

Pendampingan Anak dalam Upaya Mengembangkan Potensi dan Penerapan Pola Hidup Sehat (PHBS) pada PAUD AL BINA Kota Ternate

Accompanying Children in Developing Potential and Implementing Healthy Living Behavior (CHLB) in Early Childhood Education (ECE) AL BINA, Ternate City

Muhammad Faisal Pataha¹, Ramli Muhammad^{1*}

¹Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Ternate

Jl. Cempaka, Kelurahan Tanah Tinggi, Kota Ternate Selatan, Maluku Utara, Indonesia

*Penulis korespondensi: ramlimuhamad89@gmail.com

Abstrak: PAUD memiliki peran penting dalam meningkatkan mutu pelayanan pendidikan anak usia dini, sebab dinilai sebagai simbol dalam gerakan nasional PAUD berkualitas. PHBS merupakan salah satu cara pokok dalam mendirikan pondasi yang menjadikan anak sehat dan tidak mudah sakit. Minimnya pengetahuan dan kurangnya kesadaran akan pentingnya penerapan PHBS. Metode pendekatan yang digunakan untuk mengatasi persoalan yang dihadapi mitra adalah melalui kegiatan pendampingan dan penyuluhan. Berdasarkan hasil pre-test, ditemukan bahwa masih kurangnya tingkat pengetahuan, sikap dan pendampingan tentang PHBS pada orang tua, dengan rincian sebanyak 5 orang (10%) pernah mendapatkan pendampingan tentang PHBS, dan 47 orang (90%) belum pernah mendapatkan pendampingan, sedangkan sebanyak 13 orang (25%) memiliki tingkat pengetahuan di atas 50%, dan 34 orang (65%) memiliki pengetahuan dibawah 50%. Hasil post-test, terjadi peningkatan pengetahuan, sikap dan pendampingan tentang PHBS pada orang tua dengan rincian sebanyak 36 orang (69%) memiliki tingkat pengetahuan diatas 90%, dan 14 orang (27%) yang memiliki pengertian di atas 70%, sedangkan sebanyak 2 orang (7%) masih di bawah 70%. Hasil peningkatan pengetahuan orang tua tentang PHBS dapat dilihat dengan hasil analisis n-gain ternormalisasi, rata-rata perolehan nilai pre-test dan post-test mengalami peningkatan sebesar 41%, selain itu rata-rata perolehan nilai n-gain sebesar 0,80 dengan kategori "Tinggi". Hal ini membuktikan bahwa terjadi peningkatan dalam pemanfaatan video animasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan pendampingan kepada orang tua tentang PHBS. Pembiasaan perilaku hidup sehat di PAUD Al Bina Kota Ternate memerlukan konsistensi dalam pelaksanaannya. Sasaran pembiasaan sebaiknya diperluas, tidak hanya kepada siswa PAUD tetapi juga kepada orang tua yang ikut mendampingi anak. Pada pengabdian kepada masyarakat ini yaitu dilakukan pendampingan terhadap orang tua tetapi belum secara langsung/ tatap muka. Diharapkan pengetahuan terkait PHBS dapat diterapkan lebih masif dalam ranah keluarga.

Kata kunci: Anak Didik, Orang Tua, PAUD, PHBS, Pengetahuan, Video Animasi

Abstract: Early Childhood Education (ECE) plays a crucial role in enhancing the quality of early childhood education services, as it is regarded as a symbol of the national movement for quality ECE. Healthy and Clean Living Behavior (CHLB) is a fundamental approach to establishing a foundation for healthy children who are less susceptible to illness. However, there is a lack of knowledge and awareness about the importance of implementing CHLB. The approach used to address these issues among partners involves assistance and counseling activities. Based on the pretest results, it was found that the level of knowledge, attitudes, and guidance on CHLB among parents was still low. Specifically, 5 individuals (10%) had previously received guidance on CHLB, while 47 individuals (90%) had not. Moreover, 13 individuals (25%) had a knowledge level above 50%, while 34 individuals (65%) had a knowledge level below 50%. The posttest results showed a significant improvement in parents' knowledge, attitudes, and guidance on CHLB. A total of 36 individuals (69%) achieved a knowledge level above 90%, 14 individuals (27%) reached a level above 70%, and only 2 individuals (7%) remained below 70%. The improvement in parents' knowledge about CHLB can be observed through the normalized n-gain analysis. The average pretest and posttest scores increased by 41%, with an average n-gain score of 0.80, categorized as "High." This demonstrates that the use of animated videos effectively enhances parents' knowledge, attitudes, and guidance on CHLB. Establishing healthy living behaviors at ECE Al Bina in Ternate City requires consistent implementation and

adherence to these behaviors. The target for behavioral adaptation should be expanded, not only to ECE students but also to parents who accompany their children to school. In line with the implementation of this community service program, assistance was provided to parents, though not yet directly face-to-face. Therefore, it is expected that CHLB knowledge can be more widely applied within the family domain.

