



JOURNAL OF Public Health Concerns  
ISSN 2777-0826 (Print)  
ISSN 2776-592X (Online)  
DOI: 10.56922



#### INFORMASI ARTIKEL

Received: December, 12, 2025

Revised: December, 22, 2025

Available online: December, 24, 2025

at : <https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/phc>

## Penerapan *experiential learning* melalui dongeng interaktif sebagai edukasi pola hidup bersih pada anak di bulan Ramadhan

Agustin Putri Rahayu\*, Morrin Choirunnisa Thohira, Arlina Azka

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Mulawarman

Korespondensi penulis: Agustin Putri Rahayu. \*Email: [putirahayu@fkm.unmul.ac.id](mailto:putirahayu@fkm.unmul.ac.id)

### Abstract

**Background:** Children are unique individuals with diverse growth and development patterns. Early stimulation is necessary to maximize their potential and enable them to adapt to their environment. Implementing Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) education for school-age children is crucial, especially during Ramadan when changes in eating patterns, activities, and daily habits occur. The need for education related to Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) becomes particularly relevant during Ramadan.

**Purpose:** To increase children's knowledge and practice of PHBS through an experiential learning approach based on the interactive story "The Ramadhan Adventures of Sisi and Bubu" during Ramadan.

**Method:** This community service activity uses an experiential learning approach which was implemented in March 2025 at the Cangu Village Hall, Jetis District, Mojokerto Regency, East Java. The target of the activity was 30 school-aged children (6-12 years old) who were observing the Ramadan fast. The concept of the community service activity combines the values of Ramadan and PHBS practices. The main media used is an interactive storybook entitled "The Adventures of Sisi and Bubu's Ramadan" which is designed to be interactive and supports experience-based learning. Educational activities are implemented in four continuous stages of experiential learning consisting of concrete experience, reflective observation, abstract conceptualization, and active experimentation.

**Results:** The FGD results provided several important findings related to the target behavior. Children were inconsistent in practicing proper handwashing. This was due to the feeling that handwashing was unimportant and a lack of knowledge of the correct method. Regarding eating behavior, children preferred processed foods and tended to avoid vegetables and fruit. During the implementation stage, children were active and enthusiastic when completing interactive questions in the storybook. They enthusiastically arranged "My Dinner Plate," sequenced the steps for washing their hands, and related the order of etiquette for breaking the fast. Children who were previously unfamiliar with handwashing began to show initiative in washing their hands with soap before eating. Some children even happily practiced the 6-step handwashing movement they had just learned and asked their friends to do the same.

Penerapan experiential learning melalui dongeng interaktif sebagai edukasi pola hidup bersih pada anak di bulan Ramadhan

**Conclusion:** Experiential learning-based PHBS education activities with interactive storytelling were highly effective in increasing school children's understanding, engagement, and healthy hygiene practices during Ramadan. Children demonstrated positive behaviors, such as diligent handwashing, choosing balanced meals according to "My Plate," and maintaining personal and environmental hygiene. The high level of enthusiasm confirmed that a developmentally appropriate story-based approach provides motivation and a positive impact on maintaining health for families and the community.

**Suggestion:** Educators are advised to integrate storytelling-based experiential learning methods into PHBS education on an ongoing basis, while parents are encouraged to continue fostering healthy behaviors at home through mentoring practices such as handwashing and choosing balanced meals. Further research is needed to evaluate the long-term impact of interactive storytelling interventions on children's behavior and family engagement to obtain a more comprehensive picture of the effectiveness of this approach.

**Keywords:** Clean and healthy living behaviors; Experiential learning; Interactive storytelling; School-Age Children

**Pendahuluan:** Anak merupakan individu yang unik dan memiliki pola pertumbuhan dan perkembangan yang beragam. Stimulasi sejak dini diperlukan untuk memaksimalkan potensi yang dimiliki anak agar mampu beradaptasi dengan lingkungan. Penerapan edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada anak usia sekolah penting dilakukan, terutama selama bulan Ramadhan ketika terjadi perubahan pola makan, aktivitas, dan kebiasaan harian. Kebutuhan akan edukasi terkait Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) menjadi relevan terutama di bulan Ramadhan.

