

Optimalisasi Pengetahuan Gizi Seimbang dan Kebersihan Diri Melalui Program Edukasi Kesehatan di Panti Asuhan Nurul Husna Jember

Sholihatil Hidayati*, Ayu Angger Putri M. Soleh, Wima Anggitasari, Nafisah Isnawati, Aliyah Purwanti, Violyn Candra Hadizahar Halim

*Program Studi Sarjana Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi

hidayati.sho@uds.ac.id

Article Info	Abstract
Article History Received: 23-07-2026 Revised: 25-07-2026 Published: 11-08-2026 Keywords: nutrition education, personal hygiene, children, community service	<i>Nutrition and personal hygiene are two important factors that affect a child's growth, development, and health. Low knowledge about balanced nutrition and clean living behaviors can increase the risk of malnutrition and infectious diseases. This community service activity aims to increase children's insight into nutrition and personal hygiene and obtain nutritional status data at the Nurul Husna Jember Orphanage. The activity was carried out on Sunday, May 10, 2026 through interactive counseling using presentation, discussion, and question and answer media. Food Consumption Patterns data was taken using a questionnaire distributed to 20 respondents with an age range of 5-15 years. The material provided includes the concept of balanced nutrition, the importance of fruit and vegetable consumption, the restriction of foods that contain sugar, salt, and high fat, the importance of drinking water, and personal hygiene practices such as hand washing and body hygiene. Data on children's food consumption patterns at the Nurul Husna Orphanage in Jember shows that 85% of children have eaten at least 3 meals a day, but there are 5% of children who claim to have irregular diets. In addition, 55% of children routinely eat breakfast every morning, but 15% of children say they never eat breakfast. In addition, the data also shows that 15% of children have a low consumption pattern of fruits and vegetables, namely 1-2 times a week and 9% state that they consume <3 glasses of water per day. Meanwhile, PHBS data shows that as many as 85% of children have washed their hands before eating and after defecating, while 90% of children brush their teeth twice a day in the morning and at night. However, there are still a small number of children who have not implemented this behavior optimally. This shows that the nutritional status of children at the Nurul Husna Jember Orphanage still needs to be improved. It is hoped that this activity can increase awareness about the importance of implementing a healthy diet and Healthy and Hygienic Behaviors from an early age.</i>

Informasi Artikel	Abstrak
Sejarah Artikel Diterima: 23-07-2026 Direvisi: 25-07-2026 Dipublikasi: 11-08-2026 Kata kunci: edukasi gizi, kebersihan diri, anak, pengabdian masyarakat	Gizi dan kebersihan diri merupakan dua faktor penting yang memengaruhi pertumbuhan, perkembangan, serta kesehatan anak. Rendahnya pengetahuan mengenai gizi seimbang dan perilaku hidup bersih dapat meningkatkan risiko terjadinya malnutrisi maupun penyakit infeksi. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan wawasan anak-anak mengenai nutrisi serta kebersihan diri dan memperoleh data status gizi di Panti Asuhan Nurul Husna Jember. Kegiatan dilaksanakan pada hari Minggu, 10 Mei 2026 melalui penyuluhan interaktif menggunakan media presentasi, diskusi, dan tanya jawab. Data pola konsumsi pangan diambil menggunakan kuesioner yang disebar ke 20 responden dengan rentang usia 5-15 tahun. Materi yang diberikan mencakup konsep gizi yang seimbang, pentingnya konsumsi buah dan sayur, pembatasan makanan yang mengandung gula, garam, dan lemak yang tinggi, pentingnya minum air putih, serta praktik kebersihan diri seperti cuci tangan dan kebersihan tubuh. Data pola konsumsi pangan anak di Panti Asuhan Nurul Husna Jember menunjukkan 85% anak telah makan minimal 3 kali sehari, Namun ada 5% anak yang menyatakan memiliki pola makan yang tidak teratur. Selain itu, 55% anak rutin sarapan setiap pagi, Namun 15% anak menyatakan tidak pernah sarapan. Selain itu, data juga menunjukkan 15% anak memiliki pola konsumsi buah dan sayur yang rendah yaitu 1-2 kali seminggu serta 9% menyatakan mengkonsumsi air <3 gelas per hari. Sedangkan data PHBS menunjukkan bahwa sebanyak 85% anak telah mencuci tangan sebelum makan dan setelah buang air besar, sedangkan 90% anak menyikat gigi dua kali sehari pada pagi dan malam hari. Meskipun demikian, masih terdapat sebagian kecil anak yang belum menerapkan perilaku tersebut secara optimal. Hal ini menunjukkan bahwa, status gizi anak di Panti Asuhan Nurul Husna Jember masih perlu ditingkatkan.

