hari (Oldhi, 2019) salah satu keyakinan ini tidak akan dapat terus dilakukan oleh banyak orang jika dari kecil sudah menganggap bahwa CTPS itu memang tidak penting. Pola makan sehat dan kebiasaan hidup bersih sejak dini sangat penting untuk membentuk generasi yang sehat dan produktif. Anak-anak sekolah dasar merupakan kelompok usia yang rentan terhadap

masalah gizi dan infeksi akibat kebiasaan yang kurang sehat, seperti pola makan tidak seimbang dan cuci tangan yang tidak benar (Kemenkes, 2018). prevalensi stunting dan malnutrisi pada anak usia sekolah masih menjadi perhatian serius, sementara praktik cuci tangan pakai sabun di kalangan anak-anak belum optimal, yang berkontribusi pada tingginya angka penyakit menular seperti diare dan infeksi saluran pernapasan.

Promosi kesehatan merupakan serangkaian kegiatan komunikasi dengan menggunakan media dalam memberikan bantuan terhadap pengembangan potensi, yaitu fisik, emosi, sosial, sikap dan pengetahuan semaksimal mungkin sebagai upaya untuk meningkatkan atau memelihara Kesehatan (Muchlas, 2020).

Urgensi pengabdian ini sangat tinggi mengingat pola makan yang buruk dan kebiasaan cuci tangan yang salah dapat menyebabkan gangguan tumbuh kembang dan peningkatan risiko penyakit infeksi di usia produktif. Edukasi yang terstruktur dan

berkelanjutan di sekolah dasar diharapkan dapat membentuk perilaku sehat sejak dini, sehingga mampu memutus rantai masalah kesehatan yang berkelanjutan. Selain itu, penguatan perilaku sehat pada anak dapat menjadi agen perubahan bagi keluarga dan lingkungan sekitarnya.

Tujuan dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan dan praktik anak sekolah dasar tentang pola makan sehat berdasarkan prinsip gizi seimbang serta perilaku cuci tangan yang benar. Dengan tujuan tersebut, diharapkan terjadi perubahan perilaku yang positif yang berkontribusi pada peningkatan kesehatan dan penurunan risiko penyakit yang berhubungan dengan pola makan dan kebersihan tangan di kalangan anak-anak.

BAHAN DAN METODE

Lokasi Penyuluhan

Lokasi Pengabdian Masyarakat dilakukan di SDN 008 Samarinda Utara, Jl. KH. Hasyim Asyari No.40, Lempake, Kec. Samarinda Utara, Kota Samarinda, Kalimantan Timur.

Waktu Penyuluhan

Penyuluhan ini dilakukan sejak pencarian dan penentuan judul pada bulan April hingga pembuatan proposal pengabdian. Penyuluhan dilaksanakan pada tanggal 20 Mei 2025 di SDN 008 Samarinda Utara.

Kelompok Sasaran

Kelompok sasaran dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah siswa/i Sekolah Dasar Negeri (SDN) 008 Samarinda Utara, khususnya siswa kelas 5 yang berusia antara 10–11 tahun. Kelompok usia ini dipilih karena merupakan masa transisi perkembangan kognitif dan perilaku, dimana anak mulai mampu menerima informasi secara logistik dan membentuk kebiasaan jangka panjang. Selain itu, pada usia ini anak-anak sudah mulai mandiri dalam memilih makanan dan melakukan aktivitas kebersihan pribadi, namun tetap memerlukan pengawasan dan pembiasaan dari lingkungan.

Pemilihan sekolah ini didasarkan pada pertimbangan lokasi yang representatif, jumlah siswa yang mencukupi, dan adanya kebutuhan akan pendidikan gizi seimbang serta perilaku hidup bersih dan sehat.