**Tujuan:** Meningkatkan pengetahuan dan praktik PHBS melalui pendekatan *experiential learning* berbasis dongeng interaktif "Petualangan Ramadhan Sisi dan Bubu" pada anak di bulan Ramadhan.

**Metode:** Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan experiential learning yang dilaksanakan pada Maret 2025 di Balai Desa Canggu, Kecamatan Jetis, Kabupaten Mojokerto, Jawa Timur. Sasaran kegiatan adalah 30 anak usia sekolah (6-12 tahun) yang sedang menjalankan ibadah puasa Ramadhan. Konsep kegiatan pengabdian dengan menggabungkan nilai-nilai Ramadhan dan praktik PHBS. Media utama yang digunakan adalah buku dongeng interaktif berjudul "Petualangan Ramadhan Sisi dan Bubu" yang dirancang interaktif dan mendukung pembelajaran berbasis pengalaman. Kegiatan edukasi dilaksanakan dalam empat tahap berkelanjutan *experiential learning* yang terdiri dari *concrete experience*, *reflective observation*, *abstract conceptualization*, dan *active experimentation*.

**Hasil:** Hasil FGD memberikan beberapa temuan penting terkait perilaku sasaran. Anak-anak tidak konsisten dalam mempraktikkan mencuci tangan dengan tepat. Penyebabnya diantaranya adalah merasa cuci tangan itu tidak penting dan tidak tahu cara cuci tangan yang benar. Pada perilaku makan, anak-anak lebih menyukai process food dan cenderung menghindari sayur dan buah. Pada tahap pelaksanaan, anak-anak aktif dan antusias saat mengisi soal-soal interaktif dalam buku dongeng. Mereka bersemangat Menyusun "Piring Makanku", mengurutkan langkah cuci tangan, dan menghubungkan urutan adab berbuka puasa. Anak-anak yang sebelumnya tidak terbiasa mencuci tangan mulai menunjukkan inisiatif untuk mencuci tangan dengan sabun sebelum makan. Beberapa anak bahkan dengan senang mempraktikkan gerakan cuci tangan 6 langkah yang baru mereka pelajari dan meminta teman-teman mereka untuk melakukan hal yang sama

**Simpanan:** Kegiatan edukasi PHBS berbasis experiential learning dengan dongeng interaktif sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman, keterlibatan, dan praktik hidup bersih sehat anak sekolah saat Ramadhan. Anak menunjukkan perilaku positif, seperti rajin mencuci tangan, memilih makanan seimbang sesuai "Piring Makanku", dan menjaga kebersihan diri maupun lingkungan. Antusiasme tinggi menegaskan bahwa pendekatan berbasis cerita sesuai perkembangan anak memberikan motivasi dan dampak positif dalam menjaga kesehatan bagi keluarga serta lingkungan.

Agustin Putri Rahayu\*, Morrin Choirunnisa Thohira, Arlina Azka

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Mulawarman

Korespondensi penulis: Agustin Putri Rahayu. \*Email: putriarahayu@fkm.unmul.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i10.2030>

Penerapan experiential learning melalui dongeng interaktif sebagai edukasi pola hidup bersih pada anak di bulan Ramadhan

**Saran:** Disarankan agar tenaga pendidik mengintegrasikan metode experiential learning berbasis dongeng dalam edukasi PHBS secara berkelanjutan, sementara orang tua diharapkan melanjutkan pembiasaan perilaku sehat di rumah melalui pendampingan praktik seperti cuci tangan dan pemilihan makanan seimbang. Penelitian selanjutnya perlu dilakukan untuk mengevaluasi dampak jangka panjang intervensi dongeng interaktif terhadap perilaku anak serta keterlibatan keluarga, sehingga diperoleh gambaran lebih komprehensif tentang efektivitas pendekatan ini.

**Kata Kunci:** Anak usia sekolah; Dongeng interaktif; *Experiential learning*; Perilaku hidup bersih dan sehat

## PENDAHULUAN

Anak merupakan individu yang unik dan memiliki pola pertumbuhan dan perkembangan yang beragam. Stimulasi sejak dini diperlukan untuk memaksimalkan potensi yang dimiliki anak agar mampu beradaptasi dengan lingkungan (Oktaviana, Srianggita, Islam, Sunan, & Yogyakarta, 2021). Ketika memasuki usia sekolah, anak berada pada perkembangan kognitif yang lebih matang bagi anak untuk belajar atau dikenal periode intelektual sehingga anak mudah untuk dididik jika dibandingkan masa sebelum dan sesudahnya. Pada usia ini, anak mulai mampu memahami konsep sebab-akibat, meniru perilaku yang dicontohkan, serta menerapkan norma atau aturan dalam kehidupan sehari-hari (Sabani, 2019).

