
MENGENAL PENTINGNYA PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) UNTUK TUMBUH KEMBANG ANAK USIA DINI

Sherina Siregar¹

¹Universitas Negeri Padang, Indonesia

sherina45567@gmail.com

ABSTRAK

Pentingnya mengenal perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak usia dini sangat signifikan dalam mendukung perkembangan mereka secara optimal. Pada fase yang dikenal sebagai "periode emas," anak-anak memiliki kesempatan ideal untuk memahami arti kebersihan dan kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan konsep PHBS, berbagai aktivitas yang dapat melatihnya, serta manfaat dan tantangan yang dihadapi. Melalui studi literatur, hasil penelitian mengindikasikan bahwa partisipasi anak dalam kegiatan sehari-hari, seperti mencuci tangan, menjaga kebersihan lingkungan, dan menerapkan pola makan yang sehat, dapat memperbaiki kemampuan fisik, mental, dan sosial mereka. Meskipun demikian, kendala seperti minimnya pengetahuan orang tua dan keterbatasan akses terhadap informasi kesehatan masih menjadi rintangan dalam penerapan PHBS. Temuan ini diharapkan dapat mendorong orang tua, pendidik, dan masyarakat untuk lebih proaktif dalam memperkenalkan dan mengimplementasikan perilaku hidup bersih dan sehat, agar anak-anak dapat tumbuh menjadi generasi yang sehat dan siap menghadapi berbagai tantangan di masa mendatang.

Kata Kunci: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), Anak Usia Dini, Tumbuh Kembang, Kebersihan, Kesehatan, Manfaat PHBS.

ABSTRACT

The importance of understanding clean and healthy living behaviors (PHBS) in early childhood is very significant in supporting their optimal development. In the phase known as the "golden period," children have the ideal opportunity to understand the meaning of hygiene and health. This research aims to explain the concept of PHBS, various activities that can train it, as well as the benefits and challenges faced. Through a literature review, research findings indicate that children's participation in daily activities, such as handwashing, maintaining environmental cleanliness, and adopting a healthy diet, can improve their physical, mental, and social abilities. Nevertheless, obstacles such as the lack of parental knowledge and limited access to health information still pose challenges in the implementation of PHBS. These findings are expected to encourage parents, educators, and the community to be more proactive in introducing

and implementing clean and healthy living behaviors, so that children can grow into a healthy generation ready to face various challenges in the future.

Keywords: *Clean and Healthy Living Behavior (PHBS), Early Childhood, Growth and Development, Cleanliness, Health, Benefits of PHBS.*

A. PENDAHULUAN

Anak-anak merupakan harapan bagi masa depan suatu negara. Untuk membentuk generasi yang tangguh, cerdas, inovatif, dan produktif adalah tanggung jawab bersama. Perkembangan dan pertumbuhan anak secara menyeluruh, baik dalam aspek fisik, mental, maupun intelektual, memerlukan perhatian dari berbagai pihak. Peran pemerintah juga penting dalam mendukung pembentukan generasi yang kuat, cerdas, inovatif, dan produktif.

Pembiasaan perilaku sehat pada anak perlu dimulai sejak usia dini, yang dimana masa tersebut biasa disebut dengan masa keemasan, dimana perkembangan otak anak sangat tinggi. Ketika berada pada masa tersebut, kemampuan memori anak berada pada puncaknya. Anak yang mendapatkan edukasi kesehatan secara intensif sejak usia 0-6 tahun berpotensi besar untuk memiliki perilaku sehat dimasa depan. Namun, kebalikannya ketika anak yang tidak mendapatkan pesan kesehatan yang cukup akan lebih sulit untuk mengembangkan perilaku sehat. Pendidikan kesehatan pada usia emas ini merupakan salah satu dasar bagi pembelajaran kesehatan ditahap berikutnya.

Masalah kesehatan yang muncul akibat kurangnya perilaku sehat dapat membuat anak mudah terjangkit penyakit, seperti diare yang sering kali disebabkan oleh kondisi sanitasi yang buruk dan kurangnya ketersediaan air bersih. Dampak lainnya termasuk cacangan, penyakit kulit, dan gizi buruk, yang merupakan akibat dari kurangnya perilaku tidak sehat. Rendahnya tingkat kesehatan di Indonesia serta perilaku tidak sehat dapat memicu penyakit yang lebih serius, termasuk penyakit menular (Wihandesi, 2020).

