

Peningkatan Kesadaran Hidup Sehat melalui Pembelajaran Gaya Hidup Sehat pada Siswa Kelas 2 SDN Sumur Welut 1/438

Anik Tri Wahyuningtyas^{1✉}, Ari Nur Hidayat¹, Asfat Mohsin¹, Bagoes Oktaf Syach Putra¹, Bagus Lukvi Susetyo¹, Muhammad², Danang Sulistyawan³

¹Program Profesi Guru Prajabatan PJOK, Lembaga Pendidikan Sertifikasi Profesi, Universitas Negeri Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

²Program Studi Pendidikan Kepeleatihan Olahraga, Universitas Negeri Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

³SDN Sumur Welut 1/438 Surabaya, Kota Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Corresponding author*

Email: aniktriwahyuningtyas05@email.com

Info Artikel

Kata Kunci:

Gaya Hidup Sehat; Kesadaran Siswa; Pembelajaran Interaktif; Sekolah Dasar

Keywords:

Elementary School; Healthy Lifestyle; Interactive Learning; Student Awareness Education

Abstrak

Menanamkan kesadaran sejak dini tentang pentingnya memiliki gaya hidup sehat sangatlah penting, terutama di tingkat sekolah dasar. Ketika siswa belajar tentang gaya hidup sehat dengan cara yang efektif, mereka cenderung akan mengadopsi praktik-praktik ini dari waktu ke waktu. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji seberapa baik siswa kelas dua di SDN Sumur Welut 1/438 Surabaya memahami konsep gaya hidup sehat setelah berpartisipasi dalam program pembelajaran yang difokuskan pada topik ini. Dua siklus pembelajaran yang menggabungkan observasi, wawancara, dan pencatatan digunakan dalam penelitian ini dengan menggunakan teknik Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian ini melibatkan 29 siswa kelas dua dari SDN Sumur Welut 1/438 di Surabaya. Temuan penelitian menunjukkan bahwa pemahaman siswa tentang gaya hidup sehat meningkat. Sementara di tingkat Pra-Siklus, sebagian besar siswa tetap berada dalam kelompok "Kurang Mahir". Persentase siswa yang dinilai "Sangat Mahir" meningkat tajam dari 0,00% di Pra-Siklus menjadi 39,02% di Siklus II setelah intervensi di Siklus I dan II. Jika dibandingkan dengan pendekatan yang lebih tradisional, pembelajaran tentang gaya hidup sehat melalui aktivitas interaktif dan berbasis praktik dapat meningkatkan pemahaman siswa secara signifikan. Siswa dapat lebih memahami pentingnya menjalani gaya hidup sehat melalui pendekatan pembelajaran yang didasarkan pada pengalaman hidup nyata. Jadi, penting untuk terus membuat program seperti ini guna membantu anak-anak memperoleh perilaku baik sejak dini.

Abstract

Instilling an early awareness of the significance of having a healthy lifestyle is crucial, particularly at the primary school level. When students learn about healthy lifestyles in an effective way, they are more likely to adopt these practices over time. The purpose of this research is to examine how well second graders at SDN Sumur Welut 1/438 Surabaya grasp the concept of healthy lifestyles after participating in a learning program focused on this topic. Two learning cycles combining observation, interviews, and recording were used in this research using the Classroom Action

Research (CAR) technique. The research included 29 second-graders from SDN Sumur Welut 1/438 in Surabaya. The findings demonstrated that the pupils' comprehension of healthy lifestyles improved. While in the Pre-Cycle level, most pupils remained in the "Less Proficient" group. The percentage of students rated as "Very Proficient" rose sharply from 0.00% in Pre-Cycle to 39.02% in Cycle II after intervention in Cycles I and II. When compared to more traditional approaches, learning about healthy lifestyles via interactive and practice-based activities significantly improves students' comprehension. Students may have a better understanding of the significance of leading a healthy lifestyle via learning approaches that are based on real-life experiences. So, it's crucial to keep creating programs like this one to help kids acquire good behaviors early on.

