

## Peran Orangtua untuk Meningkatkan Literasi Kesehatan dan Perilaku Hidup Bersih Sehat Anak Usia Dini

Luluk Asmawati

Universitas Sultan Ageng Tirtayasa  
lulukasmawati@untirta.ac.id

---

### Article History

accepted 1/3/2025

approved 1/4/2025

published 1/6/2025

---

### Abstract:

*Empowering parents as the main agents in forming a healthy lifestyle from an early age was very necessary. The study was to analyze the role of parents in improving health literacy and clean and healthy living behavior in early childhood. Naturalistic qualitative research method. Observation data collection technique. Descriptive analysis data analysis technique. Findings: (1) health literacy: eating breakfast before going to school was good, bringing fruit or vegetable supplies good, doing sports very good, drinking water every day 1200-1600 ml very good, resting 10-13 hours every day and being taken by mother to the integrated health post very good; (2) clean and healthy living behavior: children wash their hands with soap very good, brush their teeth, clean their nails very good, take a bath at least 2 times a day, toilet training, throwing garbage in its place were very good. Conclusion: health literacy in early childhood; clean and healthy living behavior were very good.*

*Keywords: the role of parents, health literacy and clean and healthy living behavior, early childhood*

### Abstrak:

Pemberdayaan orangtua sebagai agen utama pembentukan pola hidup sehat sejak dini sangat diperlukan. Tujuan penelitian menganalisis peran orangtua meningkatkan literasi kesehatan dan perilaku hidup bersih sehat anak usia dini. Metode penelitian kualitatif naturalistik. Teknik pengumpulan data observasi. Teknik analisis data deskriptif analisis. Temuan-temuan: (1) literasi kesehatan: makan pagi sebelum ke sekolah baik, membawa bekal buah atau sayur baik, melakukan olah raga sangat baik, minum air setiap hari 1200-1600 ml sangat baik, istirahat 10-13 jam setiap hari sangat baik, diantar ibu ke posyandu sangat baik; (2) perilaku hidup bersih dan sehat: anak mencuci tangan dengan sabun sangat baik, menggosok gigi sangat baik, membersihkan kuku sangat baik, mandi minimal 2 kali sehari sangat baik, toilet training sangat baik, membuang sampah di tempatnya sangat baik. Kesimpulan literasi kesehatan anak usia dini sangat baik; perilaku hidup bersih dan sehat sangat baik.

**Kata kunci:** peran orangtua, literasi kesehatan dan perilaku hidup bersih sehat, anak usia dini

---



## PENDAHULUAN

Kesadaran literasi kesehatan pada anak usia dini terus meningkat. Hal ini karena peran orangtua dan media komunikasi digital membantu fasilitasi belajar literasi kesehatan untuk anak usia dini. Indeks kesehatan di Indonesia prosentase angka mencapai 62,8% (Muhamad Chanif Miftahuddin; Jeremy Hans Budiyanto; Fery Dewanto, 2024). Indeks ketahanan kesehatan Indonesia berada di peringkat ke 30 di dunia. Undang-undang Nomor 36 tahun 2009 tentang tujuan pembangunan kesehatan di Indonesia merupakan suatu tingkatan pemahaman serta keahlian hidup sehat untuk setiap orang dalam mewujudkan derajat kesehatan yang tinggi sebagai investasi pembangunan sumber energi manusia yang produktif secara sosial maupun ekonomi (Departemen Kesehatan RI, 2009). Hidup sehat mengkonsumsi makanan bergizi dan nutrisi yang bagus harus dimulai sejak dini. Gizi dihubungkan dengan kesehatan tubuh, yaitu untuk menyediakan energi, membangun, memelihara jaringan tubuh dan mengatur proses-proses kehidupan dalam tubuh. Gizi yang baik mendukung perkembangan otak, kemampuan belajar, dan produktivitas belajar (Supriasa, 2016). Anak usia dini memerlukan keseimbangan asupan gizi yang baik untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan hidupnya secara optimal melalui literasi kesehatan.

