



**PENERAPAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT  
DI LINGKUNGAN SD IT ASHABUL KAHFI DELI SERDANG**

*THE IMPLEMENTATION OF CLEAN AND HEALTHY LIVING BEHAVIOUR IN THE  
ENVIRONMENT OF IT ASHABUL KAHFI ELEMENTARY SCHOOL DELI SERDANG*

**Alwi Safriansyah Lubis**

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Ilmu Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara,  
Medan, Indonesia

**Email:** a.safriansyah20@gmail.com

**ABSTRAK**

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan upaya untuk mencegah masalah kesehatan dengan tujuan meningkatkan sekuritas kesehatan. Perilaku ini harus diterapkan oleh semua kelompok orang, termasuk anak-anak ditingkat Sekolah Dasar. Memang, kebiasaan yang dilakukan tampaknya tidak dapat meningkatkan kesadaran siswa. Oleh karena itu perlu untuk membuat nasihat terkait perilaku bersih dan sehat. Penerapan kapasitas dasar nilai-nilai agama termasuk perilaku hidup yang bersih dan sehat (PHBS) yang dipimpin oleh anak-anak setiap hari, guru menerapkan perilaku hidup yang bersih dan sehat dengan nasihat dan kisah tempat tinggal tempat tinggal tambahan rutin yang disampaikan oleh guru. Metode pada penelitian ini adalah metode kualitatif, metode kualitatif atau metode naturalistik adalah penelitian yang dilakukan secara alami tanpa ditemukan sesuatu yang dibuat-buat, metode kualitatif ini difokuskan pada tujuan memahami subjek penelitian dengan cara yang intim. Hal-hal tertentu yang diperoleh pada penelitian ini adalah, 1) Pengetahuan siswa Sekolah Dasar Ashabul Kahfi yang terkait dengan PHBS secara umum, 2) Memahami bahwa siswa Ashabul Kahfi dari sekolah dasar yang terkait dengan cara mencuci tangan dengan baik dan untuk mengoreksi kebersihan kamar mandi, 4) memahami pemahaman tentang siswa sekolah dasar Ashabul Kahfi terkait dengan jenis limbah biologis dan anorganik, dan bagaimana mengobatinya, 5) memahaminya Ashabul Kahfi Elementary School dengan camilan sehat di dalam lingkungan sekolah. Anak-anak yang sehat adalah harapan semua orang tua di negara ini dan komunitas negara bagian. Atas dasar kenyataan dengan alasan bahwa semua anak-anak dari SD It Ashabul Kahfi yang melakukan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan sekolah.

**Kata Kunci:** Jajanan, Kebersihan, Sampah, Sekolah, Siswa.

**ABSTRACT**

*Clean and Healthy Living Behaviour (PHBS) is an effort to prevent health problems with the aim of improving health security. This behaviour should be applied by all groups of people, including children at the primary school level. Indeed, the habit seems to be unable to raise students' awareness. It is therefore necessary to make advice related to clean and healthy behaviour. The implementation of the basic capacity of religious values including clean and healthy living behaviour (PHBS) led by children every day, teachers implement clean and healthy living behaviour with advice and routine additional shelter stories delivered by teachers. The method in this study is a qualitative method, qualitative method or naturalistic method is research conducted naturally without finding something contrived, this qualitative method is focused on the purpose of understanding the research subject in an intimate way. Certain things obtained in this study are, 1) Knowledge of Ashabul Kahfi Elementary School students related to PHBS in general, 2) Understanding that Ashabul Kahfi elementary school students related to how to wash hands properly and to correct bathroom hygiene, 4) understanding the understanding of Ashabul Kahfi elementary school students related to the types of biological and inorganic waste, and how to treat them, 5) understanding Ashabul Kahfi Elementary School with healthy snacks within the school environment. Healthy children are the hope of all parents in the country and the state community. On the basis of reality with the reason that all children from It Ashabul Kahfi Elementary School who perform clean and healthy living behaviour (PHBS) in the school environment.*

**Keywords:** Snacks, Hygiene, Waste, School, Students.



## PENDAHULUAN

Kebersihan pribadi adalah upaya seseorang untuk mempertahankan kebersihan pribadi yang mencakup seluruh tubuh. Menjaga kebersihan pribadi benar-benar menentukan kesehatan, di mana individu dan inisiatif pribadi untuk menjaga kesehatan dan mencegah penyakit. Pengetahuan tentang kebersihan pribadi diperlukan oleh setiap individu untuk mencapai gaya hidup yang sehat dan makmur serta memperoleh kesehatan yang optimal, dengan merawat kesehatan pribadi. Saat ini, sekolah tidak hanya menyediakan layanan dalam bentuk pendidikan umum, tetapi juga menawarkan pendidikan tentang perilaku bersih dan sehat. Anak sekolah dasar, sekolah menengah dan sekunder telah menjadi periode anak-anak yang sangat berbeda dari periode dewasa.

Selama masa ini, ada berbagai masalah kesehatan yang menjadi penentu kualitas anak-anak di masa depan. Masalah kesehatan ini meliputi kesehatan umum, gangguan perkembangan, gangguan perilaku dan ketidakmampuan belajar. Masalah kesehatan ini akan menghambat keberhasilan siswa di sekolah. Diberikan oleh siswa sekolah dasar, masalah kesehatan yang dihadapi terkait dengan perilaku hidup sehat mereka sendiri yang belum diterapkan dengan baik, menyebabkan masalah kesehatan, seperti diare dan saluran pernapasan akut (ARI). Menurut data dari Kementerian Kesehatan, 300 orang memiliki 300 orang yang menderita diare sepanjang tahun dan, berdasarkan Badan Kesehatan Dunia, 100.000 anak-anak di Indonesia meninggal karena diare. Karena alasan ini, kami telah membuat nasihat untuk SD IT Ashabul Kahfi tentang perilaku hidup yang bersih dan sehat di sekolah. Siswa, kami adalah siswa dari tahun ke-55 sekolah dasar, sehingga semua siswa dapat mengetahui lebih banyak tentang perilaku kehidupan mereka sendiri dan sehat. Implementasi kegiatan ini dilakukan pada tahap sosialisasi dalam bentuk nasihat tentang pentingnya perilaku hidup dan hidup sehat untuk meningkatkan kesadaran siswa terhadap kesehatan pribadi.

