
WORKSHOP ON HYGIENE AND HEALTH CARE AT TANGERANG, BANTEN

Marcelia Sugata¹, Astia Sanjaya², Hans Victor, Reinhard Pinontoan³

^{1,2,3} Faculty of Science and Technology, Universitas Pelita Harapan

e-Mail: marcelia.sugata@uph.edu

Abstract

Health is closely related to hygiene and nutritious food consumption. However, the practice of monitoring personal hygiene and consuming nutritious food has not been carried out properly, especially among elementary school students. Therefore, this community service activity (PKM) aimed to increase children's awareness about the importance of proper hygiene practices and the importance of adequate nutritional intake. Besides paying attention to personal hygiene, children also need to be aware to environmental hygiene, for example by reducing plastic waste and utilizing organic waste for composting. To achieve this goal, this PKM was divided into two sessions, one session was about counseling on personal hygiene and health for elementary school students in grade 1, while another session was about composting training for elementary school students in grades 5-6. The results of the survey conducted before and after the activity showed that this counseling was successfully increase the awareness of students about the good practice of maintaining personal hygiene and health. In addition, composting training provided students with knowledge and understanding that composting does not require special skills; but requires considerable effort and time.

Keywords: *hygiene, health, compos, workshop*

PELATIHAN PEMELIHARAAN KEBERSIHAN DAN PENYULUHAN KESEHATAN DI TANGERANG, BANTEN

Marcelia Sugata¹, Astia Sanjaya², Hans Victor, Reinhard Pinontoan³

^{1,2,3} Faculty of Science and Technology, Universitas Pelita Harapan

e-Mail: marcelia.sugata@uph.edu

Abstrak

Kesehatan sangat erat kaitannya dengan kebersihan dan konsumsi makanan bergizi. Namun, seringkali praktek menjaga kebersihan diri dan mengonsumsi makanan bergizi belum dilakukan secara baik dan benar, terutama di kalangan siswa sekolah dasar. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PkM) ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran anak-anak mengenai pentingnya praktek kebersihan yang benar serta pentingnya asupan gizi yang cukup. Selain memperhatikan kebersihan diri, anak-anak juga perlu diajarkan untuk memperhatikan kebersihan lingkungan, misalnya dengan mengurangi sampah plastik dan memanfaatkan sampah organik untuk pembuatan kompos. Untuk mencapai tujuan tersebut, PkM ini dibagi menjadi dua bagian, yaitu penyuluhan mengenai kebersihan diri dan kesehatan untuk siswa SD kelas 1 serta pelatihan pembuatan kompos untuk siswa SD kelas 5-6. Hasil survei yang dilakukan sebelum dan sesudah kegiatan menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan yang dilakukan berhasil meningkatkan kesadaran para siswa mengenai praktek pemeliharaan kebersihan diri dan kesehatan yang benar. Selain itu, pelatihan pembuatan kompos berhasil memberikan pengetahuan dan pemahaman pada para siswa bahwa pembuatan kompos tidak memerlukan keahlian khusus, namun memerlukan tenaga dan waktu yang cukup banyak.

Kata kunci: kebersihan, kesehatan, kompos, penyuluhan

PENDAHULUAN

Salah satu isu penting di kalangan siswa sekolah dasar adalah masalah kebersihan yang sangat erat kaitannya dengan kesehatan. Kebersihan yang terjaga dengan baik dapat meminimalisir risiko terkena penyakit (Bartram & Cairncross, 2010). Kebersihan dapat mencakup kebersihan individu dan kebersihan lingkungan. Siswa sekolah dasar umumnya sudah diajarkan cara-cara untuk menjaga kebersihan individu. Namun, praktek kebersihan yang tidak benar atau hanya asal-asalan tetap menyisakan kotoran yang dapat menyebabkan berbagai penyakit, seperti ketombe, panu, gigi berlubang, karang gigi dan diare. Oleh karena itu, para siswa perlu memahami cara yang benar untuk menjaga kebersihan individu, khususnya jasmani. Beberapa cara untuk menjaga kebersihan individu antara lain mandi dan keramas, sikat gigi, dan cuci tangan secara teratur (Mulyani & Gracina, 2007). Walaupun semua kegiatan membersihkan diri itu penting, namun jika dilakukan secara berlebihan atau terlalu sering malah dapat berdampak negatif. Misalnya, tubuh yang digosok terlalu keras dapat terluka, mandi dan cuci tangan yang terlalu sering menyebabkan kulit, begitu pula keramas yang terlalu sering mengakibatkan rambut menjadi kering.

