

Life Skills Education as a Strategy to Improve Clean and Healthy Living Behavior at SDN 039 Long Ikis

Edukasi *Life Skills* Sebagai Strategi Peningkatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SDN 039 Long Ikis

Elisa Dwi Nugraheni ¹, Mariyah ^{2*}

¹ Program Studi Kesehatan Masyarakat, Nama Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Mulawarman, Samarinda, 75123 Kalimantan Timur, Indonesia.

² Program Studi S1 Agribisnis, Fakultas Pertanian, Universitas Mulawarman, Samarinda, 75123 Kalimantan Timur, Indonesia.

* Alamat Koresponding. E-mail: mariyah@faperta.unmul.ac.id Tel. +62-813-4630-1941

Direvisi: 26 Agustus 2025

Dikirim: 11 September 2025

Diterima: 14 September 2025

Academic Editor: Meina Fabriani

Catatan Penerbit: Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat, Universitas Mulawarman tetap netral sehubungan dengan klaim yurisdiksi dalam gambar ataupun rancangan yang diterbitkan pada jurnal ini.



Copyright: © 2025 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

ABSTRACT: Education plays a crucial role in developing competent human resources, including in the health sector through the strengthening of life skills. One of the main focuses is the instilling of clean and healthy living habits (PHBS) from an early age, particularly in elementary schools. Health is a fundamental factor supporting the quality of life and productivity of individuals. In East Kalimantan, the prevalence of ISPA in toddlers remains high, reaching 22.7%, far above the national figure. Simple interventions such as Handwashing with Soap (CTPS) have proven effective in reducing the risk of infectious diseases. The objective of this activity is to improve students' knowledge and practice of PHBS, particularly in preventing infectious diseases such as diarrhea and ISPA, with a focus on the habit of Handwashing with Soap (CTPS). This activity was carried out on July 25, 2025, with the target program being all 24 students in grades I to VI of SDN 039 Long Ikis. The method used includes three stages: planning, implementation, and evaluation through an interactive approach that includes material presentation, educational games, and group discussions. The results of the activity showed that all students participated actively and enthusiastically throughout the activity, both during the presentation and practice sessions. This program has succeeded in building students' awareness of the importance of PHBS and getting them used to CTPS as a disease prevention effort.

KEYWORDS: Education; Life skills; Clean and Healthy Living Behavior; Washing Hands with Soap; Elementary School Students

ABSTRAK: Pendidikan memegang peranan penting dalam pengembangan kualitas sumber daya manusia yang kompeten, termasuk dalam bidang kesehatan melalui penguatan keterampilan hidup (*life skills*). Salah satu fokus utama adalah kebiasaan diri untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sejak dini, khususnya di lingkup sekolah dasar. Kesehatan menjadi faktor mendasar yang mendukung kualitas hidup dan produktivitas individu. Di Kalimantan Timur, prevalensi ISPA pada balita masih tinggi, mencapai 22,7%, jauh di atas angka nasional. Intervensi sederhana seperti Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) terbukti efektif dalam menurunkan risiko penyakit menular. Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan pemahaman dan praktik langsung PHBS siswa, khususnya dalam upaya mencegah penularan penyakit seperti diare dan Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA), dengan membiasakan diri melakukan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS). Kegiatan ini dilaksanakan pada 25 Juli 2025, dengan sasaran program yaitu seluruh siswa kelas I hingga VI SDN 039 Long Ikis berjumlah 24 siswa. Metode yang digunakan meliputi tiga tahap: perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi melalui pendekatan interaktif yang meliputi pemaparan materi, permainan edukatif, dan diskusi kelompok. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa seluruh siswa berpartisipasi aktif dan antusias selama kegiatan, baik saat sesi pemaparan maupun praktik. Dengan demikian, program ini dapat membangun pemahaman siswa akan

Cara mensitasi artikel ini: Nugraheni, E.D., Mariyah. Edukasi *Life Skills* sebagai strategi peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat di SDN 039 Long Ikis. ANDIL Mulawarman J Comm Engag. 2025; 2(4): 192-197.

pentingnya menerapkan PHBS dan kebiasaan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) sebagai upaya preventif penyakit.