Peran orangtua sebagai figur teladan membentuk perilaku hidup sehat anak usia dini (Apriliani, 2021). Perilaku kesehatan orang tua secara langsung dan tidak langsung ditiru oleh anak. Orangtua perlu membangun kebiasaan hidup bersih sehat dalam keluarga. Orangtua membentuk dan meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku literasi kesehatan dan perilaku hidup bersih sehat untuk anak usia dini. Orangtua melatih pembiasaan rutin dan konsisten, pemantau pertumbuhan dan perkembangan anak. Literasi kesehatan mencakup kemampuan untuk memperoleh, memahami, dan menggunakan informasi kesehatan dalam mengambil keputusan yang tepat demi kesejahteraan anak.

Literasi kesehatan merupakan kemampuan seseorang dalam memahami informasi bidang kesehatan. Literasi kesehatan yaitu kemampuan seseorang untuk memproses, memahami, memperoleh sebuah informasi kesehatan serta kebutuhan pelayanan agar dapat mengambil suatu keputusan yang tepat (Megawati, 2023); (Achmad Fachrurrazi; Ervin Nurul Affrida, 2023). Literasi kesehatan anak usia dini dilakukan oleh orangtua di rumah dan guru di sekolah melalui bermain dan belajar yang dapat merangsang kreativitas dan inovasi dalam hidup bersih dan sehat. Hidup bersih dan sehat harus melalui pembiasaan, Latihan, keterampilan. Pengelolaan lingkungan yang bersih dan sehat juga mendukung literasi kesehatan anak. Perilaku hidup sehat serta bersih (PHBS) merupakan kumpulan sikap kesehatan yang diterapkan atas pemahaman dengan tujuan melindungi diri sendiri serta lingkungan sekitar (Harpiana Rahman; Zulkhair Burhan; Harnita Rahman; Nurul Hikmah B; Haeril Amir; Al Ikhsan Agus; Andi Surahman Batara; Harenal Daeng Toto, 2022); (Amrindono; Shepira Nurmalinda; Indah Nuraini, 2023). Anak-anak memerlukan perlindungan kesehatan. Perlindungan kesehatan dapat dijelaskan pada anak usia dini melalui kegiatan literasi kesehatan. Kegiatan literasi kesehatan, misalnya praktik langsung pembiasaan hidup bersih dan sehat, menjaga kebersihan diri, menjaga kebersihan lingkungan, kerja bakti, membuang sampah di tempatnya, mandi minimal sehari 2 kali, membersihkan kamar tidur setiap pagi dan sore, mencuci tangan setelah bermain, bermain dengan teman sebaya, mencuci tangan setelah bermain dengan teman (Chairilisyah, 2023).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan, dan berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di masyarakat (Nining Khaeriyah; Lia Kurniawaty, 2021). PHBS juga dilakukan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, perilaku dan sikap melalui bina suasana (*social support*) dan pemberdayaan masyarakat (*empowerment*), serta pendekatan pimpinan (*advocacy*)

(Rina Herniyanti; Risky Febriani; Desri Yuwaldi; Tina Harirunisa; R.Veny Zulaini, 2023). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dilakukan oleh setiap individu, masyarakat, keluarga, kelompok sangat banyak, dimulai dari bangun tidur hingga tidur kembali pun harus dapat dan terbiasa untuk bersih-bersih terlebih dahulu. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan sekumpulan perilaku yang kemudian dipraktekkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan individu, masyarakat, keluarga, kelompok dapat menolong dirinya sendiri dengan cara membersihkan seluruh anggota tubuh, cuci tangan sebelum makan dan sebagainya yang dapat meningkatkan kembali taraf hidup dan kesehatan, serta berperan aktif dalam mewujudkan derajat kesehatan masyarakat (Silvia Aulia; Ade Suparma, 2023); (Salim, 2024). Perilaku hidup bersih dan sehat harus melalui pembiasaan, terus-menerus, dipraktikkan langsung untuk meningkatkan kesehatan diri dan lingkungan.