Selain dengan menjaga kebersihan, kesehatan dapat diperoleh dengan memperoleh asupan gizi dan nutrisi yang cukup. Makanan yang bergizi tidak harus mahal, beberapa makanan bergizi kaya protein yang baik bagi pertumbuhan dan memiliki harga terjangkau adalah putih telur, susu, tahu, tempe dan

biscuit. Kebutuhan gizi yang terpenuhi dapat mendukung perkembangan dan pertumbuhan para siswa sehingga mereka dapat mengikuti pelajaran dengan baik (Inten & Permatasari, 2019).

Siswa sekolah dasar dengan tingkat pendidikan lebih tinggi umumnya sudah mampu menjaga kebersihan individu dengan baik. Namun, seringkali kebersihan lingkungan belum terlalu diperhatikan. Padahal, salah satu isu lingkungan saat ini adalah penumpukan sampah. Jika dibiarkan menumpuk, sampah dapat mencemari lingkungan dengan menyebabkan bau dan mengurangi keindahan. Oleh karena itu, siswa SD kelas 5-6 diarahkan untuk mengurangi penggunaan sampah inorganik seperti plastik dan memanfaatkan sampah organik seperti daun-daunan dan sisa makanan sebagai kompos, sesuai dengan metode Takakura. Sampah organik yang telah menjadi kompos memiliki berbagai manfaat, salah satunya menyuburkan tanah (Jiménez-Antillón et al. 2018).

Kesadaran dan pemahaman para siswa sekolah dasar terkait kesehatan dan kebersihan diharapkan dapat meningkat setelah kegiatan ini dilakukan. Dengan demikian, para siswa dapat memperkecil resiko terkena penyakit atau menyebarkan penyakit serta dapat menjaga kesehatan untuk mendukung kelancaran kegiatan belajar. Selain itu, pembuatan kompos yang disosialisasikan cukup mudah untuk dipraktikkan serta tidak memerlukan alat dan bahan yang mahal sehingga diharapkan dapat dipraktikkan oleh para siswa guna mengurangi sampah di lingkungan dan menghasilkan produk berupa kompos yang berguna untuk menyuburkan tanah.

METODE

PkM dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan bagi siswa SD kelas 1 mengenai cara melakukan pemeliharaan kebersihan individu seperti mandi dan keramas, gosok gigi, dan cuci tangan. Selain penyuluhan kebersihan, dilakukan pula penyuluhan kesehatan yang meliputi pentingnya konsumsi makanan/minuman bergizi, termasuk kandungan dan fungsi dari makanan/minuman tersebut. Untuk mempermudah para siswa dalam memahami materi penyuluhan, digunakan alat peraga berupa poster (Gambar 1). Selain itu, untuk meningkatkan minat dan ketertarikan siswa terhadap materi yang diberikan, digunakan nyanyian yang disertai dengan gerakan terkait pemeliharaan kebersihan individu (mandi, keramas, sikat gigi, dan cuci tangan), seperti terlihat pada Gambar 2. Di awal dan akhir kegiatan, survei dilakukan untuk mengukur pengaruh penyuluhan yang diberikan terhadap tingkat kesadaran siswa akan pentingnya kebersihan individu dan kesehatan tubuh. Acara dilanjutkan dengan penyuluhan tata cara menjaga kebersihan individu secara baik dan benar yang diberikan.



Gambar 1. Poster cara menjaga kebersihan diri dengan baik dan benar



Gambar 2. Peragaan cara mencuci tangan dengan benar yang diikuti oleh para siswa SD tingkat 1 dengan nyanyian dan tarian