Kata Kunci: Pendidikan; *Life skills*; Perilaku Hidup Bersih dan Sehat; Cuci Tangan Pakai Sabun; Siswa Sekolah Dasar.

1. PENDAHULUAN

Pendidikan diakui memang memiliki peran yang cukup penting dalam mempersiapkan SDM yang kompeten dan sesuai dengan standar yang diharapkan (Pradesa *et al.*, 2024; Lian & Amiruddin, 2021). Hal ini tidak hanya tidak hanya diterapkan di negara-negara maju, namun oleh negara-negara berkembang juga percaya bahwa pencapaian kemajuan yang diperoleh tidak dapat lepas dari kontribusi pendidikan yang di laksanakan dengan efektif sehingga dapat berkontribusi dengan aktif melalui pendidikan terhadap pembangunan dan negara ini (Zakiah, 2024). Sekolah Dasar merupakan tingkat pendidikan dasar yang berperan penting dalam menentukan keberlanjutan jenjang pendidikan selanjutnya di Indonesia (Anggeriyane *et al.*, 2024). Pendidikan lebih lanjut di Indonesia melalui metode pendidikan yang dikenal sebagai keterampilan hidup melalui sekolah bertujuan untuk menambah pengetahuan, sikap, dan perilaku ke dalam sistem pembelajaran formal (Supartini *et al.*, 2024). Kesehatan menjadi elemen dasar yang sangat penting dalam kehidupan manusia, karena secara langsung berkontribusi terhadap tingkat kesejahteraan dan kualitas hidup secara menyeluruh.

Penerapan perilaku hidup sehat memegang peranan penting dalam menunjang peningkatan kualitas hidup, baik pada tingkat individu maupun dalam lingkup masyarakat secara luas. Kebiasaan pola hidup sehat meliputi asupan nutrisi seimbang, aktivitas fisik teratur, pengelolaan stres yang efektif, waktu tidur yang memadai, serta kebiasaan menjaga kebersihan tangan, maka seseorang dapat mencegah terjadinya gangguan kesehatan kronis (Park & Kim, 2021).

Kecakapan hidup (*life skills*) adalah kemampuan individu untuk menghadapi tantangan hidup dengan sikap percaya diri dan tenang, tanpa merasa tertekan, serta mampu mengidentifikasi dan menerapkan solusi yang efektif untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi (Supartini *et al.*, 2024). *Life skills* yang berkaitan dengan perilaku hidup sehat berperan penting dalam meningkatkan kesehatan mental, membantu individu dalam mengelola emosi secara efektif, meningkatkan fokus, serta menjaga tingkat energi positif sepanjang hari. Implementasi perilaku hidup sehat sejak masa dini berpotensi menghasilkan dampak positif. Generasi muda yang telah memperoleh pemahaman mendalam mengenai pentingnya kesehatan dapat berperan sebagai *agen of change* dalam lingkup keluarga dan masyarakat, sehingga berkontribusi terhadap pembentukan siklus kehidupan sehat yang berkelanjutan bagi generasi mendatang (Yulhawati, 2023).

Peningkatan mutu kesehatan masyarakat menjadi salah satu aspek utama dalam mewujudkan pembangunan yang berkelanjutan. Upaya ini tidak hanya dilakukan melalui tindakan medis, melainkan juga melalui pembentukan kebiasaan hidup sehat sejak usia dini. Salah satu pendekatan strategis yang diterapkan adalah Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), yang berfungsi untuk meningkatkan tingkat kesehatan masyarakat sekaligus melindungi individu dari risiko penyakit menular maupun tidak menular (Kemenkes RI, 2015).

Fase perkembangan anak pada masa sekolah dasar, sangat penting karena menandai pembentukan kebiasaan yang dapat menetap hingga dewasa. Lingkungan sekolah harus mendapat perhatian khusus dalam implementasi Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) (Hamidah *et al.*, 2024). Indikator PHBS di lingkungan sekolah mencakup kebiasaan menyikat gigi, mencuci tangan pakai sabun dengan benar, menjaga kebersihan kuku dan rambut, serta konsumsi makanan bergizi. Penerapan perilaku tersebut secara konsisten terbukti efektif menekan risiko penyakit seperti diare dan Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA). Hal ini diperkuat oleh penelitian Hutahaean (2021) yang menunjukkan peningkatan signifikan pengetahuan siswa setelah penyuluhan PHBS.