Keywords: Students, Parents, ECE, CHLB, Knowledge, Animated Videos

PENDAHULUAN

Sasaran pendidikan kesehatan di Indonesia berdasarkan program pembangunan Indonesia salah satunya adalah masyarakat dalam kelompok tertentu seperti wanita, pemuda, remaja, termasuk dalam kelompok khusus adalah lembaga pendidikan mulai Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD)/ Taman Kanak-kanak (TK) sampai peguruan tinggi, sekolah agama baik negri maupun swasta (Wulan & Hasibuan, 2024). Salah satu bentuk pendidikan kesehatan yang dilaksanakan di pendidikan formal baik swasta maupun negeri di lembaga pendidikan seperti PAUD adalah pelaksanaan PHBS (Yunita et al., 2023). Anak usia dini memiliki kemampuan belajar yang sangat cepat.

Anak usia dini belajar dari apa yang mereka dengar dari orang tua dan orang-orang dewasa di sekitar lingkungan mereka. Jika orang tua membiasakan perilaku sehat sejak dini, maka anak pun akan terbiasa dengan perilaku sehat tersebut (Oktapia et al., 2023). Misalnya, orang tua membiasakan anak untuk membuang sampah pada tempatnya, maka kebiasaan tersebut akan dimiliki anak sampai tahap perkembangan selanjutnya. UUD 1945 Pasal 28B ayat 2: Setiap anak berhak atas kelangsungan hidup, tumbuh & berkembang serta berhak atas perlindungan dari kekerasan & diskriminasi. Pasal 28 H ayat 1: Setiap orang berhak hidup sejahtera lahir & batin, bertempat tinggal & mendapatkan lingkungan hidup yang baik, sehat serta berhak memperoleh pelayanan kesehatan Konvensi Hak-hak Anak (KHA) (Ratifikasi, berlaku dgn Kepres No.36 thn 1990) UU Perlindungan Anak No.23 tahun 2002 UU Kesehatan No.36 tahun 2009 Menjaga Sehat adalah "Hak Anak" dan "Anak Sehat" adalah investasi (Wulan & Hasibuan, 2024).

PHBS Di Sekolah merupakan kegiatan memberdayakan siswa, guru orang tua dan Masyarakat lingkungan sekolah untuk mau melakukan pola hidup sehat untuk menciptakan

sekolah sehat (Irwana & Rahman, 2023). Manfaat PHBS di sekolah mampu menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat, meningkatkan proses belajar mengajar dan para siswa, guru hingga masyarakat lingkungan sekolah menjadi sehat (Oktapia et al., 2023), sehingga sangat dibutuhkan PHBS yang benar-benar mampu disampaikan di lingkungan sekolah khususnya PAUD.

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

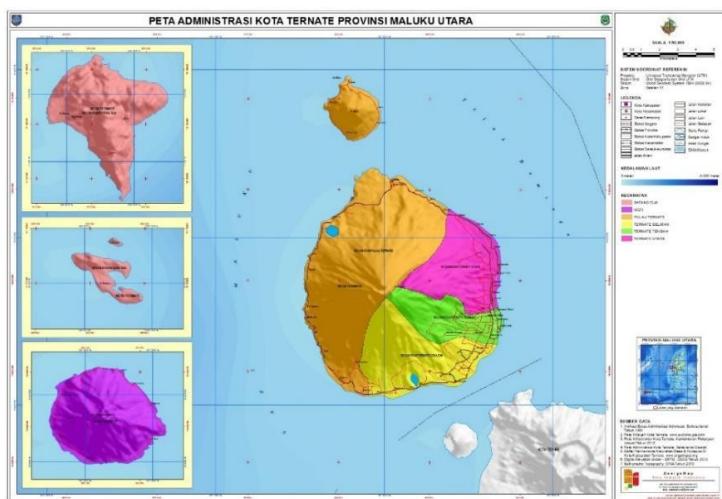
Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini terbagi dalam beberapa tahapan (1) Observasi: studi pendahuluan ini dilakukan dengan cara pemetaan informasi penerapan PHBS di Sekolah PAUD Al Bina Kota Ternate. (2) Pelaksanaan kegiatan: Menjelaskan materi penyuluhan secara berurutan dan teratur menggunakan media promosi dalam bentuk video yang berisi materi tentang definisi, manfaat, keuntungan dan cakupan PHBS. (3) Praktek dan Pendampingan: melakukan praktek mulai dari cuci tangan, menggosok gigi dan buang sampah pada tempatnya, serta kegiatan yang lainnya. (4) Evaluasi: menanyakan kembali tentang apa yang telah disampaikan pada orang tua tentang definisi, manfaat, keuntungan dan cakupan PHBS dan cara melakukan praktik.