Menurut data dari WHO pada tahun 2015 dalam Honesty Diana Morika, dkk. (2022). Sekitar 100.000 anak usia sekolah di Indonesia meninggal setiap tahun karena diare, selain itu prevalensi infeksi cacing mencapai 40-60% dan masalah karies serta penyakit periodontal berada di angka 74,4%. Data WHO tahun 2018 menunjukkan lebih

dari 1,5 miliar orang, atau sekitar 24% populasi global, terinfeksi cacing *Ascaris lumbricoides*, dengan infeksi yang rentang terjadi pada anak-anak usia sekolah. Di Indonesia, prevalensi infeksi *Ascaris lumbricoides* mencapai 70-80%, terutama pada anak usia sekolah. Berdasarkan data WHO 2019, diare berada diperingkat kedelapan penyebab kematian utama didunia, berkontribusi pada 2,5% kematian global atau setara dengan 1,4 juta jiwa, sebagian besar diantaranya adalah anak-anak.

Selain data dari WHO, Profil kesehatan Indonesia 2015 juga mencatat bahwa Selanjutnya yaitu data menurut Riskesdas 2018, gangguan kesehatan yang umum terjadi pada anak-anak yang sedang bersekolah yakni meliputi diare (12,3%), ISPA atau infeksi saluran pernapasan atas (4,4%), dan malaria (0,4%). Data prevalensi diare Sumatera Barat di tahun 2013 adalah 8,8%, yang meningkat 9,8% pada tahun 2018. Pravelensi diare pada anak usia sekolah di Sumatera Barat mencapai 10,8% di tahun 2013 kemudian naik 15% di 5 tahun kemudian yaitu 2018. Sementara itu, kelompok umur 5-14 tahun memiliki angka kejadian ISPA tertinggi Sumatera Barat (Riskesdas, 2018 dalam Honesty Diana Morika,dkk. 2022).

Dalam artikel ini, penulis bertujuan untuk menjelaskan betapa pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam mendukung tumbuh kembang anak usia dini. Selain itu, artikel ini juga mengidentifikasi berbagai aktivitas yang dapat membantu penerapan PHBS serta kendala yang sering dihadapi dalam proses pembelajaran tersebut. Diharapkan hasil kajian ini dapat menjadi panduan bagi orang tua, pendidik, dan pihak terkait lainnya untuk menciptakan lingkungan yang mendukung penerapan PHBS pada anak sejak dini, sehingga dapat membentuk generasi yang lebih sehat dan siap menghadapi berbagai tantangan di masa depan.

B. METODE PENELITIAN

Artikel ini dibuat menggunakan metode studi literatur. Studi literatur adalah pendekatan untuk menyelesaikan suatu masalah dengan mencari dan menelaah berbagai sumber tulisan yang telah ada sebelumnya. Dengan kata lain, studi literatur juga sering disebut sebagai studi pustaka. Definisi ini didukung oleh M. Nazir, dalam bukunya yang berjudul Metode Penelitian, menjelaskan bahwa studi kepustakaan atau literatur adalah

teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mempelajari buku, literatur, catatan, dan laporan yang relevan dengan permasalahan yang ada.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. PHBS pada AUD

PHBS pada anak-anak usia pra sekolah merupakan suatu usaha yang bertujuan untuk membentuk kebiasaan pada anak-anak, dalam menjaga kebersihan dan kesehatan secara mandiri sejak usia dini. Tujuan penerapan PHBS ini adalah agar anak-anak memiliki kebiasaan yang sehat, agar terhindar dari berbagai jenis virus yang dapat mengganggu tumbuh kembang anak usia dini yang optimal.

Beberapa contoh penerapan PHBS pada anak usia dini meliputi:

1. Membersihkan tangan dengan air mengalir dan sabun sebelum dan sesudah makan, setelah buang air, dan setelah bermain.
2. Mengonsumsi makanan bergizi yang seimbang.
3. Membuang sampah di tempatnya untuk menjaga kebersihan lingkungan.
4. Berolahraga atau aktif bermain agar tubuh tetap bugar.
5. Menjaga kebersihan diri, seperti mandi rutin dan menggosok gigi dua kali sehari.
6. Minum cukup air bersih setiap hari.