Secara nasional, data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 mencatat bahwa prevalensi Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) pada anak balita yang teridentifikasi melalui diagnosis oleh tenaga kesehatan sebesar 4,8 % (Survey kesehatan indonesia, 2023). Namun data Riskesdas 2018 mencatat bahwa di provinsi Kalimantan Timur, prevalensi ISPA pada balita mencapai 22,7 %, dengan lebih dari 17.500 anak didiagnosis ISPA pada 2021. Angka ini menunjukkan urgensi intervensi yang memadai di wilayah ini untuk menekan angka penyakit yang masih tinggi. Salah satu bentuk intervensi yang sederhana tetapi berdampak besar adalah Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS). Praktik ini terbukti efektif mencegah berbagai penyakit infeksi termasuk diare dan ISPA yang

seringkali memengaruhi anak usia sekolah. Meski kampanye CTPS telah banyak dijalankan, implementasi yang konsisten di kalangan siswa masih memerlukan penguatan melalui edukasi langsung dan pembiasaan di lingkungan sekolah.

Melihat tingginya prevalensi ISPA pada anak di Kalimantan Timur bahkan melebihi dua kali dari rata-rata angka nasional serta efektivitas intervensi edukasi PHBS, maka program pengabdian masyarakat ini difokuskan pada peningkatan life skills terkait hidup bersih dan sehat pada siswa sekolah dasar. Anak-anak sekolah adalah kelompok usia yang memiliki kerentanan lebih tinggi terhadap gangguan kesehatan (Parlaungan *et al.*, 2023). Dengan demikian, judul kegiatan ini adalah: "Peningkatan Perilaku Hidup Sehat melalui Edukasi *Life Skills* untuk Siswa SDN 039 Long Ikis".

Diharapkan program ini membawa perubahan nyata dalam praktik keseharian siswa dan berkontribusi terhadap kesehatan komunitas sekolah. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan praktik langsung mengenai perilaku hidup sehat siswa SDN 039 Long Ikis, khususnya dalam memahami dan mencegah penyebaran penyakit seperti diare dan ISPA, melalui edukasi *life skills* dan pembiasaan CTPS. Melalui pendekatan ini, diharapkan tercipta budaya hidup bersih dan sehat yang berkelanjutan di lingkup sekolah, serta memberikan dampak positif terhadap kesehatan siswa.

2. METODE DAN PELAKSANAAN KEGIATAN.

Pelaksanaan kegiatan "Peningkatan Perilaku Hidup Sehat melalui Edukasi *Life Skills* untuk Siswa SDN 039 Long Ikis" dilaksanakan meliputi tiga tahapan utama, yaitu tahap perencanaan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi. Pada tahap perencanaan, ditetapkan bahwa kegiatan akan berlangsung di SDN 039 Long Ikis, Kecamatan Long Ikis, Kabupaten Paser. Kemudian menyusun *rundown* untuk satu hari kegiatan yang memuat materi *life skills* terkait perilaku hidup sehat dan praktik langsung mengenai Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) dengan benar. Materi yang disiapkan mencakup pemahaman tentang perilaku hidup sehat, pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan, pemilihan makanan bergizi, manfaat aktivitas fisik, serta keterampilan sosial seperti berkomunikasi positif dan saling menghargai.

Pelaksanaan kegiatan berlangsung pada tanggal 25 Juli 2025 dengan sasaran program yaitu seluruh siswa SDN 039 Long Ikis mulai dari kelas I hingga kelas VI. Kelompok sasaran ini dipilih karena berada pada masa pembentukan kebiasaan dan karakter, sehingga sangat tepat untuk diperkenalkan pada nilai-nilai dan keterampilan hidup sehat. Kegiatan ini diikuti oleh 24 siswa dan disampaikan melalui pendekatan interaktif yang meliputi pemaparan materi, permainan edukatif, dan diskusi kelompok. Kegiatan ini juga mendapat dukungan dengan kehadiran perwakilan sekolah yang turut menambah antusiasme siswa selama kegiatan berlangsung sehingga menciptakan suasana belajar yang aktif dan menyenangkan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di lingkungan sekolah adalah cerminan perilaku yang harus diperkenalkan secara mendalam kepada siswa, guru, serta seluruh warga sekolah sebagai bentuk nyata untuk tetap meningkatkan kualitas kesehatan diri. Pelaksanaan kegiatan pengabdian mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) bagi seluruh siswa SDN 039 Long Ikis berperan penting dalam memperluas pengetahuan, sehingga mampu mengimplementasikan dasar perilaku hidup bersih dan sehat di mana saja.