© 2025 Author

✉ Alamat korespondensi:
Program Profesi Guru Prajabatan PJOK, Lembaga Pendidikan Sertifikasi
Profesi, Universitas Negeri Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

PENDAHULUAN

Penting untuk mulai membicarakan manfaat menjalani gaya hidup sehat sejak usia muda. Pembentukan rutinitas dan praktik yang berdampak jangka panjang pada kesehatan seseorang dimulai sejak masa kanak-kanak. Menurut (Afrizal et al., 2023), menekankan pentingnya menanamkan pola hidup sehat sejak dini, karena masa kanak-kanak merupakan masa kritis dalam membentuk kebiasaan yang akan berdampak pada kesehatan saat dewasa. Penerapan perilaku hidup bersih pada anak usia sekolah dapat mencegah timbulnya masalah kesehatan seperti infeksi dan gangguan gizi.

Pembelajaran gaya hidup sehat di sekolah dasar secara signifikan memengaruhi perilaku siswa. Program seperti literasi hidup sehat membantu siswa memahami pentingnya kebersihan pribadi, pola makan seimbang, dan aktivitas fisik secara teratur. Dalam (Ertina, 2022) bahwa pendidikan kesehatan yang terintegrasi ke dalam kurikulum sekolah dapat secara efektif menanamkan kebiasaan hidup sehat pada siswa kelas I.

Mempromosikan gaya hidup sehat sejak usia dini dapat dicapai melalui pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK). Siswa membangun perilaku sehat melalui partisipasi dalam aktivitas fisik. (Agus Mulyana et al., 2024) menunjukkan bahwa metode seperti bercerita, diskusi kelompok, dan penggunaan media pembelajaran yang tepat dapat meningkatkan pemahaman dan motivasi siswa tentang pentingnya gaya hidup sehat, yang menunjukkan efektivitas pendekatan kreatif dan interaktif terhadap pendidikan kesehatan.

Dalam penelitian sebelumnya, program intervensi kesehatan seperti CERIAH (Cek tanda-tanda Vital, Etika Batuk, Ikuti Cuci Tangan yang Benar, Aktifkan Gaya Hidup Sehat, dan Hygiene Lingkungan Sekolah), yang

mempromosikan gaya hidup bersih dan sehat, telah menunjukkan hasil positif dalam meningkatkan pengetahuan dan praktik siswa. Program-program ini menekankan pendekatan holistik terhadap pendidikan kesehatan, yang mencakup berbagai aspek perilaku sehat, dengan menekankan pentingnya gaya hidup bersih dan sehat (Fitriasari et al., 2023).

Olahraga memegang peranan penting dalam sosialisasi gaya hidup sehat bagi siswa sekolah dasar, karena kurangnya kesadaran dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan mereka. Ceramah interaktif, permainan edukatif, dan demonstrasi gerakan olahraga dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa akan pentingnya olahraga, sehingga mengintegrasikan aktivitas fisik ke dalam rutinitas harian menjadi strategi yang efektif untuk menanamkan kebiasaan hidup sehat (Mahyudi et al., 2024).

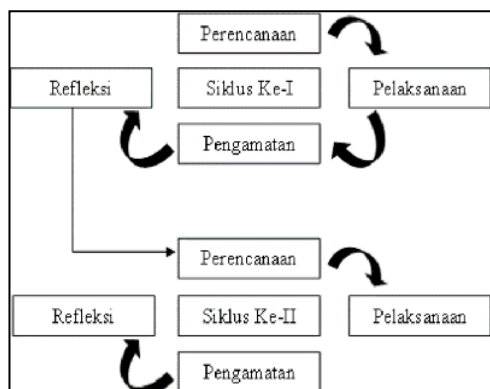
Menurut banyak penelitian dan program intervensi, mempelajari gaya hidup sehat di sekolah dasar dapat meningkatkan pengetahuan dan praktik hidup sehat anak-anak. Kesehatan siswa dapat ditingkatkan dalam jangka panjang dengan penerapan praktik yang tepat, seperti program literasi kesehatan, pendidikan jasmani interaktif, dan inisiatif intervensi kesehatan yang komprehensif. Oleh karena itu, inisiatif yang membantu siswa memperoleh kebiasaan sehat di usia muda harus terus dikembangkan dan diterapkan di sekolah.