Diharapkan kegiatan ini dapat meningkatkan kesadaran mengenai pentingnya penerapan pola makan sehat dan perilaku hidup bersih sejak usia dini.

INTRODUCTION

Masa anak merupakan fase krusial dalam mengembangkan mutu sumber daya manusia. Pada masa ini kebutuhan nutrisi relatif yang tinggi karena berlangsung tahapan pertumbuhan dan perkembangan yang cepat (Anwar & Rosdiana, 2023). Pemenuhan kebutuhan nutrisi yang optimal akan mendukung perkembangan fisik, kemampuan kognitif, sistem imun, serta prestasi belajar anak (Hakim et al., 2025). Permasalahan nutrisi pada anak tetap menjadi masalah di Indonesia, baik dalam bentuk kekurangan gizi maupun kelebihan nutrisi. Kondisi tersebut dipengaruhi oleh banyak faktor seperti pola konsumsi makanan, pengetahuan orang tua, kebiasaan makan, serta lingkungan. Selain faktor nutrisi, kebersihan diri juga memegang peran penting dalam mempertahankan kesehatan anak. Perilaku mencuci tangan, menjaga kebersihan gigi dan mulut, serta kebersihan tubuh mampu menurunkan risiko berbagai penyakit infeksi (Rosmawati et al., 2025).

Pendidikan kesehatan menjadi salah satu strategi promotif yang efektif dalam meningkatkan pemahaman dan membentuk perilaku gaya hidup sehat. Penyampaian materi sejak dini diharapkan mampu menanamkan kebiasaan positif yang akan berlanjut hingga dewasa (Ulya, 2020). Berdasarkan kondisi tersebut, dilaksanakan kegiatan edukasi mengenai nutrisi dan kebersihan diri anak di Panti Asuhan Nurul Husna Jember. Panti Asuhan Nurul Husna Jember mengasuh 56 anak asuh yang mulai dari jenjang TK, SD, SMP dan SMA. Anak-anak yang masih TK dan SD masuk dalam program asuhan keluarga, dimana anak tetap tinggal bersama keluarga atau wali mereka, sementara panti/lembaga memberikan suplai bantuan, bimbingan, serta pengawasan. Anak yatim yang berada di bawah asuhan keluarga (kerabat atau orang tua tunggal) menghadapi risiko tinggi terhadap masalah gizi buruk dan gangguan kesehatan akibat kebersihan yang kurang optimal karena adanya beban finansial serta hilangnya sosok pengasuh utama.

Anak-anak tingkat TK dan SD berada pada masa pertumbuhan kritis yang sangat membutuhkan asupan gizi seimbang guna mendukung perkembangan fisik dan kognitif optimal, namun seringkali terkendala oleh keterbatasan informasi serta sumber daya pengelola. Selain itu, kehidupan komunal di panti asuhan rentan memicu penularan penyakit akibat penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang belum optimal, seperti rendahnya kesadaran menjaga kebersihan diri dan sanitasi lingkungan (Trisasmata, 2022). Oleh karena itu, edukasi dan pendampingan secara berkala sangat krusial tidak hanya untuk mencegah penyakit menular seperti diare dan infeksi kulit, tetapi juga sebagai investasi jangka panjang guna membentuk karakter kemandirian dan kesadaran pola hidup sehat.

METODE

1. Waktu, Lokasi, & Subjek

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Panti Asuhan Nurul Husna yang berlokasi di Jember pada hari Minggu, 10 Mei 2026. Peserta

pelatihan merupakan seluruh anak asuh Panti Asuhan Nurul Husna Jember yang masuk jenjang TK dan SD dengan rentang umur 5-15 tahun sejumlah 20 anak.

