

Meningkatkan Kesadaran Kesehatan Lansia Melalui Sosialisasi PHBS: KKN UMAHA di Desa Sawocangkring, Sidoarjo, Jawa Timur

**Sonny Wijaya¹, Abd. Jalil², Achmad Ony Mirza Firdiansyah³, Yuda Ryan Saputro⁴,
Mochammad Mahdi Abyan⁵, Lilla Puji Lestari⁶**

^{1,2,3,4,5} *Fakultas Hukum, Universitas Ma'arif Hasyim Latif Sidoarjo, Indonesia*

⁶ *Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ma'arif Hasyim Latif Sidoarjo, Indonesia*

Corresponding Author

Nama Penulis: Lilla Puji Lestari

E-mail: lilla_puji_lestari@dosen.umaha.ac.id

Abstrak

Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada kelompok lansia di masyarakat desa Sawocangkring, Wonoayu, Sidoarjo, Jawa Timur, Indonesia oleh kelompok 5 KH. Idham Chalid KKN Tematik 2023 Universitas Ma'arif Hasyim Latif (UMAHA) Sidoarjo. Lansia rentan terhadap penyakit dan menghadapi perubahan kesehatan terkait usia. Kegiatan ini berfokus pada bagaimana efektivitas program PHBS dapat membangun kesadaran kesehatan pada lansia. Metode yang digunakan untuk pengabdian masyarakat ini adalah berupa penyuluhan atau sosialisasi kepada segenap masyarakat sekitar dengan disertai sesi tanya jawab untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan kesadaran kesehatan peserta. Hasilnya menunjukkan bahwa penerapan program PHBS efektif dalam membangun kesadaran kesehatan pada lansia, dengan dukungan lingkungan keluarga berperan penting dalam kesuksesannya

Kata kunci - PHBS, Lansia, Kesadaran Kesehatan

Abstract

This community service aims to analyze the effectiveness of implementing Clean and Healthy Behavior (PHBS) among the elderly category at Sawocangkring village, District Wonoayu, East Java, Indonesia by Group 5 KH. Idham Chalid KKN Tematik 2023, University of Ma'arif Hasyim Latif (UMAHA) Sidoarjo. The elderly is vulnerable to diseases and face age-related health changes. This activity focuses on how the effectiveness of the PHBS program can enhance health awareness among the elderly. The method used for this community service is in the form of counseling or socialization to the entire surrounding community accompanied by a question and answer session to find out the participants' level of knowledge and health awareness. The results indicate that the implementation of the PHBS program is effective in promoting health awareness among the elderly, with family support playing a crucial role in its success

Keywords - PHBS, Elderly, Health Awareness

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) memiliki peran krusial dalam memelihara kesehatan masyarakat dan mencegah penularan penyakit. Lansia, sebagai kelompok yang rentan terhadap berbagai penyakit, perlu mendapatkan perhatian khusus dalam penerapan PHBS. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas penerapan PHBS pada kelompok lansia masyarakat desa Sawocangkring, Wonoayu, Sidoarjo. Pertumbuhan penduduk lansia memiliki dampak signifikan, termasuk penurunan fungsi fisik dan psikososial. Dalam hal ini, perhatian terhadap kesehatan dan kualitas hidup lansia menjadi fokus utama. Pentingnya kesejahteraan masyarakat juga diakui, dengan kesehatan menjadi komponen sentral. Individu yang sehat bukan hanya bebas dari penyakit menular, tetapi juga memiliki kesehatan fisik, mental, dan sosial yang memungkinkan mereka beraktivitas secara normal dan produktif. Namun, dengan penuaan, terjadi penurunan fungsi dan resistensi sel tubuh, serta peningkatan risiko penyakit seperti osteoporosis, demensia, dan hipertensi.