Perilaku bersih dan sehat (PHBS) adalah salah satu upaya pencegahan (pencegahan masalah kesehatan atau kesehatan) dan promosi (peningkatan judul kesehatan). Perilaku ini harus diterapkan pada semua kelompok orang, termasuk anak-anak sekolah. Banyak faktor yang mempengaruhi perilaku bersih dan sehat, seperti kebiasaan di rumah, lingkungan masyarakat, sekolah, guru yang tidak memberikan contoh atau manifestasi dan anak-anak itu sendiri.

Kebiasaan yang mereka lakukan setiap hari tampaknya tidak dapat meningkatkan kesadaran anak-anak. Anak-anak belum dapat melakukan sesuatu atau tindakan yang diharapkan untuk citra anak yang sehat dan bahagia. Penerapan kapasitas dasar nilai-nilai agama dan moral adalah perilaku hidup yang bersih dan sehat yang diarahkan oleh anak-anak setiap hari, guru menerapkan perilaku hidup yang bersih dan sehat dengan nasihat dan kisah -kisah tempat tinggal rutin tambahan yang disampaikan oleh guru. Anak-anak yang sehat adalah harapan semua orang tua di negara ini dan komunitas negara bagian. Atas dasar realitas tentang argumen bahwa semua anak-anak Ashabul Kahfi melakukan perilaku hidup yang bersih dan sehat di lingkungan sekolah.

Selain itu, siswa harus memiliki pemahaman terkait lingkungan, sehingga mereka tahu bagaimana menjaga mereka dan merawat mereka. Lingkungan berisi banyak elemen atau instrumen yang harus dipahami oleh siswa, misalnya, limbah, limbah dapat menyebabkan polusi lingkungan seperti air, tanah dan udara. Sampah dapat mencemari air, di mana orang sering membuang limbah sungai, bisa beracun dan membunuh hewan yang hidup di air yang hidup di air seperti ikan. Bahaya limbah lain dapat menutup saluran air, menyebabkan banjir. Limbah yang dilemparkan ke tanah yang tidak dapat diuraikan oleh mikroba tanah, seperti limbah plastik, akan memiliki dampak negatif di tanah.

Tanah menjadi tidak subur dan tidak dapat digunakan dengan baik untuk pertumbuhan tanaman. Limbah dapat mencemari udara jika sampah dibiarkan



sendiri tanpa ditangani, itu menyebabkan bau yang tidak menyenangkan yang mengganggu kehidupan manusia. Limbah dibagi menjadi dua limbah organik dan limbah anorganik. Limbah organik adalah residu yang berasal dari makhluk hidup lainnya yang mudah terurai secara alami tanpa proses intervensi manusia. Kita dapat mengatakan bahwa limbah organik adalah limbah organik dan bahkan limbah dapat dihilangkan dalam sesuatu yang berguna jika ditangani dengan benar. Tetapi jika sampah ini tidak ditangani dengan benar, itu akan menyebabkan penyakit yang tidak menyenangkan dan bau dekomposisi limbah organik. Ada juga dua jenis limbah organik, yaitu: limbah biologis basah dan limbah biologis kering, dan keuntungan limbah organik ini adalah untuk menghasilkan kompos atau pupuk juga dapat digunakan sebagai butiran pasokan hewan seperti ikan dan ayam.

Meskipun limbah anorganik adalah limbah yang tidak lagi digunakan dan sulit dibagi. Limbah anorganik yang terkubur di dalam tanah dapat menyebabkan polusi tanah karena limbah anorganik diklasifikasikan sebagai zat yang sulit dipecah dan limbah akan terkubur di tanah untuk waktu yang lama, ini menyebabkan kerusakan pada lapisan tanah. Dan keuntungan limbah anorganik adalah membuat kerajinan dengan limbah / limbah. Misalnya, limbah plastik dapat dibuat dari kantong, taplak meja makan, pennis.

Kesehatan anak sekolah adalah prioritas yang sangat prioritas saat ini. Pemilihan makanan ringan juga merupakan inkarnasi perilaku. Indikator perilaku hidup yang bersih dan sehat yang harus dipertimbangkan pada anak-anak di sekolah adalah mengkonsumsi makanan ringan sehat dalam kekuatan manusia (sumber daya manusia) dan tingkat kesehatan siswa. Saat ini, sandwich di kantin sekolah semakin beragam makanan ringan modern sehingga siswa dapat menarik makanan ringan sekolah. Contoh camilan sehat yang dapat dikonsumsi adalah keju, yogurt, makanan berbuah yang diproses

seperti kalimat buah, kalimat sayuran, dll. Manfaat camilan sehat adalah bagi siswa untuk menghindari obesitas, gangguan pencernaan dan meningkatkan kinerja otak dan meningkatkan energi siswa.

### TINJAUAN PUSTAKA

Perilaku Bersih dan Sehat (PHBS) adalah salah satu upaya pencegahan (pencegahan masalah kesehatan atau kesehatan) dan promosi (peningkatan gelar kesehatan). Perilaku tersebut harus diterapkan pada semua kelompok orang, termasuk anak-anak usia sekolah. Banyak faktor yang mempengaruhi perilaku hidup yang bersih dan sehat seperti kebiasaan di rumah, lingkungan komunitas, sekolah, guru yang tidak memberikan contoh-contoh atau demonstrasi dan anak-anak itu sendiri.