Pertanyaan penelitian yaitu: (1) mengapa peran orangtua penting untuk meningkatkan literasi kesehatan dan perilaku hidup bersih sehat anak usia dini, (2) bagaimana pelaksanaan aktivitas perilaku hidup bersih dan sehat untuk anak usia dini? Tujuan penelitian ini untuk: (1) memberikan pengalaman, latihan, dan kesempatan anak untuk menerapkan literasi kesehatan dalam kehidupan sehari-hari di rumah dan di sekolah, (2) anak dapat melatih diri hidup bersih dan sehat setiap hari. Kebaruan penelitian ini yaitu desain pembelajaran literasi kesehatan disusun berdasarkan analisis konseptual menjaga kesehatan jasmani anak usia dini.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif naturalistik. Tahapan penelitian pra lapangan, lapangan, dan penyajian data hasil penelitian (Moleong, Lexy, 2010). Pra lapangan peneliti menyiapkan surat permohonan penelitian ke sekolah, peneliti menyiapkan lembar observasi. Pada tahap lapangan, peneliti melaksanakan, dokumentasi foto, video, observasi, dan wawancara kepada orangtua yang memiliki anak usia 4-6 tahun, selama 1 bulan. Dokumen hasil pengamatan dikumpulkan untuk dianalisis. Subjek penelitian sejumlah 101 orangtua anak usia dini 4-6 tahun. Lokasi penelitian di kota Serang. Waktu penelitian bulan Januari sampai Februari 2025.

Instrumen pengamatan literasi kesehatan untuk orangtua anak usia 4-6 tahun yaitu anak makan pagi sebelum ke sekolah, anak membawa bekal buah atau sayur, anak dapat melakukan aktivitas olah raga, anak minum 1200-1600 ml setiap hari, anak istirahat 10-13 jam setiap hari, anak diantar ibu ke posyandu setiap bulan. Instrumen pengamatan perilaku hidup bersih dan sehat meliputi: anak dapat mencuci tangan dengan sabun setelah melakukan aktivitas, anak dapat menggosok gigi dengan baik, anak dapat membersihkan kuku, anak mandi minimal 2 kali sehari, anak dapat toilet training, anak dapat membuang sampah di tempatnya. Skala penilaian Cukup 1-40; Baik 41-70; Sangat Baik 71-100. Teknik analisis data menggunakan analisis data deskriptif (Miles, 2014).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Hasil penelitian terdapat pada tabel 1 peran orangtua literasi kesehatan anak usia dini yaitu sangat baik dan tabel 2 perilaku hidup bersih dan sehat anak usia dini sangat baik. Berikut deksripsi temuan-temuan data hasil penelitian.

Tabel 1. Peran Orangtua Literasi Kesehatan Anak Usia Dini

Literasi Kesehatan Anak Usia Dini	Ya	Tidak	Hasil
Anak makan pagi sebelum ke sekolah	55% atau 56	45% atau 45	Baik
Anak membawa bekal buah atau sayur	63 atau 64	37% atau 37	Baik
Anak dapat melakukan aktivitas olah raga	72% atau 73	28% atau 38	Sangat Baik
Anak minum 1200-1600ml setiap hari	71% atau 72	30% atau 29	Sangat Baik
Anak istirahat 10-13 setiap hari	72% atau 73	28% atau 28	Sangat Baik
Anak diantar ibu posyandu setiap bulan	72% atau 73	28% atau 28	Sangat Baik

Berdasarkan data tabel 1. bahwa peran orangtua meningkatkan literasi kesehatan anak usia dini dapat dilaksanakan dengan hasil sangat baik. Orangtua hadir sebagai pendidik, pengasuh, dan perawat anak untuk meningkatkan literasi kesehatan anaknya.

Peneliti melakukan wawancara dengan subyek penelitian, wawancara terkait instrument butir 1 dan instrument butir 2. Instrumen butir 1 kesimpulan hasil wawancara bahwa orangtua menjelaskan tidak semua anak makan pagi sebelum ke sekolah, karena sebelum mandi pagi anak-anak yang minum susu satu gelas, ada orangtua yang tidak sempat memasak dan menyiapkan makan pagi karena tergesa-gesa berangkat ke kantor, ada sebagian orangtua menjawab anak sudah membawa makan berat dan snack. Instrumen butir 2 kesimpulan wawancara orangtua menjelaskan tidak sempat memasak sayur, pagi makan yang praktis dan cepat saji, buah harus keluar rumah untuk membeli alokasi dana keluarga terbatas dan anak kurang menyukainya. Hal ini karena anak belum terbiasa makan makanan sehat dan bergizi.