2. Tahap Persiapan & Perizinan

Survey lokasi pada tahap pertama dilakukan dengan meninjau lokasi yang akan dilakukan dengan mengedepankan pendekatan kepada pihak terkait dalam hal ini adalah melalui kepala Ketua Yayasan Panti Asuhan Nurul Husna Jember. Setelah terjadi kesepakatan dilanjutkan dengan penandatanganan kontrak kerjasama. Diharapkan dengan adanya kerjasama ini maka kegiatan dapat berjalan sinergis dan berkesinambungan serta berkelanjutan nantinya. Pada tahap selanjutnya dilakukan musyawarah bersama dengan pihak pengurus mengenai rencana kegiatan yang akan dilakukan, selanjutnya mulai menerapkan ide-ide yang telah dirancang sebelumnya. Pada pertemuan ini akan dibahas dan diidentifikasi permasalahan terkait dengan kondisi dan permasalahan anak asuh yang berhubungan dengan Kesehatan anak, sarana prasarana yang tersedia, serta keadaan peserta.

Aktivitas pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan menggunakan pendekatan edukatif yang dipadukan dengan metode survei. Sasaran ditunjukan untuk anak-anak pada usia sekolah TK dan SD sejumlah 20 anak yang menjadi peserta kegiatan. Pelaksanaan diawali dengan di tahap persiapan yang mencakup koordinasi dengan mitra terkait, penyusunan materi pendidikan, serta pembuatan instrumen pengumpulan data, dan persiapan media pembelajaran dan sarana pendukung kegiatan. Materi edukasi disusun berdasarkan Pedoman Gizi Seimbang dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia dan materi PHBS yang telah disesuaikan dengan karakteristik usia peserta sehingga lebih mudah dipahami (Destri & KM, 2025).

Pelaksanaan kegiatan dilakukan secara tatap muka melalui metode ceramah interaktif, diskusi, demonstrasi sederhana, serta tanya jawab. Materi pertama membahas pentingnya pemenuhan nutrisi bagi asal pertumbuhan dan perkembangan anak, yang meliputi konsep tentang seimbang, konsumsi buah dan sayur, kebutuhan air minum, pembatasan konsumsi makanan yang mengandung tinggi gula, garam, dan lemak, serta pentingnya membaca label pangan sebelum membeli makanan kemasan. Selanjutnya disampaikan materi mengenai kebersihan diri area yang mencakup kebiasaan aktivitas mencuci tangan menggunakan sabun dengan langkah yang benar, menjaga kebersihan gigi dan mulut, merawat kebersihan kuku, mandi secara teratur, penggunaan pakaian yang bersih, serta penerapan perilaku untuk menjalani hidup yang bersih dalam aktivitas setiap hari. Penyampaian materi dilakukan secara komunikatif dengan melibatkan peserta melalui pertanyaan, materi yang interaktif dan menarik serta pemberian contoh-contoh yang relevan dengan kehidupan sehari-hari sehingga peserta lebih aktif selama kegiatan berlangsung.