Sasaran dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah orang tua dan anak PAUD Al Bina Kota Ternate. Partisipan mitra dengan beberapa kriteria yaitu (1) Orang Tua dari anak yang bersekolah di PAUD Al Bina Kota Ternate, (2) Anak Didik PAUD Al Bina Kota Ternate berjumlah kelas A1, B1 dan B2 berturut-turut berjumlah 15, 20 dan 20 orang, (3) Anak didik PAUD Al Bina Kota Ternate yang mengikuti pelaksanaan pendampingan yang berjumlah 52 orang, (4) Anak didik PAUD Al Bina Kota Ternate yang mengikuti praktik penerapan PHBS yang berjumlah 52 orang.

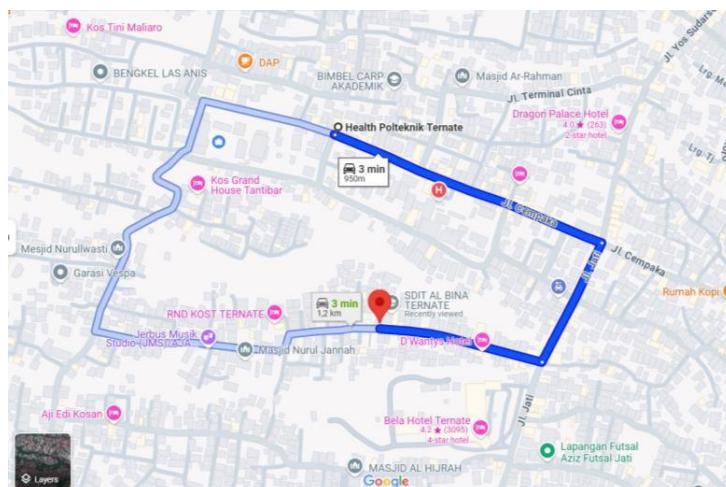
Pengabdian kepada masyarakat ini

dilakukan di wilayah Kecamatan Ternate Selatan. Pengambilan sampel dilakukan pada Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) di

Kecamatan Ternate Selatan (wilayah yang berwarna hijau pada gambar 1).



Gambar 1. Peta Wilayah Kota Ternate



Gambar 2. Jarak Poltekkes Ternate dengan PAUD Al Bina Kota Ternate

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peningkatan Pengetahuan Anak tentang Pola Hidup Sehat

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan masyarakat merupakan upaya untuk mencegah penyakit, membuat lingkungan yang sehat terbebas dari penyakit, serta meningkatkan kualitas kesehatan untuk tubuh. Anak-anak diajarkan untuk melakukan hal sederhana sebagai rutinitas kegiatan anak sebagai upaya menjaga kesehatan (misalnya mencuci tangan menggunakan sabun, memotong kuku, menggosok gigi di malam hari,

mengkonsumsi jajan sehat di kantin sekolah, melaksanakan rutinitas olahraga yang teratur, membuang sampah pada tempatnya, menggunakan fasilitas jamban yang bersih) yang berdampak besar bagi kesehatan (Dzar et al., 2022).

Keadaan yang terjadi jika tidak menerapkan PHBS maka akan menyebabkan beberapa hal berikut ini:

1. Gangguan penyerapan gizi pada tubuh anak dan gangguan pencernaan sangat berpengaruh pada sistem kesehatan tubuh anak. Gangguan ini dapat menjadi serius dan berakibat buruk pada tubuh, seperti