Kebiasaan yang dilakukan setiap hari tampaknya tidak dapat meningkatkan kesadaran anak-anak. Anak-anak belum dapat melakukan sesuatu atau tindakan yang diharapkan untuk citra anak yang sehat dan gembira. Salah satu aplikasi dari kapasitas dasar nilai-nilai agama dan moral adalah perilaku kehidupan yang bersih dan sehat (PHBS) yang dipimpin oleh anak-anak setiap hari, guru menerapkan perilaku hidup yang bersih dan sehat dengan nasihat dan cerita tempat tinggal rutin tambahan yang disampaikan oleh guru. Anak-anak yang sehat adalah harapan semua orang tua di negara ini dan komunitas negara bagian. Atas dasar kenyataan dengan alasan bahwa semua anak-anak dari SD It Ashabul Kahfi yang melakukan perilaku hidup yang bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan sekolah.

Menurut salah satu guru SD It Ashabul Kahfi, implementasi perilaku hidupnya sendiri dan sehat telah dilakukan sejak penciptaan sekolah dasar Ashabul Kahfi, tetapi masih ada anak-anak yang tidak melakukan perilaku hidup yang bersih dan sehat di lingkungan sekolah dengan benar.



Menurut pengamatan awal yang dilakukan peneliti untuk SD It Ashabul Kahfi, masih ada anak-anak yang tidak benar dan hidup sehat, tidak mandiri untuk menyelesaikan tugas mereka seperti mencuci tangan mereka sendiri, ke toilet itu sendiri dan karena itu ada anak-anak yang tidak bisa mencuci dengan benar, tetapi kesulitan guru untuk mengelola pembelajaran karena ada anak-anak yang tidak mandiri. Oleh karena itu para peneliti tertarik untuk mengambil judul ini sehingga implementasi perilaku hidupnya sendiri dan sehat dapat dilakukan dengan benar dan sebagaimana mestinya.

### **Sampah Organik**

Limbah organik sebenarnya diklasifikasikan sebagai limbah ekologis karena secara alami dapat terurai oleh mikroba, tetapi dekomposisi alami membutuhkan waktu. Jadi ketika limbah organik tidak diproses dengan cepat dan menumpuk, itu dapat menyebabkan aroma yang tidak menyenangkan. Misalnya, dalam penghapusan limbah ada buah dan sayuran busuk dalam jumlah yang sangat besar. Tanpa dituntut, buah-buahan dan sayuran dapat rusak, tetapi luangkan waktu. Dalam proses dekomposisi alami umumnya menyebabkan aroma busuk. Dengan intervensi manusia, proses dekomposisi menjadi lebih cepat. Dan tanpa menyadarinya, limbah organik yang diproses dengan benar dapat menjadi nilai ekonomi.

Limbah organik dibagi menjadi dua kelompok, yaitu:

#### **1. Limbah organik basah**

Limbah organik basah adalah limbah organik yang memiliki kadar air yang cukup tinggi. Contoh dari jenis limbah organik ini adalah sayuran, kulit buah, buah busuk dan sejenisnya. Kadar air yang tinggi di tempat sampah adalah apa yang membuat sampah membusuk dengan cepat.

#### **2. Limbah organik kering**

Jenis limbah ini adalah limbah organik yang kadar airnya kecil. Misalnya, kayu,

potongan-potongan, daun kering dan sebagainya.

Sebagian besar limbah organik sulit diproses lagi, sehingga terbakar lebih sering untuk menghancurkannya. Ketika, pada kenyataannya, ada beberapa limbah organik kering yang dapat digunakan untuk kerajinan tangan. Jangan berpikir bahwa hanya limbah anorganik yang dapat digunakan sebagai bahan artisanal. Contoh kerajinan limbah organik adalah rasion, bambu, dll. yang diproses dalam beberapa kerajinan. Tidak hanya itu, sampah makanan laut di pantai juga dapat digunakan untuk kenangan. Sisa kayu yang tidak digunakan juga dapat diproses dalam berbagai alat atau benda yang berguna. Semoga berhasil dengan kreatif dengan limbah organik kering.

Salah satu manfaat limbah organik yang diketahui adalah bahwa ia dapat diproses dalam kompos. Kompos adalah pupuk alami untuk tanaman. Meskipun manfaat ini telah diketahui secara luas, pada kenyataannya tidak banyak orang menggunakan limbah alami ini untuk kompos. Meskipun pemrosesan limbah organik dalam kompos tidak sulit, hanya tahapannya harus benar.

Selain kompos, limbah organik juga dapat diproses dalam biogas. Biogas yang dihasilkan mengandung kandungan seperti metana, karbon dioksida, nitrogen, hidrogen, hidrogen sulfida dan oksigen. Biogas diperoleh oleh bakteri bahan organik dalam kondisi hermetis.

Biogas yang berasal dari kotoran Tenak mengandung 60% gas metana. Produksi gas dapat dipengaruhi oleh jumlah bahan organik yang digunakan. Semakin besar bahan organik yang digunakan, semakin banyak gas terjadi. Kecepatan produksi gas juga dipengaruhi oleh kondisi fisik dan suhu. Bahan kering dan samar umumnya lebih panjang dari bahan basah dan halus. Sementara itu, suhu optimal adalah 32 - 37°C. Jumlah bakteri juga dapat mempengaruhi proses pembuatan biogas. Kelompok bakteri yang dibutuhkan untuk mempercepat pupuk.

Selain mengubahnya menjadi kompos, dan biogas Anda juga hanya dapat menanam



limbah organik di tanah untuk membuatnya bermanfaat lagi. Limbah organik yang akan terurai di tanah dapat memberikan nutrisi yang dapat membuat tanah subur dan tanaman menjadi lebih sehat.