Kesehatan lingkungan terkait pengolahan sampah organik menjadi kompos dilakukan dalam bentuk penyuluhan dan pelatihan bagi siswa SD kelas 5-6. Penyuluhan diawali dengan penjelasan mengenai salah satu masalah kebersihan lingkungan, yaitu penumpukan sampah. Para siswa dihimbau untuk mengurangi berbagai bentuk sampah. Sampah inorganik seperti plastik dapat dikurangi dengan adanya pemakaian kotak atau wadah yang dapat digunakan berkali-kali. Di sisi lain, sampah organik dapat dimanfaatkan sebagai bahan pembuat kompos yang berguna bagi kesuburan tanah. Untuk membuat kompos, para siswa diajarkan cara memisahkan sampah organik dan inorganik, lalu diberikan dasar-dasar ilmu pengetahuan dari proses pembuatan kompos Takakura serta demonstrasi cara membuat kompos, dimulai dari memasukan sampah organik ke dalam keranjang pembuat kompos serta cara memelihara kompos untuk jangka panjang (Gambar 3). Untuk mempermudah para siswa dalam memahami materi, digunakan x-banner dan dibagikan buku petunjuk berisi cara pembuatan kompos dengan metode Takakura (Gambar 4). Setelah pemberian materi dan demonstrasi, diberikan dua unit tempat sampah masing-masing untuk sampah organik dan inorganik (Gambar 3).



Gambar 3. (a) X-banner cara pembuatan kompos Takakura, (b) Penjelasan mengenai cara pembuatan kompos, (c) Survei yang dilakukan dengan bantuan panitia, (d) Pemberian tempat sampah sebagai wadah pembuatan kompos



Gambar 4. Gambaran pembuatan kompos Takakura

Untuk mengukur pengaruh penyuluhan dan pelatihan yang diberikan terhadap pemahaman para siswa mengenai materi yang diberikan, maka dilakukan survei sebelum dan sesudah kegiatan. Survei dilakukan menggunakan *google form* dan pengisian dilakukan dengan bantuan panitia. Selain itu, di akhir kegiatan para siswa SD tingkat 1 mendapatkan bingkisan berisi alat kebersihan seperti sikat gigi, pasta gigi, dan sabun serta makanan sehat seperti biskuit dan susu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan

PkM ini dilaksanakan pada hari Selasa, 10 Desember 2019 di SDN Binong 1. Penyuluhan pemeliharaan kebersihan dan kesehatan ditujukan kepada siswa SD kelas 1 yang berjumlah 81 orang. Karena adanya keterbatasan ruangan, kegiatan penyuluhan dibagi menjadi 2 sesi, sesi I dilakukan pada pukul 09.30 – 10.00 dan sesi II dilakukan pada pukul 10.00 – 11.30 dengan jumlah peserta di masing-masing sesi sekitar 40-41 orang. Penyuluhan terkait kebersihan lingkungan dilaksanakan pada pukul 10.00 -11.30 yang diikuti oleh siswa SD di tingkat yang lebih tinggi, yaitu kelas 5 dan 6, dengan jumlah peserta sebanyak 26 orang (10 orang siswa kelas 6 dan 16 orang siswa kelas 5). Panitia dibagi sehingga kedua penyuluhan yang berlangsung di waktu yang bersamaan dapat tetap dilaksanakan.

Hasil

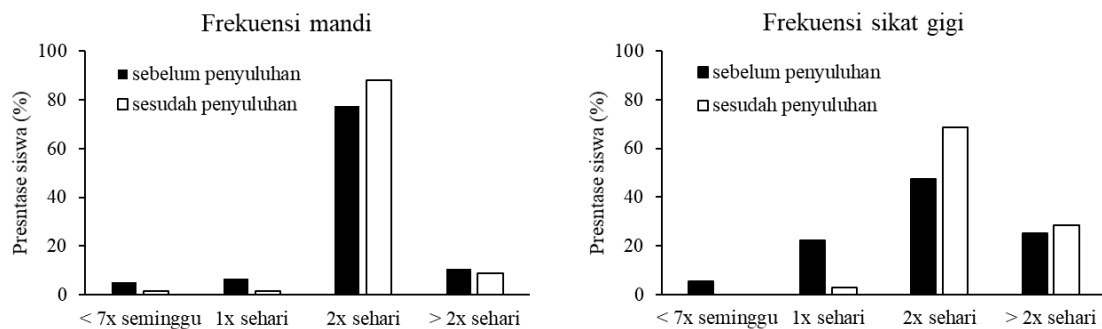
Untuk mengukur keberhasilan kegiatan ini, dilakukan survei sebelum dan sesudah kegiatan mengenai beberapa aktivitas terkait kebersihan diri, kesehatan dan kebersihan lingkungan.

