



Gerakan Sekolah Sehat: Sehat Bergizi, Sehat Fisik dan Sehat Lingkungan di SDN 072 Palembang

Fatmalina Febry^{1*}, Asmaripa Ainy¹, Anita Camelia¹, Rini Mutahar¹

¹Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya, Jl. Raya Palembang - Prabumulih KM. 32, Indralaya Indah, Kec. Indralaya, Kabupaten Ogan Ilir, Sumatera Selatan Indonesia 30862

*Email korespondensi: fatmalina_FKMunsri@yahoo.com

ARTICLE INFO

Article history

Received: 15 Nov 2024

Accepted: 27 Jul 2025

Published: 30 Nov 2025

Kata kunci:

Anak Sekolah;
Sehat Bergizi;
Sehat Fisik dan Sehat Lingkungan.

A B S T R A K

Background: Permasalahan kesehatan anak sekolah masih harus mendapatkan perhatian penuh seperti status gizi, konsumsi makanan beresiko serta kebersihan diri dan aktivitas fisik. Peran sekolah dalam bentuk sekolah sehat dapat dimanfaatkan bagi pihak sekolah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesehatan anak. Kegiatan ini bertujuan untuk menginisiasi program sekolah sehat dan meningkatkan pengetahuan anak sekolah mengenai sehat bergizi, sehat fisik dan sehat lingkungan. **Metode:** Kegiatan pengabdian ini terintegrasi dengan mata kuliah Gizi Olahraga mahasiswa Prodi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Semester V. Peserta kegiatan ini merupakan siswa kelas III Sekolah Dasar Negeri 072 Palembang yang berjumlah 62 orang. Kegiatan ini dilakukan selama 2 minggu yaitu minggu ke-1 edukasi dan *Game* edukasi mengenai sehat bergizi yang dilaksanakan selama 2 jam dan minggu ke-2 edukasi dan *Game* edukasi mengenai sehat fisik dan sehat lingkungan yang berlangsung selama 3 jam. Evaluasi kegiatan ini adalah melalui pre-test dan post-test menggunakan kuesioner yang telah divalidasi. **Hasil:** Terdapat peningkatan signifikan pengetahuan siswa mengenai sehat bergizi ($p<0,001$) dan pengetahuan mengenai sehat fisik sehat lingkungan ($p<0,001$) setelah diberikan edukasi berupa ceramah dan juga *Games* edukasi. **Kesimpulan:** Edukasi yang dilakukan dengan metode penyuluhan dan *Game* edukasi dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman anak mengenai sehat bergizi, sehat fisik dan sehat lingkungan.

A B S T R A C T

Keyword:

Healthy Nutrition;
Healthy Physical and
Healthy Environment;
School Children.

Background: The health problems of school children still need full attention such as nutritional status, consumption of risky foods, personal hygiene, and physical activity. The role of schools in the form of healthy schools can be utilized for schools to improve children's knowledge and health. This activity aims to initiate a healthy school program and increase children's knowledge about healthy nutrition, physical health, and environmental health. **Method:** This service activity is integrated with the Sports Nutrition course of Nutrition Study Program students of the Faculty of Public Health Semester V. This activity participants were class III students of State Elementary School 072 Palembang, totaling 62 students. This activity was carried out for two weeks, the first week was carried out education through counseling and educational *Games* about healthy nutrition which was carried out for 2 hours and the second week education and educational *Games* about physical health and environmental health which lasted for 3 hours. Evaluation of this activity is through pre-test and post-test using a validated questionnaire. **Result:** There was a significant increase in students' knowledge about healthy nutrition

($p < 0,001$) and knowledge about healthy physical health ($p < 0,001$) after being given education in the form of lectures and educational Games **Conclusion:** Education conducted using counseling methods and educational Games can increase children's knowledge and understanding of healthy nutrition, physical health and environmental health.



© 2024 by authors. Lisensi Jurnal Solma, UHAMKA, Jakarta. Artikel ini bersifat open access yang didistribusikan di bawah syarat dan ketentuan Creative Commons Attribution (CC-BY) license.

