Open Community Service Journal 02 (02): 69-76 2023

Contents lists available at openscie.com

Open Community Service Journal

Journal homepage: https://opencomserv.com

Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Untuk Anak PAUD

Andi Ernawati Manuntungi [1*], Febri Sriyanti[1], Ayu Sri Wahyuni[1]

[1] Fakultas Kesehatan, Institut Kesehatan dan Bisnis St. Fatimah Mamuju, Indonesia

*Correspondence: E-mail: manuntungi.ernha@gmail.com

INFORMASI ARTIKEL

Riwayat Artikel:
Disubmit 22 Agustus 2023
Diperbaiki 31 Agustus 2023
Diterima 01 September2023
Diterbitkan 12 September 2023

Kata Kunci:
Anak,
Bersih,
Sehat,
Perilaku,
PHBS.

ABSTRAK

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan konsep yang penting untuk diterapkan di lingkungan individu maupun keluarga. Namun, masih banyak anak usia dini yang belum memahami konsep PHBS dengan baik. Oleh karena itu, tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan sosialisasi PHBS kepada anak PAUD di TK Al Quba Mamuju. Metode pelaksanaan yang digunakan adalah dengan memberikan materi PHBS dan praktek mencuci tangan yang baik dan benar secara kolaborasi antara pemateri dan peserta. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan bahwa peserta mampu memahami konsep dasar PHBS dan tata cara mencuci tangan yang baik dan benar pasca pandemi. Selain itu, peserta juga mampu memberikan umpan balik yang baik terhadap materi yang diberikan. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah bahwa pengabdian masyarakat dalam bentuk sosialisasi PHBS dapat memberikan manfaat bagi anak PAUD dalam meningkatkan kesehatan dan kualitas hidup mereka.

1. Pendahuluan

PHBS adalah singkatan dari Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, yang merupakan suatu konsep yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan dan kualitas hidup melalui adopsi perilaku yang menjaga kebersihan dan kesehatan baik di lingkungan individu maupun keluarga (**Oktiarina et al., 2023**). PHBS sangat penting untuk keluarga karena melibatkan serangkaian kebiasaan dan tindakan yang dapat mencegah penyakit, menjaga kesehatan, dan menciptakan lingkungan yang aman dan nyaman bagi semua anggota keluarga (**Alamar et al., 2022**). Oleh karena itu, masing-masing keluarga sangatlah berperan penting dalam penyampaian nilai-nilai serta pembentukan kebiasaan PHBS. Lingkungan keluarga merupakan panggung utama bagi penyampaian pengetahuan dan praktik kesehatan serta kebersihan kepada anggotanya, terutama pada periode awal kehidupan.

Menggerakan anggota keluarga untuk memelihara aspek kebersihan diri merupakan imperatif penting dalam rangka mewujudkan praktik Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) (**Rahmin, 2022**). Praktek ini merujuk pada sejumlah tindakan, antara lain mencakup pencucian tangan dengan menggunakan sabun setelah melakukan aktivitas, menjalani kegiatan mandi secara berkala, merawat kebersihan kuku, serta mengelola penampilan dan perawatan rambut. Penerapan tindakan-tindakan ini menitikberatkan pada pembentukan kebiasaan menjaga higienitas pribadi yang efektif guna mencegah potensi penularan penyakit dan menjaga integritas kesehatan individu dan keluarga secara keseluruhan **(Khairunnisa, 2020**).

Tahap perkembangan anak usia sekolah merupakan periode yang mengandung signifikansi kritis, karena dalam fase ini anak menemui kerentanan terhadap masalah-masalah kesehatan. Selain aspek rentan terhadap isu-isu kesehatan, ciri esensial dari kelompok usia ini adalah keterampilan penerimaan stimulus yang sangat peka, memungkinkan efektifitas bimbingan, arahan, dan penanaman norma perilaku positif, termasuk penanaman perilaku hidup higienis dan sehat. Pada garis besar, karakteristik ini juga ditandai oleh dorongan untuk berkomunikasi dan berbagi informasi yang diperoleh dari lingkungan sosialnya (**Siregar, 2022**).