Tabel 2. Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat

Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat	Ya	Tidak	Hasil
Anak dapat mencuci tangan dengan sabun setelah melakukan aktivitas	85% atau 86	15% atau 15	Sangat Baik
Anak dapat menggosok gigi dengan baik	88% atau 89	12% atau 12	Sangat Baik
Anak dapat membersihkan kuku	90% atau 90	10% atau 11	Sangat Baik
Anak mandi minimal 2 kali sehari	90% atau 90	10% atau 11	Sangat Baik
Anak dapat toilet training sendiri	91% atau 91	9% atau 10	Sangat Baik
Anak dapat membuang sampah di tempatnya	92% atau 93	8% atau 8	Sangat Baik

Berdasarkan data di tabel 2 bahwa peran orangtua menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dengan hasil sangat baik. Orangtua menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di rumah mulai dari kegiatan yang paling dekat dengan kehidupan anak sehari-hari, mudah dilakukan anak, dan terus ditingkatkan melalui pendampingan orangtua.

Anak usia dini dapat dilatih untuk membiasakan diri hidup bersih dan sehat melalui berbagai aktivitas sederhana yang dilakukan secara konsisten setiap hari. Beberapa aktivitas tersebut antara lain mencuci tangan dengan sabun sebelum makan dan setelah bermain, menggosok gigi dua kali sehari, mandi secara teratur, memakai pakaian bersih, serta membuang sampah pada tempatnya. Selain itu, anak juga dapat diajak untuk mengenal makanan bergizi, pentingnya minum air putih, dan menjaga kebersihan lingkungan sekitar seperti merapikan mainan dan meja makan setelah digunakan. Keterlibatan aktif orangtua dan pendidik sangat diperlukan dalam

membimbing serta memberikan contoh perilaku hidup bersih dan sehat agar menjadi kebiasaan yang tertanam sejak dini.

### **Pembahasan**

Tujuan literasi kesehatan anak yaitu memberikan pengalaman, latihan, dan kesempatan anak untuk menerapkan literasi kesehatan dalam kehidupan sehari-hari di rumah dan di sekolah. Literasi kesehatan anak usia dini pada instrumen anak dapat melakukan aktivitas olahraga, minum 1200-1600ml setiap hari, istirahat 10-13 jam setiap hari, ibu mengantar ke posyandu setiap bulan untuk memantau pertumbuhan dan perkembangan anak pada kriteria sangat baik. Hal ini karena peran orangtua sebagai pengasuh dan perawat anak usia dini mampu memberikan dukungan yang positif, pengawas yang bijak, komunikator yang efektif, dan pengawas yang bijak bagi anak (Esti Widiani; Nurul Hidayah; Lucia Retnowati; Nurul Pujiastuti, 2023); (Yan-yan Nurjani; Ela Novianti, 2023). Instrumen makan pagi sebelum ke sekolah dan membawa bekal buah atau sayur pada kriteria baik. Penelitian makan pagi dapat meningkatkan perkembangan fungsi kognitif, perkembangan fisik dan energi, perkembangan sosial, perkembangan emosi pada anak. Perkembangan fungsi kognitif jika anak makan pagi makan glukosa darah meningkat sehingga mendukung fungsi kerja otak anak. Anak-anak yang mengonsumsi sarapan menunjukkan peningkatan dalam tes memori jangka pendek dan kemampuan perhatian dibandingkan anak-anak yang tidak sarapan (Benton, 1998). Anak-anak yang sarapan memiliki perhatian dan performa memori jangka pendek yang lebih baik. Selain itu, konsumsi sarapan secara teratur berhubungan dengan hasil akademik yang lebih tinggi (Hoyland, A., Dye; Lawton, 2009). Makan pagi memberikan dampak perkembangan sosial dan emosi yaitu suasana hati dan perilaku. Anak-anak yang tidak sarapan cenderung lebih cepat lelah, mudah marah, dan kurang fokus di kelas. Sarapan berkualitas tinggi dapat meningkatkan suasana hati dan fungsi kognitif secara keseluruhan (Adolphus, K.; Lawton C.L. dan Dye, 2013).

Konsumsi buah dan sayur secara rutin sangat penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal anak usia dini. Buah dan sayur mengandung berbagai vitamin, mineral, serat, dan antioksidan yang berperan dalam menjaga kesehatan tubuh, mendukung pertumbuhan fisik, serta meningkatkan fungsi sistem imun dan perkembangan otak (WHO, 2020). Buah dan sayur kaya akan vitamin A, C, K, asam folat, dan berbagai mineral seperti kalium dan magnesium. Nutrisi ini penting untuk mendukung perkembangan otak, pembentukan sel, dan sistem imun anak. Kekurangan mikronutrien ini dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan, penurunan fungsi kognitif, dan peningkatan risiko infeksi. Menjaga berat badan ideal dan mencegah obesitas. Buah dan sayur rendah kalori dan tinggi serat, sehingga membantu anak merasa kenyang lebih lama dan mencegah konsumsi makanan berkalori tinggi lainnya. Hal ini dapat mengurangi risiko obesitas, meningkatkan kesehatan pencernaan dan sistem imun. Serat yang terkandung dalam buah dan sayur membantu menjaga kesehatan saluran pencernaan, mencegah sembelit. Kandungan antioksidan, dan fitonutrien membantu meningkatkan daya tahan tubuh anak terhadap penyakit.