PENDAHULUAN

Salah satu upaya untuk mendorong kualitas pembelajaran yang mutlak dan harus dipenuhi adalah status kesehatan peserta didik yang paripurna, baik secara fisik, psikologis, maupun sosial. Anak Sekolah Dasar merupakan kelompok berisiko terhadap berbagai permasalahan kesehatan yaitu kekurangan gizi, kelebihan berat badan dan kekurangan zat gizi mikro dengan anemia. Masalah gizi tersebut disebabkan gaya hidup dengan perilaku makan atau jajan tidak sehat, kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji dari luar rumah, dan buruknya keberagaman makanan. Penyebab lainnya yaitu penurunan aktivitas fisik baik di dalam maupun di luar sekolah, kurang terjaganya kebersihan diri dan penyakit infeksi (Kemendikbudristek 2023a).

Anak sekolah dasar mengkonsumsi makanan beresiko setiap hari yaitu 50% mengkonsumsi makanan manis, 32% mengkonsumsi makanan asin, 11% mengkonsumsi makanan instan serta 78% mengkonsumsi makanan berpenyedap. Sedangkan untuk kebersihan diri dan aktivitas fisik anak sekolah yaitu 45% anak tidak mencuci tangan dengan benar, 98% tidak menggosok gigi sesuai waktu yang dianjurkan serta 57% kurang aktivitas fisik (Kemendikbudristek 2023b). Perkembangan tubuh serta aktifitas gerak yang dilakukan oleh anak disetiap harinya tentu juga dipengaruhi oleh status gizi. Usia anak-anak memang sangat membutuhkan gizi yang cukup, karena pada usia tersebut motorik anak sudah mulai disalurkan lewat aktifitas gerak yang cukup aktif (Wicaksono et al. 2021).

Pelaksanaan UKS di satuan Pendidikan selama ini belum optimal sehingga perlu adanya terobosan baru yang dapat lebih mengoptimalkan pelaksanaaan dan pencapaian kesehatan sekolah, terutama dalam hal peningkatan kesehatan peserta didik. Berkenaan dengan hal tersebut, pemerintah meluncurkan program Gerakan Sekolah Sehat. Gerakan Sekolah Sehat merupakan segala upaya yang dilakukan secara bersama-sama dan terus menerus oleh semua pihak mulai dari pemerintah pusat sampai ke pemerintah daerah, para mitra, satuan pendidikan, masyarakat pemangku kepentingan lainnya tentang pentingnya penerapan Sekolah Sehat dengan berfokus pada Sehat Bergizi, Sehat Fisik, Sehat Imunisasi, Sehat Jiwa dan Sehat Lingkungan di satuan pendidikan.

Gerakan Sekolah Sehat (GSS) penting untuk menanamkan kebiasaan hidup sehat sejak dini. Edukasi tentang gizi, kebersihan, dan aktivitas fisik perlu disampaikan dengan cara yang menarik bagi anak-anak. Salah satu cara efektif adalah melalui Game edukasi, yang membuat proses belajar lebih menyenangkan dan interaktif, sehingga materi lebih mudah dipahami dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Game edukasi cocok untuk anak usia sekolah karena mendukung gaya belajar mereka yang aktif dan suka bermain (Saputro et al., 2022). Permainan ini membuat proses belajar lebih menyenangkan dan membantu pemahaman materi (Palupi et al., 2018), sekaligus merangsang konsentrasi dan daya pikir anak (Pradana, 2019; Pramuditya et al., 2018).

Berdasarkan latar belakang permasalahan diatas, maka Gerakan Sekolah Sehat (GSS) harus terus dilakukan dan dikembangkan, sehingga dapat terlaksana dengan optimal di semua satuan pendidikan. Oleh karena itu, sebagai upaya agar Gerakan Sekolah Sehat dapat diselenggarakan dengan baik maka perlu didukung oleh mitra seperti Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya. Perhatian yang seksama terhadap kelompok usia Sekolah Dasar akan memberi pengaruh baik terhadap upaya peningkatan kualitas SDM. Kelalaian dan kekurang hati-hatian dalam menangani dan memenuhi kebutuhan gizi siswa sekolah dasar akan membawa dampak berkelanjutan pada status gizi dan masa tumbuh kembang di periode berikutnya dalam tahap kehidupan mereka. SDN 072 merupakan salah satu sekolah yang berada di wilayah kerja Kecamatan Seberang Ulu 1 dan belum melaksanakan Gerakan sekolah sehat. Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini bertujuan untuk menginisiasi program sekolah sehat dan meningkatkan pengetahuan anak sekolah mengenai sehat bergizi, sehat fisik dan sehat lingkungan di SDN 072 Kota Palembang.