Kesadaran tentang kesehatan menjadi kunci untuk meningkatkan kualitas hidup lansia. Kesadaran kesehatan mencakup keinginan untuk hidup dengan baik dan motivasi untuk menjalani gaya hidup sehat. Salah satu cara untuk mencapai ini adalah melalui penerapan Program Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), yang melibatkan kebiasaan seperti berhenti merokok, olahraga teratur, dan pola makan seimbang. PHBS bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat terhadap gaya hidup sehat. Dalam konteks ini, rumah tangga menjadi unit penting dalam peningkatan pemahaman lansia tentang masalah kesehatan. Pemberdayaan anggota rumah tangga untuk menerapkan PHBS menjadi penting, terutama mengingat kecenderungan tertentu terhadap penyakit menular dan tidak menular. Tindakan sederhana seperti mencuci tangan dan menjaga pola makan dengan gizi yang cukup juga memiliki dampak besar terhadap kesehatan. Dalam menghadapi situasi saat ini, mengikuti protokol kesehatan dan menerapkan PHBS menjadi langkah penting bagi lansia. Diharapkan melalui pemahaman dan kesadaran ini, lansia akan mampu menjaga kesehatan mereka dengan lebih baik

METODE

Metode pengabdian masyarakat ini dengan melalui kegiatan penyuluhan atau sosialisasi dengan sesi Tanya jawab kepada peserta. Data diperoleh melalui observasi partisipatif, dari sesi tanya jawab, dan menarik kesimpulan terkait kegiatan PHBS yang telah dilaksanakan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan bekerjasama dengan Pemerintah desa Sawocangkring, Wonoayu, Sidoarjo, Jawa Timur dengan pemberian penyuluhan atau sosialisasi Perilaku Hidup Sehat Dan Bersih (PHBS) pada lanjut usia di depan peserta Ibu-Ibu PKK dan perwakilan RT di Desa Sawocangkring, Wonoayu, Sidoarjo, Jawa Timur dimana dikoordinir oleh Bpk Kepala Dusun Cangkring, Bpk. Ahmad Yasak. Pada sesi Tanya jawab leboh ditekankan untuk mencari data kondisi aktual aspek kebiasaan, budaya dan sosiologi dari tingkat keluarga masing-masing peserta, kemudian mengambil data terkait apa yang bisa mereka mengerti di penyuluhan atau sosialisasi PHBS ini. Kemudian Pemateri PHBS juga berusaha menumbuhkan semangat lebih baik kepada peserta dan meminta peserta untuk membuat resolusi terkait PHBS ke depan. Supaya lebih fokus dan komprehensif maka penyajian materi ada 2 sesi yaitu materi PHBS pada Lansia beserta sesi tanya jawab yang diberikan oleh Sdr. Abd. Jalil dan sesi kedua berupa materi PHBS yang efektif dan ekonomis yang mudah dilakukan oleh masyarakat terutama di keluarga oleh Ibu Lilla Puji Lestari, S.Pd., M.Si. Khusus materi sesi kedua, Pemateri juga memberikan wawasan terkait sustainable waste management terutama sampah plastic di keluarga.

Pengabdian masyarakat ini dilakukan di Desa Sawocangkring, Wonoayu, Sidoarjo, Jawa Timur. Pada Minggu, 13 Agustus 2023 pukul 10.00-12.00 WIB dengan 25 peserta pelatihan. Dari kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan peserta masyarakat mendapatkan pengetahuan

pentingnya menjaga PHBS terutama pada lansia demi mendukung pembangunan berkelanjutan di desa Sawocangkring, Wonoayu, Sidoarjo

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada kegiatan sosialisasi PHBS ini, materi diisi oleh Sdr. Abd. Jalil (anggota kelompok 5 KH. Idham Chalid KKN Tematik 2023 UMAHA Sidoarjo, dari jurusan kuliah S1 Hukum) dan Ibu Lilla Puji Lestari, S.Pd., MSi, selaku koordinator dosen pendamping lapangan KKN Tematik 2023 UMAHA Sidoarjo di Desa Sawocangkring, Wonoayu, Sidoarjo, Jawa Timur.



Gambar 1.