- kekurangan nutrisi, vitamin, dan mineral. Gejala yang ditimbulkan dari gangguan ini adalah mengalami penurunan berat badan, perut kembung pada anak, dan diare. Maka, jika dibiarkan secara terus-menerus, pada akhirnya gangguan penyerapan gizi tersebut akan menyerang ke otak, sistem saraf, hati, tulang, dan organ tubuh lainnya.
2. Gangguan mental emosional, bila tidak menerapkan PHBS dengan benar, Anda dapat mengalami gangguan mental emosional. Adapun, gejala-gejala setiap gangguan kesehatan mental bisa berbeda-beda, tergantung setiap jenis-jenis yang dialami. Penderita biasanya sering mengalami emosi yang berlebihan, perbedaan pola pikir, dan perubahan perilaku. Di Indonesia sendiri, penderita gangguan kesehatan mental diidentikkan dengan sebutan ‘sakit jiwa’ dan bahkan sering mengalami banyak perlakuan yang kurang menyenangkan. Padahal, apabila diperhatikan para penderita gangguan kesehatan mental bisa diberikan pengobatan khusus di rumah sakit.
3. Terjadinya Obesitas atau kegemukan yang berlebih merupakan suatu gangguan tubuh dengan melibatkan lemak dalam tubuh secara berlebihan. Akibat yang ditimbulkan obesitas adalah resiko peningkatan masalah pada kesehatan. Obesitas biasanya sering terjadi karena kalori yang masuk ke dalam tubuh lebih banyak daripada kalori yang dikeluarkan oleh tubuh, seperti saat melakukan olahraga atau kegiatan normal lainnya. Latihan fisik dan melakukan diet rendah karbohidrat memiliki manfaat untuk menurunkan berat badan.
4. Menimbulkan sindrom metabolik, dimana pembiasaan gaya hidup yang tidak sehat mampu memberi dampak negatif pada kesehatan tubuh, seperti sindrom metabolik. Sindrom metabolik sendiri merupakan kondisi yang memiliki resiko mudah terkena penyakit stroke, jantung, dan juga diabetes. Gaya hidup yang tidak sehat tentu saja mampu menurunkan kesehatan dan dapat menyebabkan penyakit.

Dalam pendampingan ini, anak-anak PAUD Al-Bina Kota Ternate mendapat pemahaman awal tentang pentingnya PHBS, seperti mencuci tangan dengan benar, menjaga kebersihan diri, makan makanan sehat, serta kebiasaan fisik sederhana seperti olahraga melalui Video animasi (Pranata et al., 2022). Hal ini diharapkan dapat membantu orang tua untuk membentuk kebiasaan sehat sejak dini.

Kegiatan PHBS yang mudah dilakukan yaitu dengan mencuci tangan dengan baik dan benar dan membuang sampah pada tempatnya sesuai dengan kriterianya. Pelaksanaan PKM ini mempunyai dua sasaran yaitu siswa/i PAUD AL Bina dan orang tua murid, kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kesehatan anak dan pengetahuan orang tua tentang Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Kegiatan yang pertama yaitu pengenalan PHBS kepada murid, yang bertujuan untuk melatih kebiasaan PHBS sejak dini. Sasaran kegiatan yaitu Murid kelas A dan B PAUD Al Bina Kota Ternate yang dilakukan di depan ruang kelas. Waktu pelaksanaan hari Senin 6 Mei 2024. Kegiatan ini kami melakukan pemutaran Video Tentang PHBS bagi anak dan memberikan kuisioner pre-test kepada anak untuk diberikan kepada orang tua untuk diisi (Gambar 3).

Kegiatan kedua yaitu pendampingan potensi anak (gambar 3), tujuannya untuk melatih dan mengetahui potensi anak terhadap pengetahuan tentang PHBS. Media yang kami gunakan yaitu video tentang PHBS, kami menunjukkan media dan memperkenalkan serta mengevaluasi para siswa, dari hasil tersebut anak-anak antusias.

Peningkatan Pemahaman Orang Tua mengenai PHBS dan Pengembangan Anak Usia Dini

Kegiatan pendampingan PHBS di PAUD Al Bina Kota Ternate melibatkan seluruh kelas yaitu Kelas A1, B1 dan B2. Selama kegiatan berlangsung, anak didik sangat antusias dalam menyimak edukasi yang ditampilkan dalam bentuk presentasi *power point* dan video tentang PHBS. Mereka juga interaktif dalam menjawab pertanyaan. Pelaksanaan kegiatan dimulai pukul 09.00 – 11.00 WIT menyesuaikan dengan jam pulang sekolah.