MASALAH

Perlu dilakukan upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku sehat pada anak sekolah dasar. Lingkungan sekolah dapat dijadikan wahana pendidikan untuk meningkatkan pemeliharaan dan perlindungan kesehatan anak ([Anugraheni et al. 2018](#)). Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah Gerakan Sekolah Sehat yang berfokus pada Sehat Bergizi, Sehat Fisik, Sehat Imunisasi, Sehat Jiwa dan Sehat Lingkungan di satuan pendidikan dengan tujuan meningkatkan status kesehatan siswa agar dapat mengikuti proses pembelajaran dengan baik ([Kemdikbud 2024](#)). Berdasarkan hasil identifikasi awal melalui wawancara dan survei lokasi diketahui bahwa pihak sekolah telah rutin melaksanakan senam SKJ setiap hari sabtu dan juga telah menyiapkan fasilitas seperti kotak sampah tiga warna dan wastafel di halaman sekolah. Namun pemanfaatan kotak sampah dan wastafel ini belum dilakukan secara maksimal oleh siswa karena kurangnya pengetahuan dan kesadaran siswa. Sekolah menghadapi beberapa hambatan dalam mewujudkan program sekolah sehat, seperti keterbatasan fasilitas kebersihan dan sarana olahraga, kurangnya edukasi dan pelatihan bagi guru. Selain itu, keterbatasan waktu pembelajaran dan belum adanya sistem monitoring yang berkelanjutan juga menjadi kendala. Faktor eksternal seperti lingkungan sekitar sekolah dan keberadaan pedagang makanan tidak sehat turut memengaruhi keberhasilan program sekolah sehat. Kegiatan pengabdian ini terintegrasi dengan mata kuliah. Pada kegiatan pengabdian Masyarakat yang dilaksanakan di SDN 72 Palembang hanya fokus pada Sehat Bergizi, Sehat Fisik dan Sehat Lingkungan, hal ini dikarenakan keterbatasan waktu kegiatan. Gizi Olahraga Semester V Prodi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat yang dijadikan salah satu wadah pelaksanaan praktikum dan juga pembelajaran dalam bentuk *Problem Based Learning* (PBL).

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian ini dilakukan pada bulan September 2024 di Sekolah Dasar Negeri 072 Palembang dengan sasaran anak sekolah kelas IIIa dan kelas IIIb. Pengabdian ini memberikan edukasi pada anak sekolah dengan beberapa kegiatan seperti penyuluhan, praktik dan *Game* edukasi. Kegiatan dilakukan oleh tim dosen dan dibantu mahasiswa Prodi Gizi FKM Unsri yang

mengambil Mata Kuliah Gizi Olahraga di Semester V. Evaluasi kegiatan dilakukan dengan pemberian *pretest* dan *posttest* menggunakan kuesioner yang telah divalidasi. Jumlah soal yang diberikan sebanyak 15 soal untuk masing-masing tema dalam bentuk pilihan ganda. Hasil *pretest* dan *posttest* diuji menggunakan uji t berpasangan.

Kegiatan dilakukan dalam 2 tahap yaitu:

Edukasi Sehat Bergizi

1. Kegiatan diawali dengan *pretest*
2. Penyuluhan dengan metode ceramah menggunakan media powerpoint mengenai makanan bergizi seimbang serta makanan dan minuman yang harus dibatasi.
3. *Game* edukasi Lompat Gizi Seimbang
4. Kegiatan diakhiri dengan *posttest*