Teknik Pengumpulan Data

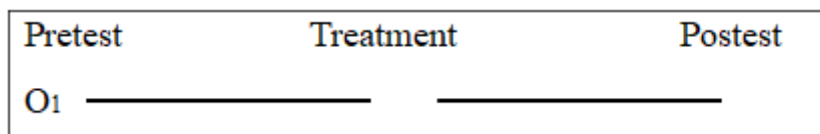
Dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, teknik pengumpulan data dilakukan untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa sebelum dan sesudah kegiatan edukasi, serta untuk mendokumentasikan pelaksanaan kegiatan. Adapun teknik yang digunakan meliputi:

1. Observasi Langsung

Observasi dilakukan selama kegiatan berlangsung untuk menilai partisipasi aktif siswa, cara mereka menanggapi materi pendidikan, serta keterampilan praktik mencuci tangan yang benar. Observasi digunakan untuk mencatat kondisi sarana kebersihan yang tersedia di lingkungan sekolah.

2. Pre Eksperimen Design

Pre Eksperimen Design dengan pendekatan *One Group Pretest-Posttest Design*. Penelitian ini mengandung paradigma bahwa terdapat suatu kelompok yang diberi perlakuan dan selanjutnya diobservasi hasilnya, akan tetapi sebelum diberi perlakuan terhadap *pre test* untuk mengetahui kondisi awal. Dengan demikian hasil perlakuan akan lebih akurat karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberikan perlakuan. Alur dari penelitian yang digunakan yaitu kelas penelitian diberikan *pre test* (O1) kemudian dilanjutkan dengan pemberian perlakuan (X) yaitu pemberian edukasi gizi seimbang dan CTPS setelah itu diberikan *post test* (O2).



Gambar.1. One-Group *Pretest-Posttest* Design (sumber: Sugiono 2013)

Keterangan :

O1 : *Pre test* atau pengambilan data awal mengenai pengetahuan anak-anak mengenai gizi seimbang dan CTPS sebelum diberikan edukasi gizi dan CTPS dengan media leaflet, presentasi, dan video animasi di SD 008 Samarinda Utara. X : Perlakuan yaitu pemberian edukasi gizi seimbang dan CTPS pada anak-anak dengan media leaflet, presentasi, dan video animasi di SD 008 Samarinda Utara.

O2 : *Post test* atau pengambilan data akhir mengenai pengetahuan anak-anak mengenai gizi seimbang dan CTPS setelah diberikan edukasi gizi dan CTPS dengan media leaflet, presentasi, dan video animasi di SD 008 Samarinda Utara.

3. Dokumentasi

Dokumentasi dilakukan dalam bentuk foto dan video selama kegiatan berlangsung untuk merekam proses pelaksanaan kegiatan, keaktifan siswa, serta hasil praktik. Dokumentasi ini akan menjadi bukti fisik keberhasilan kegiatan dan dilampirkan dalam laporan akhir.

Penyajian Data

Data yang diperoleh dari hasil pre-test dan post-test akan disajikan dalam bentuk:

1. Tabel Frekuensi : untuk melihat jumlah peserta yang menjawab benar/salah pada setiap soal.
2. Diagram Batang : untuk memvisualisasikan perbandingan hasil pre-test dan post-test. Nilai Rata-rata : untuk mengetahui peningkatan pengetahuan siswa secara umum.
3. Peningkatan Persentase : untuk menilai efektivitas kegiatan edukasi

Soal *Pretest* dan *Post Test*

1. Yang disebut pola makan sehat adalah..
 - a. Makan dengan porsi yang banyak
 - b. Makan dengan makanan mahal
 - c. Makanan yang memenuhi makanan 4 sehat 5 sempurna