METODE

Metode dan Desain

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) untuk meningkatkan kesadaran siswa kelas 2 SDN Sumur Welut 1/438 Surabaya tentang pentingnya hidup sehat melalui pembelajaran gaya hidup sehat. PTK mengidentifikasi masalah praktik mengajar, merancang solusi,

dan menerapkannya untuk meningkatkan efektivitas pembelajaran (Purba et al., 2021).



Gambar 1. Siklus Penelitian

Penelitian ini dilakukan dalam dua siklus, dengan fokus pada perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi, untuk mengevaluasi dan meningkatkan efektivitas pembelajaran guna mengoptimalkan pemahaman dan penerapan pola hidup sehat siswa (Dinanti et al., 2024).

Penelitian ini bertujuan untuk menilai efektivitas pembelajaran gaya hidup sehat dalam meningkatkan kesadaran dan memengaruhi perilaku siswa. Indikator utamanya meliputi pemahaman siswa tentang gaya hidup sehat, partisipasi aktif dalam kegiatan pembelajaran, dan perubahan nyata dalam kebiasaan sehari-hari. Temuan ini dapat memberikan wawasan berharga bagi para pendidik tentang kemandirian strategi pembelajaran berdasarkan pengalaman dalam meningkatkan kesadaran awal tentang gaya hidup sehat pada siswa sekolah dasar.

Partisipan

Penelitian ini melibatkan 29 siswa kelas 2 di SDN Sumur Welut 1/438 Surabaya selama empat minggu, dengan fokus pada pengenalan konsep gaya hidup sehat seperti olahraga, pola makan, dan kebersihan. Proses pembelajaran melibatkan diskusi interaktif dan simulasi, dengan observasi untuk menilai keterlibatan dan pemahaman siswa.

Instrumen

Penelitian ini menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi untuk mengumpulkan data tentang aktivitas mahasiswa terkait gaya hidup sehat. Observasi mencatat partisipasi mahasiswa, wawancara mengeksplorasi pengalaman mereka, dan dokumentasi foto serta catatan aktivitas digunakan untuk analisis penelitian. Metode-

metode ini membantu dalam memahami pemahaman dan pengalaman mahasiswa terhadap kebiasaan gaya hidup sehat.

Prosedur

Hasil dari Siklus 1 digunakan untuk mengembangkan strategi pembelajaran yang lebih efektif untuk siklus berikutnya, memastikan siswa memperoleh informasi yang cukup tentang pentingnya gaya hidup sehat.

Siklus 2 berfokus pada peningkatan metode pembelajaran dengan menggabungkan media visual dan aktivitas langsung, aktivitas fisik terstruktur, latihan pagi, permainan edukatif, dan proyek kelompok untuk meningkatkan kesadaran siswa tentang gaya hidup sehat. Observasi dilakukan untuk menilai perubahan sikap dan perilaku setelah pembelajaran interaktif.

Analisis Data

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan dua siklus pembelajaran yang melibatkan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Penelitian ini mengidentifikasi masalah praktik mengajar, merancang solusi, dan menerapkannya untuk meningkatkan efektivitas pembelajaran (Purba et al., 2021).