Edukasi Sehat Fisik dan Sehat Lingkungan

1. Senam kesehatan jasmani bersama guru dan siswa siswi
2. Kegiatan diawali dengan *pretest*
3. Penyuluhan dengan metode ceramah menggunakan media powerpoint mengenai aktivitas fisik, Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS), mengenali sampah berdasarkan jenisnya serta cara membuangnya.
4. Praktek Senam Cuci Tangan Pakai Sabun
5. *Game* edukasi *Recycle Jump*
6. Kegiatan diakhiri dengan *posttest*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan selama 2 hari yaitu pada tanggal 13 dan 14 September 2024 berlokasi di SDN 072 dengan jumlah peserta sebanyak 62 orang. Berdasarkan hasil identifikasi awal melalui wawancara dan survei lokasi diketahui bahwa pihak sekolah telah rutin melaksanakan senam SKJ setiap hari sabtu dan juga telah menyiapkan fasilitas seperti kotak sampah tiga warna dan wastafel di halaman sekolah. Namun pemanfaatan kotak sampah dan wastafel ini belum dilakukan secara maksimal oleh siswa karena kurangnya pengetahuan dan kesadaran siswa.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi hasil kegiatan ini yaitu pengaruh guru dan orang tua. Keterlibatan guru dan orang tua dalam mendampingi siswa baik di lingkungan sekolah dan rumah. Peran guru sebagai pendamping harian di sekolah dan orang tua sebagai pengawas utama di rumah sangat penting untuk memperkuat dan mempertahankan pemahaman serta perilaku hidup sehat yang telah diberikan melalui edukasi.

Edukasi Sehat Bergizi, Sehat Fisik dan Sehat Lingkungan

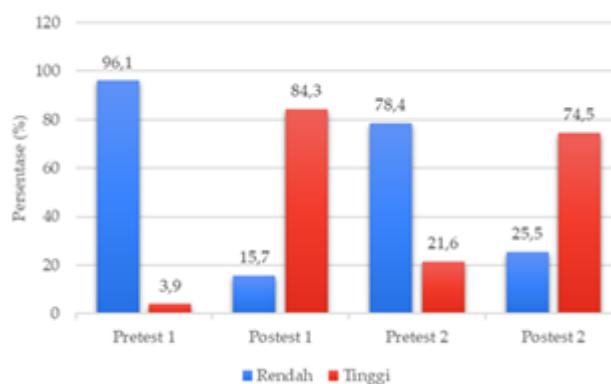
Sebelum siswa mendapatkan edukasi tentang materi sehat bergizi, sehat fisik dan sehat lingkungan, siswa diberikan pretest dan posttest setelah diberikan materi. Pre-test dan posttest ini bertujuan untuk mengukur dan mengevaluasi tingkat pengetahuan awal dan akhir anak terkait materi yang telah disampaikan guna mengetahui sejauh mana pemahaman siswa-siswi terhadap

topik yang telah dibahas. Jumlah seluruh peserta pada kegiatan pengabdian ini adalah 62 orang, namun yang melengkapi *pretest* dan *posttest* hanya 51 orang.

Tabel 1. Hasil pretest dan posttest Siswa

Variabel	Rerata ± SD (n=51)	p-value
Pengetahuan Sehat bergizi		
<i>Pretest</i>	52,51 ± 11,31	<0,001
<i>Posttest</i>	74,17 ± 11,01	
Pengetahuan Sehat Fisik dan Sehat Lingkungan		
<i>Pretest</i>	55,49 ± 14,90	<0,001
<i>Posttest</i>	71,27 ± 13,18	

Berdasarkan hasil skor pretest dan posttest siswa pada (Tabel 1) dapat dilihat bahwa terdapat peningkatan skor pengetahuan sehat bergizi yaitu 21,66 serta peningkatan skor pengetahuan sehat fisik dan sehat lingkungan yaitu 15,78. Berdasarkan hasil uji statistik terdapat peningkatan signifikan pengetahuan siswa mengenai sehat bergizi ($p=<0,001$) dan pengetahuan mengenai sehat fisik sehat lingkungan ($p=<0,001$) setelah diberikan edukasi berupa ceramah dan juga *Games* edukasi. Peningkatan skor ini juga menunjukkan bahwa ada peningkatan pengetahuan pada siswa sekolah yang menjadi peserta (Gambar 1).



Gambar 1. Tingkat Pengetahuan Anak Sekolah Setelah diberikan Edukasi

Materi sehat bergizi disampaikan dengan tujuan agar anak sekolah memahami pentingnya menjaga keseimbangan nutrisi sehari-hari untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan, serta kesehatan tubuh secara optimal. Edukasi gizi seimbang dapat meningkatkan kemampuan siswa untuk mengidentifikasi komponen gizi yang seimbang serta memahami bagaimana mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari, sehingga mereka dapat menerapkan pola makan sehat sesuai kebutuhan tubuh mereka masing-masing (Rahmy et al. 2020).