Tujuan PHBS anak dapat melatih diri hidup bersih dan sehat setiap hari. Kebaruan penelitian ini yaitu desain pembelajaran literasi kesehatan disusun berdasarkan analisis konseptual menjaga kesehatan jasmani anak usia dini. Perilaku hidup bersih sehat, yaitu dengan cara menjaga kebersihan lingkungan maupun kebersihan diri serta menjauhkan hal-hal yang berbahaya untuk kesehatan. Kebersihan lingkungan adalah kebersihan tempat tinggal, tempat bermain atau kerja, dan sarana umum (Yoanette Adela; Maria Fatima Mardina Angkur; Fransiskus De Gomes, 2024); (Maria Magdale Enggu; Emilia Graciela Mega Taran; Maria Rahayu Anwar, 2024). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau masyarakat dapat menolong

dirinya sendiri di bidang kesehatan dan dapat berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan. Perilaku hidup sehat ialah upaya memberikan pengalaman belajar bagi perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat, dengan membuka jalur komunikasi, memberikan informasi dan melakukan edukasi, guna meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku, melalui pendekatan advokasi, bina suasana dan gerakan masyarakat sehingga dapat menerapkan cara-cara hidup sehat dalam rangka menjaga dan memelihara serta meningkatkan kesehatan masyarakat (Harpiana Rahman; Zulkhair Burhan; Harnita Rahman; Nurul Hikmah B; Haeril Amir; Al Ikhsan Agus; Andi Surahman Batara; Harenal Daeng Toto, 2022); (Ni Wayan Nandaryani; Dewa Gede Purwita; Ni Kadek Rena Febriani, 2023). Tujuan perilaku hidup bersih dan sehat setiap anggota keluarga menjadi sehat, tidak mudah terjangkit virus, anak tumbuh sehat dan cerdas serta anggota keluarga giat bekerja. Meningkatkan pengetahuan, kemauan dan kemampuan anggota keluarga untuk melaksanakan perilaku hidup sehat dan bersih. Berperan aktif dalam gerakan perilaku hidup sehat dan bersih di masyarakat

Kebersihan pada anak usia dini membantu menunjang perkembangan tiap-tiap anak. Sebab kebersihan adalah perihal yang sangat berarti serta wajib dicermati dan paham akan pengaruhnya pada kesehatan secara keseluruhan dalam kehidupan sehari-hari. Usia prasekolah ialah masa dalam perkembangan serta pertumbuhan jiwa dan raga anak. Pada usia ini anak masih rawan dengan bermacam kendala kesehatan, baik jasmani ataupun rohani. Rutin mencuci tangan adalah bagian dari pemeliharaan kesehatan serta upaya dalam menjauhi segala jenis penyakit (P, 2023). Rutin mencuci tangan memakai sabun butuh ditanamkan dan diajarkan sejak dini. Menjaga kebiasaan ini kerap kali diabaikan oleh anak-anak sehabis bermain, saat sebelum tidur serta saat sebelum makan. Oleh sebab itu, menyesuaikan anak untuk rutin mencuci tangan sehabis beraktifitas membutuhkan sesuatu aktivitas dan cara yang menarik serta mengasyikkan untuk anak-anak.

Orangtua dapat memfasilitasi anak belajar perilaku hidup bersih dan sehat melalui media pembelajaran cetak yaitu buku cerita bergambar, media audio visual misalnya film pendek, video edukasi, media game edukatif puzzle dengan tematik kebersihan diri dan kesehatan, makan sehat (Ahyar Rasyidi; Khairul Azmi, 2022); (H, 2023). Media digital berupa multimedia interaktif yang sudah ada dan yang didesain sendiri menggunakan aplikasi canva, aplikasi edukasi kesehatan. Media lingkungan alam sekitar, misalnya kebun sekolah untuk mengenalkan sayuran, makanan sehat, kebersihan peralatan makan, kebersihan baju dan peralatan sekolah. Kombinasi fasilitasi belajar menggunakan media cetak, digital, dan lingkungan alam sekitar terbukti efektif untuk meningkatkan perilaku hidup bersih sehat anak usia dini.