Pembukaan Sosialisasi Penerapan PHBS

Pengertian PHBS

Mungkin masih ada bertanya-tanya, apa arti dan kepanjangan PHBS? PHBS adalah singkatan dari Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Di Indonesia sendiri melalui instruksi dari Kementerian Kesehatan telah menerapkan program PHBS yang harus dilakukan mulai dari rumah tangga, tempat sekolah, tempat kerja, pusat sarana kesehatan, hingga tempat-tempat umum lainnya untuk mencegah penularan penyakit.

Tujuan PHBS

Secara umum, tujuan PHBS adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat untuk menjalankan gaya hidup bersih dan sehat, juga untuk mencegah dan menanggulangi masalah kesehatan. Selain itu, penerapan PHBS diharapkan mampu menciptakan lingkungan yang lebih sehat dan meningkatkan kualitas hidup masyarakat.



Gambar 2.
Penyampaian Materi PHBS Lansia

10 Keberhasilan dalam menjalankan contoh PHBS :

1. Menjalani persalinan yang dibantu oleh tenaga medis ahli

Sebagian besar komplikasi persalinan bisa dicegah atau ditangani jika setiap ibu hamil memiliki akses terhadap fasilitas kesehatan dan tenaga kesehatan profesional ketika saat melahirkan tiba. Misalnya, bidan, perawat, atau dokter kandungan. Secara global, hampir 80% proses persalinan di sepanjang tahun 2012-2017 telah ditangani oleh tenaga medis profesional. Peningkatan angka persalinan dengan bantuan ahli medis turut berpengaruh pada menurunnya angka kematian ibu dari tahun 1990 hingga 2015. Menurut Profil Kesehatan Indonesia tahun 2015, Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia masih termasuk tinggi untuk kawasan Asia Tenggara. Indonesia memiliki 305 kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup. Karena itulah, persalinan dengan bantuan tenaga medis ahli menjadi salah satu perilaku hidup bersih dan sehat yang perlu diterapkan di Indonesia.

2. Memberikan ASI eksklusif

Disarankan untuk memberikan Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif bagi anak di usia 0 hingga 6 bulan sebagai perilaku hidup bersih dan sehat. Apa alasannya? ASI mengandung nutrisi yang lengkap sesuai kebutuhan bayi pada enam bulan pertama kehidupannya. Selain itu, pemberian ASI eksklusif juga mengurangi risiko bayi terkena diare. Pasalnya, diare sering berakhir fatal jika dialami oleh bayi. Adanya ASI eksklusif juga memberikan efek positif terhadap kesehatan ibu dan bayi dalam jangka panjang. Misalnya, mengurangi risiko obesitas pada anak-anak dan remaja. Meski pembentukan ASI dan menyusui merupakan proses alami, pemberian ASI eksklusif termasuk kebiasaan yang membutuhkan pembelajaran. Karena itu, dibutuhkan dukungan keluarga dan lingkungan agar seorang ibu berhasil memberikan ASI eksklusif pada bayinya.

3. Menimbang bayi dan balita setiap bulan

Menimbang bayi dan balita secara berkala bertujuan untuk memantau pertumbuhan anak dan memastikan status gizinya baik. Hal ini sangat penting sebab prevalensi anak stunting di Indonesia masih tinggi pada tahun 2017, yaitu 29,6%. Angka tersebut masih melebihi batasan yang ditetapkan oleh Badan Kesehatan Dunia (WHO), yakni 20%. Oleh sebab itu, pemberantasan masalah stunting menjadi salah satu fokus pemerintah Indonesia.

4. *Mencuci tangan dengan sabun dan air bersih*

Perilaku hidup bersih dan sehat ini bertujuan menjaga kebersihan pribadi dan mencegah penularan berbagai penyakit melalui tangan yang terkontaminasi kuman. Penularan penyakit sering terjadi melalui rute fecal-oral. Ini berarti, feses yang mengandung kuman dari orang yang mengidap penyakit bisa tidak sengaja tertelan oleh orang lain. Bagaimana caranya? Saat orang yang mengidap penyakit tertentu tidak mencuci tangan setelah menggunakan toilet, apapun yang disentuh oleh orang tersebut akan terkontaminasi oleh kuman. Termasuk jika ia menyiapkan makanan yang akan disantap oleh orang lain.