Penerapan PHBS pada anak pra sekolah sangat penting untuk menanamkan kebiasaan baik yang akan terbawa hingga dewasa, serta mengajarkan pentingnya hidup bersih dan sehat. PHBS mencakup berbagai bentuk penerapan, seperti di lingkungan rumah tangga yang berfokus dalam usaha untuk memberdayakan anggota keluarga agar memahami, menginginkan, dan dapat menerapkan pola hidup bersih dan sehat. Di samping itu, mereka juga ikut berpartisipasi dalam kegiatan kesehatan komunitas. Kriteria rumah tangga yang sehat mencakup persalinan yang ditangani oleh tenaga kesehatan (dokter atau bidan), pemberian ASI eksklusif kepada bayi, penimbangan bayi dan balita secara berkala setiap bulan, penggunaan air bersih, mencuci tangan dengan sabun dan air yang mengalir, menggunakan toilet, memberantas jentik nyamuk, mengonsumsi sayuran dan buah setiap hari, melakukan aktivitas fisik secara teratur, serta menghindari merokok di dalam rumah.

PHBS di lingkungan belajar meliputi tindakan yang dilakukan siswa, pengajar, serta komunitas di lingkungan sekolah sebagai hasil dari proses belajar yang meningkatkan kesadaran mereka untuk menjaga kesehatan secara mandiri, mencegah penyakit, dan berkontribusi dalam menciptakan suasana sekolah yang sehat (Tim Penyusun Direktorat Sekolah Dasar, 2021). Untuk anak usia pra sekolah, perilaku bersih dan sehat dapat dikembangkan lewat kegiatan yang mendukung keterampilan hidup sehat, seperti menjaga kebersihan diri dan lingkungan serta menjauhi hal-hal yang dapat membahayakan kesehatan. Dengan memberikan bekal perilaku hidup bersih dan sehat, anak-anak akan mampu menangkis pengaruh negatif yang merugikan kesehatan mereka serta menjauhi perilaku berisiko (Sunarti et al., 2019).

Manfaat PHBS di Sekolah, antara lain:

1. Terwujudnya suasana lingkungan belajar yang bersih dan sehat, memberikan perlindungan bagi anak didik, pengajar, dan komunitas sekolah dari berbagai risiko penyakit.
2. Meningkatkan motivasi dalam kegiatan pembelajaran yang berdampak baik pada pencapaian akademik siswa.
3. Citra sekolah sebagai lembaga pendidikan semakin baik, sehingga dapat menarik minat orang tua dan masyarakat

Syarat Sekolah Ber-PHBS:

1. Memasuh tangan menggunakan air yang bersih dan sabun.
2. Mengonsumsi makanan bergizi yang di sediakan kantin sekolah.
3. Membuang sampah yang telah disediakan.
4. Ikut serta dalam kegiatan olahraga yang diadakan di sekolah.
5. Menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan secara berkala setiap bulannya.
6. Menghindari merokok di area sekolah.
7. Secara rutin melakukan pemberantasan jentik nyamuk di lingkungan sekolah.

PHBS di lokasi terbuka mencakup area yang disediakan oleh pemerintah, sektor swasta, atau individu untuk kegiatan masyarakat, seperti sektor pariwisata, transportasi umum, tempat ibadah, olahraga, dan perdagangan, serta lainnya. PHBS di area publik

merupakan inisiatif untuk memberdayakan masyarakat dan pengelola lokasi tersebut agar memahami, memiliki keinginan, serta mampu mengintegrasikan perilaku hidup sehat serta berkontribusi dalam menciptakan lingkungan umum yang bersih dan sehat. Dengan penerapan PHBS di tempat umum, diharapkan masyarakat yang berada di lokasi tersebut dapat menjaga kesehatan, mencegah penularan penyakit, dan tidak menularkan penyakit kepada yang lainnya.