HASIL

Tabel 1. Pra Siklus

Nilai yang didapat	Jumlah (n)	Presentase (%)
60	16	55,2
70	5	17,2
80	8	27,6
90	0	0,0
100	0	0,0
Total	29	100

Dari hasil Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas 2 SDN Sumur Welut 1/438 Surabaya memiliki pemahaman rendah tentang hidup sehat. Dari 29 siswa, 55,2% memperoleh nilai 60, 17,2% memperoleh nilai 70, dan 27,6% memperoleh nilai 80. Tidak ada siswa yang memperoleh nilai 90 atau 100, yang menunjukkan pemahaman yang kurang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum dilakukan intervensi pembelajaran, pemahaman siswa masih terbatas dan perlu ditingkatkan melalui metode pembelajaran yang lebih efektif dan interaktif untuk meningkatkan kesadaran mereka tentang pola hidup sehat.

Tabel 2. Hasil Siklus 1

Nilai yang didapat	Jumlah (n)	Presentase (%)
60	6	20,7
70	11	37,9
80	11	37,9
90	1	3,4
100	0	0,0
Total	29	100

Dari hasil Tabel 2 menunjukkan bahwa penerapan pembelajaran interaktif pada Siklus 1 di SDN Sumur Welut 1/438 Surabaya telah meningkatkan pemahaman pola hidup sehat siswa kelas 2 secara signifikan. Jumlah siswa yang memperoleh nilai 60 menurun dari 55,2% menjadi 20,7%, sedangkan jumlah siswa yang memperoleh nilai 70 dan 80 meningkat masing-masing menjadi 37,9% dan terdapat 1 siswa yang memperoleh nilai 90 dengan presentase 3,4%. Namun, diperlukan perbaikan strategi pembelajaran agar lebih banyak siswa yang memperoleh pemahaman pola hidup sehat secara optimal.

Tabel 3. Hasil Siklus 2

Nilai yang didapat	Jumlah (n)	Presentase (%)
60	0	0,0
70	4	13,8
80	9	31,0
90	14	48,3
100	2	6,9
Total	29	100

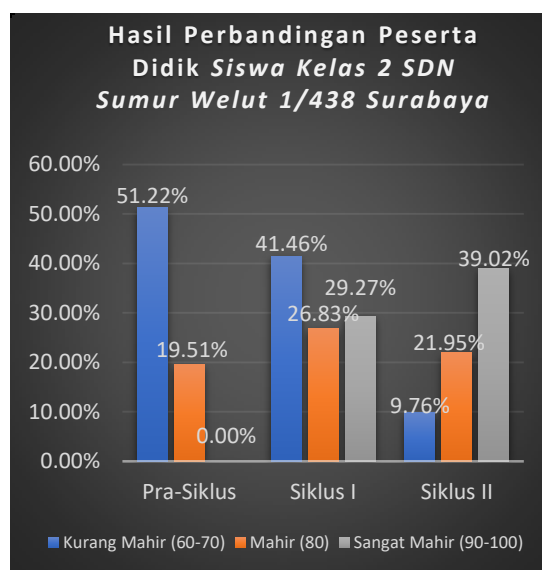
Hasil dari Tabel 3 di atas, menunjukan adanya peningkatan pemahaman pola hidup sehat yang signifikan pada siswa kelas 2. Semua siswa mencapai tingkat pemahaman yang lebih baik, dengan 13,8% memperoleh nilai 70, 31,0% memperoleh nilai 80, dan 48,3% memperoleh nilai 90. Pendekatan pembelajaran interaktif dan berbasis praktik terbukti lebih efektif dalam meningkatkan kesadaran siswa terhadap pola hidup sehat. Nilai tertinggi dicapai oleh 6,9% siswa, yaitu mencapai nilai 100. Penelitian ini menyimpulkan bahwa pendekatan pembelajaran yang lebih interaktif dan berbasis praktik berdampak positif terhadap pemahaman siswa terhadap pola hidup sehat.