5. *Menggunakan air bersih*

Air bersih adalah kebutuhan dasar yang memengaruhi kesehatan masyarakat. Air bersih digunakan untuk keperluan minum, mandi, mencuci dan sebagainya.

Air yang telah terkontaminasi bisa menjadi sumber penyebaran banyak penyakit. Misalnya, diare, kolera, dan disentri.

6. *Menggunakan jamban*

Jamban adalah fasilitas sanitasi yang sangat penting dan termasuk dalam perilaku hidup bersih dan sehat. Pasalnya, jamban berkaitan dengan pembuangan kotoran manusia secara aman, tidak mencemari lingkungan, dan tidak menyebarkan penyakit. Kebiasaan masyarakat yang masih buang air besar sembarangan perlu dihilangkan. Hal ini sangat berpotensi mencemari lingkungan dan menjadi sarana penularan berbagai macam penyakit.

7. *Memberantas sarang nyamuk*

Nyamuk termasuk hewan yang paling mematikan di dunia dan pemberantasannya termasuk dalam perilaku hidup bersih dan sehat di rumah tangga. Pasalnya, hewan ini bisa menjadi pembawa dan penyebar berbagai macam penyakit. Genangan air bersih di dalam rumah dan di sekitar tempat tinggal harus sering dibersihkan. Langkah ini bertujuan agar genangan air tidak menjadi tempat hidup bagi jentik-jentik nyamuk aedes aegypti yang menularkan demam berdarah.

8. *Mengonsumsi buah dan sayur*

Buah dan sayur kaya akan kandungan vitamin, mineral, dan serat. Nutrisi-nutrisi ini sangat dibutuhkan oleh tubuh agar bisa berfungsi optimal dan tetap sehat. Oleh sebab itu, kombinasikan buah dan sayur ke dalam menu harian Anda. Perkaya warna buah dan sayuran yang Anda lahap supaya nutrisi yang masuk ke tubuh juga lengkap.

9. *Melakukan aktivitas fisik setiap hari*

Aktivitas fisik berupa kegiatan olahraga sebaiknya dilakukan paling tidak selama 30 menit setiap harinya. Anda juga tidak perlu memilih olahraga yang rumit. Anda cukup lakukan aktivitas fisik sederhana. Misalnya, berjalan kaki, jogging, bersepeda, maupun berenang.

10. *Tidak merokok di sembarang tempat*

Kebiasaan merokok disembarang tempat dapat menjadi penyebab timbulnya berbagai gangguan kesehatan. Mulai dari penyakit paru-paru dan saluran pernapasan, penyakit kardiovaskular, hingga kanker. Selain merugikan kesehatan perokok aktif, orang di sekitar si perokok alias perokok pasif juga berisiko terkena gangguan kesehatan bila terus-menerus terpapar asap rokok yang beracun.

Lalu bagaimana PHBS Bagi Lansia ?

- Cek rutin Kesehatan Anda
- Perbaiki Gaya Hidup
- Istirahat Yang Cukup

EMPAT POLA YANG WAJIB DIPERHATIKAN BAGI LANSIA YAKNI :

1. POLA PIKIR
2. POLA MAKAN
3. POLA HIDUP

TERAKHIR.....4. OJOK KAKEAN POLAH



Gambar 3.

Penyampaian materi PHBS yang efektif dan ekonomis di masyarakat

Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini, mahasiswa juga melakukan pemeriksaan secara gratis untuk tekanan tensi darah, cek gula darah dan cek asam urat kepada warga Desa Sawocangkring, Wonoayu, Sidoarjo, Jawa Timur secara gratis.



Gambar 4.