Dampak rendahnya pengetahuan siswa mengenai perilaku hidup sehat berpotensi mengakibatkan kurangnya kemampuan siswa dalam menjalankan perilaku tersebut secara tepat atau bahkan dapat menyebabkan ketidakmampuan menerapkan prinsip-prinsip perilaku hidup sehat dalam rutinitas keseharian (**Metasari et al., 2023**). Konsekuensi dari hal tersebut merujuk pada penurunan status kesehatan tubuh individu yang bersangkutan. Oleh karena itu, perlunya tindakan intervensi dan resolusi atas permasalahan ini menjadi suatu kebutuhan mendesak, melalui peningkatan aspek pengetahuan, pemahaman konseptual, dan aplikasi praktikal dalam lingkungan institusi pendidikan serta dalam skala individu untuk menghadirkan perbaikan pada kondisi ini (**Sridadi, 2016**).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, observasi terhadap tingkat prevalensi penyakit diare menunjukkan bahwa kelompok usia 1-4 tahun menunjukkan angka prevalensi tertinggi, yakni mencapai proporsi 11,5% (**Riskesdas, 2018**). Sementara itu, dalam konteks penjelasan yang disampaikan oleh Wiku Adisasmito, yang merupakan juru bicara dari Tim Gugus Tugas Percepatan Penanganan Covid-19 Republik Indonesia, tercatat bahwa angka kasus Covid-19 memiliki kecenderungan yang tinggi pada kelompok usia Pendidikan Anak Usia Dini (usia 0-2 tahun), dengan proporsi kasus mencapai 13,8% (**Alrizki, 2021**). Dapat dilihat dari tingkat permasalahan anak usia dini diatas sangat tinggi presentasi penyakit wabah covid-19 yang telah terjadi dan penyakit diare mencapai lebih dari 10% anak usia dini yg telah terdiagnosa.

Meningkatnya angka penyakit pada kelompok anak usia dini sering kali berhubungan dengan tingkat perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yang sangat rendah. Contoh penyakit yang sering kali muncul akibat rendahnya PHBS di antaranya adalah cacingan, diare, sakit gigi, sakit kulit, gizi buruk, dan lain sebagainya. Pada masa pandemi wabah covid 19 banyak faktor yang mempengaruhi kesehatan anak usia dini jika tidak menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat serta kurangnya mematuhi protokol kesehatan sehingga menyebabkan sesak pada saluran pernapasan serta menyebabkan kematian **(Maulidia &**

Hanifah, 2020). Dengan adanya fenomena ini dapat memiliki konsekuensi signifikan terhadap perkembangan dan kualitas kesehatan anak yang cukup besar. Oleh karena itu pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mensosialisasikan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak PAUD demi meningkatkan derajat kesehatan mereka.

2. Metode Pelaksanaan

Sosialisasi adalah proses penting dalam perkembangan anak, terutama pada usia PAUD (Pendidikan Anak Usia Dini) yang berkisar antara 3 hingga 6 tahun. Metode sosialisasi yang efektif untuk anak PAUD haruslah mendukung perkembangan sosial, emosional, kognitif, dan fisik mereka (**Pratiwi, 2018**). Metode yang dipilih dalam program pengabdian kepada masyarakat ini adalah sosialisasi mengenai PHBS. Kegiatan persiapan dimulai dengan melakukan survei langsung di TK Al Quba Jalan Tintilingang, Binangan Kota Mamuju pada tanggal 1 Agustus 2023. Tim pengabdian masyarakat Institut Kesehatan dan Bisnis Siti Fatimah Mamuju disambut oleh Kepala Sekolah dan staf pengajar. Pembicaraan berlanjut membahas mengenai penyelenggaraan PHBS di sekolah. Rencana kegiatan disambut hangat oleh pihak sekolah. Kepala sekolah dan guru akan mengkoordinir para peserta. Tim kemudian mempersiapkan materi yang relevan, spanduk, dan proyektor untuk kepentingan sosialisasi.

Kegiatan sosialisasi PHBS dilaksanakan pada tanggal 4 Agustus 2023. Peserta dihadiri oleh 27 peserta. Sosialisasi dimulai dengan perkenalan diri dari tim pengabdian masyarakat dan juga sesi perkenalan dari peserta. Setelah mendapatkan perhatian dan antusiasme dari peserta didik, kegiatan dilanjutkan dengan materi PHBS. Pemateri memancing daya pikir anak-anak dengan melontarkan beberapa pertanyaan mengenai cara mencuci tangan yang baik dan benar; akibat jika tidak menjaga kebersihan dan manfaat penerapan PHBS. Umpan balik yang diberikan oleh anak-anak kemudian digunakan pemateri untuk memberikan contoh konkrit yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari mereka.