Maka limbah organik juga dapat digunakan untuk makanan hewani. Mungkin yang Anda ketahui adalah bahwa limbah organik hanya dirancang untuk kambing, sapi, dan kerbau. Tapi sekarang limbah organik dapat diubah menjadi pelet untuk makanan ayam dan ikan. Dan warna sampah biologis berwarna hijau, sampah hijau diisi dengan limbah organik.

Pembuatan kompos atau pupuk Organik adalah metode untuk Konversi bahan organik menjadi bahan yang lebih sederhana menggunakan aktivitas mikroba. Proses pembuatan dapat dilakukan dalam kondisi aerobik dan anaerob. Pengomposan aerobik adalah dekomposisi bahan organik dengan adanya oksigen (udara), produk utama metabolisme biologis aerobik adalah karbonoksida, air, dan panas. Pengomposan anaerob adalah dekomposisi bahan organik tanpa menggunakan oksigen gratis; Produk akhir dari metabolisme anaerob adalah metana, karbon dioksida dan senyawa tertentu seperti asam organik. Pada dasarnya, pembuatan pupuk organik padat atau cair adalah dekomposisi saat menggunakan aktivitas mikroba, oleh karena itu, kecepatan dekomposisi dan kualitas kompos tergantung pada kondisi dan jenis mikroba aktif selama proses pengomposan. Kondisi optimal untuk aktivitas mikroba harus dipertimbangkan selama proses pengomposan, misalnya, aerasi, budaya media dan mikroba sumber makanan.

Adapun selain pupuk organik padat yaitu Pupuk organik cair adalah solusi untuk hasil dekomposisi bahan organik yang berasal dari residu tanaman, kotoran hewan dan manusia yang unsur nutrisi lebih dari satu elemen. Keuntungan dari pupuk organik cair ini adalah bahwa ia dapat dengan cepat mengatasi kekurangan nutrisi, tidak

bermasalah dalam pencucian nutrisi, dan mampu dengan cepat memberikan nutrisi.

Dibandingkan dengan pupuk cair bahan anorganik, pupuk organik cair umumnya tidak merusak tanah dan tanaman bahkan jika digunakan sesering mungkin. Selain itu, pupuk ini juga memiliki pengikat, sehingga solusi pupuk yang diberikan pada permukaan tanah dapat digunakan secara langsung. Di antara jenis pupuk organik cair adalah kotoran cair, padatan residu dan biogas manufaktur cair, serta pupuk cair dari limbah / limbah organik.

Pada dasarnya, limbah bahan organik dapat digunakan dalam pupuk dengan cara yang sama seperti limbah padat organik mengandung banyak nutrisi (N, P, K) dan bahan organik lainnya. Penggunaan pupuk limbah ini bisa membantu meningkatkan struktur dan kualitas tanah. Limbah organik tidak hanya dapat diubah menjadi kompos atau pupuk padat, tetapi juga diproduksi sebagai semprotan cair, tetapi alat yang diperlukan untuk membuat pupuk cair disusun. Ukuran komposter dapat disesuaikan dengan skala limbah. Untuk skala limbah keluarga kecil, dapat menggunakan komposter berukuran 20 hingga 60 liter. Sementara itu, dalam skala besar, seperti limbah catering, dapat menggunakan kompos berukuran 60 liter lebih. Fungsi komposter dalam udara cairan (ventilasi), mempertahankan kelembaban dan suhu, sehingga bakteri dan mikroorganisme dapat secara optimal menguraikan bahan organik. Selain itu, komposter memungkinkan aliran lindi dipisahkan dari bahan padat dan bentuk dalam pupuk cair.

### **Sampah Anorganik**

Limbah anorganik adalah limbah dari sumber daya alam yang tidak dapat diperbarui dan proses industri. Sumber daya tidak terbarukan termasuk minyak dan mineral. Sementara proses industri adalah sumber limbah non-organik seperti plastik dan aluminium. Jenis – jenis limbah anorganik yaitu botol kaca, botol plastik, bungkus makanan ringan,



kantong plastic, kaleng, kertas, kain, keramik, logam, dan deterjen.

### **Ciri – ciri Limbah Anorganik**

Karakteristik utama limbah anorganik atau non -alami tidak mudah dipecah. Dengan kata lain, limbah anorganik ini akan membutuhkan jangka panjang dalam proses disintegrasi dan dekomposisi alami. Faktanya, jenis limbah tertentu membutuhkan beberapa dekade sehingga mereka dapat membusuk dalam zat yang lebih kecil, elemen atau partikel, seperti limbah plastik di bawah laut.

Kemudian, karakteristik limbah anorganik diperoleh atau dibuat dari manufaktur atau sintesis. Misalnya, polystyrene yang limbah anorganiknya terbuat dari campuran bahan sintetis, seperti polystyrene dan gas CFC yang dapat dikeluarkan oleh kedua bahan dan mempersempit lapisan ozon atau O<sub>3</sub>.

Karakteristik selanjutnya dari limbah anorganik adalah dapat diobati dengan proses daur ulang. Meskipun limbah anorganik tidak mudah dipecah seperti yang dijelaskan dalam karakteristik pertama, tetapi limbah ini dapat diobati dengan proses daur ulang, perawatan baik untuk kebutuhan lain atau diubah menjadi elemen baru yang tentu saja lebih berguna. Misalnya, botol plastik dapat diubah menjadi kerajinan dan digunakan sebagai pot tanaman atau semacamnya.

### **Dampak Negatif Limbah Anorganik Ditimbun di Tanah**

Limbah anorganik yang dikejar oleh terkubur juga dapat memiliki dampak yang buruk, yaitu polusi tanah. Air tanah dapat mengandung racun karena tanah telah dicampur dengan berbagai jenis limbah anorganik yang memiliki kandungan zat atau zat beracun.