2. Gizi seimbang adalah..
 - a. Makan dengan nasi yang banyak
 - b. Konsumsi makanan yang beraneka ragam dan cukup jumlahnya
 - c. Makan yang banyak dan juga jajan yang banyak
3. Di bawah ini merupakan kriteria makanan bergizi seimbang, kecuali..
 - a. Tidak banyak mengkonsumsi makanan yang berlemak
 - b. Konsumsi makanan kemasan
 - c. Membiasakan diri sarapan pagi
4. Di bawah ini yang termasuk dalam komposisi makanan 4 sehat 5 sempurna adalah...
 - a. Tahu-tempe
 - b. Chiki
 - c. Air sirup
5. Makanan yang mengandung karbohidrat (makanan pokok) adalah..
 - a. Sayur-sayuran
 - b. Daging dan nasi
 - c. Nasi
6. Untuk mendapatkan makanan yang mengandung protein, kita dapat memperolehnya dari daging. Jika tidak terdapat daging, kita dapat menggantinya dengan..
 - a. Tempe
 - b. Kerupuk
 - c. Buah-buahan
7. Apa sumber protein yang dianjurkan dalam konsep “isi piringku”?
 - a. Daging merah berlemak
 - b. Ikan, telur dan kacang-kacangan
 - c. Gula dan tepung
8. Apa saja 4 pilar gizi seimbang..
 - a. Konsumsi makanan sehat, Perilaku hidup sehat, melakukan aktivitas fisik setiap hari, dan menjaga berat badan ideal
 - b. Konsumsi makanan sehat, melakukan aktivitas fisik sebulan sekali, tidak menerapkan perilaku hidup sehat, dan menjaga berat badan ideal.
 - c. Melakukan aktivitas fisik setiap hari, mengkonsumsi roti saja setiap hari, melakukan aktivitas fisik setiap hari, dan makan sebanyak banyaknya
9. Sebelum makan, hal apa yang harus kita lakukan...
 - a. Berdoa

- b. mengajak teman makan
 - c. Mencuci tangan
10. Untuk mencuci tangan kita harus menggunakan...
- a. Sabun saja
 - b. Tisu basah
 - c. Sabun dan Air bersih

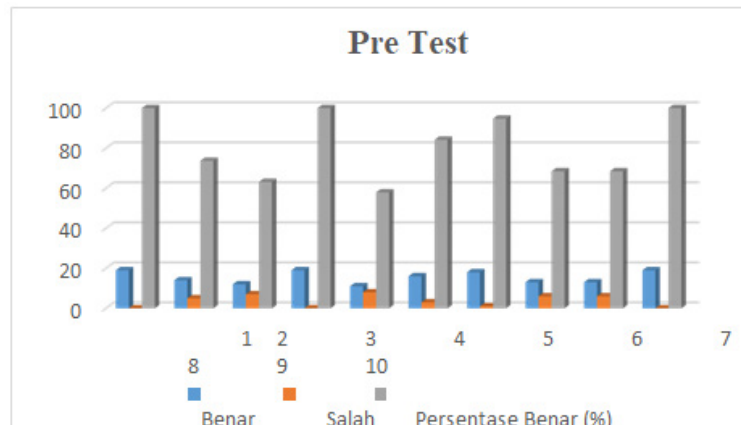
HASIL DAN PEMBAHASAN HASIL

Untuk mengetahui tingkat pemahaman awal serta efektivitas kegiatan edukasi, tim pengabdian masyarakat melakukan *pretest* dan *posttest* kepada siswa kelas V SDN 008 Samarinda Utara. Kegiatan ini merupakan bagian dari program “Membangun Pola Makan Sehat Melalui Edukasi Gizi Seimbang dan Perilaku Cuci Tangan yang Benar” yang bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai pentingnya gizi seimbang dan perilaku hidup bersih sejak usia sekolah dasar.

Pretest dilaksanakan sebelum kegiatan penyuluhan dimulai, sedangkan *posttest* dilakukan setelah seluruh rangkaian edukasi selesai dilaksanakan pada hari yang sama. Instrumen tes berupa 10 butir pertanyaan pilihan ganda, mencakup materi seputar prinsip gizi seimbang, pentingnya sarapan, konsumsi sayur dan buah, serta langkah cuci tangan yang benar. Jumlah responden yang mengikuti kegiatan ini adalah 19 siswa kelas V. Hasil *pretest* dan *posttest* tertera pada table 1 dan 2.