Proses materi berlangsung baik, peserta menyambut baik setiap umpah pertanyaan yang pemateri berikan. Waktu pemberian materi berlangsung selama 60 menit. Setelah itu kegiatan dilanjutkan dengan praktek mencuci tangan yang baik dan benar secara kolaborasi pemateri dengan peserta. Peserta yang mampu melakukan dengan baik mendapatkan hadiah sebagai bentuk apresiasi. Setelah itu kegiatan ditutup dengan arahan dari Kepala Sekolah dan ucapan terima kasih kepada tim pengabdian masyarakat.

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di TK Al Quba berjudul “Aku Sehat dan Pintar Dengan PHBS”.

Gambat 1. Sampul Depan Materi PHBS

Kegiatan dilakukan selama satu hari yaitu tanggal 4 Agustus 2022. Peserta dalam kegiatan pengabdian ini adalah peserta didik PAUD di TK Al Quba Mamuju sebanyak 27 orang. Materi yang diberikan adalah konsep dasar PHBS dan tata cara mencuci tangan yang baik dan benar pasca pandemi.

Uraian materi yang sampaikan pemateri mengenai konsep PHBS selama 30 menit adalah sebagai berikut:

Selamat datang, teman-teman kecil yang ceria! Hari ini, kita akan memulai petualangan seru dalam dunia kecil kamu yang penuh dengan rahasia kesehatan dan kebersihan. Mari kita kenali bersama-sama konsep yang sangat penting untuk hidup sehat dan kuat: Praktik Hidup Bersih dan Sehat atau PHBS!

Apa Itu PHBS?
PHBS adalah cara-cara baik yang kita lakukan agar tubuh kita tetap sehat dan terhindar dari penyakit. Jadi, sebenarnya PHBS itu seperti peta petualangan untuk menjaga tubuh kita agar selalu ceria dan siap menjelajahi dunia.

Langkah Pertama: Cuci Tangan yang Baik
Ingat, sebelum kita menyentuh makanan atau wajah kita, kita harus mencuci tangan dengan sabun dan air yang bersih. Ini seperti membersihkan tangan dari kotoran yang tidak terlihat. Apakah kalian mau menjadi pahlawan kebersihan? Cuci tangan dengan gembira!

Langkah Kedua: Makan Makanan Sehat
Makan makanan yang bergizi seperti buah, sayuran, dan makanan lain yang baik untuk tubuh kita. Nah, ini seperti memberi makan pahlawan super di dalam tubuh kita. Kita bisa menjadi pahlawan makanan sehat dengan memilih makanan yang baik untuk tubuh kita!

Langkah Ketiga: Minum Air Putih
Tubuh kita membutuhkan air agar tetap segar dan bekerja dengan baik. Kita bisa menyebutnya seperti bensin untuk mobil. Jadi, jangan lupa minum air putih, ya!

Langkah Keempat: Menyikat Gigi dengan Benar
Gigi yang kuat dan bersih akan membuat kita senyum lebih cerah! Jadi, kita perlu menyikat gigi setidaknya dua kali sehari. Ini seperti merawat harta karun yang ada di mulut kita!

Langkah Kelima: Aktif Bergerak dan Bermain
Tubuh kita suka bergerak dan bermain. Olahraga dan bermain di luar membuat tubuh kita semakin kuat dan sehat. Ini seperti memberi kita tenaga tambahan untuk menjelajahi petualangan sehari-hari!

Langkah Terakhir: Istirahat yang Cukup
Seperti layaknya mesin yang perlu dimatikan sejenak agar tidak panas, tubuh kita juga butuh istirahat yang cukup. Tidur yang nyenyak akan membuat kita bangun dengan semangat baru!

Ingat, teman-teman, menjaga tubuh kita agar tetap sehat itu menyenangkan dan sederhana! Setiap langkah yang kita lakukan adalah bagian dari petualangan besar kita dalam dunia kecil yang penuh dengan kebahagiaan dan kesehatan. Mari kita menjadi pahlawan kesehatan dalam petualangan ini dan menjadikan dunia kecil kita lebih ceria dan indah!