Pemeriksanaan tekanan darah, gula darah dan asam urat gratis

Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, telah ditemukan bahwa kesadaran kesehatan pada lansia memiliki peran penting dalam menjaga kualitas hidup dan kesejahteraan fisik, mental, sosial, dan spiritual mereka. Kesadaran kesehatan diartikan sebagai pemahaman dan motivasi individu

untuk menjaga pola gaya hidup sehat demi meningkatkan, mempertahankan, serta memelihara kesehatan dan kualitas hidup. Lansia diidentifikasi sebagai kelompok yang rentan terhadap berbagai perubahan terkait penuaan dan penurunan kognitif, sehingga kesadaran kesehatan menjadi faktor kunci dalam menjaga kesejahteraan mereka.

Aspek Kesadaran Kesehatan pada Lansia:

Kesadaran kesehatan pada lansia merujuk pada pemahaman dan motivasi individu untuk menjaga gaya hidup sehat guna mempertahankan dan meningkatkan kesehatan. Kesadaran ini memiliki empat aspek utama: peduli terhadap kesehatan, kekhawatiran akan dampak pola makan terhadap kesehatan, penghargaan terhadap makanan sehat, dan upaya untuk memilih makanan yang baik.

Pentingnya Kesadaran Kesehatan pada Lansia:

Lansia rentan terhadap perubahan imunologis dan penurunan kognitif, sehingga kesadaran kesehatan menjadi faktor penting untuk menjaga kualitas hidup mereka. Kesadaran ini meliputi tiga dimensi: kesadaran diri terhadap kesehatan sendiri, tanggung jawab pribadi dalam menjaga kesehatan, dan motivasi internal untuk merawat kesehatan.

Peran Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS):

Program PHBS diakui sebagai cara efektif untuk meningkatkan kesadaran kesehatan pada lansia. Program ini merupakan pendekatan yang dapat diterapkan dalam keluarga dan lingkungan terkecil. Dalam konteks lansia yang lebih sering berada di rumah, interaksi dengan keluarga dan edukasi mengenai PHBS dapat membantu memunculkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan.

Faktor yang Mempengaruhi Kesadaran Kesehatan pada Lansia:

Kesadaran kesehatan tidak muncul begitu saja, tetapi dipengaruhi oleh penilaian, pemilihan keputusan, serta interaksi diri dengan lingkungan sekitar. Edukasi yang dilakukan oleh keluarga dan lingkungan dapat memunculkan kesadaran ini dengan berfokus pada pembelajaran kecil dan perubahan perilaku.

Efektivitas Program PHBS pada Lansia:

Pengaplikasian program PHBS pada lansia dinilai efektif dalam meningkatkan kesadaran kesehatan. Efektivitas ini dipengaruhi oleh dukungan lingkungan, perilaku, dan kesadaran individu. Program ini menjadi langkah penting untuk menanggulangi berbagai penyakit menular yang rentan menyerang lansia.

Implikasi dan Upaya Lanjutan:

Kesadaran kesehatan pada lansia perlu ditingkatkan melalui edukasi, dukungan keluarga, dan implementasi program PHBS. Dalam kondisi lingkungan yang tercemar dan kesehatan masyarakat yang belum optimal, upaya ini menjadi investasi penting dalam meningkatkan derajat kesehatan dan kualitas hidup lansia.



Gambar 5.
Foto bersama panitia dan peserta sosialisasi PHBS

Dengan demikian, kesadaran kesehatan pada lansia memiliki peran yang signifikan dalam menjaga kualitas hidup mereka. Program PHBS dan edukasi kesehatan di lingkungan keluarga dapat meningkatkan kesadaran ini, sehingga lansia dapat mengambil langkah-langkah proaktif untuk menjaga kesehatan dan kualitas hidup mereka dalam menghadapi tantangan penuaan. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa sosialisasi PHBS pada kelompok lansia oleh kelompok 5 KH. Idham Chalid KKN Tematik 2023 UMAHA Sidoarjo telah memberikan dampak positif pada kesadaran kesehatan mereka. Langkah-langkah seperti mencuci tangan dengan sabun, menjaga kebersihan lingkungan, dan menjalani pola makan sehat menjadi bagian dari rutinitas sehari-hari. Interaksi dalam kelompok lansia juga mempengaruhi peningkatan kesadaran dan motivasi untuk menjaga kesehatan.