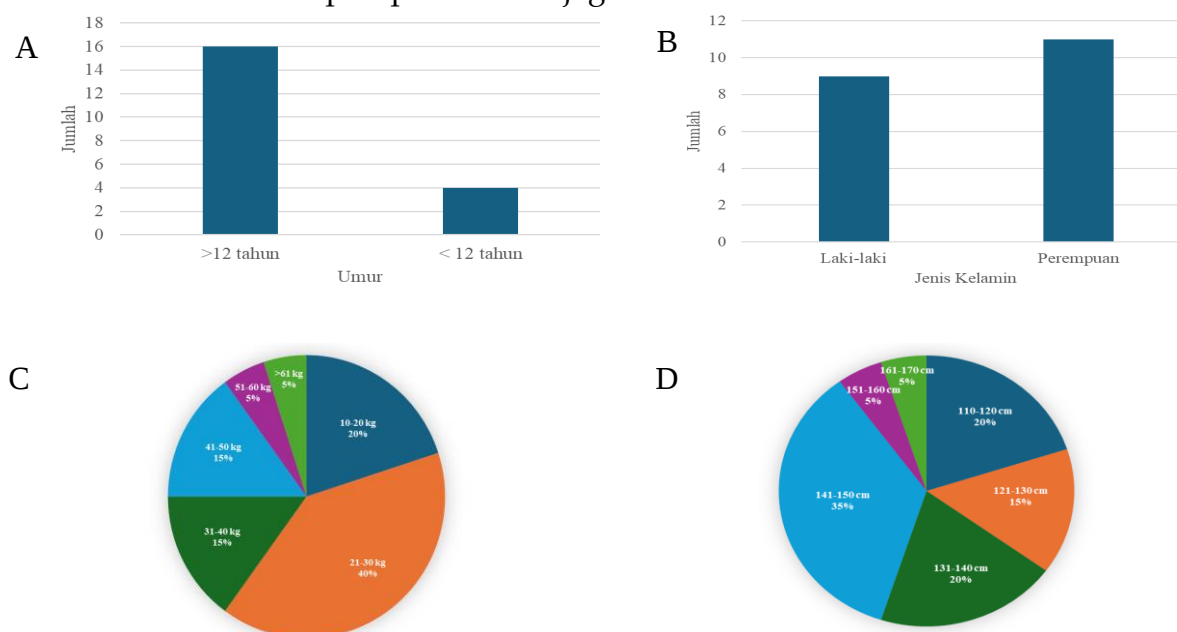
3. Evaluasi Kegiatan

Evaluasi kegiatan dilakukan secara kualitatif melalui pengamatan terhadap keterlibatan peserta selama kegiatan berlangsung, tingkat partisipasi dalam diskusi, kemampuan peserta menjawab pertanyaan yang diberikan setelah penyampaian materi serta dilakukan pengambil data pola konsumsi pangan dan perilaku PHBS anak asuh Panti Asuhan Nurul Husna Jember.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Kegiatan Edukasi

Kegiatan pengabdian kepada komunitas terlaksana sesuai dengan rencana yang telah dibuat bersama pihak Panti Asuhan Nurul Husna Jember. Seluruh rangkaian kegiatan berlangsung secara lancar mulai dari registrasi peserta, pembukaan, penyampaian materi edukasi, diskusi interaktif, hingga pengambilan data asupan nutrisi. Peserta terdiri atas 20 anak yang merupakan anak asuh Panti Asuhan Nurul Husna Jember pada jenjang TK dan SD (gambar 1). Kehadiran peserta menunjukkan semangat yang tinggi terhadap aktivitas yang dilaksanakan. Hal tersebut nampak dari partisipasi yang aktif peserta selama penyampaian materi, keberanian menjawab pertanyaan, serta banyaknya peserta yang mengajukan pertanyaan terkait kebiasaan makan sehari-hari maupun praktik menjaga kebersihan diri.



Gambar 1. Karakteristik peserta dari anak asuh Panti Asuhan Nurul Husna Jember. A (Umur), B (Jenis kelamin), C (Berat badan) dan D (Tinggi badan)



Gambar 2. Kegiatan penyampaian materi pentingnya nutrisi dan PHBS

Penyampaian materi dilakukan menggunakan media presentasi bergambar yang disesuaikan dengan usia peserta sehingga informasi yang diberikan lebih mudah dipahami (gambar 2). Selain penyampaian materi secara lisan, tim juga memberikan

contoh-contoh sederhana mengenai pemilihan makanan sehat, pentingnya membawa bekal bergizi, serta kebiasaan mencuci tangan sebelum konsumsi makanan dan setelah beraktivitas. Pendekatan yang komunikatif tersebut membuat suasana pembelajaran menjadi lebih menarik dan mendorong peserta untuk terlibat aktif selama kegiatan berlangsung. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa penggunaan metode edukasi yang bersifat interaktif mampu meningkatkan pemahaman dan retensi informasi dibandingkan metode ceramah satu arah (Fitriani & Prasetyo, 2025). Oleh karena itu, selama kegiatan berlangsung tim pelaksana berupaya menciptakan suasana belajar yang menyenangkan melalui diskusi, permainan sederhana, dan pemberian hadiah bagi peserta yang aktif menjawab pertanyaan.