Secara keseluruhan, kegiatan sosialisasi PHBS berjalan dengan lancar dan baik bersama semua pihak dan siswa siswi SDN 039 Long Ikis bersikap antusias selama berpartisipasi dalam kegiatan sosialisasi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Hasilnya menunjukkan bahwa siswa telah memahami pentingnya menjaga kebersihan diri dan berkomitmen untuk mengikuti Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan melalui tiga tahapan, yaitu tahap perencanaan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi.

Tahap Persiapan

Berbagai langkah dilakukan pada tahap persiapan untuk memastikan kelancaran dan keberhasilan implementasi program. Beberapa persiapan yang dilakukan meliputi: (1) Melakukan identifikasi kondisi ada di lingkungan sekolah, (2) Menjalin koordinasi dengan pihak mitra sekolah, khususnya Kepala SDN 039 Long Ikis, untuk memperoleh persetujuan kegiatan serta menetapkan waktu dan peserta yang akan mengikuti kegiatan sosialisasi, (3) Menyusun bahan materi pembelajaran mengenai penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam bentuk penyajian slide *powerpoint*, (4) Menyiapkan sarana pendukung sosialisasi seperti sabun cuci tangan untuk praktik langsung mengenai langkah Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) yang benar, (5)

Merancang susunan acara dan menetapkan bagian masing-masing pihak seperti pemateri, dokumentator, serta pihak pendukung lainnya, (6) Menyiapkan segala kebutuhan teknis selama kegiatan sosialisasi berlangsung seperti ruang kelas, perangkat proyeksi, serta sistem suara.

Tahap Pelaksanaan

Kegiatan pada tahap ini dilaksanakan oleh tim sesuai dengan susunan acara yang telah dipersiapkan sebelumnya. Kegiatan sosialisasi PHBS dilaksanakan pada hari Jumat, tanggal 25 Juli 2025, dari pukul 08.00 hingga 10.00 WITA. Sasaran dari kegiatan ini adalah seluruh siswa kelas 1-6 di SDN 039 Long Ikis. Rangkaian kegiatan terbagi menjadi dua sesi utama. Pada sesi pertama, dilakukan penyampaian materi edukasi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Pemaparan materi disertai dengan penayangan video dan praktik langsung oleh mahasiswa KKN tentang tahapan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) yang benar, serta sesi interaktif berupa tanya jawab bersama siswa. Selanjutnya sesi kedua dilakukannya praktik langsung cara mencuci tangan dengan benar di area lapangan sekolah, kegiatan ini didampingi langsung oleh mahasiswa KKN yang memberikan arahan selama praktik berlangsung untuk memastikan penerapan teknik sesuai dengan yang telah dijelaskan sebelumnya.



Gambar 1. Penyampaian Materi Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) (Gambar: Dokumentasi Pribadi, 2025)

Sosialisasi PHBS dimulai dengan penyampaian materi edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Sesi ini bertujuan untuk memberikan pemahaman konseptual kepada siswa sebelum melanjutkan kepada tahap praktik cuci tangan yang benar. Materi yang disampaikan diantaranya: (1) Definisi dari Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), (2) Tujuan dan manfaat dari Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), (3) Waktu cuci tangan pakai sabun yang tepat, (4) Penyakit yang timbul akibat tidak cuci tangan, (5) Tahapan melakukan cuci tangan yang benar, (6) Contoh perilaku PHBS (misalnya makanan bergizi seimbang, menjaga kebersihan makanan, buang sampah pada tempatnya, tidak merokok dalam rumah, melakukan olahraga rutin, kebiasaan membersihkan rumah secara berkala). Setelah itu, diadakan diskusi ringan dan kesempatan bertanya kepada seluruh siswa mengenai materi yang telah dipaparkan sebelumnya.