Materi sehat fisik meliputi apa itu aktivitas fisik, manfaat aktivitas fisik dan contoh aktivitas fisik yang disampaikan kepada siswa melalui media powerpoint dilengkapi dengan gambar menarik sehingga dapat meningkatkan minat siswa untuk melihatnya. Materi yang disampaikan melalui powerpoint secara tepat akan membantu siswa untuk memahami materi sehingga diharapkan dapat merubah perilaku dan kebiasaan sehari-hari untuk hidup aktif dan mengurangi perilaku malas gerak. Aktivitas fisik yang rendah serta perilaku kurang gerak pada anak sekolah dapat meningkatkan resiko terhadap penyakit seperti penyakit kardiovaskuler, diabetes tipe 2, Doi: <https://doi.org/10.22236/solma.v14i3.17081>

obesitas, gangguan kesehatan mental, serta berbagai kondisi kesehatan lainnya yang merugikan (González et al. 2017; Huriyati et al. 2019; Thahir and Masnar 2021).

Sedangkan materi terkait sehat lingkungan memberikan penjelasan mengenai cara Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) serta cara membuang sampah berdasarkan jenisnya. Materi ini diberikan dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan anak mengenai CTPS dan sampah serta bisa melakukan CTPS dengan benar dan membuang sampah yang benar sesuai jenisnya. Secara garis besar sampah dikelompokkan menurut sifatnya yakni organic, non-organic dan B3 (bahan berbahaya dan beracun). Sampah organik berasal dari makhluk hidup yang mudah terurai seperti sisa masakan, buah yang membusuk, dan daun-daun kering, dsb. Sedangkan sampah non-organic berasal dari benda tidak hidup sehingga sulit terurai seperti plastik, kaca, logam, sterofoam, dsb (Purnomo and Sunarsih 2023).

Kegiatan edukasi dilakukan melalui ceramah menggunakan bahasa yang mudah dipahami dengan komunikasi dua arah sehingga anak lebih mudah menerima materi (Lumongga and Syahrial 2013). Media yang digunakan adalah powerpoint dengan gambar sehingga dapat menarik perhatian anak. Alat bantu visual yang sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan karena akan lebih mudah dalam cara penyampaian dan penerimaan informasi anak sekolah (Kartini et al. 2019).

Game edukasi

Salah satu kegiatan edukasi yang diberikan adalah *Game* edukasi yaitu *Game Lompat Gizi Seimbang* dan *Game Recycle Jump*. *Game* lompat gizi seimbang merupakan permainan individu dengan cara melompat sesuai instruksi yang diberikan. Permainan ini bertujuan untuk membantu anak-anak mengenali sumber dan jenis makanan dari karbohidrat, protein, buah, dan sayuran, sekaligus melatih konsentrasi dan daya ingat mereka. Sedangkan *Game Recycle Jump* dilakukan dengan cara melompat, jongkok, dan diam di tempat sesuai instruksi yang diberikan berdasarkan sumber dan jenis sampah yang disebutkan. Permainan ini bertujuan untuk membantu anak-anak mengenali sumber dan jenis sampah dari sampah organik, anorganik dan sampah B3. Kedua *Game* ini dilakukan juga untuk mendukung sehat fisik bagi anak sekolah sehingga anak dapat melakukan aktifitas gerak sambil belajar.



(a)



(b)

Gambar 2. *Game Lompat Gizi Seimbang* (a), *Game Recycle Jump* (b)

Pengenalan gizi seimbang dan jenis-jenis sampah dapat dilakukan melalui *Game* edukasi dengan permainan yang dapat meningkatkan pengetahuan dan gerak fisik pada anak. Media permainan sangat cocok untuk anak usia sekolah karena masa anak-anak merupakan masa bermain dan masa belajar untuk membuat keputusan sendiri (Saputro et al. 2022). Permainan *Game* edukasi memberikan rasa puas, senang dan bahagia pada anak sehingga dapat lebih mudah untuk memahami materi yang diberikan (Palupi et al. 2018). *Game* edukasi dikemas sedemikian rupa untuk merangsang daya pikir dan meningkatkan konsentrasi dalam memecahkan masalah. *Game* edukasi bertujuan agar proses belajar lebih interaktif dan menyenangkan dengan konsep belajar dan bermain yang dapat meningkatkan pengetahuan dan kecerdasan intelektual pada anak (Pradana 2019; Pramuditya et al. 2018).