### SIMPULAN

Literasi kesehatan pada anak usia dini merupakan fondasi penting dalam pembentukan perilaku bersih dan hidup sehat yang berkelanjutan. Pada masa emas perkembangan anak, pengenalan konsep dasar kesehatan seperti kebersihan diri, pola makan sehat, aktivitas fisik, dan pencegahan penyakit harus dimulai sejak dini melalui pendekatan yang sesuai dengan tahap perkembangan anak usia dini. Implikasi peran orangtua untuk meningkatkan literasi kesehatan dan perilaku hidup bersih sehat anak usia dini difasilitasi melalui media pembelajaran yang menarik, seperti buku cerita, lagu, permainan, video animasi, dan praktik langsung. Peran orang tua sebagai pendidik model, motivator, dan pengarah kehidupan sehari-hari anak. Keterlibatan aktif orangtua, proses pembentukan karakter sehat anak akan berlangsung lebih efektif dan berkelanjutan. Penelitian ini dapat dilanjutkan oleh peneliti lain, misalnya media dan model pembelajaran literasi kesehatan untuk anak usia dini

**DAFTAR PUSTAKA**

- Achmad Fachrurrazi; Ervin Nurul Affrida. (2023). Implementasi Kegiatan Berbasis Literasi Kesehatan Pada Pembelajaran Tatap Muka di TK. *Jurnal Raudhah*, 11(1), 17–24. Retrieved from <https://jurnaltarbiyah.uinsu.ac.id/index.php/raudhah>.
- Adolphus, K.; Lawton C.L. dan Dye, L. (2013). The Effects of Breakfast on Behaviour and Academic Performance in Children and Adolescents. *Frontiers in Human Neuroscience*, 7(4), 25–38. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2013.00425>.
- Ahyar Rasyidi; Khairul Azmi. (2022). Pendidikan Kesehatan Pada Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Makan Bersih. *Jurnal Studi Islam Dan Ilmiah Pendidikan*, 10(2), 1–10. Retrieved from [STIT.NU.Almahsuni.ac.id](http://STIT.NU.Almahsuni.ac.id)
- Amrindono; Shepira Nurmalinda; Indah Nuraini. (2023). Literasi Kesehatan Dalam Mengatasi Stunting Pada Anak Usia Dini. *Smart Kids Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 5(2), 85–94. Retrieved from <https://smarkids.ftk.uinjambi.ac.id/index.php/smarkids>
- Benton, D. P. P. Y. (1998). Breakfast, Blood Glukose, and Cognition. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 67(4), 772-778S. <https://doi.org/10.1093/ajcn/67.4.772S>
- Chairilisyah, S. M. P. R. N. D. (2023). Analisis Penerapan Literasi Kesehatan Pada Anak Usia Dini 5-6 tahun Di PAUD Siti Sawiah Baitussalam Pekanbaru. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 6(4), 3311–3317. Retrieved from <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index-php/jrpp>
- Departemen Kesehatan RI. (2009). *Undang-undang Kesehatan*. Jakarta.
- Esti Widiani; Nurul Hidayah; Lucia Retnowati; Nurul Pujiastuti. (2023). Peningkatan Literasi Kesehatan Gigi Anak Usia Dini Pra Sekolah Melalui Story Telling Sakit Gigi. *Jurnal LINK*, 9(1), 7–13. <https://doi.org/10.31983/link.v19i1.9199>
- H, Y. F. S. H. N. K. D. N. A. V. S. N. (2023). Peningkatan Literasi Kesehatan Pada Siswa Pendidikan Anak Usia Dini-KB Pandanwangi Desa Wates Undaan Kudus. *Jurnal Pengabdian Kesehatan STIKES Cendekia Utama Kudus*, 6(4), 261–268. Retrieved from <http://jpk.jurnal-stikescendekiakudus.ac.id>.
- Harpiana Rahman; Zulkhair Burhan; Harnita Rahman; Nurul Hikmah B; Haeril Amir; Al Ikhsan Agus; Andi Surahman Batara; Harenal Daeng Toto. (2022). Peningkatan Literasi Kesehatan Pada Anak Lewat Dongeng PHBS. *Jurnal Masyarakat Vol 2 Issue 01 Januari 2022, Hal 60-65.*, 2(1), 60–65.
- Hoyland, A., Dye; Lawton, D. . (2009). A Systematic Review of The Effect Breakfast on The Cognitive Performance of Children and Adolescents. *Nutrition Research Reviws*, 22(2), 243–256. <https://doi.org/10.1017/S0954422999175>
- Maria Magdale Enggu; Emilia Graciela Mega Taran; Maria Rahayu Anwar. (2024). . Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Anak Usia Din. *Jurnal Motenssori*, 1(2), 18–23.
- Megawati, N. A. H. S. B. M. A. (2023). Literasi Kesehatan Media Terhadap Perilaku Pencehagan Penyakit Tidak Menular: Literature Review. *Jurnal Ners*, 7(1), 343–352. Retrieved from <https://jurnal.univpahlawan.ac.id/index.php.ners>.
- Miles, M. M. H. (2014). *Qualitative Data Analysis: a Methods Sourcebook, Edition 3*. USA: SAGE Publications, Inc.
- Moleong, Lexy, J. (2010). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Muhamad Chanif Miftahuddin; Jeremy Hans Budiyanto; Fery Dewanto. (2024). Komunikasi Kesehatan dan Literasi Dua Sisi Mata Uang Yang Sama. *Action Research Literature*, 8(2), 150–155.
- Ni Wayan Nandaryani; Dewa Gede Purwita; Ni Kadek Rena Febriani. (2023). Perancangan Video Musik”HBS” Sebagai Sarana Kampanye Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Untuk Anak-anak Di Kabupaten Badung. *Jurnal Desain*, 10(1),