Frekuensi mandi dan sikat gigi

Sikat gigi merupakan salah satu kegiatan membersihkan diri yang mungkin masih sering dilupakan, terutama oleh anak-anak usia dini. Salah satu penyebabnya adalah kurangnya kesadaran dan pemahaman mengenai pentingnya menyikat gigi dengan baik dan benar. Selain memerlukan cara yang baik dan benar, frekuensi menyikat gigi juga perlu diperhatikan karena umumnya anak-anak makan 2-3 kali sehari dan juga mengonsumsi cemilan atau minuman manis. Tanpa praktek sikat gigi yang baik dan benar, gigi dapat menjadi berlubang dan menyebabkan rasa sakit yang sangat tidak nyaman. Di

daerah Sungai Bambu Tanjung Priok diketahui bahwa cukup banyak anak usia dini yang pergi ke dokter gigi karena membutuhkan perawatan gigi seperti penambalan gigi berlubang dan pencabutan gigi yang sudah rusak (Suraya et al., 2018). Selain sikat gigi, mandi juga dapat menjaga kebersihan diri. Dengan mandi, agen penyebab penyakit di dalam tubuh dapat dihilangkan. Berdasarkan penelitian oleh Saeni & Arief (2017), kebiasaan mandi hanya 1 kali sehari menyebabkan kecacingan yang lebih besar dibandingkan kebiasaan mandi lebih dari 1 kali sehari

Gambar 5 menunjukkan hasil survei sebelum dan sesudah kegiatan mengenai frekuensi mandi dan sikat gigi yang biasa dilakukan oleh para siswa. Survei ini dilakukan untuk mengukur kesadaran para siswa akan pentingnya frekuensi membersihkan diri (mandi dan sikat gigi), baik sebelum dan sesudah penyuluhan diberikan. Sebelum penyuluhan, sebanyak 77,63% siswa mandi dua kali sehari. Setelah penyuluhan, presentase siswa yang menyadari pentingnya mandi 2x sehari meningkat menjadi 88%. Hampir semua siswa mandi pada pagi hari setelah bangun tidur. Di sore atau malam hari, beberapa siswa memilih untuk mandi setelah beraktivitas di luar, sedangkan yang lainnya memilih mandi sebelum tidur. Sebelum penyuluhan, sebanyak 22,37% siswa terbiasa menyikat gigi hanya 1 kali dalam sehari dan 72,37% siswa menyikat gigi minimal dua kali sehari. Setelah penyuluhan, sebanyak 97% siswa menyetujui bahwa frekuensi yang baik untuk menyikat gigi adalah minimal 2 kali dalam sehari.



Gambar 5. Frekuensi siswa membersihkan diri

Secara umum, hasil survei sebelum kegiatan mengindikasikan bahwa para siswa cukup memahami pentingnya menjaga kebersihan diri. Namun, frekuensi membersihkan diri yang baik belum dipraktikkan dengan benar. Setelah penyuluhan, pemahaman dan keadaran para siswa akan pentingnya frekuensi membersihkan diri yang benar mengalami peningkatan.

Konsekuensi tidak memelihara kebersihan diri

Selain pertanyaan mengenai frekuensi membersihkan diri, pertanyaan mengenai konsekuensi dari tidak memelihara kebersihan diri juga ditanyakan (data tidak ditampilkan). Sebagian besar siswa telah mengetahui bahwa malas mencuci tangan dapat menyebabkan sakit perut, diare, dan beberapa penyakit menular seperti batuk dan flu. Para siswa juga telah menyadari bahwa dampak negatif dari malas mandi dan keramas adalah bau, gatal, bahkan mungkin terserang kutu rambut. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas peserta sudah mengetahui pengaruh buruk dan risiko gangguan kesehatan jika tidak menjaga kebersihan diri.