Tabel 1. Hasil *Pretest* Siswa/siswa kelas V

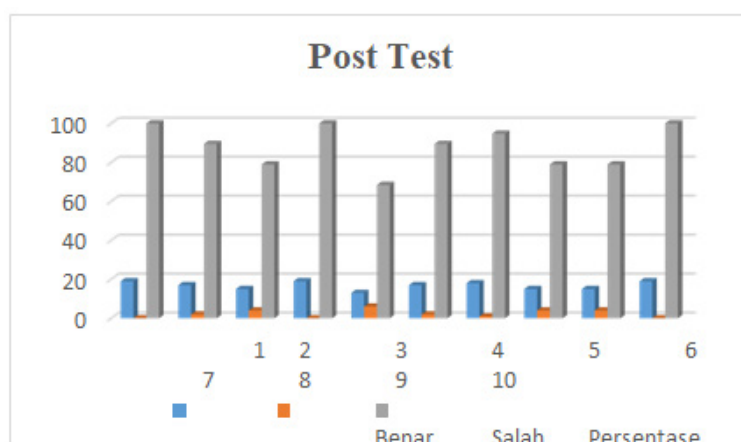
No. Pertanyaan	Benar	Salah	Persentase Benar (%)
1	19	0	100
2	14	5	73,68
3	12	7	63,15
4	19	0	100
5	11	8	57,89
6	16	3	84,21
7	18	1	94,73
8	13	6	68,42
9	13	6	68,42
10	19	0	100



Gambar 1. Hasil *Pretest* Siswa/siswa kelas V

Tabel 2. Hasil *Post test* Siswa/siswi kelas V

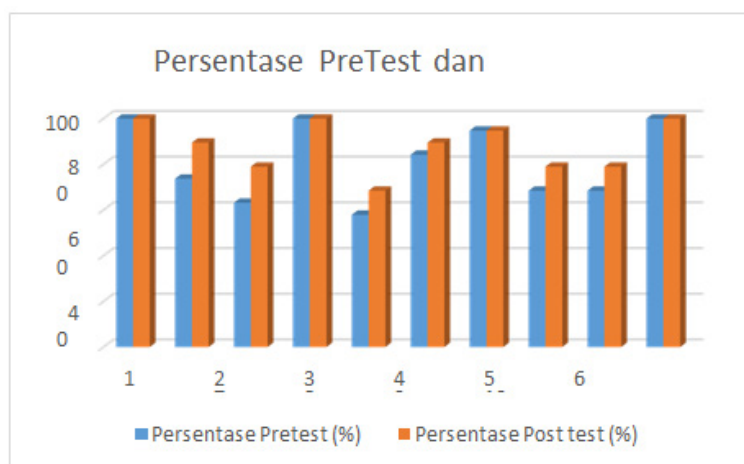
No. Pertanyaan	Benar	Salah	Persentase Benar(%)
1	19	0	100
2	17	2	89,47
3	15	4	78,94
4	19	0	100
5	13	6	68,42
6	17	2	89,47
7	18	1	94,73
8	15	4	78,94
9	15	4	78,94
10	19	0	100



Gambar 2. Hasil *Post test* Siswa/siswi kelas V

Tabel 3. Peningkatan Persentase *Pretest* dan *Post Test*

No. Soal	Persentase <i>Pretest</i> (%)	Persentase <i>Post test</i> (%)
1	100	100
2	73,68	89,47
3	63,15	78,94
4	100	100
5	57,89	68,42
6	84,21	89,47
7	94,73	94,73
8	68,42	78,94
9	68,42	78,94
10	100	100
Rata-rata	81,05	87,89



Gambar 3. Peningkatan Persentase *Pretest* dan *Post Test*

PEMBAHASAN

Pada tanggal 20 Mei 2025, kelompok 17 mahasiswa Program Studi S1 Farmasi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda (STIKSAM) melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat di SD Negeri 008 Samarinda Utara dengan mengangkat tema “Gizi Seimbang dan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS)”. Kegiatan ini diikuti oleh 19 siswa/i kelas V dengan tujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran mereka tentang pentingnya pola makan bergizi serta praktik kebersihan dasar melalui cuci tangan yang benar. Kesadaran akan pentingnya gizi dan kebersihan menjadi dasar kegiatan ini, mengingat

masih banyaknya permasalahan kekurangan gizi dan penyakit infeksi akibat kurangnya pemahaman akan kebersihan, khususnya di lingkungan sekolah dasar.