Sampai akhirnya, keseimbangan ekosistem juga terganggu dan berdampak pada pertumbuhan tanaman. Berharap bahwa limbah anorganik di tanah tidak akan membuat limbah menghilang atau menghilang, melainkan menyebabkan masalah. Selain itu, kesuburan tanah telah terganggu, yang sampai pada akhirnya

dampak buruk atau negatif kembali kepada manusia. Oleh karena itu, sangat penting untuk memperhatikan limbah anorganik ini dan memperhatikan dan memikirkan masalah ini dengan serius dan hati -hati.

### **Manfaat Limbah Anorganik**

Ada beberapa limbah anorganik yang dapat diolah dan didaur ulang dan proses ramah lingkungan sehingga dapat digunakan kembali. Lalu ada keuntungan signifikan dari limbah anorganik yang Anda butuhkan dan kita semua tahu itu. Berikut adalah beberapa keuntungan dari limbah anorganik bagi kehidupan manusia, khususnya.

1. Limbah anorganik sebagai bahan dasar untuk membuat kerajinan tangan

Di era yang semakin modern ini, tangan kreatif telah muncul dari penduduk Indonesia dan dunia sehingga mereka sudah mulai melihat dan mempertimbangkan keuntungan atau penggunaan limbah anorganik ini. Keuntungan dari limbah anorganik pertama, yang dapat digunakan sebagai bahan untuk membuat kerajinan atau kerajinan.

2. Dapat digunakan kembali (dapat digunakan kembali)

Istilah yang dapat digunakan kembali berarti bahwa limbah anorganik atau bahan serupa tidak perlu dilemparkan. Dengan kata lain, jenis limbah ini pada akhirnya tidak menjadi berbeda, tetapi dapat bermanfaat dan digunakan kembali tanpa perlu dihapus. Misalnya, kardus digunakan. Karton yang digunakan saat dilemparkan, tentu saja, kardus akan menjadi salah satu bahan atau limbah anorganik yang dapat mencemari lingkungan.

Langkah-langkah dalam pengelolaan limbah anorganik dimulai dengan seleksi atau pemisahan limbah bio dan anorganik dengan menyediakan organik dan Anorganik di setiap



rumah terlahir kembali Kegiatan penggunaan limbah lagi, terdiri dari:

1. Penggunaan limbah organik, seperti pengomposan (pengomposan). Limbah yang mudah dibusuk dapat dikonversi menjadi pupuk kompos yang ramah lingkungan untuk melestarikan fungsi daerah wisata.
2. Penggunaan limbah anorganik, baik secara langsung maupun tidak langsung. Penggunaan langsung, misalnya membuat keahlian. Terbuat dari produk bekas atau kertas daur ulang. Sementara penggunaan kembali tidak langsung, misalnya penjualan produk bekas Seperti kertas, plastik, kaleng, koran, botol, gelas dan botol bekas air botol. Situs eliminasi limbah akhir Dengan pengelolaan limbah yang baik, limbah akhir yang tersisa benar-benar Tidak dapat lagi digunakan hanya dengan  $\pm 10\%$ . Kegiatan ini tentu saja Hanya akan mengurangi biaya transportasi limbah untuk manajer regional, juga mengurangi area kebutuhan ruang untuk lokasi TPS meminimalkan masalah limbah yang saat ini dihadapi oleh banyak orang pemerintah lokal.

Prinsip-prinsip yang diterapkan dalam penggunaan limbah anorganik (4R): sebuah.

1. Mengurangi (mengurangi); Sebisa mungkin, meminimalkan barang atau bahan yang kami gunakan. Semakin banyak kita menggunakan peralatan, semakin banyak limbah.
2. Diproduksi. Lahir Reuse (reuse); Sebisa mungkin, pilih elemen yang bisa penggunaan kembali. Hindari menggunakan barang sekali pakai (sekali pakai, santai). Ini dapat memperpanjang waktu untuk menggunakan barang sebelum menjadi limbah.
3. Daur ulang (daur ulang); Sebanyak mungkin, elemen yang tidak lagi berguna Sekali lagi, itu bisa didaur ulang. Tidak

semua item dapat didaur ulang, tapi sekarang Banyak industri dan industri rumah tangga yang tidak formal yang menggunakan limbah menjadi elemen lain. Teknologi daur ulang, terutama untuk limbah plastik, sampah Limbah kaca dan logam adalah respons terhadap upaya memaksimalkan Bahan setelah menjadi sampah, untuk dikembalikan ke siklus daur ulang peralatan.

### **Warna Tong Sampah Anorganik**

Tong Sampah nya berwarna hijau, tempat sampah hijau ini digunakan sebagai pupuk kompos seperti daun, sayuran, dll. Keberadaan tempat ini dapat mempercepat pembuatan kompos karena telah dipisahkan oleh anorganik atau B3.

### **Jajanan Sehat**

Kesehatan anak sekolah sangat Prioritas saat ini, hasil sensus Warga diperoleh pada tahun 2013 bahwa kelompok usia anak sekolah di Indonesia dengan total sekitar 66 juta orang atau 28% dari populasi Secara umum di Indonesia. Usia anak Sekolah adalah kelompok umur itu rentan terhadap nutrisi dan rentan terhadap penyakit ini, Terutama penyakit menular Di periode perkembangan anak Sekolah ini adalah tanggung Perkembangan saat anak dimulai Menjauhlah dari kelompok keluarga dan Mulailah fokus pada kelompok umur usia yang lebih luas. Salah satu Itu harus diperhitungkan saat ini Makan kebiasaan makan anak –anak Secara tidak sengaja dipelajari melalui proses pendidikan. Mereka juga Mulailah memilih dan membeli Menu makanan sendiri. Anak-anak mulai menyadari bahwa makanan itu Baik sehat dan bergizi untuk kesehatan tubuh Anda, tetapi mereka tidak tahu lagi tentang bagaimana proses dapat terjadi dalam tubuh.

Pemilihan makanan ringan adalah manifestasi perilaku. Sementara faktor -faktor yang mempengaruhi pembentukan perilaku dalam bentuk faktor internal dan eksternal. Pengetahuan adalah faktor internal yang memengaruhi pemilihan makanan ringan.