Waktu yang tepat untuk mencuci tangan

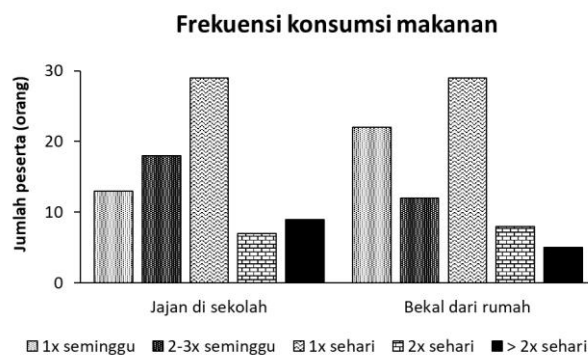
Tangan merupakan vektor penting dalam penularan mikroba seperti bakteri (Shaffer & Lozupone, 2018). Berdasarkan penelitian oleh Rosyidah (2019), terdapat hubungan antara cuci tangan dan kejadian diare pada siswa SDN Ciputat 02. Hanya sebesar 44.6% dari responden yang memiliki perilaku cuci tangan yang baik sehingga menyebabkan 80,4% anak terkena diare dalam kurun waktu tiga bulan

terakhir. Oleh karena itu, menjaga kebersihan tangan merupakan salah satu upaya terhindar dari berbagai penyakit.

Berdasarkan hasil survei (data tidak ditampilkan), lebih dari 45% siswa selalu mencuci tangan sebelum makan dan menyiapkan makanan serta setelah dari tempat umum, bersentuhan dengan orang sakit, dari toilet ataupun memegang hewan. Walaupun tidak selalu, sekitar 30% siswa masih sering mencuci tangannya pada berbagai kondisi tersebut. Secara umum para siswa sudah menyadari bahwa mencuci tangan sebelum makan dan menyiapkan sangatlah penting. Namun, lebih dari 10% siswa masih tidak memahami pentingnya mencuci tangan setelah dari tempat umum ataupun setelah bersentuhan dengan orang sakit (Mathur, 2011). Padahal, penyebaran kuman penyebab penyakit umumnya dari tempat umum atau orang yang sakit. Setelah penyuluhan kebersihan, lebih dari 95% siswa memahami pentingnya cuci tangan sebelum makan, sebelum menyiapkan makanan, setelah memegang hewan dan setelah dari toilet. Hanya 88% siswa yang setuju bahwa cuci tangan perlu dilakukan setelah bersentuhan dengan orang sakit. Walaupun demikian, hasil survei secara umum menunjukkan peningkatan kesadaran siswa akan pentingnya cuci tangan. Sebelum penyuluhan, sebanyak 7-20% siswa jarang dan tidak pernah mencuci tangan, namun setelah penyuluhan kurang dari 20% siswa menyatakan bahwa mencuci tangan tidak penting.

Frekuensi jajan di sekolah dan bekal dari rumah

Survei terkait kesehatan berfokus pada frekuensi jajan di sekolah ataupun bekal dari rumah (Gambar 6). Berdasarkan hasil survei, ada siswa yang jajan di sekolah dan ada pula yang membawa bekal dari rumah. Sebanyak lebih dari 10% siswa memilih jajan lebih dari 2 kali dalam sehari. Sebenarnya jajan di sekolah belum tentu tidak menyehatkan, hanya saja bekal dari rumah yang biasanya disiapkan oleh orang tua secara umum mengandung gizi dan nutrisi yang lebih baik. Jajanan di sekolah yang tidak sehat dapat disebabkan oleh proses pembuatannya, misalnya minyak yang sudah kotor atau kandungan MSG yang terlalu tinggi.



Gambar 6. Frekuensi konsumsi makanan siswa yang jajan di sekolah atau bekal dari rumah

Kebersihan lingkungan – pembuatan kompos Takakura

Penyuluhan kebersihan lingkungan difokuskan pada pembuatan kompos menggunakan metode Takakura. Pembuatan kompos Takakura diharapkan dapat mengurangi sampah lingkungan, khususnya sampah organik. Lingkungan yang bersih atau bebas sampah dapat mendukung hidup yang bersih dan sehat sehingga terhindar dari berbagai penyakit. Namun, untuk mewujudkan kebersihan lingkungan dibutuhkan kerja sama dari banyak pihak, termasuk individu, masyarakat dan pemerintah (Wijaya, 2015). Untuk menyadarkan para siswa akan pentingnya kebersihan lingkungan diperlukan peran dari para pengajar. Oleh karena itu, penyuluhan semacam ini juga perlu dilakukan sehingga setidaknya para siswa tidak membuang sampah sembarangan (Heriyanto & Warsono, 2019).