b. Dampak PHBS untuk Tumbuh Kembang AUD

Penerapan PHBS pada anak usia pra sekolah berdampak besar pada pertumbuhan dan perkembangan mereka. Selain mendukung kesehatan fisik yang optimal, PHBS juga berkontribusi pada peningkatan perkembangan kognitif dan pembentukan kebiasaan sehat untuk jangka panjang. Menurut dr. Soedjatmiko, Sp.A(K), seorang ahli kesehatan anak, kebiasaan sehat yang diterapkan sejak usia dini dapat mencegah berbagai penyakit dan mendukung perkembangan anak secara holistik, mencakup aspek fisik, mental, dan sosial. Dengan membiasakan anak untuk menjaga kebersihan diri, mengonsumsi makanan bergizi, dan berperilaku sehat, mereka tidak hanya tumbuh lebih sehat, tetapi juga lebih mantap untuk menghadapi rintangan yang akan dilami kedepannya.

Di sisi lain, tidak menerapkan PHBS pada anak usia dini dapat menimbulkan dampak negatif yang serius terhadap perkembangan mereka, baik dalam kesehatan fisik, kognitif, maupun sosial. Anak-anak yang tidak terbiasa menjaga kebersihan diri berisiko lebih tinggi terpapar infeksi yang dapat menyebar seperti diare, infeksi pada saluran pernapasan, serta penyakit kulit yang dapat mengganggu pertumbuhan fisik mereka. Disamping itu, kebiasaan makan makanan yang buruk dan tidak bergizi dapat menghambat perkembangan otak, menurunkan konsentrasi, dan mengganggu proses belajar. Secara sosial, anak-anak yang tidak menjaga kebersihan diri mungkin mengalami penurunan rasa percaya diri dan kesulitan dalam berinteraksi dengan teman sebaya, yang dapat memengaruhi perkembangan emosional dan kemampuan bersosialisasi mereka.

Pandangan lain mengenai dampak kurangnya PHBS disampaikan oleh Faozy (2017), yang menyatakan bahwa kurangnya penerapan PHBS dapat mengakibatkan keadaan lingkungan yang tidak bersih, sehingga akan mengganggu aktivitas belajar dan menciptakan suasana yang tidak nyaman. Hal ini dapat menurunkan semangat belajar dan

bahkan merugikan reputasi sekolah akibat kurangnya penerapan PHBS yang optimal. Lingkungan belajar yang tidak bebas dari kotor, cemilan yang tidak sehat, serta pengelolaan sampah yang buruk bisa menyebabkan berbagai macam penyakit seperti diare, demam berdarah, anemia, dan cacangan.

Penerapan PHBS pada anak usia pra sekolah mempunyai pengaruh penting terhadap tumbuh kembang anak. Selain mendukung kesehatan fisik yang optimal, PHBS juga berperan dalam meningkatkan perkembangan kognitif dan membentuk kebiasaan sehat jangka panjang. Ahli kesehatan anak, dr. Soedjatmiko, Sp.A(K), menjelaskan bahwa kebiasaan sehat yang diterapkan sejak dini dapat mencegah berbagai penyakit serta mendukung perkembangan anak secara holistik, baik secara fisik, mental, maupun sosial. Dengan membiasakan anak untuk menjaga kebersihan diri, mengonsumsi makanan bergizi, serta berperilaku sehat, mereka tidak hanya tumbuh lebih sehat, tetapi juga lebih semangat dalam menghadapi tantangan di masa depan.

Tidak menerapkan PHBS pada anak usia pra sekolah dapat berdampak negatif serius terhadap tumbuh kembang mereka, baik dari segi kesehatan fisik, kognitif, maupun sosial. Anak yang tidak dibiasakan menjaga kebersihan diri berisiko lebih tinggi terkena penyakit menular seperti diare, infeksi saluran pernapasan, dan penyakit kulit, yang dapat mengganggu pertumbuhan fisik mereka. Selain itu, kekurangan nutrisi dampak dari pola makan yang tidak bergizi juga bisa menghambat perkembangan otak, mengurangi daya konsentrasi, dan mengganggu proses belajar. Secara sosial, anak yang tidak menjaga kebersihan diri mungkin akan mengalami penurunan rasa percaya diri dan kesulitan berinteraksi dengan teman sebaya, yang dapat mempengaruhi perkembangan emosional dan kemampuan bersosialisasi mereka.