Pengetahuan ini mencakup pengetahuan nutrisi tentang makanan, kecerdasan, persepsi, emosi dan motivasi dari luar negeri.

Faktor-faktor yang mendukung pemilihan makanan dibagi menjadi tiga, yaitu, faktor-faktor yang terkait dengan makanan, faktor pribadi yang terkait dengan pengambilan keputusan pemilihan faktor makanan dan sosial ekonomi. Dari tiga faktor, faktor-faktor tersebut, termasuk faktor eksternal, adalah faktor yang terkait dengan makanan, yaitu nutrisi pangan dan komponen kimia yang terkandung dalam faktor makanan dan ekonomi, yaitu harga, merek, ketersediaan dan lingkungan. Sementara yang termasuk dalam faktor internal adalah faktor yang terkait dengan personel yang terdiri dari persepsi sensorik.

Indikator perilaku hidup yang bersih dan sehat yang harus dipertimbangkan di anak-anak sekolah mengkonsumsi camilan sehat di kantin sekolah yang dapat memberikan makna dan keuntungan jika makanan yang disediakan memiliki nutrisi, sehat dan cocok untuk dikonsumsi oleh anak sekolah untuk membentuk kualitas dari kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) dan Tingkat Kesehatan Siswa. Saat ini, makanan ringan sekolah semakin beragam makanan ringan tradisional dengan makanan ringan modern sehingga mereka dapat menarik siswa untuk mengkonsumsi makanan ringan sekolah. Ketersediaan camilan sehat dan tidak sehat di sekolah memengaruhi pemilihan makanan ringan pada anak-anak. Anak-anak akan lebih cenderung membeli makanan ringan yang paling dekat dengan keberadaan mereka. Akibatnya, makanan ringan yang sehat harus tersedia di rumah atau di lingkungan sekolah sehingga akses anak-anak ke makanan ringan yang sehat dijamin.

Ketersediaan camilan sehat adalah salah satu faktor untuk menentukan pemilihan camilan sehat (Hang, et al, 2007). Badan POM telah menerima kunjungan KPAI yang terkait dengan kerja sama dalam bentuk sosialisasi dan advokasi untuk makanan ringan makanan sehat di lingkungan sekolah. Kepala Badan POM, Bpk. Dr. Roy A. Sparringa, yang ditemani oleh Direktur Pengawasan dan

Nasihat tentang Keamanan Pangan, Tn. Halim Nababan, MM dan Badan POM dengan hangat menyambut kedatangan tim KPAI untuk mengunjungi di Kantor Pusat Pom. Upaya untuk mengawasi makanan ringan makanan adalah bentuk upaya untuk menangani masalah makanan yang dikonsumsi oleh siswa sekolah Indonesia, karena kasus dominan anak-anak yang diracuni di sekolah adalah karena makanan yang dijual oleh makanan ringan yang bukan higienis untuk memenuhi kebersihan kebersihan tersebut dan standar kesehatan. Pengawasan rendah dari makanan ringan ini memiliki dampak negatif pada kesehatan siswa, yang memiliki dampak buruk pada kesehatan tubuhnya di masa depan.

Pemilihan makanan ringan adalah manifestasi perilaku. Sementara faktor yang mempengaruhi pembentukan perilaku dalam bentuk faktor internal dan eksternal. Pengetahuan adalah faktor internal yang memiliki pengaruh pada pemilihan makanan ringan. Pengetahuan ini mencakup pengetahuan nutrisi tentang makanan, kecerdasan, persepsi, emosi dan motivasi dari luar.

Faktor-faktor yang mendukung pemilihan makanan dibagi menjadi tiga, yaitu faktor-faktor yang terkait dengan makanan, faktor pribadi yang terkait dengan pemilihan faktor pengambilan keputusan dan sosial-ekonomi. Di antara tiga faktor, faktor-faktor seperti faktor eksternal terkait dengan makanan, yaitu nutrisi pangan dan komponen kimia yang terkandung dalam faktor makanan dan ekonomi, yaitu harga, merek, ketersediaan dan lingkungan. Sementara yang termasuk dalam faktor internal adalah faktor pribadi yang terdiri dari persepsi sensorik.

Indikator perilaku hidup yang bersih dan sehat yang harus dipertimbangkan di anak-anak sekolah mengkonsumsi camilan sehat di kantin sekolah yang dapat memberikan makna dan keuntungan jika makanan yang disediakan memiliki nutrisi, sehat dan cocok untuk dikonsumsi oleh anak sekolah untuk membentuk kualitas dari kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) dan Tingkat Kesehatan Siswa Saat ini, makanan



ringan sekolah semakin beragam makanan ringan tradisional dengan makanan ringan modern sehingga mereka dapat menarik siswa untuk mengkonsumsi makanan ringan sekolah. Ketersediaan camilan sehat dan tidak sehat di sekolah memengaruhi pemilihan makanan ringan pada anak-anak. Anak-anak akan lebih cenderung membeli makanan ringan yang paling dekat dengan keberadaan mereka. Akibatnya, makanan ringan yang sehat harus tersedia di rumah atau di lingkungan sekolah sehingga akses anak-anak ke makanan ringan yang sehat dijamin.