Sebelum kegiatan, survei dilakukan untuk mengetahui ketertarikan dan pengalaman para siswa dalam pembuatan kompos. Berdasarkan hasil survei, dari 26 siswa, hanya 19,23% yang pernah mendengar

tentang kompos, sedangkan 80,77% sisanya baru pertama kali mengetahui istilah tersebut. Namun, 96,15% siswa merasa tertarik untuk belajar membuat kompos. Dari 5 siswa yang mengetahui kompos, hanya 1 siswa yang pernah memiliki pengalaman membuat kompos (Gambar 7). Hasil tersebut mengindikasikan bahwa pengetahuan mengenai kompos belum banyak diketahui oleh para siswa, namun sebagian besar siswa tertarik dan mau belajar untuk membuat kompos.

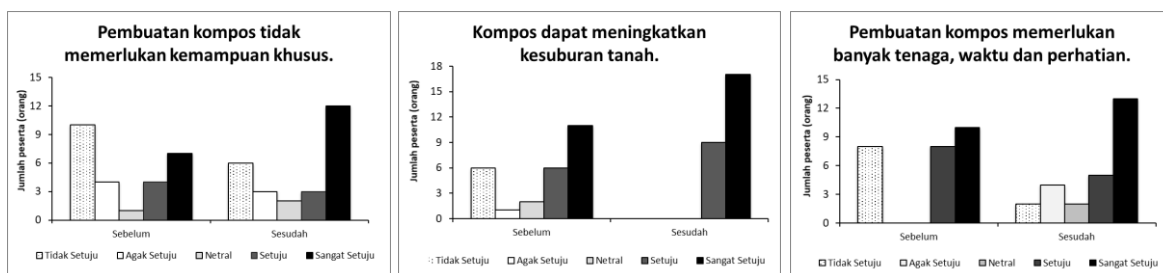


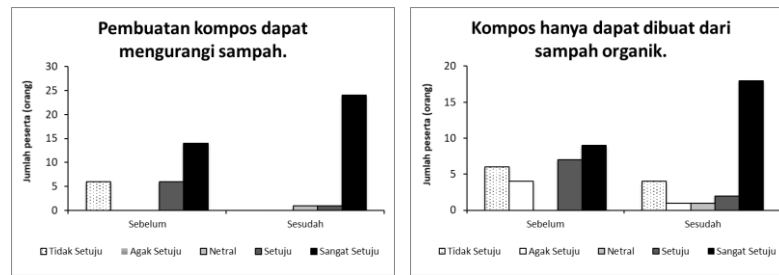
Gambar 7. Ketertarikan dan pengalaman siswa dalam membuat kompos

Hasil survei terkait pemahaman siswa mengenai pembuatan kompos dapat dilihat pada Gambar 8. Pada awalnya, para siswa beranggapan bahwa pembuatan kompos memerlukan kemampuan khusus, namun tidak membutuhkan banyak tenaga, waktu, dan perhatian. Setelah penyuluhan, sebagian besar siswa menyadari bahwa siapa saja dapat belajar membuat kompos namun dibutuhkan banyak tenaga, waktu dan perhatian. Pembuatan kompos dimulai dengan pengumpulan bahan-bahan, termasuk pemisahan sampah organik dan inorganik. Karena umumnya masyarakat tidak memisahkan sampah saat membuangnya, proses pemisahan sampah sudah memakan cukup tenaga dan waktu. Selanjutnya, selama proses pembuatan kompos diperlukan adanya monitoring yang cukup menyita perhatian.

Sebelum penyuluhan, beberapa siswa beranggapan bahwa pembuatan kompos tidak dapat mengurangi sampah, namun setelah penyuluhan tidak ada lagi siswa yang beranggapan demikian. Meskipun kompos dapat mengurangi sampah, saat penyuluhan dijelaskan bahwa hanya sampah organik saja yang dapat digunakan dalam pembuatan kompos. Awalnya, cukup banyak siswa yang memiliki persepsi bahwa kompos dapat dibuat dari semua jenis sampah. Setelah penyuluhan semakin sedikit siswa yang memiliki persepsi tersebut dan semakin banyak siswa yang telah memahami bahwa kompos hanya dibuat dari sampah organik.

Selain menjelaskan cara pembuatan kompos, diberikan pula penjelasan mengenai kegunaan dari kompos yang berhasil dibuat. Karena kaya akan bahan organik, seperti nitrogen dan karbon, kompos sangat cocok digunakan untuk menyuburkan tanah. Sebelum penyuluhan, beberapa siswa tidak setuju dengan pernyataan bahwa kompos dapat menyuburkan tanah. Namun, setelah penyuluhan semua siswa setuju dengan pernyataan tersebut.