Gambar 3. Pemberian Kuesioner pada Orang Tua Anak PAUD Al Bina Kota Ternate dan Pendampingan oleh Mahasiswa Poltekkes Ternate



Gambar 4. Pemaparan oleh Tim Pengabdian Masyarakat kepada Guru dan Peserta Didik



Gambar 5. Pemutaran Video tentang PHBS kepada Guru dan Peserta Didik



Gambar 6. Kegiatan Diskusi Tentang PHBS bersama Peserta Didik

Kegiatan selanjutnya penyuluhan kepada orang tua, tujuannya untuk meningkatkan pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat, asupan gizi seimbang untuk anak, dilakukan menggunakan kuesioner dan video yang diberikan kepada orang tua melalui grup aplikasi pesan instan WhatsApp melalui Kepala Sekolah PAUD Al Bina Kota Ternate.

Dalam kegiatan ini kami memberikan penyuluhan dengan media presentasi powerpoint dan video. Sebelum melakukan pendampingan kami mengirim kuesioner/ pre-test kepada orang tua dan setelah penyuluhan dilakukan post-test untuk mengetahui peningkatan pemahaman orang tua berupa soal pilihan ganda (tabel 1 s.d 3).

Tabel 1. Hasil Pre-test Pengetahuan dan Pendampingan Orang Tua

Kriteria	Jumlah (Orang)	Percentase (%)
Pengetahuan		
Diatas 50%	18	34,6
Dibawah 50%	34	65,4
Total	52	100
Pendampingan		
Sudah pernah	5	10
Belum pernah	47	90
Total	52	100

Tabel 2. Hasil Pre-test Pengetahuan Orang Tua

Kriteria	Jumlah (Orang)	Percentase (%)
Pengetahuan		
$\geq 90\%$	36	69
70-89%	14	27
$\leq 69\%$	2	7
Total	52	100

Tabel 3. Rekapitulasi Gain Ternormalisasi

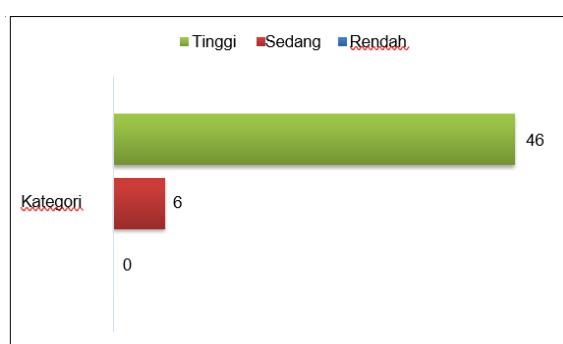
Nilai	Pre	Post	Post-Pre	Skor Ideal (100-pre)	N-Gain Score	N-Gain Score (%)
Mean	48,65	89,71	41,06	51,35	0,80	79,99

Tabel 4. Nilai *N-gain Score*

Kategori	Post-Pre	Percentase (%)
Tinggi rentang skor gain sebesar $g > 0,70$	46	88
Sedang rentang skor N-gain sebesar $0,3 < g > 0,7$	6	12
Rendah rentang skor gain sebesar $g < 0,30$	0	0
Total	52	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa masih kurangnya tingkat pengetahuan, sikap dan pendampingan tentang PHBS pada orang tua dengan rincian sebanyak 5 orang (10%) pernah mendapatkan pendampingan tentang PHBS, dan 47 orang (90%) belum pernah mendapatkan pendampingan, sedangkan sebanyak 18 orang (34,6%) memiliki tingkat pengetahuan diatas 50%, dan 34 orang (65,4%) yang memiliki pengetahuan di bawah 50%.

Tabel 2 terlihat bahwa terjadi peningkatan pengetahuan, sikap dan pendampingan tentang PHBS pada orang tua dengan rincian sebanyak 36 orang (69%) memiliki tingkat pengetahuan di atas 90%, dan 14 orang (27%) yang memiliki pengetahuan rentang 70-89%, serta sebanyak 2 (dua) orang (7%) masih $\leq 69\%$. Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* dalam pendampingan PHBS maka diolah untuk menentukan *n-gain* ternormalisasinya (tabel 3 dan 4). Berdasarkan hasil *gain* ternormalisasi pada tabel 4 maka untuk mempermudah melihat kriteria perolehan skor *N-gain*, disajikan grafik pada gambar 7.