Praktek Senam SKJ dan Senam Cuci Tangan Pakai Sabun

Kegiatan praktek Senam Kesegaran Jasmani (SKJ) dan Senam Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) dilakukan pada hari kedua kegiatan. Senam Kesegaran Jasmani (SKJ) telah rutin dilakukan di SDN 072 Palembang setiap hari sabtu sebelum pembelajaran dimulai (Gambar 3a). Seluruh siswa datang tepat waktu dan mengikuti senam dengan antusias, mereka telah hafal dengan semua gerakan senam tersebut. SKJ sebaiknya dilakukan seminggu sekali dan merupakan senam massal dengan rangkaian gerakan yang diiringi musik (Kemdikbud 2024). Olahraga ini sangat baik dalam meningkatkan kesehatan jantung, paru-paru, serta merilekskan otot-otot tubuh yang tegang. Selain dari itu olahraga ini merupakan olah raga mudah, murah, meriah, dan ceria (Nababan and Rizal 2023).

Senam SKJ merupakan aktivitas jasmani yang sangat efektif untuk pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal. Gerakan senam dapat merangsang perkembangan komponen kebugaran jasmani, seperti kekuatan dan daya tahan otot dari seluruh bagian tubuh (Nababan and Rizal 2023). Dengan jasmani segar dan bugar maka anak sekolah akan mampu berfikir secara jernih, penuh kreatifitas dan semangat untuk beraktifitas dirumah, disekolah, atau dilingkungan masyarakat (Ramadhan and Priyono 2022). Aktivitas senam yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani juga akan mengurangi tingkat obesitas (Wahid and Arimbi 2021) serta menghindari dari penyakit (Rusli et al. 2022).



(a)



(b)

Gambar 3. Kegiatan Senam SKJ (a), Kegiatan Senam CTPS (b)

Kegiatan selanjutnya adalah senam cuci tangan pakai sabun (CTPS) yang dilakukan oleh semua peserta dengan mengikuti gerakan-gerakan mencuci tangan menggunakan sabun melalui video yang ditayangkan menggunakan LCD ([Gambar 3b](#)). Anak sekolah merupakan calon *agent of change* (agen perubahan) di lingkungan sekitarnya, sehingga penting membiasakan perilaku CTPS sejak dini. Pendidikan kesehatan atau edukasi kesehatan merupakan upaya yang dapat dilakukan untuk peningkatan perilaku CTPS anak sekolah ([Solikah and Sukesni 2019](#)). Cuci tangan merupakan salah satu tindakan mendasar dalam berperilaku hidup bersih dan sehat. Kebiasaan cuci tangan pada anak tidak terbentuk begitu saja tanpa adanya pembiasaan sejak dini. Pentingnya cuci tangan perlu ditekankan pada anak dan harus dilakukan secara terus menerus sehingga anak akan terbiasa tanpa harus diingatkan kembali ([Hendra et al. 2023](#)).

Masyarakat sampai saat ini belum menjadikan cuci tangan sebagai budaya yang baik, masih banyak masyarakat mencuci tangan menggunakan sabun justru dilakukan hanya setelah makan saja. Padahal sebelum makan saat tangan terkontaminasi baik oleh kotoran manusia, binatang, ataupun cairan tubuh tidak dicuci dengan sabun akan berpotensi memindahkan bakteri, virus, maupun parasit pada orang lain ([Hardianti and Yulianti 2021](#)). Ada 6 langkah Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) di bawah air mengalir menggunakan sabun anjuran dari WHO yang terbukti menjadi salah satu langkah mudah dan efektif dalam mencegah penyakit menular ([Risnawaty 2016; Sinaga et al. 2020](#)). Mencuci tangan menggunakan sabun jauh lebih efektif membunuh kuman, bakteri, dan virus ([Kemenkes RI, 2020](#))