Materi mengenai nutrisi difokuskan pada pentingnya pemenuhan kebutuhan nutrisi selama masa pertumbuhan. Peserta diberikan pemahaman mengenai peran karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, dan air bagi tubuh. Selain itu, dijelaskan pula pentingnya mengonsumsi makanan yang beragam sesuai dengan konsep "Isi Piringku" yang direkomendasikan dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Selama sesi diskusi diketahui bahwa sebagian peserta masih memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan ringan kemasan dan minuman berpemanis dalam jumlah cukup sering, sedangkan konsumsi buah dan sayur masih relatif rendah. Kondisi tersebut menjadi perhatian karena pola makan yang tidak seimbang dapat meningkatkan risiko kekurangan zat gizi mikro maupun berlebih energi yang pada akhirnya berkontribusi terhadap munculnya masalah gizi (Irawati, 2026).

Edukasi yang diberikan tidak hanya menjelaskan jenis makanan yang sehat, tetapi juga memberikan contoh menu sederhana yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Peserta diajak mengenali makanan lokal yang memiliki kandungan gizi tinggi sehingga diharapkan mampu membentuk kebiasaan memilih makanan yang lebih bergizi tanpa harus mengeluarkan biaya yang besar.

Materi berikutnya membahas pentingnya menjaga kebersihan diri sebagai salah satu upaya menghindari penyakit infeksi. Peserta diberikan penjelasan mengenai waktu-waktu penting untuk mencuci tangan menggunakan sabun, seperti sebelum makan, setelah menggunakan toilet, setelah bermain, dan setelah menyentuh barang yang kotor. Selain itu dijelaskan pula pentingnya menyikat gigi minimal dua kali sehari, memotong kuku secara rutin, mandi menggunakan sabun, serta menjaga kebersihan pakaian dan lingkungan sekitar. Pada sesi demonstrasi, peserta terlihat sangat antusias mengikuti setiap langkah mencuci tangan yang benar. Demonstrasi secara langsung membantu peserta memahami teknik yang benar dibandingkan hanya melalui penjelasan teoritis. Kegiatan praktik seperti ini penting karena perubahan perilaku kesehatan pada anak lebih mudah terbentuk melalui pengalaman langsung dibandingkan hanya menerima informasi secara pasif.

Perilaku hidup bersih merupakan elemen krusial dalam pencegahan infeksi, terutama diare, infeksi saluran pernapasan akut, maupun masalah kulit yang masih banyak ditemukan pada anak usia sekolah (Labibah, 2025). Oleh sebab itu, Pendidikan tentang kebersihan diri diharapkan membantu membangun pola hidup sehat yang terus diterapkan dalam rutinitas sehari-hari.

Evaluasi Pelaksanaan Kegiatan



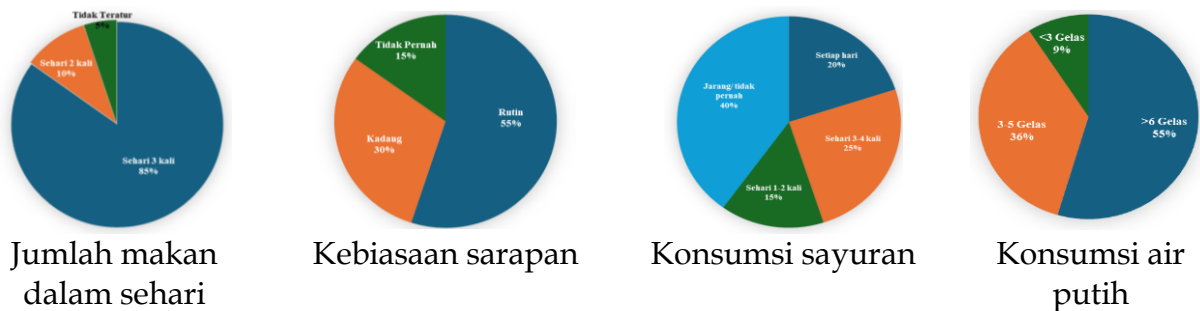
Gambar 3. *Evaluasi Pelaksanaan Kegiatan*

Secara umum, program berjalan dengan lancar dan mendapatkan tanggapan baik dari partisipan maupun pihak mitra. Selama sesi diskusi, 80% anak mampu menjawab kembali pertanyaan mengenai konsep gizi seimbang, pentingnya sarapan, manfaat konsumsi buah dan sayur, serta metode mencuci tangan yang tepat. Hal ini menunjukkan bahwa materi yang disajikan dapat dimengerti dengan jelas oleh peserta.