**Gambar 7.** Grafik Gain ternomalisasi

Berdasarkan diagram batang di atas, terdapat dua kategori berdasarkan perhitungan nilai *N-Gain Score*. Sebanyak 6 orang tua memperoleh kategori sedang dengan rentang skor *N-gain* sebesar $0,3 < g > 0,7$ dan sebanyak 46 orang tua mendapatkan kategori

tinggi dengan rentang skor *gain* sebesar $g > 0,70$. Penilaian hasil peningkatan pengetahuan dilakukan berdasarkan nilai dari hasil *pre-test* dan *post-test* orang tua. Hasil analisis nilai *pre-test* dan *post-test* disajikan pada tabel di atas. Dari tabel tersebut dapat diketahui bahwa persentase orang tua dalam pendampingan PHBS dengan menggunakan media video menunjukkan peningkatan. Sebanyak 47 orang tua yang pengetahuannya masih kurang terlihat pada saat menjawab soal *pre-test*. Orang tua dikatakan tuntas apabila skor yang diperoleh mencapai $\geq 70\%$, rata-rata skor *pre-test* siswa yaitu 48%, dengan rincian 5 orang tua yang mencapai skor 80%, artinya skor orang tua yang dapat dikategorikan paham dengan PHBS. Sedangkan pada *post-test* terjadi peningkatan pemahaman orang tua berkaitan dengan PHBS yaitu semua orang tua tuntas. Rata-rata skor *post-test* orang tua yaitu sebesar 89%.

Tabel 5. Nilai Tafsiran Efektif menurut Hake R.R. 1999

Kategori	Tafsiran
< 40	Tidak efektif
40 - 55	Kurang Efektif
56 - 75	Cukup Efektif
>76	Efektif

Hasil peningkatan pengetahuan orang tua tentang PHBS dapat dilihat dengan hasil analisis *N-gain* ternormalisasi yang disajikan pada tabel 3. Dari tabel tersebut dapat diketahui bahwa rata-rata perolehan nilai *pre-test* dan *post-test* mengalami peningkatan sebesar 41%, selain itu rata-rata perolehan nilai *N-gain* sebesar 0,80 dengan kategori “Efektif” (tabel 5). Hal ini membuktikan bahwa terjadi peningkatan dalam pemanfaatan video animasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan pendampingan kepada orang tua tentang PHBS.

Pembiasaan Anak terhadap Pola Hidup

Bersih dan Sehat di Sekolah

Anak-anak mulai menerapkan kebiasaan seperti mencuci tangan sebelum makan, membuang sampah pada tempatnya, dan menjaga kebersihan lingkungan kelas, yang diterapkan di lingkungan PAUD secara rutin. Persiapan dilakukan dengan menyampaikan kepada mitra apa yang akan dilakukan, kemudian Tim melakukan Pembuatan Satuan Acara Penyuluhan (SAP), serta menyiapkan bahan dan alat yang akan digunakan yaitu

tempat cuci tangan dan sabun cuci tangan, tempat sampah, dan video PHBS (gambar 8 s.d 10).

Salah satu investasi dari pengabdian kepada masyarakat ini yaitu tempat sampah yang sebelumnya diganti dengan tempat sampah yang lebih layak, dilengkapi penutup dan dipisahkan menjadi 2 (dua) jenis yaitu sampah organik dan sampah anorganik, diletakkan di depan pintu kelas sebanyak 3 (tiga) kelas.



Gambar 8. Tempat Cuci Tangan Sebelum (A) dan Sesudah (B) Perbaikan



Gambar 9. Tempat Sampah Lama dan Penyiapan Tempat Sampah Baru



Gambar 10. Shot List Tema Video PHBS

Terbentuknya Lingkungan Sekolah yang Mendukung Kesehatan dan Perkembangan

Anak

Sekolah dapat mengadopsi berbagai prosedur atau fasilitas sederhana yang mendukung PHBS, seperti menyediakan tempat cuci tangan yang mudah diakses, poster edukatif tentang kesehatan dan rutinitas kebersihan yang menginspirasi anak-anak untuk hidup sehat. PHBS di sekolah merupakan langkah untuk memberdayakan siswa, guru dan masyarakat lingkungan sekolah agar bisa dan mau melakukan perilaku hidup bersih dan sehat dalam menciptakan sekolah yang sehat. Terdapat beberapa indikator PHBS di sekolah:

1. Mencuci tangan dengan air mengalir dan memakai sabun, sekolah harus menyediakan sabun dan handuk sebagai sarana pelengkap cuci tangan. Siswa diingatkan untuk mencuci tangan setiap menjelang dan sesudah istirahat, selesai melakukan aktifitas dan menyentuh makanan,
2. Mengonsumsi jajanan sehat dengan cara seluruh warga sekolah membeli jajanan di warung atau kantin yang disediakan sekolah. Siswa tidak dipaksa membeli makanan atau jajanan di kantin, namun dengan kesadaran diri membeli jajanan bersih dan memenuhi standar layak,
3. Menggunakan jamban yang bersih dan sehat, ada aturan larangan menggunakan satu ruang untuk dipakai bersama siswa laki-laki dan perempuan, meskipun masih di usia yang sangat dini. Penggunaan satu ruang jamban bersama-sama sangat berpotensi meningkatkan penularan penyakit. Sehingga tidak cukup terpisah, jamban sekolah juga cukup ventilasi, pencahayaan, tersedia tempat sampah dan alat-alat pembersih,
4. Membuang sampah pada tempatnya, dimana tiap ruang yang ada di sekolah perlu ada minimal satu tempat sampah. Sampah tidak boleh mengendap lebih satu hari. Artinya tiap hari sampah itu harus dibuang ke tempat pembuangan akhir. TPA (tempat pembuangan akhir) diatur jaraknya jangan sampai terlalu dekat dengan kelas siswa belajar,
5. Olahraga secara teratur dan terukur dengan melakukan senam pagi bersama seluruh warga sekolah, diperlukan penjadwalan untuk keteraturan dan terukur dalam arti sesuai dengan kadar usia siswa.

Dampak Positif pada Kesehatan Anak secara Keseluruhan

Anak-anak yang rutin menerapkan PHBS cenderung lebih sehat dan minim terkena penyakit yang disebabkan oleh kurangnya kebersihan, seperti infeksi saluran pernafasan dan penyakit kulit yang sering terjadi pada anak-anak usia dini.

Kesadaran Anak akan Pentingnya Hidup Bersih dan Sehat

Melalui pendekatan yang sesuai usia, anak-anak menjadi lebih sadar dan terlatih dalam kebiasaan hidup sehat, yang diharapkan akan menjadi pondasi kebiasaan baik yang berkelanjutan. Manfaat PHBS untuk anak adalah meningkatkan kesadaran masyarakat untuk menjalankan hidup bersih dan sehat. Hal tersebut agar masyarakat dapat mencegah dan menanggulangi masalah kesehatan. Selain itu, dengan menerapkan PHBS masyarakat mampu menciptakan lingkungan yang sehat dan meningkatkan kualitas hidup. Beberapa manfaat PHBS yang bisa dilakukan secara rutin, antara lain:

1. Mencegah penyakit infeksi, dimana salah satu tujuan utama penerapan PHBS adalah untuk menjaga kebersihan tubuh dan lingkungan. Pembiasaan diri hidup bersih dan sehat akan terhindar dari berbagai virus, bakteri, jamur, dan parasit penyebab penyakit infeksi,
2. Mendukung produktifitas bahwa badan yang sehat dan lingkungan yang bersih akan mendukung kelancaran proses belajar mengajar, bekerja, dan kegiatan lainnya. Selain itu, diri sendiri pun akan menjadi lebih nyaman dan bersemangat dalam beraktivitas,
3. Mendukung tumbuh kembang anak PHBS yang diterapkan di rumah tangga, berperan dalam mengoptimalkan tumbuh kembang anak dan mencegah stunting. Anak-anak terlindungi dari kuman penyebab penyakit dengan kebersihan yang terjaga. Sehingga hal ini menjadi faktor penting guna mendukung kesehatan dan tumbuh kembang anak sejak usia dini,
4. Melestarikan kebersihan dan keindahan lingkungan. Lingkungan yang bersih, asri, dan hijau pastinya akan lebih nyaman untuk dijadikan tempat tinggal. Oleh karena itu, setiap anggota masyarakat perlu menerapkan kebiasaan PHBS untuk menjaga kebersihan lingkungannya.

Kerjasama dengan Pemerintah atau Dinas Terkait untuk Program Berkelanjutan

Program ini juga bisa berkolaborasi dengan pemerintah daerah atau dinas kesehatan untuk meningkatkan akses pada sumber daya pendidikan kesehatan anak dan mendukung upaya berkelanjutan di masa depan.