Gambar 8. Pemahaman siswa terkait pembuatan kompos

Secara keseluruhan, hasil survei mengenai pembuatan kompos mengindikasikan bahwa kegiatan penyuluhan yang diberikan dapat dipahami dengan baik oleh para siswa.

SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Berdasarkan evaluasi hasil survei, penyampaian materi penyuluhan yang dilakukan melalui penjelasan, demonstrasi, nyanyian dan tarian berhasil meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa SD tingkat 1 mengenai pentingnya praktek pemeliharaan kebersihan yang baik dan benar.

Kegiatan penyuluhan kebersihan lingkungan berhasil memberikan pemahaman dan wawasan kepada siswa SD tingkat 5 dan 6 mengenai proses pengurangan sampah organik melalui pembuatan kompos dengan metode Takakura. Metode pembuatan kompos yang disosialisasikan cukup mudah untuk dipraktikkan serta tidak memerlukan alat dan bahan yang mahal sehingga diharapkan dapat dipraktikkan oleh para siswa guna mengurangi sampah di lingkungan dan menghasilkan produk berupa kompos yang berguna untuk menyuburkan tanah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Para penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Pelita Harapan atas bantuan dana yang diberikan melalui Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (PM-034-FaST/V/2019) sehingga kegiatan ini dapat dilaksanakan. Selain itu, kami ucapkan terima kasih kepada SDN Binong 1 yang telah berpartisipasi sebagai mitra dalam kegiatan ini.

DAFTAR REFERENSI

- Bartram, J. & Cairncross, S. (2010). Hygiene, Sanitation, and Water: Forgotten Foundations of Health. *PLOS Medicine*, 7(11), e1000367. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000367>
- Heriyanto, A & Warsono. (2019). Implementasi Konsep Kebersihan Sebagian dari Iman di Kalangan Siswa MAN Lamongan. *Kajian Moral dan Kewarganegaraan*, 7(1), 76-90.
- Inten, D. N. & Permatasari, A. D. (2019). Literasi Kesehatan pada Anak Usia Dini melalui Kegiatan Eating Clean. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(2), 366-376. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v3i2.188>
- Jiménez-Antillón, J., Calleja-Amador, C. & Romero-Esquivel, L. G. (2018). Food Waste Recovery with Takakura Portable Compost Boxes in Offices and Working Places. *Resources*, 7, 84. <https://doi.org/10.3390/resources7040084>

- Mathur, P. (2011). Hand Hygiene: Back to the Basics of Infection Control. *Indian Journal of Medical Research*, 134(5), 611–620. <https://doi.org/10.4103/0971-5916.90985>
- Mulyani, Y. & Gracinia, J. (2007). Kemampuan Fisik, Seni dan Manajemen Diri. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Rosdiyah, A. N. (2019). Hubungan Perilaku Cuci Tangan Terhadap Kejadian Diare Pada Siswa di Sekolah Dasar Negeri Ciputat 02. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Orthopedi*, 3(1), 10-15.
- Saeni, R. H. & Arief, E. (2017). Kebiasaan Mencuci Tangan Pada Anak Sekolah dengan Kejadian Kecacingan di Daerah Pesisir Desa Tadui Kecamatan Mamuju. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 3(1), 38-43. <https://doi.org/10.33490/jkm.v3i1.33>
- Shaffer, M. & Lozupone, C. (2018). Prevalence and Source of Fecal and Oral Bacteria on Infant, Child, and Adult Hands. *mSystems*, 3(1),192-197. <https://doi.org/10.1128/mSystems.00192-17>.
- Suraya, Aprilia, Yulana, A., Setiawati, A., Citra, A. L. & Lenny. (2018). Penyuluhan Kehatan Gigi bagi Anak-Anak di RPTRA Sungai Bambu Tanjung Priok Jakarta Utara. *Prosiding PKM-CSR Konferensi Nasional Pengabdian kepada Masyarakat dan Corporate Social Responsibility*, Vol. 1. e-ISSN: 2655-3570.
- Wijaya, R. A. (2015). Implementasi Konsep Kebersihan Sebagian dari Iman di IAIN Raden Fatah Palembang. *Jurnal Tadrib Pendidikan Agama Islam*, 1, 1-16.