Tabel 4. Hasil Perbandingan Peserta Didik Kelas

Kategori	Pra-Siklus	Siklus I	Siklus II
Kurang Mahir (60-70)	51,22%	41,46%	9,76%
Mahir (80)	19,51%	26,83%	21,95%
Sangat Mahir (90-100)	0,00%	29,27%	39,02%

Hasil penelitian membandingkan hasil belajar siswa kelas 2 SDN Sumur Welut 1/438 Surabaya pada tiga tahap yaitu Pra Siklus,

Siklus I, dan Siklus II, yang dikategorikan menjadi Kurang Mahir (60-70), Mahir (80), dan Sangat Mahir (90-100).



Gambar 2. Grafik Hasil Perbandingan

Pada tahap Pra Siklus, sebagian besar peserta didik tergolong Kurang Mahir (51,22%)

dan hanya 19,51% yang tergolong Mahir. Setelah pembelajaran pada Siklus I, persentase

Kurang Mahir menurun menjadi 41,46%, sedangkan kategori Mahir sedikit meningkat menjadi 26,83%. Kategori Sangat Mahir mengalami peningkatan yang signifikan dari 0,00% menjadi 29,27%. Pada Siklus II, hasil belajar peserta didik semakin meningkat, hanya tersisa 9,76% yang tergolong Kurang Mahir. Kategori Mahir sedikit menurun menjadi 21,95%, namun kategori Sangat Mahir meningkat menjadi 39,02%. Pendekatan pembelajaran yang digunakan efektif dalam meningkatkan kesadaran hidup sehat pada peserta didik kelas 2 SDN Sumur Welut 1/438 Surabaya.

PEMBAHASAN

Penelitian ini mengkaji dampak pembelajaran pola hidup sehat pada siswa kelas 2 SDN Sumur Welut 1/438 Surabaya dan korelasinya dengan penelitian sebelumnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa intervensi pembelajaran interaktif dan praktis dapat meningkatkan pemahaman siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Namun, sebagian besar siswa pada tahap Pra-Siklus berada pada kategori Kurang Mahir, dengan hanya 27,6% yang memperoleh nilai 80, dan tidak ada yang memperoleh nilai 90 atau 100. Hal ini merujuk pada penelitian (Cahyani et al., 2024) bahwa sebelum intervensi, kesadaran siswa tentang hidup sehat masih terbatas, yang menunjukkan perlunya pendidikan lebih lanjut.

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pemahaman dan kesadaran siswa kelas 2 SDN Sumur Welut 1/438 Surabaya tentang hidup sehat secara signifikan setelah diterapkannya pembelajaran interaktif. Pada awalnya pemahaman siswa masih rendah, yakni sebesar 55,2% dengan nilai 60. Namun, setelah diterapkannya pembelajaran interaktif pada Siklus I, sebanyak 37,9% siswa memperoleh nilai 70 dan 80, serta sebanyak 3,4% memperoleh nilai 90. Pada Siklus II, sebanyak 48,3% siswa memperoleh nilai 90 dan 6,9% memperoleh nilai 100. (Sastri Dalila Siregar et al., 2023) menunjukkan bahwa metode pembelajaran interaktif dan berbasis praktik efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa tentang hidup sehat. Penelitian ini juga menyoroti pentingnya keterlibatan siswa secara aktif dalam metode pembelajaran, karena dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap mereka terhadap PHBS.

Berdasarkan hasil penelitian pada Siklus II, pemahaman siswa tentang hidup sehat meningkat secara signifikan, dengan 31,0% memperoleh skor 80, 48,3% memperoleh skor

90, dan 6,9% memperoleh skor 100. sebagaimana yang telah disoroti dalam penelitian (Afrizal et al., 2023) sebelumnya, hal ini menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran interaktif dan berbasis praktik secara signifikan meningkatkan kesadaran dan perilaku siswa dalam pendidikan kesehatan. Senada dengan penelitian (Cahyani et al., 2024) menunjukkan bahwa penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sekolah dasar dapat meningkatkan kesadaran dan praktik kesehatan siswa. Pembelajaran interaktif yang melibatkan lebih banyak kegiatan yang dapat diaplikasikan, meningkatkan pemahaman siswa tentang pola hidup sehat, sehingga meningkatkan kesadaran kesehatan mereka secara keseluruhan.