Gambar 2. Praktik Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) (Gambar: Dokumentasi Pribadi, 2025)

Setelah sesi pemaparan materi diselenggarakan, kegiatan dilanjutkan dengan implementasi langsung berupa praktik Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), dengan fokus pada teknik Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) yang baik dan benar. Praktik ini dilakukan dengan memanfaatkan air yang mengalir serta sabun. Selama dilakukannya praktik mahasiswa KKN membantu dalam pemantauan teknik cuci tangan telah sesuai dengan urutan pembelajaran sosialisasi. Berdasarkan praktik yang dilakukan, menunjukkan bahwa seluruh siswa telah paham untuk mempraktikkan langkah-langkah cuci tangan dengan benar.

Cuci tangan dengan sabun merupakan salah satu tindakan kebersihan dasar yang efektif untuk membersihkan tangan dan memutus rantai penyebaran kuman (Elvira et al., 2021). Perilaku mencuci tangan harus dibiasakan untuk dilakukan dengan benar kepada seluruh siswa karena tangan adalah bagian tubuh yang paling sering bersentuhan langsung dengan berbagai benda maupun orang sekitar. Kegiatan ini dilaksanakan sebagai upaya strategis dalam membentuk pola perilaku hidup sehat sejak usia dini sehingga diharapkan akan menekan potensi penularan penyakit yang umumnya disebabkan oleh kebersihan tangan yang kurang terjaga. Penyediaan fasilitas Cuci Tangan Pakai Sabun oleh pihak sekolah menjadi salah satu wujud nyata dukungan terhadap pembiasaan perilaku hidup bersih sebagai upaya pencegahan penyakit (Aisyah et al., 2025).

Tahap Evaluasi



Gambar 3. Foto Bersama Sosialisasi PHBS (Gambar: Dokumentasi Pribadi, 2025)

Selama pelaksanaan sosialisasi PHBS, tim pengabdian kepada masyarakat melakukan evaluasi dengan mengamati langsung tingkat partisipasi seluruh siswa. Observasi ini bertujuan untuk menilai seberapa aktif siswa terlibat dalam berbagai tahapan kegiatan, mulai dari perhatian mereka saat materi disampaikan, antusiasme dalam sesi diskusi dan tanya jawab, hingga kesungguhan saat melakukan praktik cuci tangan yang benar. Hasil evaluasi tersebut kemudian dijadikan tolak ukur untuk menilai keberhasilan pelaksanaan sosialisasi PHBS secara menyeluruh. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan kesadaran siswa mengenai pentingnya menjaga kesehatan melalui penerapan perilaku hidup sehat sejak usia dini. Salah satu fokus utama adalah membiasakan siswa melakukan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) secara rutin sebagai bagian penting dari Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Menurut (Anggraini et al., 2022), keberlanjutan PHBS perlu didukung oleh orangtua yang mengingatkan dan mengarahkan anak untuk berperilaku sehat di kehidupan sehari-hari.

4. KESIMPULAN

Program pengabdian ini berjalan menunjukkan capaian yang baik ditandai oleh peningkatan pemahaman dan penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di kalangan siswa. Melalui kegiatan ini seluruh siswa mampu mempraktikkan langkah-langkah Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) dengan benar, menunjukkan efektivitas intervensi edukasi langsung dan pembiasaan sejak dini. Dengan demikian, program ini tidak hanya berhasil meningkatkan keterampilan praktis siswa, tetapi juga memberikan kontribusi pada upaya strategis untuk menekan penularan penyakit di lingkungan sekolah dan membentuk budaya hidup bersih yang berkelanjutan.

Ucapan Terima Kasih: Terima kasih kepada Kepala Sekolah, Guru, dan Siswa SDN 039 Long Ikis..

Kontribusi Penulis: **Konsep** – Ratna Kusuma; **Desain** – Adrikni Sholikhati; **Supervisi** – Suyitno.; **Bahan** – Adrikni Sholikhati; **Konsep** E.D.N.; **Desain** –; **Supervisi** M.; **Bahan** E.D.N., M.; **Koleksi Data dan/atau Proses** E.D.N., M.; **Analisis dan/atau Interpretasi** E.D.N.; **Pencarian Pustaka** E.D.N., M.; **Penulisan** E.D.N., M.; **Ulasan Kritis**–.