Pendapat lain mengenai dampak dari minimnya implementasi PHBS diungkapkan oleh Faozy (2017). Ia menjelaskan bahwa kurangnya PHBS dapat mengakibatkan kondisi lingkungan yang kotor, yang berdampak negatif pada kenyamanan dan fokus dalam kegiatan belajar. Hal ini dapat menyebabkan semangat belajar siswa menurun dan berdampak pada reputasi sekolah yang menjadi menurun akibat penerapan PHBS yang tidak optimal. Lingkungan sekolah yang kotor, serta makanan yang tidak sehat dan

kebiasaan pembuangan sampah yang sembarangan, dapat memicu berbagai penyakit seperti diare, demam berdarah, anemia, dan infeksi cacing.

c. PHBS dan Tumbuh Kembang AUD

PHBS di kalangan anak-anak usia pra sekolah adalah sebuah langkah penting, yang dimana dapat mendukung aspek pertumbuhan dan kemajuan anak secara menyeluruh, mencakup aspek fisik, kognitif, dan sosial. PHBS meliputi berbagai kebiasaan, seperti mencuci tangan dengan benar, menjaga kebersihan tubuh, mengolah makanan bergizi, dan melakukan gerakan fisik yang cukup. Kebiasaan ini tidak hanya membantu anak terhindar dari bermacam-macam penyakit, seperti diare, infeksi saluran pernapasan, serta cacangan, tetapi juga menjadi dasar untuk perkembangan fisik yang optimal. Anak yang sehat cenderung lebih aktif tentu akan memiliki imun yang bagus dan kuat, sehingga mereka dapat mengikuti berbagai kegiatan pembelajaran dengan baik.

Selain itu, penerapan PHBS sangat berpengaruh signifikan terhadap perkembangan kognitif anak. Menurut dr. Soedjatmiko, Sp.A(K), seorang ahli tumbuh kembang anak, kebiasaan sehat yang ditanamkan sejak dini dapat meningkatkan daya konsentrasi, kemampuan berpikir kritis, dan kesiapan belajar anak. Anak yang terbiasa menjalani pola hidup bersih dan sehat akan lebih jarang mengalami gangguan kesehatan yang dapat mengganggu proses pembelajaran mereka. Nutrisi yang baik dari pola makan sehat berperan dalam mendukung perkembangan otak anak, memungkinkan mereka untuk mencapai kemampuan intelektual yang optimal. Hal ini sejalan dengan pendapat banyak ahli yang menekankan pentingnya lingkungan yang sehat dan asupan gizi yang cukup dalam mendukung perkembangan otak selama masa kanak-kanak.

Lebih lanjut, PHBS juga memiliki peran krusial dalam membentuk perilaku sosial anak. Anak-anak yang terbiasa menjaga kebersihan dirinya dan lingkungannya sendiri, contohnya membuang sampah ditempat yang benar dan membasuh tangan sebelum dan sesudah makan, cenderung memiliki kesadaran sosial yang lebih tinggi dan lebih mudah berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Dr. Soedjatmiko juga menekankan bahwa anak yang sehat lebih percaya diri dalam berinteraksi dengan teman sebaya dan lebih aktif berpartisipasi dalam kegiatan sosial, yang penting untuk perkembangan emosional dan sosial mereka.

Secara keseluruhan, penerapan PHBS sejak usia dini adalah langkah fundamental untuk memastikan anak-anak tumbuh dengan sehat, cerdas, dan sosial. Kebiasaan-kebiasaan ini membangun fondasi bagi kesehatan mereka di masa dewasa, serta memberikan dampak positif yang berkelanjutan sepanjang hidup.

d. Peran Orang Tua dan Pendidik dalam Membiasakan Hidup Bersih dan Sehat Pada Anak Usia Dini

Hasanah dan Sugito (2020) menyatakan bahwa orang tua memainkan peran yang sangat penting dalam pendidikan dan mendidik anak mereka, memberikan saran dan memberitahu anak untuk senantiasa merawat kebersihan pribadi penting bagi keluarga untuk mengutamakan nilai-nilai perilaku hidup bersih dan sehat kepada anak mereka dengan membiasakan anak untuk secara rutin membersihkan diri, mereka akan belajar untuk merawat kebersihan diri mereka sendiri penerapan perilaku hidup bersih dan sehat ini memiliki peranan yang sangat penting karena bertujuan untuk menjaga kebersihan individu dan lingkungan dengan demikian menjadikan kebersihan dan kesehatan sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari anak dapat terhindar dari berbagai virus, bakteri, jamur serta parasit yang menyebabkan infeksi mengadopsi gaya hidup sehat sejak usia dini akan berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup anak hingga mereka dewasa asupan makanan dan minuman yang bergizi sangat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak dalam konteks ini peran orang tua menjadi penting karena anak-anak tidak memiliki kemampuan secara mandiri memilih makanan dan kegiatan yang baik untuk kesehatan mereka