Keberhasilan kegiatan juga didukung oleh penggunaan media edukasi yang menarik, metode penyampaian yang interaktif, serta keterlibatan aktif mahasiswa dalam mendampingi peserta selama kegiatan berlangsung (gambar 3). Namun, kegiatan ini memiliki batasan karena evaluasi yang dilakukan belum mengukur perubahan perilaku peserta dalam jangka panjang. Oleh karena itu, diperlukan program tindak lanjut berupa monitoring maupun edukasi berkelanjutan dengan melibatkan guru dan orang tua agar pengetahuan yang telah diperoleh dapat diterapkan secara berkesinambungan dalam kehidupan sehari-hari.

Data Pola Konsumsi Pangan dan Prilaku PHBS Anak asuh Panti Asuhan Nurul Husna Jember

Pola Konsumsi Pangan dan Prilaku PHBS merupakan indikator penting yang mencerminkan kualitas tumbuh kembang anak serta menjadi dasar dalam perencanaan program peningkatan kesehatan (Dhihu et al., 2026). Pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan pengumpulan data awal mengenai status gizi dan kondisi kesehatan anak asuh Panti Asuhan Nurul Husna Jember. Data yang diperoleh meliputi karakteristik responden serta informasi kesehatan dasar yang selanjutnya dianalisis untuk memberikan gambaran umum mengenai kondisi peserta (gambar 4). Hasil ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam penyusunan strategi edukasi, intervensi gizi, dan upaya promotif-preventif yang lebih tepat sasaran guna mendukung terciptanya kualitas kesehatan anak yang optimal.

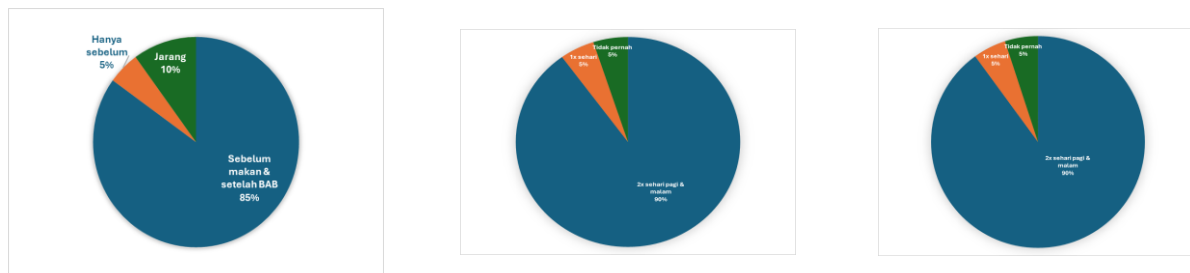


Gambar 4. Data Pola Konsumsi Pangan PHBS anak asuh Panti Asuhan Nurul Husna Jember

Hasil pengumpulan data menunjukkan bahwa sebagian besar anak di Panti Asuhan Nurul Husna Jember telah memiliki kebiasaan makan yang relatif baik, yaitu makan sebanyak tiga kali sehari (gambar 4). Frekuensi makan yang cukup merupakan salah satu indikator penting dalam pemenuhan kebutuhan energi dan zat gizi selama masa pertumbuhan. Pola makan yang teratur membantu menjaga keseimbangan metabolisme tubuh, mendukung pertumbuhan fisik, meningkatkan daya tahan tubuh, serta menunjang kemampuan belajar dan aktivitas sehari-hari. Meskipun demikian, evaluasi lebih lanjut mengenai kualitas dan keberagaman menu tetap diperlukan karena frekuensi makan yang baik belum tentu diikuti oleh kecukupan zat gizi makro maupun mikro (Kaluku et al., 2025).