Sumber Pendanaan: -

Konflik Kepentingan: Para penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan

REFERENSI

- Aisyah, F. N., Yanti, R., Lesmana, E., & Apriyanti, A. I. (2025). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Siswa Kelas III SDN Kota Baru IX. *Jurnal Abdimas Kamali*, 1(2), 73–80.
- Anggeriyane, E., Kartika Ayu Efriana, C., Astuti, E., Norkhaliza, F., Fitriana, F., & Firdayanti, H. (2024). Education for Children in Preventing Bullying Behavior at MIM 3 AL-Furqan School of Banjarmasin. *ANDIL Mulawarman J Comm Engage*, 1(4), 121–129. <https://doi.org/10.30872/andil.v1i4.1502>
- Anggraini, N. V., Anggraeni, D. T., & Rosaline, M. D. (2022). Peningkatan Kesadaran PHBS Cuci Tangan dengan Benar pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 5(4), 1172–1179. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i4.5399>
- Elvira, F., Panadia, Z. F., Veronica, S., & Herdiansyah, D. (2021). Penyuluhan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) dan Pemberian Vitamin Untuk Anak-Anak. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, 4(1), 234–239.
- Hamidah, T. N., Santoso, M., Claudia, C., Silaen, B., Hasanah, S. F., Zaini, A., Pramana, A., Sulistiawati, P., & Ningrum, F. E. (2024). Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SD dan SMP Kecamatan Kapuas Tengah. *Diteksi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 53–62.
- Hutahaean, S., & Anggraini, N. V. (2021). Upaya Peningkatan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, 4(2).
- Lian, B., & Amiruddin. (2021). Peran Pendidikan Dalam Menciptakan SDM Berkualitas di Era Disrupsi dan Pandemi Covid-19. *Prosiding Seminar Nasional PGRI Provinsi Sumatra Selatan Dan Universitas PGRI Palembang, November*, 12–15.
- Park, S., & Kim, Y. (2021). Analysis and Implications Exploration of Fundamental Movement Skills (FMS) in American Physical Education Curriculum: Focusing on Elementary School Physical Education. *Korean Association For Leaner-Centered Curriculum And Instruction*, 21(8), 269–284.
- Parlaungan, J., Loihala, M., Tambunan, S. G. P., Mensen, R., & Tarmani, R. S. A. (2023). Pendidikan Kesehatan melalui 8 (Delapan) Pesan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Guru TK/PAUD. Penerbit NEM.
- Pradesa, K., Mintawati, H., Albert, J., Sipayung, I., & Verianti, G. (2024). Analisis Peran Pendidikan Dalam Meningkatkan Kualitas Dan Keterampilan Sumber Daya Manusia Di Indonesia: Kajian Literatur. *VOCATIONAL: Jurnal Inovasi Pendidikan Kejuruan*, 4(1), 35–41. <https://doi.org/10.51878/vocational.v4i1.3941>
- Solikah, S. N. (2018). Upaya Peningkatan Kesadaran Prilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Anak Usia Sekolah (Sd). *GEMASSIKA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 56. <https://doi.org/10.30787/gemassika.v2i1.260>
- Supartini, U., Dhieni, N., & Hartati, S. (2024). Pentingnya Melatih Kecakapan Hidup Anak Usia Dini. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 9(2), 227–237.
- Survey Kesehatan Indonesia (SKI). (2023). Survei Kesehatan Indonesia 2023 (SKI). *Kemenkes*, 235.
- Yuliawati, E. (2023). Building Awareness of the Importance of Reproductive Health and Healthy Living Skills Through the Planning Generation Program. *Iccd*, 5(1), 670–675. <https://doi.org/10.33068/iccd.v5i1.668>
- Zakiah, I. (2024). Mengembangkan Keterampilan Hidup Sehat Melalui Kurikulum Sekolah. *Zahra:Journal of Health and Medical Research*, 4(4), 405–414.