- 310–322. Retrieved from <https://doi.org/10.30998/jd.v10i2.14275>
- Nining Khaeriyah; Lia Kurniawaty. (2021). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di TK Kamilah. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(2), 5255–5261.
- P, S. O. S. J. H. (2023). Peningkatan Kesehatan Anak Usia Dini Dengan Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Anak Usia Dini. *Pediaqu: Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora*, 2(2). Retrieved from <https://publisherqu.com/index.php/pediaqu>
- Rina Herniyanti; Risky Febriani; Desri Yuwaldi; Tina Harirunisa; R.Veny Zulaini. (2023). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Dengan Yuk Mandi dan Potong Kuku Di SDN 62 Pekanbaru. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 5(1), 101–107. Retrieved from <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM>
- Salim, R. (2024). Edukasi Perilaku Hidup Sehat, Bersih, dan Gizi Seimbang Anak Usia Dini. *Lamahu: Jurnal PKM Terintegrasi*, 3(1), 16–29. <https://doi.org/10.37905/jlpmt.v3il.24302>
- Silvia Aulia; Ade Suparma. (2023). Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Anak Usia Dini Di SPS Teratari Kelurahan Suklat Kecamatan Subang Kab Subang. *Jurnal Abdimas Galuh Vol*, 5(1), 259–267.
- Siti Reista Asih Apriliani. (2021). Peran Orangtua Dalam Menerapkan Kemampuan Literasi Kesehatan Anak Usia Dini Pada Pandemi Covid 19 Di Lingkungan RT 04 RW 26 Pekayon Jaya Bekasi Selatan. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(2), 3852–3862.
- Supriasa, I. D. N. dan H. (2016). *Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi*. Jakarta: EGC.
- WHO. (2020). Increasing Fruit and Vegetable Consumption to Reduce The Risk of Noncommunicable diseases. *Bulletin of WHO*. <https://doi.org/10.2471/BLT.20.273862>
- Yan-yan Nurjani; Ela Novianti. (2023). Implikasi Penguatan Literasi Kesehatan Pada Anak Kelompok A Melalui Pembiasaan Makanan Sehat Terhadap Status Gizi Anak di TK Tunas Karya Cilawu Garut. *Anaking: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 2(1), 1–8. Retrieved from [www.jurnal.stai-musaddadiyah.ac.id](http://www.jurnal.stai-musaddadiyah.ac.id)
- Yoanette Adela; Maria Fatima Mardina Angkur; Fransiskus De Gomes. (2024). Pengenalan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Anak Di Satuan PAUD. *Jurnal Motenssori*, 1(2), 34–47.