Kebiasaan sarapan pada sebagian besar peserta juga menunjukkan hasil yang positif. Sarapan merupakan waktu makan yang berperan penting dalam menyediakan energi setelah tubuh berpuasa selama tidur malam. Anak yang rutin sarapan cenderung memiliki konsentrasi belajar, daya ingat, serta performa akademik yang lebih baik dibandingkan anak yang sering melewatkan sarapan. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar anak telah memiliki kebiasaan yang mendukung kesehatan dan produktivitas sehari-hari (Salsabila & Nareswari, 2023). Namun demikian, edukasi mengenai pentingnya menu sarapan yang bergizi seimbang tetap perlu diberikan agar kebutuhan energi dan zat gizi dapat terpenuhi secara optimal.

Data juga memperlihatkan bahwa konsumsi sayuran masih perlu mendapatkan perhatian. Meskipun sebagian besar anak telah mengonsumsi sayuran setiap hari, masih terdapat sebagian kecil yang jarang bahkan tidak pernah mengonsumsi sayuran. Kondisi ini berpotensi menyebabkan kurangnya asupan vitamin, mineral, serat, dan berbagai senyawa bioaktif yang berperan dalam menjaga fungsi saluran cerna, meningkatkan sistem imun, serta mencegah berbagai penyakit tidak menular di kemudian hari (Rahman et al., 2022). Oleh karena itu, diperlukan upaya peningkatan edukasi mengenai pentingnya konsumsi sayur serta penyediaan menu yang lebih bervariasi agar anak lebih tertarik mengonsumsi sayuran secara rutin.



Kebiasaan cuci tangan

Kebiasaan potong kuku

Kebiasaan sikat gigi

Gambar 5. Data prilaku PHBS anak asuh Panti Asuhan Nurul Husna Jember

Perilaku hidup bersih dan sehat yang diamati melalui kebiasaan mencuci tangan, menyikat gigi, dan memotong kuku menunjukkan hasil yang cukup baik. Sebanyak 85% anak telah mencuci tangan sebelum makan dan setelah buang air besar, sedangkan 90% anak menyikat gigi dua kali sehari pada pagi dan malam hari (gambar 5). Selain itu, sebagian besar anak juga memiliki kebiasaan memotong kuku secara rutin. Kebiasaan tersebut merupakan komponen penting dalam pencegahan penyakit infeksi, terutama infeksi saluran cerna dan penyakit yang ditularkan melalui tangan yang terkontaminasi (Hasanah & Mahardika, 2020). Meskipun demikian, masih terdapat sebagian kecil anak yang belum menerapkan perilaku tersebut secara optimal sehingga perlu mendapatkan pembinaan dan pendampingan secara berkelanjutan.

Secara keseluruhan, hasil pengumpulan data menunjukkan bahwa anak-anak di Panti Asuhan Nurul Husna Jember telah memiliki perilaku kesehatan yang cukup baik, terutama dalam hal frekuensi makan, kebiasaan sarapan, mencuci tangan, dan menyikat gigi. Namun demikian, masih terdapat beberapa aspek yang perlu ditingkatkan, khususnya terkait konsumsi sayuran dan konsistensi penerapan perilaku hidup bersih pada seluruh anak. Temuan ini menjadi dasar yang penting dalam penyusunan program edukasi mengenai gizi seimbang dan kebersihan diri sebagai bagian dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Intervensi edukatif yang dilakukan diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan sekaligus membentuk perilaku sehat yang berkelanjutan sehingga dapat mendukung pertumbuhan, perkembangan, dan kualitas hidup anak secara optimal.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi gizi seimbang dan PHBS di Panti Asuhan Nurul Husna Jember telah terlaksana dengan baik dan diikuti oleh 20 anak usia 5–15 tahun. Kegiatan ini mampu meningkatkan pemahaman peserta, yang ditunjukkan dengan sekitar 80% anak dapat menjawab kembali pertanyaan mengenai gizi seimbang, pentingnya sarapan, konsumsi buah dan sayur, serta praktik cuci tangan yang benar. Selain itu, hasil pemetaan awal menunjukkan bahwa sebagian besar anak telah memiliki kebiasaan makan tiga kali sehari, rutin menyikat gigi dua kali sehari, dan mencuci tangan sebelum makan serta setelah buang air besar. Namun, masih ditemukan beberapa perilaku yang perlu mendapat perhatian, seperti rendahnya kebiasaan sarapan pada sebagian anak, konsumsi sayur yang belum optimal, serta masih adanya anak yang mengonsumsi air putih dalam jumlah kurang dari rekomendasi. Temuan tersebut menunjukkan bahwa meskipun perilaku kesehatan anak secara umum sudah cukup baik, masih diperlukan edukasi dan pendampingan