KESIMPULAN

Dari kegiatan pengabdian masyarakat ini, dapat disimpulkan bahwa kesadaran akan pentingnya kesehatan fisik terutama pada tahap lanjut usia adalah aspek yang vital. Lansia seringkali mengalami ketidakpahaman mengenai urgensi memelihara kesehatan mereka dan cenderung meremehkan masalah kesehatan. Faktor penuaan yang menyebabkan penurunan sistem kekebalan dan fungsi kognitif membuat lansia rentan terhadap berbagai penyakit. Oleh karena itu, penting bagi mereka untuk memahami bahwa gaya hidup sehat dapat mempengaruhi kualitas hidup mereka. Salah satu solusi yang ditemukan dalam kegiatan ini adalah pentingnya program sosialisasi penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) secara terstruktur, komprehensif dan berkelanjutan. Program ini tidak hanya berperan dalam pencegahan penyakit, tetapi juga membangun kesadaran akan pentingnya memelihara kesehatan. Penggunaan metode penyuluhan kesehatan kepada masyarakat, terutama dalam keluarga yang memiliki lansia, terbukti memberikan kontribusi dalam meningkatkan pemahaman tentang PHBS. Evaluasi peserta menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan komitmen untuk menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari.

Dengan demikian, kolaborasi aktif antara individu, keluarga, dan masyarakat dalam mempromosikan gaya hidup sehat serta kesadaran akan pentingnya memelihara kesehatan di kalangan lansia sangatlah penting. Upaya-upaya ini akan berperan dalam memitigasi risiko penyakit dan meningkatkan kualitas hidup pada tahap lanjut usia, khususnya dalam konteks desa

Sawocangkring, Wonoayu, Sidoarjo, Jawa Timur. Kegiatan pengabdian masyarakat ini mengindikasikan bahwa sosialisasi penerapan PHBS Lansia oleh kelompok 5 KH. Idham Chalid KKN Tematik 2023 Universitas Ma'arif Hasyim Latif (UMAHA) Sidoarjo kepada masyarakat desa Sawocangkring, Wonoayu, Sidoarjo, Jawa Timur telah berhasil meningkatkan kesadaran dan praktik kesehatan mereka. Dalam upaya menjaga kesehatan di usia lanjut, kesadaran individu dan dukungan kelompok menjadi faktor penting. Oleh karena itu, penerapan PHBS pada lansia dapat memberikan kontribusi positif pada kualitas hidup mereka.

UCAPAN TERIMA KASIH

Untuk penulisan jurnal pengabdian masyarakat ini, Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Lilla Puji Lestari, S.Pd.,M.Si selaku Dosen Pembimbing Lapangan KKN Tematik 2023 Universitas Ma'arif Hasyim Latif (UMAHA) Sidoarjo area desa Sawocangkring, Wonoayu, Sidoarjo.
2. Pemerintah Desa Sawocangkring, Wonoayu, Sidoarjo, Jawa Timur.
3. Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Ma'arif Hasyim Latif (UMAHA) Sidoarjo, Jawa Timur. Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriansyah, Y., & Rahmantari, D. N. (2013). Penyuluhan Dan Praktik PHBS (Perilaku Hidup Bersih Sehat) dalam Mewujudkan Masyarakat Desa Peduli Sehat. *Inovasi Dan Kewirausahaan*, 2(1), 45–50.
- Duwi, K. P. (2015). Menjaga Kesehatan di Usia Lanjut. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 11(2), 19–30.
- Hong, H. (2009). *Scale Development for Measuring Health Consciousness: Re-Conceptualization*. , Holiday Inn University of Miami Coral Gables, Florida (12th Annua). Holiday Inn University of Miami Coral Gables, Florida.
- Marisda, D. H., Thahir, R., & Windasari, D. P. (2021). Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Dalam Mewujudkan Masyarakat Yang Produktif. *Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Dalam Mewujudkan Masyarakat Yang Produktif*, 5(2), 354–363. <http://journal.ummat.ac.id/index.php/jmm/article/view/4021>
- RI, K. (2011). *Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*. Kementerian Kesehatan RI.