Gambar 4. Pelaksanaan Penyuluhan Gizi Seimbang dan CTPS



Gambar 5. Dokumentasi Penyerahan Sertifikat dan Cinderamata



Gambar 6. Dokumentasi Penyerahan Hadiah

Hasil pengabdian “Membangun Pola Makan Sehat Melalui Edukasi Gizi Seimbang dan Perilaku Cuci Tangan yang Benar pada Siswa Kelas V (Lima) SDN 008 Samarinda Utara” menunjukkan bahwa pengetahuan siswa meningkat secara signifikan setelah penyuluhan dilakukan. Dalam pengabdian ini, 19 siswa kelas V (Lima) yang disurvei terdiri dari 12 orang perempuan (63,15%) dan 7 orang laki-laki (36,84%).

Penyuluhan dilakukan secara interaktif dan partisipatif, menggunakan bahasa sederhana dan media visual menarik seperti gambar dan video. Siswa diajak langsung mempraktekkan langkah-langkah CTPS yang benar, disertai sesi diskusi dan tanya jawab untuk memperkuat pemahaman. Evaluasi terhadap efektivitas kegiatan dilakukan melalui *pretest* dan *post test*. Hasil *pretest* menunjukkan bahwa pemahaman siswa masih tergolong rendah, khususnya pada soal nomor 5 yang hanya dijawab benar oleh 57,89% peserta. Namun setelah penyuluhan, angka tersebut meningkat menjadi 68,42%. Secara keseluruhan, 8 dari 10 soal menunjukkan peningkatan persentase jawaban benar, sementara tiga soal lainnya, yakni nomor 1, 4, dan 10, mempertahankan tingkat pemahaman siswa yang sudah baik sejak awal dengan angka 100%.

Peningkatan paling signifikan terlihat pada soal nomor 2 dan 3 yang masing-masing meningkat dari 73,68% menjadi 89,47% dan dari 63,15% menjadi 78,94%. Soal nomor 8 dan 9 juga menunjukkan peningkatan serupa. Terjadi peningkatan persentase keseluruhan pada *pretest* 81,05% dan *post test* 87,89% yang menandakan terjadinya peningkatan 6,84%. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian sebelumnya oleh Wulandari et al. (2020) yang melaporkan bahwa edukasi gizi melalui metode ceramah interaktif dan media visual dapat meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar secara signifikan pada aspek pemilihan makanan sehat. Selain itu, Fitriani & Rachmawati (2021) juga menunjukkan bahwa pendidikan gizi di sekolah mampu memperbaiki kebiasaan sarapan dan konsumsi sayur pada anak usia sekolah dasar. Hal ini menandakan bahwa metode penyuluhan yang digunakan efektif dalam menanamkan pemahaman kepada siswa. Bahkan soal yang sejak awal sudah dipahami dengan baik tetap menunjukkan stabilitas pemahaman setelah kegiatan berlangsung. Selain peningkatan skor, observasi selama kegiatan juga menunjukkan antusiasme dan partisipasi aktif siswa dalam setiap sesi.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif berbasis praktik dan partisipasi aktif sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa sekolah dasar tentang pentingnya gizi seimbang dan CTPS. Penguatan

edukasi sejak usia dini menjadi kunci dalam membentuk kebiasaan hidup sehat yang berkelanjutan. Sebagai bentuk apresiasi, sertifikat dan cinderamata diserahkan kepada pihak sekolah atas kerja sama yang telah terjalin. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi contoh bagi program sejenis di sekolah lain dalam upaya peningkatan status kesehatan anak.

KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Program pengabdian masyarakat Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda (STIKSAM) ditujukan kepada siswa kelas V (Lima) SDN 008 Samarinda Utara bahwa pendidikan gizi seimbang dan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) dapat meningkatkan pengetahuan mereka. Hal ini ditunjukkan dengan perbandingan antara *pretest* dan *post test*, yang menunjukkan peningkatan pemahaman setiap aspek materi. Siswa/i telah disadarkan tentang pentingnya menjaga pola makan sehat dan gaya hidup sehat sejak dini melalui penggunaan pendekatan pendidikan yang menggabungkan praktik langsung, praktik visual, dan interaktif.