Penelitian ini membandingkan hasil belajar siswa antara Pra-Siklus, Siklus I, dan Siklus II, yang menunjukkan tren peningkatan. Siswa yang Kurang Mahir menurun dari 51,22% pada Pra-Siklus menjadi 41,46% pada Siklus I dan 9,76% pada Siklus II. Namun, siswa yang Sangat Mahir meningkat dari 0,00% pada Pra-Siklus menjadi 29,27% pada Siklus I dan 39,02% pada Siklus II, yang menunjukkan efektivitas intervensi pembelajaran dalam meningkatkan pemahaman siswa tentang hidup sehat (Wilaga et al., 2024). Pendekatan konstruktivis terhadap pembelajaran meningkatkan pemikiran kritis dan keterampilan memecahkan masalah siswa dengan berfokus pada pengalaman dan refleksi dunia nyata (Hunamie et al., 2023; Yudhianto, 2024). Penelitian ini menemukan bahwa metode pembelajaran interaktif meningkatkan skor dan pemahaman siswa tentang hidup sehat, dengan peningkatan yang signifikan pada siswa "Sangat Mahir" dari 0,00% pada Pra-Siklus menjadi 39,02% pada Siklus II.

Pendidikan kesehatan sejak dini sangat penting karena masa kanak-kanak merupakan masa kritis untuk mengembangkan kebiasaan sehat yang akan bertahan hingga dewasa. (Arranury, 2022) menunjukkan bahwa intervensi pendidikan kesehatan pada usia sekolah dasar dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa terhadap PHBS, serta mendorong kebiasaan kesehatan yang positif sepanjang hidup mereka.

Senada dengan penelitian (Agus Mulyana et al., 2024). menekankan pentingnya pembelajaran aktif dalam pendidikan kesehatan, dengan menyoroti perannya dalam mempromosikan diet seimbang, aktivitas fisik, dan kesejahteraan mental, hal ini menunjukkan bahwa metode pembelajaran interaktif dapat meningkatkan kebiasaan sehari-hari siswa dan meningkatkan kinerja mereka. Keberhasilan

suatu program sangat dipengaruhi oleh dukungan orang tua dan lingkungan, sebagaimana dibuktikan (Sastri Dalila Siregar et al., 2023) menunjukkan bahwa sangat penting untuk menerapkan kebiasaan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dan memastikan kesehatan yang optimal bagi anak usia sekolah dan keluarganya.

Keterlibatan siswa secara aktif dalam pembelajaran sangat penting untuk meningkatkan pemahaman. Metode interaktif seperti diskusi kelompok, simulasi, dan demonstrasi dapat meningkatkan pengetahuan dan motivasi, sekaligus mengembangkan keterampilan praktis untuk perilaku hidup sehat. Penelitian menunjukkan bahwa metode pembelajaran tersebut meningkatkan efektivitas pendidikan kesehatan (Agus Mulyana et al., 2024). Peran guru juga memegang peranan penting dalam pendidikan kesehatan dengan menyampaikan materi yang menarik dan relevan, bertindak sebagai panutan dalam perilaku hidup sehat, dan memberikan contoh nyata untuk memotivasi siswa. Penelitian menunjukkan bahwa peran mereka sebagai fasilitator dan panutan dalam pendidikan kesehatan dapat meningkatkan efektivitas pembelajaran (Arranury, 2022; Umboro et al., 2022).

Selain intervensi di sekolah, dukungan orang tua dan lingkungan sekitar sangat penting dalam membentuk perilaku hidup sehat pada siswa. Kolaborasi antara sekolah, keluarga, dan masyarakat dapat mendukung penerapan PHBS. Program pendidikan yang melibatkan orang tua dapat memperkuat pesan-pesan sekolah dan meningkatkan efektivitas program pendidikan kesehatan, membantu siswa menerapkan perilaku hidup sehat di rumah (Solikah, 2018).