Karakteristik perkembangan tersebut menjadi pendukung bahwa usia sekolah merupakan fase yang penting dalam membangun perilaku sehat pada anak. Kebutuhan akan edukasi terkait Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) menjadi relevan terutama di bulan Ramadhan. Ramadhan merupakan bulan dimana masyarakat dituntut untuk menjaga pola makan, hidrasi, dan kebersihan diri (Seambaga & Ramadhan, 2023). Namun, tanpa pemahaman yang cukup, anak-anak kurang mampu dalam mempraktikkan kebersihan dengan baik, yang berakibat pada meningkatnya kerentanan terhadap berbagai penyakit. Praktik kebersihan yang buruk merupakan kontributor penyakit infeksi seperti diare pada anak (Kusdiyah, Syaury, Iskandar, Darmawan, Aurora, & Sugiarti, 2025).

Salah satu media edukasi yang efektif untuk meningkatkan pemahaman anak-anak mengenai PHBS adalah dongeng interaktif. Metode cerita partisipatif tidak hanya meningkatkan keterlibatan emosional dan minat belajar anak, tetapi juga membantu memfasilitasi ingatan jangka panjang

terhadap pesan kesehatan dan mendorong diskusi serta identifikasi peran yang mempermudah internalisasi perilaku baru (Didi, Abass, & Balogun, 2022). Berbagai studi yang menggabungkan metode edukasi berbasis cerita atau visual dan pelatihan praktis sebagai intervensi melaporkan adanya perbaikan pengetahuan dan praktik kebersihan pada anak. Studi tentang program pelatihan kebersihan di lingkungan pesantren atau *boarding school* menunjukkan hasil adanya peningkatan praktik kebersihan setelah pelaksanaan program edukasi yang disesuaikan dengan nilai-nilai religius dan konteks lokal (Widyasari, Prabandari, & Utarini, 2020). Selain itu, intervensi edukasi berbasis media (kartun atau dongeng) pada anak telah menunjukkan hasil positif pada pengetahuan dan perilaku kebersihan (Ratnasariningsih, Matin, Efendi, & Siregar, 2024). Hal ini mendukung gagasan bahwa media naratif yang menyenangkan dapat mempercepat perubahan perilaku.

Berdasarkan faktor perkembangan anak yang berada di fase intelektual, lingkungan belajar, kebutuhan spesifik selama bulan Ramadhan, edukasi terkait PHBS dengan pendekatan berbasis dongeng interaktif yang sudah terbukti efektif namun belum digunakan secara khusus dalam konteks PHBS Ramadhan, maka strategi ini dipandang tepat untuk diterapkan pada anak usia sekolah. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan mengembangkan dan menerapkan program edukasi PHBS berbasis dongeng interaktif saat bulan Ramadhan. Kegiatan ini diharapkan tidak hanya meningkatkan pengetahuan anak tentang praktik kebersihan selama Ramadhan tetapi juga memperkuat keterampilan praktis dan mendorong penerapan perilaku sehat secara konsisten dalam jangka panjang.

Agustin Putri Rahayu\*, Morrin Choirunnisa Thohira, Arlina Azka

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Mulawarman

Korespondensi penulis: Agustin Putri Rahayu. \*Email: putrirahayu@fkm.unmul.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i10.2030>

Penerapan experiential learning melalui dongeng interaktif sebagai edukasi pola hidup bersih pada anak di bulan Ramadhan

## METODE

Kegiatan dengan pendekatan *experiential learning* yang dilaksanakan pada Maret 2025 di Balai Desa Canggü, Kecamatan Jetis, Kabupaten Mojokerto, Jawa Timur. Sasaran kegiatan adalah 30 anak usia sekolah (6-12 tahun) yang sedang menjalankan ibadah puasa Ramadhan.