KESIMPULAN

Setelah dilakukan edukasi dalam bentuk penyuluhan, praktek dan *Game* edukasi didapat hasil bahwa terdapat peningkatan signifikan pengetahuan siswa mengenai sehat bergizi ($p=<0,001$) dan pengetahuan mengenai sehat fisik sehat lingkungan ($p=<0,001$) setelah diberikan edukasi berupa ceramah dan juga *Games* edukasi. Dapat disimpulkan bahwa pemberian edukasi berupa penyuluhan, praktek dan *Game* edukasi dapat meningkatkan pengetahuan anak sekolah mengenai sehat bergizi, sehat fisik dan sehat lingkungan. Pengembangan program sekolah sehat sudah mulai dilakukan oleh pihak sekolah SDN 072 Palembang terutama pada kegiatan senam pagi setiap hari jumat dan juga penyediaan kotak sampah sesuai jenisnya. Program yang sama juga perlu dilaksanakan di Sekolah Dasar lainnya, karena dengan adanya program sekolah sehat ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran warga sekolah akan hidup sehat dan juga dapat meningkatkan status kesehatan dan status gizi anak sekolah. Dibutuhkan jangka waktu yang cukup panjang untuk melihat peningkatan status kesehatan dan status gizi anak sekolah melalui program ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Sriwijaya yang telah mendukung kegiatan ini. Publikasi artikel ini dibiayai oleh Anggaran DIPA Badan Layanan Umum Universitas Sriwijaya Tahun Anggaran 2024. SP DIPA-023.17 .2.677515/2024, tanggal 24 November 2023, Sesuai dengan SK Rektor Nomor 0011/UN9/SK.LP2M.PM/2024 tanggal 10 Juli 2024.

DAFTAR PUSTAKA

- Anugraheni, Hanifah Dian et al. 2018. "Pemberdayaan Siswa Sekolah Dasar Dalam Upaya Meningkatkan Status Kesehatan Warga Sekolah." *Info* 19(2):95–103. <https://ejournal2.undip.ac.id/index.php/info/article/view/2197>
- González, Karimé et al. 2017. "Physical Inactivity, Sedentary Behavior and Chronic Diseases." *Korean Journal of Family Medicine* 38(3):111. <https://doi.org/10.4082/kjfm.2017.38.3.111>
- Hardianti, Dewi Puspa, and Fenti Yulianti. 2021. "Pengaruh Media Video Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Siswa Tentang Cuci Tangan Pakai Sabun Di Sekolah Dasar." *Jurnal Kesehatan Siliwangi* 2(1):44–51.
- Hendra, Hendara et al. 2023. "Pengaruh Edukasi Senam Cuci Tangan Terhadap Kebiasaan Cuci Tangan Dalam Upaya Pencegahan Diare." *Juru Rawat. Jurnal Update Keperawatan* 3(1):12–18. <https://doi.org/10.31983/juk.v3i1.10252>
- Huriyati, Emy et al. 2019. *Peranan Gizi Dalam Upaya Pencegahan Penyakit Tidak Menular*. UGM PRESS.
- Kartini, Thresia Dewi et al. 2019. "Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Dan Praktik Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar." *Media Gizi Pangan* 26(2):201–8. <https://doi.org/10.32382/mgp.v26i2.1231>
- Kemdikbud. 2024. "Melaksanakan Gerakan Sekolah Sehat: 'Sehat Fisik' Di Lingkungan Sekolah."
- Kemendikbudristek. 2023a. *Pedoman Kampanye Sekolah Sehat: Implementasi Sekolah Sehat Melalui Sehay Bergizi, Sehat Fisik Dan Sehat Imunisasi*. Jakarta: Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi.
- Kemendikbudristek. 2023b. "Revitalisasi UKS Melalui Kampanye Sekolah Sehat." Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi.
- Kemenkes RI. 2020. "Panduan Cuci Tangan Pakai Sabun(CTPS)." 1–34.
- Lumongga, Namora, and Eddy Syahrial. 2013. "Pengaruh Penyuluhan Dengan Metode Ceramah Dan Diskusi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Anak Tentang PHBS Di Sekolah Dasar Negeri 065014 Kelurahan Namogajah Kecamatan Medan Tuntungan Tahun 2013." *Kebijakan, Promosi Kesehatan Dan Biostatistika* 2(1):14398.
- Nababan, Melfa Br, and Fakhrur Rizal. 2023. "Physical Fitness (SKJ) Training for Children at Titi Panjang Negeri Primary School." *Jurnal Pengabdian Bangsa* 2(1):1–5.
- Palupi, Khairizka Citra et al. 2018. "Edukasi Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar Di Kecamatan Cilincing Jakarta Utara." *Jurnal Abdimas* 5(1):49–53. <https://doi.org/10.47007/abd.v5i1.2457>
- Pradana, Afista Galih. 2019. "Rancang Bangun Game Edukasi 'AMUDRA' Alat Musik Daerah Berbasis Android." Pp. 49–53 in *Prosiding Seminar Nasional Teknologi Informasi dan Komunikasi (SENATIK)*. Vol. 2.
- Pramuditya, Surya Amami et al. 2018. "Desain Game Edukasi Berbasis Android Pada Materi Logika Matematika." *JNPM (Jurnal Nasional Pendidikan Matematika)* 2(2):165–79. <https://doi.org/10.33603/jnpm.v2i2.919>
- Purnomo, Tri Aji, and Diah Sunarsih. 2023. "Sosialisasi Pemilahan Sampah Organik Dan Non-Organik Di SDN Banjarharjo 07 Jawa Tengah." *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia* 3(2):465–72. <https://doi.org/10.54082/jamsi.687>
- Rahmy, Hafifatul Auliya et al. 2020. "Edukasi Gizi Pedoman Gizi Seimbang Dan Isi Piringku Pada Anak Sekolah Dasar Negeri 06 Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman." *Buletin Ilmiah Nagari Membangun* 3(2). <https://doi.org/10.25077/bina.v3i2.208>
- Ramadhan, Deva Amalia, and Bambang Priyono. 2022. "Efektivitas Senam Kesegaran Jasmani Indonesia Bersatu 2018 Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani Siswa Di Sd Negeri Mintaragen 2 Kota Tegal." *Indonesian Journal for Physical Education and Sport* 3(2):356–65. <https://doi.org/10.15294/inapes.v3i2.60920>
- Risnawaty, Gracia. 2016. "Faktor Determinan Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) Pada Masyarakat Di Tanah Kalikedinding." *Jurnal Promkes* 4(1):70–81. <https://doi.org/10.20473/jpk.V4.I1.2016.70-81>