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pembelajaran gaya hidup sehat yang dirancang dengan baik dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman siswa tentang pentingnya hidup sehat. Pendekatan interaktif dan praktis dapat memfasilitasi penerapan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, sejalan dengan penelitian sebelumnya tentang peran pendidikan kesehatan yang efektif (Salim et al., 2022).

Temuan penelitian ini menekankan pentingnya pembelajaran interaktif dalam meningkatkan pemahaman siswa tentang hidup sehat. Penelitian ini menyarankan pendekatan konstruktivis, yang menekankan pembelajaran berdasarkan pengalaman, untuk pendidikan

kesehatan. Memperkuat keterlibatan orang tua dan masyarakat sangat penting untuk menumbuhkan kesadaran di sekolah dan kehidupan sehari-hari. Penelitian ini juga menekankan bahwa perubahan perilaku membutuhkan waktu dan konsistensi, yang membutuhkan program pembelajaran jangka panjang yang dievaluasi secara terus-menerus yang disesuaikan dengan kebutuhan siswa.

KESIMPULAN

Secara keseluruhan, penelitian ini membuktikan bahwa pembelajaran gaya hidup sehat yang diterapkan melalui metode interaktif dan berbasis praktik dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa kelas 2 SDN Sumur Welut 1/438 Surabaya tentang pentingnya hidup sehat. Pada tahap Pra Siklus, mayoritas siswa memiliki pemahaman rendah, dengan sebagian besar berada dalam kategori "Kurang Mahir." Namun, setelah penerapan pembelajaran pada Siklus I dan II, terjadi peningkatan signifikan, terutama dalam kategori "Sangat Mahir," yang meningkat dari 0,00% pada Pra Siklus menjadi 39,02% pada Siklus II.

Temuan ini menegaskan bahwa pendekatan pembelajaran yang lebih partisipatif dan berbasis pengalaman mampu memberikan dampak positif terhadap pemahaman siswa mengenai pola hidup sehat. Selain itu, dukungan dari lingkungan sekolah dan keluarga menjadi faktor pendukung yang penting dalam memperkuat pemahaman dan praktik gaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari siswa. Oleh karena itu, diperlukan implementasi program serupa secara berkelanjutan untuk memastikan bahwa kesadaran hidup sehat tetap menjadi bagian dari kebiasaan siswa.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada lembaga SDN Sumur Welut 1/438 Surabaya yang telah mengizinkan penelitian ini dilaksanakan dengan lancar.

REFERENSI

Afrizal, S., Fajarianti, Y., Malihah, Iis I., Nabilla, U., Rugayyah, Sari, D. P., Kinasih, H. ajeng, Anjani, M., Zulfaizah, O. R., & Larassati, K. P. (2023). Peningkatan Kesadaran Tentang Kesehatan Melalui Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat di Sekolah Dasar. *JPM Bakti Parahita : Jurnal Pengabdian Masyarakat Bakti Parahita*, 04(02), 49–60. <https://doi.org/https://doi.org/10.5477>