Anak-anak sekolah cenderung dapat memilih makanan yang mereka sukai dan tidak. Anak-anak memiliki sifat makanan yang berubah. Seringkali anak-anak memilih makanan buruk, terutama jika mereka tidak dipandu oleh orang tua mereka. Selain itu, anak-anak menghabiskan lebih sering di luar rumah sehingga anak-anak sering menemukan berbagai makanan ringan yang dijual di sekitar sekolah, bermain lingkungan atau teman. Anak-anak sekolah dasar selalu ingin mencoba makanan yang baru saja ia kenal. Dalam pemilihan makanan ringan, ada juga beberapa cara untuk memilih makanan ringan yang sehat, khususnya 1) dengan menghindari makanan ringan yang dijual saat dibuka, kotor dan tercemar, tanpa penutupan dan tanpa kemasan, 2) dengan memilih dan membeli hanya makanan ringan yang terjual di tempat-tempat bersih dan jernih terlindungi dari matahari, debu, hujan, angin dan asap kendaraan mesin, 3) Pilih tempat yang bebas dari serangga dan limbah, 4) menghindari makanan yang dibungkus kertas bekas atau koran, 5) membeli makanan kemasan dengan kertas, plastik atau kemasan bersih dan aman lainnya, 6) menghindari makanan yang mengandung makanan sintesis yang berlebihan atau melarang bahan tambahan dan makanan berbahaya dan makanan berbahaya yang berbahaya atau melarang makanan berbahaya dan makanan berbahaya yang berbahaya atau melarang makanan berbahaya dan berbahaya yang berbahaya dan melarang makanan berbahaya dan melarang makanan

berbahaya yang melarang melarang melarang makanan berbahaya.

Jenis camilan, dalam bentuk camilan ringan yang sering ditambahkan oleh BTM (aditif makanan) untuk meningkatkan aroma, tekstur, rasanya, Pengamatan dan waktu penyimpanan makanan Sebagian besar makanan ringan yang dikonsumsi mengandung garam dan kalori tinggi. Camilan itu tidak baik untuk kesehatan karena tidak terisi dan tidak memberikan nutrisi yang memadai. Jika camilan dikonsumsi secara berlebihan dan tidak mengenali waktu yang akan beradaptasi dengan obesitas, Kebiasaan makan makanan yang tidak sehat akan menyebabkan masalah kesehatan. Gangguan ini dalam bentuk gejala Pusing dan mual ringan, atau serius seperti muntah, kram otot, diare, kesalahan dan sampai kematian mereka. Gangguannya disebabkan oleh keracunan makanan yang memiliki dampak negatif pada konsumen dengan produsen / industri.

Kebiasaan cemilan pada anak-anak sekolah dasar seperti dua sisi koin. Bagus dan buruk bergandengan tangan karena banyak bahan kimia yang digunakan bertentangan dengan tubuh yang sama dengan makanan, formalin, dan masih ada banyak zat lain. Selain itu, camilan ini diperlukan sebagai makanan tambahan anak. Keterampilan anak-anak dalam memilih makanan ringan di sekolah adalah faktor penting untuk mendapatkan makanan yang sesuai dengan kebutuhan Anda dan memenuhi persyaratan kesehatan. Anak-anak sekolah dasar adalah jenis yang sangat beragam, yang paling sering ditemukan termasuk otak, tahu goreng, mie bakso dengan saus, sirup es, sate sosis dengan saus, empek-empek dan lainnya. Makanan ringan yang kebersihannya tidak dapat dikendalikan oleh sekolah dan tidak dilindungi dan terkontaminasi oleh debu dan kotoran yang mengandung telur cacing, bakteri atau mikroorganisme lainnya dapat menjadi sumber penularan infeksi kekhawatiran, disentri dan infeksi penyakit lainnya pada anak-anak. Selain tangan, penularan penyakit juga bisa melalui makanan



dan minuman, terutama makanan ringan yang tidak dikemas dan tidak tertutup rapat.

Berikut ini contoh beberapa jajanan sehat : keju, popcorn, pisang coklat, kue, salad buah dan sayur, martabak mini

Manfaat memilih makanan ringan yang sehat yaitu tidak dapat menyebabkan obesitas, tidak menyebabkan gangguan pencernaan, booster kelaparan yang sehat, meningkatkan kinerja otak dan dapat meningkatkan energi.

**METODE**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif, metode kualitatif sering disebut dengan metode naturalistik karena penelitiannya dilakukan secara alami tanpa dibuat-buat, metode kualitatif ini terfokus pada tujuan untuk memahami subjek penelitian secara intim.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian ini dilaksanakan di SD IT ASHABUL KAHFI pada siswa kelas V. Data penelitian ini terdiri dari sebelum test dan sesudah test tentang materi PHBS. Dalam penelitian ini, peneliti memperoleh data dari hasil sebelum test dan sesudah test, kedua test ini berfungsi untuk mengukur sampai mana keaktifan program pembelajaran. Dan melakukan pengambilan data sebelum peneliti menjelaskan materi yang akan disampaikan. Tujuan dari mengambil data sebelum dijelaskannya materi untuk mengetahui atau membandingkan pengetahuan siswa kelas v dari sebelum di jelaskan dan sesudah dijelaskan.

Setelah uji coba dari sebelum materi dijelaskan dari 16 soal kuesioner yang telah diberikan kepada siwa kelas V, dan telah diketahui hasilnya maka dapat disimpulkan bahwa siwa kelas V kurang mengetahui dan memahami tentang arti dari PHBS. Dan untuk memberikan gambaran yang lebih jelas dari data penelitian dapat dilihat dari table berikut ini.