yang berkelanjutan untuk membentuk kebiasaan hidup sehat yang konsisten. Oleh karena itu, program edukasi serupa perlu dilaksanakan secara berkala dengan melibatkan pengelola panti, orang tua atau wali, serta tenaga kesehatan agar upaya peningkatan pola konsumsi pangan dan perilaku hidup bersih dan sehat dapat memberikan dampak yang berkelanjutan terhadap status kesehatan anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak Panti Asuhan Nurul Husna Jember, seluruh peserta, dosen pembimbing, Himpunan Mahasiswa Farmasi, serta semua pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, C., & Rosdiana, E. (2023). Penyuluhan kesehatan tentang gizi tumbuh kembang pada anak di PAUD Harsya Ceria Jeulingke Banda Aceh. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Kesehatan*, 5(1), 69–78.
- Destri, Y., & KM, S. (2025). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. *Pengembangan Media Promosi Kesehatan*, 21.
- Dhihu, V., Ngura, E. T., Fono, Y. M., & Ita, E. (2026). Pemanfaatan Perilaku Hidup Bersih pada Anak Usia Dini untuk Mencegah Resiko Stunting di Kelurahan Bajawa. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 11(1), 1869–1882.
- Fitriani, R., & Prasetyo, K. B. (2025). Pengaruh Media Pembelajaran Interaktif terhadap Retensi Siswa UPT SD Negeri Sinar Mulyo. *Cokroaminoto Journal of Primary Education*, 8(2), 479–490.
- Hakim, R., Dasrizal, D., & Lahmi, A. (2025). Perkembangan otak dan peran nutrisi dalam mendukung prestasi belajar siswa sekolah dasar. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(01), 250–259.
- Hasanah, U., & Mahardika, D. R. (2020). Edukasi perilaku cuci tangan pakai sabun pada anak usia dini untuk pencegahan transmisi penyakit. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*.
- Irawati, I. (2026). Hubungan Pola Konsumsi Makanan dengan Status Gizi Pada Remaja. *Jurnal Gizi*, 1(1), 33–41.
- Kaluku, K., Sileuw, S., Asrar, M., & Inamah, I. (2025). Pola konsumsi makanan dan status gizi balita. *Jurnal Tatihu*, 1(2), 83–93.
- Labibah, S. (2025). *Hubungan Personal Hygiene, Perilaku Konsumsi Jajanan, Dan Status Gizi Dengan Kejadian Penyakit Diare Pada Siswa Di Sekolah Dasar Negeri 143 Kota Jambi*. S1 thesis, Universitas Jambi
- Rahman, A., Anjani, S. I., Graharti, R., & Pestalozi, G. (2022). Terapi Potensial Dari Diet Suplemen Nutrisi Dalam Pencegahan Penyakit Virus. *Medical Profession Journal of Lampung*, 12(3), 421–432.
- Rosmawati, E., Maulidya, S., Yunus, Z. A. I., Rahmadina, N., Oktaviana, A. W., Nusa, M., & Akbar, N. (2025). Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Cuci Tangan dan Gosok Gigi. *Jurnal Inovasi Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 5(2), 330–340.
- Salsabila, P. S., & Nareswari, S. (2023). Pengaruh sarapan terhadap konsentrasi belajar. *Medical Profession Journal of Lampung*, 13(1), 146–150.
- Trisasmata, L. (2022). Edukasi dan Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)



-
- Pasca Banjir di Panti Asuhan Furqan Sumang Kota Makassar. *Sarwahita*, 19(03), 434-448.
- Ulya, K. (2020). Pelaksanaan Metode Pembiasaan di Pendidikan Anak Usia Dini Bina Generasi Tembilahan Kota. *ASATIZA: Jurnal Pendidikan*, 1(1), 49-60.