- 1/jpmmbp.v4i02.850
- Agus Mulyana, Dela Lestari, Dhillia Pratiwi, Nabila Mufidah Rohmah, Nabila Tri, Neng Nisa Audina Agustina, & Salma Hefty. (2024). Menumbuhkan Gaya Hidup Sehat Sejak Dini Melalui Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan. *Jurnal Bintang Pendidikan Indonesia*, 02(02), 321–333. <https://doi.org/10.55606/jubpi.v2i2.2998>
- Arranury, Z. (2022). Peningkatan Kesadaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak Sekolah. *Sociality: Journal of Public Health Service*, 01(01), 67–71.
- Cahyani, A., Widiyanti, A., Hapsari, D. M. H., Musta'in, M., & Yuwono, C. (2024). Peningkatan Kesadaran Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa SDN 01 Bergas Lor Kabupaten Semarang. *Jurnal Bina Desa*, 06(02), 139–146. <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/jbd.v6i2.49690>
- Dinanti, N. N., Rosadi, M., Dewi, D. F., Hutabarat, E. I., & Padilah, R. (2024). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Peserta Didik dengan Penerapan Pendekatan TaRL (Teaching at The Right Level) pada Mata Pelajaran IPAS Kelas V UPT SDN 060843 Medan Barat. *Journal on Education*, 07(01), 4257–4266.
- Ertina. (2022). Meningkatkan Healthy Lifestyle Melalui Program Literasi Hidup Sehat Pada Siswa. *Gema Pendidikan*, 29(02), 181–186. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.36709/gapend.v29i2.27034>
- Fitriasari, E., Umasugi, M. T., & Soumokil, Y. (2023). Meningkatkan Kesadaran Pola Hidup Bersih Dan Sehat Pada Siswa Melalui Program CERIAH. *CARE: Journal Pengabdian Multi Disiplin*, 02(02), 122–130. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/care.v2i2.33670>
- Hunamic, M., Sulistyowati, I., & Satianingsih, R. (2023). Pengaruh Model Pembelajaran Problem Based Learning Terhadap Hasil Belajar Materi Keberagaman Karakteristik Siswa Kelas II SD. *Action Research Journal Indonesia (ARJI)*, 5(3), 113–120. <https://doi.org/10.61227/arji.v5i3.124>
- Mahyudi, Y. V., Widyawan, D., & Ningrum, D. T. M. (2024). Sosialisasi Pentingnya Pola Hidup Sehat Melalui Olahraga Bagi Siswa Sekolah Dasar. *Laksana Olahraga : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 02(02), 009–017.
- Purba, P. B., Juliana, A. T. M., Kuswandi, S., Hulu, I. L., Sitopu, J. W., Pasaribu, A. N., Yuniwati, I., & Masrul. (2021). Penelitian Tindakan Kelas. In A. Rikki & J. Simarmata (Eds.), *Yayasan Kita Menulis*. Yayasan Kita Menulis.
- Salim, M. F., M. Syairaji, M. S., Santoso, D. B., Pramono, A. E., & Askar, N. F. (2022). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 2 Samigaluh Kulonprogo. *Jurnal Pengabdian Dan Pengembangan Masyarakat*, 04(01), 19. <https://doi.org/10.22146/jp2m.51342>
- Sastri Dalila Siregar, Ratika Balqis Nst, Nur Hafni Bahri Siambaton, & Usiono Usiono. (2023). Gaya Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah Dasar. *Jurnal Medika Nusantara*, 02(01), 23–26. <https://doi.org/https://doi.org/10.55606/detector.v2i1.3154>
- Solikah, S. N. (2018). Upaya Peningkatan Kesadaran Prilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Anak Usia Sekolah (SD). *GEMASSIKA : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 02(01), 56–64. <https://doi.org/10.30787/gemassika.v2i1.260>
- Umboro, R. O., Ulandari, A. S., & Ramdaniah, P. (2022). Peningkatan Kesadaran Menjaga Kesehatan Diri Dan Lingkungan Pada Anak Usia Sekolah. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 06(04), 2027–2034. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v6i4.11488>
- Wilaga, A., Hamidah, E., Abdillah, H., & Basri, B. (2024). Pengaruh Edukasi Kesehatan terhadap Perubahan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah Dasar. *Journal of Nursing Practice and Education*, 05(01), 86–92. <https://doi.org/https://doi.org/10.34305/jnpe.v5i1.1444>
- Yudhianto, A. (2024). Konstruktivisme dalam Pendidikan Abad 21 Membangun Siswa yang Kreatif dan Inovatif dalam pembelajaran Pendidikan jasmani , Kesehatan dan Olahraga di SD Negeri Kendalsari 1. *Seminar Nasional Hasil Riset Dan Pengabdian*, 06.