**Sebelum**

	A	B	C	D	E	F	G	H
	NO	PENYATAAN	SANGAT SETUJU	SETUJU	RAGU - RAGU	TIDAK SETUJU	SANGAT TIDAK SETUJU	JUMLAH
1	1	Saya mengetahui tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat PHBS	10	20	0	0	0	30
2	2	Saya mengetahui cara untuk mencuci tangan an. baik dan benar.	16	11	1	0	0	30
3	3	Saya sudah bisa menerapkan cara mencuci tangan baik dan benar /laga	16	9	3	2	0	30
4	4	laga (teman-teman) sekolah sudah mengetahui tentang cara mencuci tangan yang baik dan benar	14	12	4	0	0	30
5	5	Alat-alat untuk mencuci tangan (air, sabun) cuci tangan sudah tersedia di sekolah	21	7	0	1	0	29
6	6	Saya mengetahui cara untuk menjaga kebersihan di kamar mandi.	11	15	4	0	0	30
7	7	Saya sudah ikut menjaga kebersihan di kamar mandi.	9	16	5	0	0	30
8	8	laga (teman-teman) sudah membantu untuk menjaga kebersihan kamar mandi sekolah	11	14	3	1	1	30
9	9	tersedia kamar mandi yang bersih dan sehat di sekolah	20	10	0	0	0	30
10	10	Saya mengetahui tentang macam-macam sampah organik.	4	13	11	3	0	31
11	11	Saya mengetahui tentang macam-macam sampah anorganik.	3	13	12	1	1	30
12	12	Saya sudah membuang sampah pada tempatnya	15	13	2	0	0	30
13	13	Sekolah sudah menyediakan tempat pembuangan sampah	22	6	2	0	0	30
14	14	Saya masih melihat sampah berceceran di lingkungan sekolah	5	6	6	11	2	30
15	15	Saya masih sering melihat teman-teman membuang sampah sembarangan di lingkungan sekolah	4	7	8	7	4	30
16	16	Saya menegur teman yang membuang sampah sembarangan di sekolah	16	6	3	4	1	30

**Hasil Pengolahan Data Sebelum**

Dan hasil dari uji coba sesudah dan sebelum dijelaskannya materi adalah siswa dari kelas V sudah meningkat dan memahami arti dari PHBS, dan sudah mulai ingin mengetahui lebih dalam lagi tentang PHBS, Dan untuk memberikan gambaran yang lebih jelas lagi dari data penelitian dapat dilihat dari table dibawah ini.

**Sesudah**

	Column 1	Column 2	Column 3	Column 4	Column 5	Column 6
1						
2	Column 1	1				
3	Column 2	-0.31218	1			
4	Column 3	-0.83007	0.013199	1		
5	Column 4	-0.49921	-0.53737	0.396304	1	
6	Column 5	-0.54103	-0.40048	0.431933	0.76519	1
7	Column 6	-0.49242	0.265295	0.54727	0.117141	0
						1

**Hasil Pengolahan Data Sesudah**

Berdasarkan analisis data telah terbukti bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah dijelaskan materi untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada materi PHBS di kelas v SD IT ASHABUL KAHFI. Hal yang menyebabkan metode sesudah dijelaskan materi ini lebih memiliki peningkatan yang tinggi dibandingkan dengan metode sebelum dijelaskan materi dikarenakan metode sesudah dijelaskan ini lebih membawa siswa aktif di dalam pebelajaran dan diberikan contoh-contoh kasus dari PHBS dan dimana siswa dilatih



untuk mencari dan menemukan masalah yang ada disekitar sekolah. sedangkan pada metode sebelum dijelaskan siswa hanya terpaku pada kuesionernya saja dan siswa kurang aktif dalam pembelajaran.

## SIMPULAN

Pengetahuan tentang kebersihan pribadi diperlukan oleh setiap individu untuk mencapai gaya hidup yang sehat dan makmuran serta memperoleh kesehatan yang optimal, dengan merawat kesehatan pribadi. Saat ini, sekolah tidak hanya menyediakan layanan dalam bentuk pendidikan umum, tetapi juga menawarkan pendidikan tentang perilaku bersih dan sehat (PHBS). Perilaku ini harus diterapkan pada semua kelompok orang, termasuk anak-anak sekolah. Banyak faktor yang mempengaruhi perilaku bersih dan sehat, seperti kebiasaan di rumah, lingkungan masyarakat, sekolah, guru yang tidak memberikan contoh atau manifestasi dan anak-anak itu sendiri.

Pengetahuan yang perlu disampaikan adalah terkait pengertian dari Perilaku Hidup Bersih dan Sehat itu sendiri. Selain itu hal-hal kecil yang perlu dibiasakan juga turut menjadi materi yang perlu disampaikan, contohnya, bagaimana cara mencuci tangan, menjaga kebersihan lingkungan sekolah, kebersihan rumah dan juga, kebersihan kamar mandi. Para siswa juga dihimbau agar tidak membuang sampah sembarangan dan diajarkan cara untuk mengolah sampah. Membedakan jenis sampah organik dan juga sampah anorganik. Yang terakhir, para siswa juga diajarkan kebiasaan untuk mengkonsumsi jajanan sehat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aein, S.N. (2021). Mengulas Sampah Anorganik dari Pengertian hingga Dampak Negatifnya
- Herianti. (2013). From Trans To Transhion 25 Kreasi Limbah Plastik
- Huda, N. . (2021). Implementasi Pendidikan Karakter Selama Learning From Home

Di Sekolah Dasar. Berajah Journal, 1(3), 111–116.

<https://doi.org/10.47353/bj.v1i3.29>

Iklima, Nurul. (2017). Gambaran Pemilihan Makanan Jajanan Pada Anak Usia Sekolah Dasar. Jurnal Keperawatan. Volume 5 Nomor 1.

James J. H. Paulus. (2020). Buku Ajaran Pencemaran Laut.

Putri, N.H. (2020). Limbah Anorganik Ada di Sekitar Kita , Ini Jenis dan Cara Tepat Mengolahnnya.

Saifuddin, A. (2018). Empat Jenis Tempat Sampah Yang Perlu Diketahui. Jakarta.

Thoyib Nur, Ahmad Rizali Noor, Mutia Elma (2016). Pembuatan pupuk organik cair darisampah organik rumah tangga.

Yunita Sari, H. . (2022). Peningkatan Kemampuan Literasi Melalui Media Komik Kartun Bersambung Dengan Pendekatan Kontekstual Pada Anak Adhd (Attention Deficit Hyperactivity Disorder). Berajah Journal, 2(4), 889–898.

<https://doi.org/10.47353/bj.v2i4.176>