Pemeliharaan kesehatan anak harus dilakukan sedini mungkin untuk memastikan kondisi kesehatan anak tetap terjaga dan untuk mencegah kemungkinan timbulnya gangguan kesehatan. Guru, sebagai pendidik, juga memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan peserta didik mereka, terutama di lembaga Ketika berada dikawasan PAUD. Pendidik bertanggung jawab untuk menerapkan inovasi dalam menciptakan lingkungan yang mendorong penerapan perilaku hidup bersih dan sehat., serta memberikan motivasi dan informasi kepada anak mengenai pentingnya menerapkan gaya hidup yang bersih dan sehat dalam keseharian.

D. KESIMPULAN

Setelah menjelaskan mengenai PHBS, dapat saya tarik kesimpulan bahwa PHBS pada anak usia dini sangat krusial, karena berperan besar dalam mendukung perkembangan optimal anak secara holistik. Usia nol sampai enam tahun merupakan periode yang sangat rentan dan berkembang dengan cepat. Pada tahap ini, anak-anak mudah menyerap pola perilaku yang diajarkan oleh keluarga terutama ayah dan ibu serta pendidik. Maka dari itu, pendidikan kesehatan yang diperoleh sejak dini akan menciptakan kebiasaan sehat yang akan terbawa hingga mereka dewasa

PHBS meliputi berbagai praktik, seperti menjaga kebersihan diri, mengonsumsi makanan bergizi, berolahraga, dan menjaga kebersihan lingkungan. Dengan membiasakan PHBS, anak-anak dapat terhindar dari penyakit menular dan kekurangan nutrisi yang dapat menghambat perkembangan fisik dan mental mereka. Selain mendukung kesehatan fisik, penerapan PHBS juga berkontribusi pada perkembangan kognitif yang lebih baik, meningkatkan kemampuan berpikir, konsentrasi, serta kesiapan belajar anak.

Peranan keluarga dan pendidik sangat krusial dalam mengimplementasikan PHBS. Sebagai contoh utama di rumah, ayah dan ibu serta tenaga pengajar yang ada di sekolah memiliki kewajiban untuk membiasakan anak menjalani gaya hidup higienis dan prima (sehat). Dengan menggunakan pendekatan yang bersifat promotif dan preventif, PHBS dapat diterapkan secara menyeluruh, sehingga anak-anak dapat bertumbuh menjadi individu yang sehat, cerdas, serta siap berinteraksi dengan lingkungan sekitar mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Adela, Yoanete dkk. (2024). Pengenalan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Anak di Satuan PAUD. *Jurnal Montessori*. Vol 1, No 2
- Rizka Nelti, dkk. (2024). Analisis Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Anak Usia Dini di Satuan PAUD. *Indonesian Research Journal on Education*. Volume 4 Nomor 3
- Angkur, M. F. M. (2022). Penerapan Layanan PAUD Holistik Integratif di Satuan PAUD. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(5). 45 | *Jurnal Montessori*: Vol 1, No 2 Maret 2024. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i5.2587>