Selanjutnya materi dilanjutkan dengan membahas mengenai cara mencuci tangan yang baik dan benar sesuai dengan arahan dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Gambar 2. Materi Cara Mencuci Tangan

Hari ini, kita akan belajar tentang cara yang sangat penting dalam menjaga kesehatan kita: yaitu cara mencuci tangan dengan benar. Kita semua tahu bahwa tangan adalah pintu masuk utama bagi kuman dan kotoran, jadi cuci tangan adalah langkah pertama dalam menjaga tubuh kita tetap sehat dan kuat. Ayo, mari kita pelajari bersama-sama enam langkah penting dalam mencuci tangan:

Langkah 1: Basahi Tangan dengan Air Bersih
Mulailah dengan membuka keran dan membiarkan air mengalir. Lalu, basahi kedua telapak tanganmu dengan air yang segar dan bersih. Ini adalah langkah pertama dalam menyapu kotoran dan kuman dari tangan kita.

Langkah 2: Gunakan Sabun yang Baik
Ambil sedikit sabun di tanganmu. Sabun ini seperti pembersih ajaib yang membantu membersihkan tangan dari kuman-kuman yang tidak terlihat.

Langkah 3: Bersihkan Selah Kuku
Ketika tangan kita bermain, kotoran seringkali bisa menyelinap di bawah kuku kita. Gunakan kuku tangan satu tangan untuk membersihkan selah kuku tangan yang lain. Pastikan semua kotoran keluar!

Langkah 4: Bersihkan Selah Jari
Gosokkan tangan kiri ke tangan kanan dan sela-sela jari, lalu tukar. Ini membantu membersihkan bagian yang sulit dijangkau oleh sabun.

Langkah 5: Bersihkan Jempol dengan Memutar
Ambil jempol tangan kanan dengan tangan kiri dan memutarnya perlahan seperti jarum jam. Lakukan hal yang sama dengan tangan lainnya. Ini membantu membersihkan jempol yang sering kita gunakan saat memegang barang-barang.

Langkah 6: Bilas dan Keringkan

Setelah semua langkah di atas dilakukan, bilaslah tanganmu dengan air yang mengalir. Pastikan semua sabun dan kotoran hilang. Kemudian, keringkan tanganmu dengan handuk bersih atau biarkan udara mengeringkannya.

Gambar 3. Praktik Cuci Tangan

Setelah materi selesai, dilanjutkan dengan praktik cuci tangan bersama tim dan peserta. Tim pengabdian masyarakat akan memberikan contoh sekaligus arahan cara mengimplementasikan 6 langkah mencuci tangan menggunakan sabun.

Gambar 4. Penyerahan Hadiah dan Foto Bersama

Kegiatan ditutup dengan pembagian hadiah kepada peserta didik. Pembagian hadiah ini diberikan sebagai bentuk apresiasi atas kehadiran dan antusiasme peserta. Memberikan hadiah kepada anak setelah diberikan edukasi memiliki beberapa alasan yang penting dan bermanfaat. Hadiah dapat menjadi insentif yang mendorong anak untuk lebih antusias dalam belajar (**Syaparuddin et al., 2020**). Anak-anak cenderung lebih bersemangat untuk mengikuti edukasi jika mereka tahu bahwa ada hadiah menarik yang menanti di akhirnya. Hadiah juga dapat diberikan sebagai penghargaan atas pencapaian atau kemajuan tertentu. Ini memberikan anak rasa bangga atas usaha dan kerja keras yang telah mereka lakukan (**Lisniawati, 2017**). Dengan demikian, anak akan merasa termotivasi untuk terus berusaha dan mengembangkan kemampuan mereka.

PHBS bagi anak paud masih terdengar asing. Di awal sosialisasi peserta tampak bingung dengan istilah PHBS. Hanya 5 orang anak yang bisa menjawab pengertian dari PHBS. Secara umum anak-anak mendefinisikan PHBS sebagai aktivitas cuci tangan saja di bawah air yang mengalir. Di antara 5 anak tersebut 2 diantaranya sudah bisa mempraktekkan cuci tangan dengan menggunakan sabun secara mandiri. Namun kedua anak tersebut belum memahami cara menggosok tangan dengan baik. Mereka

hanya menyabuni tangan hingga keselah-selahnya saja, tapi bagian jempolnya belum dibersihkan dengan benar.