SARAN

Disarankan agar sekolah dan lembaga terkait mengembangkan kegiatan serupa secara berkelanjutan, baik dalam kurikulum muatan lokal maupun program ekstrakurikuler. Materi yang belum dikuasai sepenuhnya, seperti kandungan nutrisi makanan, harus mendapat penekanan lebih. Sangat disarankan agar orang tua dan guru terlibat dalam penguatan nilai hidup sehat agar pembiasaan berlangsung baik di rumah maupun di sekolah. Dalam jangka panjang, model pendidikan yang lebih luas dan berbasis komunitas harus dibuat. Ini harus mencakup penyediaan fasilitas pendukung seperti toilet dan sabun, serta kantin sehat dengan makanan sehat. Selain itu, pengembangan teori penyuluhan kesehatan pada tingkat dasar dapat digunakan sebagai dasar untuk memperluas pengabdian ini ke wilayah atau kelompok sasaran lain yang menghadapi masalah serupa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda (STIKSAM) atas arahan, dukungan, dan fasilitasi yang diberikan sejak tahap perencanaan hingga pelaksanaan kegiatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Azri, Shaira,A. dan Muryadi, E. I, (2024), Hubungan Sikap Siswa Terhadap Kebiasaan Cuci Tangan Pakai Sabun Di Era Pandemi Covid-19 Pada Siswa Smp Negeri 2 Kota Sungai Penuh Tahun 2021, *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 9(10),5656.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2005). Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional dan Peraturan Pelaksanaannya. Jakarta: Depdiknas.
- Fitriani, D., & Rachmawati, T. (2021). Pengaruh pendidikan gizi terhadap kebiasaan sarapan dan konsumsi sayur pada anak sekolah dasar. *Jurnal Gizi dan Pangan Indonesia*, 5(2), 112–119
- Herlianty, H., Setyawati, A., Lontaan, A., Limbong, T., Tyarini, I. A., & Putri, S. Z. (2023). Determinants Influence the Incidence of Stunting in Toddlers Aged 6-59 Months. *Jurnal Edukasi Ilmiah Kesehatan*, 1(2), 73–79.
- Kasingku, J. D., & Lumoindong, B. (2023). Peran Penting Pendidikan Lewat Makanan Bergizi dalam Meningkatkan Kesadaran Masyarakat akan Kesehatan Tubuh dan Pikiran: Studi Literatur. *Journal on Education*, 5(4), 16071-16080.
- Kementerian Kesehatan RI. (2015). Pedoman cuci tangan pakai sabun untuk pencegahan penyakit. Jakarta : Kemenkes RI
- Rahmatika, Cahya, W, Bawono, Y dan Rosyidah, R, (2022), Cuci Tangan Pakai Sabun Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Desa Tanjung Kecamatan Kamal Kabupaten Bangkalan, *Journal Ikip Pgri*, 79.
- Sari, M., & Lestari, D. (2021). Hubungan Peran Orang Tua dengan Kepatuhan Anak dalam Melakukan Cuci Tangan Pakai Sabun. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 13(1), 33–40.
- Sastradiharja, EE junaedi, (2024), Implementasi Pendidikan Lingkungan Hidup untuk Meningkatkan Kebiasaan Hidup Bersih dan Sehat pada Anak Usia Dini, *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 8(5), 852.
- Wulandari, N., Kurniasari, D., & Handayani, T. (2020). Efektivitas edukasi gizi terhadap pengetahuan dan perilaku konsumsi makanan sehat pada siswa sekolah dasar. *Media Gizi Indonesia*, 15(1), 1–9

Setiawati, A., Arda, D., Nordianiwati, N., Aris Tyarini, I., & Indryani, I. (2023). Factors associated with nutritional status in children under five. *Jurnal Edukasi Ilmiah Kesehatan*, 1(3), 99–106.