- Dinkes Karangasem. (2020). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Semua Tatanan. Karangasem <https://dinkes.karangasemkab.go.id/perilaku-hidup-bersih-dan-sehat-phbs-pada-semua-tatanan/>
- Kemkes. (2018). Buku Pedoman PHBS. Jakarta : <https://ayosehat.kemkes.go.id/pedoman-phbs>
- Kemkes. Pentingnya Menerapkan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Alodokter. <https://www.alodokter.com/pentingnya-menerapkan-phbs-perilaku-hidup-bersih-dan-sehat-dalam-kehidupan-sehari-hari>.
- Direktorat Pembinaan Pendidikan Anak Usia Dini Direktorat Jenderal . https://paudpedia.kemdikbud.go.id/uploads/anggun/images/2020/Buku_Saku_Pedoman_PHBS_di_PAUD-Per_halaman.pdf.
- Pratama, Putri Wilda Yana. (2022).Pentingnya Edukasi PHBS Sejak Dini pada Anak. Kompasiana. <https://www.kompasiana.com/putri1515/6343faa761638e4b1447fa85/pentingnya-edukasi-phbs-sejak-dini-pada-anak>.
- Salma. (2023). Studi Literatur: Pengertian, Ciri, Teknik, Pengumpulan Datanya. Jakarta: <https://penerbitdeepublish.com/studi-literatur/>
- Ayu, S. M., Kurniawan, A., Ahsan, A. Y., & Anam, A. K. (2018). PENINGKATAN KESEHATAN MELALUI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) SEJAK DINI HARGOMULYO GUNUNG DI DESA GEDANGSARI KIDUL. Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat, 2(1). <https://doi.org/10.12928/jp.v2i1.437>
- Elsa Vinora. (2018). Pelaksanaan Program Perilaku Hidup Bersih (PHBS) Pada Anak Di TK Islam Harapan Ibu Lima Kaum. In Journal of Chemical Information and Modeling.
- Fatmalia, F. H. & R. (2021). ANALISIS PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DI LEMBAGA PAUD DAERAH TERTINGGAL, TERDEPAN, TERLUAR ACEH BESAR (3T) PADA MASA NEW NORMAL 1 Fitriah Hayati, 2 Reti Fatmalia. <https://disdikbudacehbesar.org/2020/05/17/kadisdikbud-aceh-besar-dalam-masa-pandemi-corona->

- Marotz, L. R. (2012). Health, Safety and Nutrition for the Young Child. *Young Children*, 1–551. Maryunani, A. (2013). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). *TransInfo Media*. MidCentral Public Health Service. (2014). Health and Safety Guidelines for Early Childhood Education Services. June, 1–49.
- Jimung, M. (2019). Pengaruh Guru Sebagai Role Model terhadap Motivasi Penerapan PHBS Siswa di SMP Frater Parepare. *Jurnal Kesehatan Lentera Acitya*, 6(2).
- Rusdi, M. S., Efendi, M. R., Putri, L. E. P., Kamal, S., & Surya, S. (2021). Edukasi penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) sebagai upaya pencegahan penyebaran covid-19. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 47-51.
- Zubair, R. D., Ramadhani, A. C., & Sonia, P. (2022). Kegiatan penyuluhan phbs mencuci tangan dengan sabun untuk terhindar dari penyakit dan mengaplikasikannya secara langsung di sd alazizan nazwa kecamatan percut sei tuan. *MARTABE: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5 (8), 2877-2882.
- Masykuroh, K. (2020). IMPLEMENTASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DI SEKOLAH RUJUKAN NASIONAL TK 'AISYIYAH 4 TEBET JAKARTA SELATAN. *JPP PAUD FKIP UNTIRTA*, 7 (1)(2355-830X), 35 48. <http://jurnal.untirta.ac.id/index.php/jpppaud/index>
- Julianti, R., & Nasirun, H. M. (2018). PELAKSANAAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DI LINGKUNGAN SEKOLAH. In *Jurnal Ilmiah Potensia* (Vol. 3, Issue 2). www.dinkes.go.id
- Mardhiati, R. (2019). Guru PAUD : Pendidikan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Anak Usia Dini. *IKRAITH-ABDIMAS*, 2(3).
- Sisdiknas. (2003). Undang-Undang No.20 Tahun 2003. *Demographic Research*, 49(0). pengenalan perilaku hidup bersih.
- Rozi Fathor dkk. (2021). Strategi Kepala Sekolah Dalam Menerapkan Program Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) pada Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak* (Vol.10 (1), 2021, 59-68
- Dewi Anggi Pratami. (2022). Peran Pendidik Dalam Pemeliharaan Kesehatan Anak Usia Dini. *Jurnal Prosiding unnes*

Shodiq Nurul Aini MM, dkk. (2023). Peran Orang Tua dalam Pembiasaan Hidup Bersih dan Sehat pada Anak. *Jambura Early Childhood Education Journal* (Vol.5 (1), 2023