Peserta sosialisasi antusias mengikuti praktek cuci tangan dengan 6 langkah. Dalam 5 kali pengulangan yang dicontohkan oleh tim PKM dan guru, terlihat mayoritas anak bisa melakukannya dengan baik di pengulangan keempat dan kelima. Ada 10 anak yang berhasil melakukan dengan benar dan berurut pada pengulangan keempat dan 7 anak lagi yang berhasil pada pengulangan kelima. Pada sesi praktek mandiri, hanya 5 orang anak yang masih harus mendapatkan bantuan untuk melakukan 6 langkah cuci tangan yang benar. Menurut (**Maulana, 2022**) mengulang-ngulang kegiatan misalnya menghafal akan menguatkan ingatan pada hafalan tersebut. Dalam kaitannya di sosialisasi PHBS, mengulang-ulang mempraktekkan dengan memandu anak-anak akan memudahkan mereka mengingat urutan 6 langkah mencuci tangan dengan runut. Studi dari (**Kurniawan et al., 2023**) menegaskan bahwa dalam pendidikan PAUD pengulangan akan menguatkan kesan anak pada hal yang diajarkan. Dengan kata lain sering mengulang dan mempraktekkan 6 langkah mencuci tangan akan menguatkan dorongan anak dalam membangun kebiasaan PHBS.

PHBS memiliki cakupan yang luas. Selain cuci tangan, lingkup PHBS yang lain seperti pola makan sehat, pengelolaan sampah, membersihkan lingkungan dan aktivitas fisik juga relevan untuk anak PAUD. Materi cuci tangan merupakan hal yang paling fundamental dari PHBS ini, karena setiap kegiatan PHBS yang lain melibatkan tangan. Tangan adalah bagian tubuh yang sangat mudah terkontaminasi mikroorganisme. Bibit penyakit melalui aktivitas bermain, belajar hingga makan dan minum bisa masuk ke dalam tubuh anak jika tangannya tidak bersih. Sebaliknya jika bagian yang paling dasar yaitu cuci tangan belum menjadi kebiasaan anak, maka materi lainnya akan berpotensi merugikan kesehatan anak. Misalnya saja dalam pengolahan sampah anak-anak dianjurkan untuk melakukan pemisahan antara sampah organik dan anorganik. Tindakan pemisahan dilakukan dengan tangan sehingga secara langsung tangan akan terkontaminasi dengan mikroorganisme yang ada di sampah. **(Tsinallah et al., 2022**) menyebutkan anak sebagai kelompok yang rentan terkena penyakit. Mencuci tangan yang kurang betul tetap menyisakan mikroba di tangan anak. Akibatnya saat anak makan bibit penyakit tersebut masuk ke tubuh mereka. Oleh karena itu PKM ini mengkonsentrasikan pada cuci tangan terlebih dahulu. Rencana tindak lanjut ke depannya tim akan melakukan sosialisasi dengan tema yang berbeda. Studi dari (**Bangun et al., 2020**) menemukan bahwa anak PAUD rentan terkena penyakit karena belum terbiasa mencuci tangan sebelum makan.

4. Kesimpulan

Sosialisasi PHBS pada anak PAUD membantu mereka memahami konsep PHBS dan cara mencuci tangan dengan sabun yang baik serta benar. Sosialisasi dilanjutkan dengan praktek langsung agar mereka lebih mudah mengingat dan mengimplementasikan isi materi. Selain itu praktek membiasakan diri melakukan cuci tangan dengan sabun sehingga bisa terhindar dari berbagai penyakit. Kegiatan ditutup dengan pemberian hadiah atau *doorprize*. Pemberian hadian ini bertujuan memberikan pengalaman positif dan motivasi agar mereka mau terus belajar.

5. Ucapan Terimakasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak TK Al Quba, Mamuju yang telah membantu kami menyelenggarakan program pengabdian kepada masyarakat. Selain itu terima kasih kami ucapkan kepada Institut Kesehatan dan Bisnis St.Fatimah Mamuju yang telah mendukung penyelenggaraan kegiatan ini.

6. Daftar Pustaka

Alamar, W., Darwis, D., Patroni, R., Ningsih, L., & Sumaryono, D. (2022). *Pengaruh edukasi ceramah menggunakan media pahat (papan sehat) terhadap perilaku hidup bersih dan sehat pada anak di Sekolah Dasar 72 Kota Bengkulu* [Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Bengkulu].Repository Poltekes Bengkulu.