SIMPULAN

Secara umum dapat disimpulkan bahwa variabel sikap lebih signifikan berpengaruh terhadap status sehat anak-anak dibandingkan dengan kesehatan lingkungan karena dari pengukuran semua variabel lingkungan hasilnya relatif cukup baik. Oleh karena itu, pembelajaran tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) perlu dikenalkan dan dibiasakan sejak dini sebagai investasi masa depan untuk lingkungan sehat yang lebih baik khususnya di lingkungan PAUD Al Bina Kota Ternate. Pembiasaan perilaku hidup sehat di PAUD Al Bina Kota Ternate memerlukan konsistensi dalam pelaksanaannya. Sasaran pembiasaan sebaiknya diperluas, tidak hanya kepada siswa PAUD tetapi juga kepada orang tua yang ikut mendampingi anak. Sesuai dengan pelaksanaan PKM ini yaitu melakukan pendampingan terhadap Orang tua tetapi belum secara langsung. Dengan demikian diharapkan, pengetahuan terkait PHBS dapat diterapkan lebih masif dalam ranah keluarga. Serta, kegiatan ini dapat terus diterapkan secara berkelanjutan, baik di lingkungan PAUD maupun dalam kehidupan keluarga. Sehingga dapat menciptakan generasi yang lebih sehat dan peduli terhadap kebersihan. Semoga program ini menjadi inspirasi untuk terus meningkatkan kualitas pendidikan anak usia dini di masa mendatang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada pengelola dan guru PAUD Al Bina Kota Ternate atas kerja sama dan dedikasi mereka dalam mendukung pelaksanaan kegiatan ini. Partisipasi aktif para orang tua yang bersedia mengikuti pendampingan dan penyuluhan juga menjadi salah satu faktor keberhasilan program ini. Tidak lupa kami mengucapkan terima kasih kepada tim pelaksana program yang telah bekerja keras dan kepada seluruh pihak yang memberikan dukungan, baik secara langsung maupun tidak langsung, termasuk dalam

penyediaan media edukasi berupa video animasi yang sangat membantu menyampaikan materi dengan efektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Dzar, A., Wicaksana, A.-G., Yeni, A. S., Pratiwi, D., Roza, S. N., Tawi, M., & Rifqy, M. (2022). Pengenalan Perilaku Hidup Bersih (Phbs) dan Sehat Kepada Anak Usia Sekolah di Wilayah Kerja Puskesdes Desa Pauh Angit Hulu.
- Grah Prihartanti, N., Wahyu Nugroho, M., & Tinggi Ilmu Kesehatan Pemkab Jombang, S. (2022). Penguatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Bagi Anak Usia Dini. 3, 174–178. <https://syadani.onlinelibrary.id/>.
- Irwana, E., & Rahman, S. (2023). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Terhadap Anak di Kelurahan Hamdan. Krepa: Kreativitas Pada Abdimas 1(3), 98–109.
- Komala Sari, I., Diana Morika, H., Aisyah Nur, S., & Masdalena. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Animasi Terhadap Tingkat Pengetahuan Siswa Tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di Sdn 10 Surau Gadang Kota Padang. <https://jurnal.syedzasaintika.ac.id/>.
- Kustanti Moerad, S., Susilowati, E., Dian Savitri, E., Gusti Made Rai, N., Wayan Suarmini, N., Mahfud, C., & Widayastuti, T. (2019). Pendampingan Pelaksanaan Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Anak Usia Dini-Pos PAUD Terpadu Melati Kelurahan Medokan Ayu-Rungkut Surabaya.
- Oktapia, S., Herawati, S. J., Prodi, P., Pendidikan, I., Institut, K., Kristen, A., & Tarutung, N. (2023). Peningkatan Kesehatan Anak Usia Dini Dengan Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora*, 2(3). <https://publisherqu.com/index.php/pediaqu>.
- Pranata, K., Lusiana Dewi, H., & Zulherman. (2022). Efektivitas Video Animasi Berbasis Animaker Terhadap Perilaku

- Hidup Bersih Dan Sehat Siswa Sekolah Dasar. *Journal Tunas Bangsa*, 9(1), 11–17. <https://ejournal.bbq.ac.id/tunasbangsa>.
- Wulan, S. E., & Hasibuan, W. (2024). Perkembangan Peserta Didik Anak Usia Dini Umur 2-6 Tahun.
- Yulismawati, V., Gupita, N., & Iftitah, S. L. (2024). Analisis Pertumbuhan Dan Perkembangan Anak Usia 4-6 Tahun Terhadap Penerapan Screen Time Di Desa Billa'an Kecamatan Propo Kabupaten Pamekasan.
- Yunita, E., Eliyana, Y., & Iswahyudi, I. (2023). Peningkatan Pengetahuan dan Kemampuan Guru PAUD (Pendidikan Anak Usia Dini) Terhadap Penerapan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat). *Darmabakti : Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 4(1), 103–107.
<https://doi.org/10.31102/darmabakti.2023.4.1.103-107>.