- Rusli, Muhammad et al. 2022. "Efektivitas Latihan Senam Kebugaran Jasmani 2018 Terhadap Peningkatan Kesegaran Jasmani." *Riyadho: Jurnal Pendidikan Olahraga* 5(1):125–31. <https://dx.doi.org/10.31602/rjpo.v5i1.7414>
- Saputro, Gigih Ismono et al. 2022. "Game Card Sebagai Media Edukasi Konsumsi Jajanan Sehat Untuk Meningkatkan Pengetahuan Dan Sikap Siswa SD." *Jurnal Tata Boga* 11(1).
- Sinaga, Lia Rosa Veronika et al. 2020. "Sosialisasi Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun Di Desa Sawo Sebagai Bentuk Kepedulian Terhadap Masyarakat Ditengah Mewabahnya Virus Covid-19." *Jurnal Abdimas Mutiara* 1(2):19–28.
- Solikah, T., and T. W. Sukesi. 2019. "Hubungan Tingkat Pengetahuan, Sikap, Dan Motivasi Dengan Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun (Ctps) Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri Tridadi, Sleman, DIY." *Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan* 1–15.
- Thahir, Andi Imam Arundhana, and Asriadi Masnar. 2021. *Obesitas Anak Dan Remaja: Faktor Risiko, Pencegahan, Dan Isu Terkini*. Edugizi Pratama Indonesia.
- Wahid, Wahyana Mujari, and MB Arimbi. 2021. "Pengaruh Latihan Aerobik Terhadap Penurunan Ketebalan Lemak Subkutan." *Riyadho : Jurnal Pendidikan Olahraga* 4(2):63. <https://doi.org/10.31602/rjpo.v4i2.5382>
- Wicaksono, Radityo Adhi et al. 2021. "Hubungan Status Gizi Dan Status Sosial Ekonomi Terhadap Aktivitas Fisik Siswa Selama Pandemi Covid-19." *Jurnal Education and Development* 9(2):244–48.