Alrizki, D. (2021). *Analisis framing pemberitaan kebijakan pemerintah indonesia untuk tidak lockdown terkait covid-19 di detik. com dan kompas. com* [Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau]. Repository Universitas Islam Riau

Bangun, H. A., Sinaga, L. R. V., Manurung, J., Asnawati, S., & Siregar, R. N. (2020). Sosialisasi cuci tangan pakai sabun di PAUD dan taman kanak kanak sekolah sinar mentari Desa Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang Sumatera Utara. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 1(1), 59-68.

Khairunnisa, N. L. (2022). G*ambaran perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) santriwati pesantren pada masa pandemi covid-19 di Kabupaten Bogor* [Bachelor's thesis. UIN Syarif Hidayatullah].Repository UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.

Lestari, L., & Eliyah, E. (2023). Penerapan media kartu huruf dalam pembelajaran di TK negeri pembina Subah. *Jurnal Salome: Multidisipliner Keilmuan*, 1(1), 25-33.

Lisniawati, N. (2017). Pengaruh pemberian harapan dan insentif terhadap motivasi belajar siswa dalam pembelajaran bahasa Indonesia. *Literasi: Jurnal Bahasa dan Sastra Indonesia serta Pembelajarannya*, 1(1), 36-42. http://dx.doi.org/10.25157/literasi.v1i1.83

Maulana, M. F. (2022). *Implementasi metode pengulangan dalam membantu meningkatkan daya ingat hafalan santri remaja di pondok pesantren Tabiyatul Athfal Welahan Jepara* [Doctoral dissertation, IAIN Kudus]. Repository IAIN Kudus

Maulidia, A., & Hanifah, U. (2020). Peran edukasi orang tua terhadap PHBS PAUD selama masa pandemi covid-19. *Musamus Journal of Primary Education*, 3(1), 35-44. https://doi.org/10.35724/musjpe.v3i1.3078

Metasari, A. R., Sasmita, A., Fauziah, A., Mulfiyanti, D., Ramadani, F., & Bintang, A. (2023). *Pengantar ilmu kesehatan masyarakat*. Tohar Media.

Oktiarina, V., Hufad, A., Fathurrohman, M., & Wahyuni, S. (2023). Edukasi pengadopsian perilaku hidup bersih dan sehat pada masyarakat kumuh dan miskin perkotaan di Kota Serang. *Sap (Susunan Artikel Pendidikan)*, 8(1), 39-49. https://doi.org/10.30998/sap.v8i1.15886

Pratiwi, W. (2018). Kesiapan anak usia dini memasuki sekolah dasar. *Tadbir: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 6(1), 1-13.

Rahmin, A. (2022). *Hubungan motivasi keluarga dengan perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) di sekolah pada siswa sma negeri 2 Tenggarong*.[Bachelor's thesis. Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur]. https://dspace.umkt.ac.id/

Riskesdas, K. (2018). Hasil utama riset kesehata dasar (RISKESDAS). *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical*, 44(8), 1-200.

Siregar, A. S. (2022). *Persepsi masyarakat terhadap perokok perempuan di Kelurahan Cinangka Kota Depok* [Bachelor thesis, UIN Syarif Hidayatullah]. Repository UIN Syarif Hidayatullah Jakarta

Sridadi, A. R. (2016). *Pedoman perjanjian kerja bersama: Perjanjian kerja bersama antara pengus dan serikat pekerja dalam perspektif manajemen sumber daya manusia*. Empat dua media.

Syaparuddin, S., Meldianus, M., & Elihami, E. (2020). Strategi pembelajaran aktif dalam meningkatkan motivasi belajar pkn peserta didik. *Mahaguru: Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 1(1), 30-41. https://doi.org/10.33487/mgr.v1i1.326

Tsinallah, N., Hana, H., Zahran, A., & Fajrini, F. (2022, Oktober 26). *Peningkatan pengetahuan anak usia dini terhadap perilaku cuci tangan dengan penerapan media modern* (Vol. 1, No. 1). In Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat, LPPM UMJ. Jakarta . https://Jurnal.Umj.Ac.Id/Index.Php/Semnaskat/Article/View/14553