### Tahap Persiapan

Kegiatan diawali dengan *Focus Group Discussion* (FGD) bersama perwakilan orang tua dan perangkat desa untuk mengidentifikasi masalah dan potensi terkait kesehatan pada anak usia sekolah di Desa Canggü. Selanjutnya, tim menyusun konsep kegiatan pengabdian dengan menggabungkan nilai-nilai Ramadhan dan praktik PHBS. Media utama yang digunakan adalah buku dongeng interaktif berjudul "Petualangan Ramadhan Sisi dan Bubu" yang dirancang interaktif dan mendukung pembelajaran berbasis pengalaman.

### Tahap Pelaksanaan

Kegiatan edukasi dilaksanakan dengan tahap berkelanjutan *experiential learning* yang terdiri dari *concrete experience*, *reflective observation*, *abstract conceptualization*, dan *Active Experimentation* (Blackburn, Robinson, & Kacal, 2015; Tar Lim, Shin Chow, & Zheng, 2024)

#### 1. Concrete Experience

Memberikan cerita berupa dongeng "Petualangan Ramadhan Sisi dan Bubu" menggunakan media wayang sebagai alat bantu visual. Durasi penceritaan berlangsung selama 30 menit. Anak-anak mendengarkan dan mengamati karakter Sisi dan Bubu dalam cerita.

#### 2. Reflective Observation

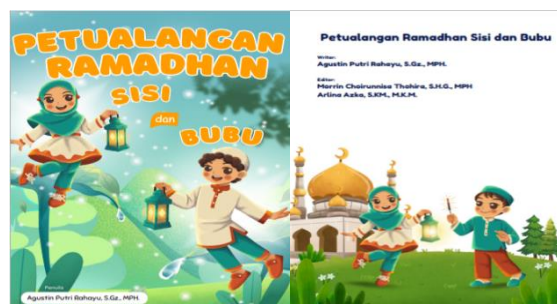
Setelah mendengarkan dongeng, setiap anak diberikan buku dongeng untuk dibaca secara mandiri. Anak-anak mengidentifikasi dan merenungkan praktik PHBS yang terdapat dalam cerita, meliputi pedoman "Piring Makanku" untuk sahur dan berbuka, teknik cuci tangan 6 langkah, kebersihan diri seperti mandi dan sikat gigi, adab berbuka puasa, serta aktivitas fisik dan kebersihan lingkungan.

#### 3. Abstract Conceptualization

Anak mengisi soal-soal interaktif yang tersedia dalam buku dongeng sebagai bentuk penguatan pemahaman konsep. Aktivitas interaktif meliputi menyusun komponen "Piring Makanku", mengurutkan langkah cuci tangan 6 langkah, membuat garis hubung sesuai urutan adab berbuka puasa, serta menemukan dan menuliskan 10 bintang kebiasaan baik. Pada tahap ini, anak-anak juga diminta menyimpulkan pentingnya PHBS dalam menjaga kesehatan selama berpuasa.

#### 4. Active Experimentation

Anak-anak mempraktikkan PHBS dalam kegiatan berbuka puasa bersama dan sholat maghrib jamaah. Peneliti melakukan observasi pada anak-anak terhadap penerapan PHBS. Praktik yang diamati mencakup cuci tangan sebelum makan, adab berbuka puasa, pemilihan makanan sesuai "Piring Makanku", kebersihan diri dan lingkungan, serta partisipasi dalam sholat jamaah.



Gambar 1. Buku Dongeng Petualangan Ramadhan Sisi dan Bubu

Agustin Putri Rahayu\*, Morrin Choirunnisa Thohira, Arlina Azka

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Mulawarman

Korespondensi penulis: Agustin Putri Rahayu. \*Email: putrirahayu@fkm.unmul.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i10.2030>

Penerapan experiential learning melalui dongeng interaktif sebagai edukasi pola hidup bersih pada anak di bulan Ramadhan



Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan

## HASIL

Hasil FGD memberikan beberapa temuan penting terkait perilaku sasaran. Anak-anak tidak konsisten dalam mempraktikkan mencuci tangan dengan tepat. Penyebabnya diantaranya adalah merasa cuci tangan itu tidak penting dan tidak tahu cara cuci tangan yang benar. Pada perilaku makan, anak-anak lebih menyukai *process food* dan cenderung menghindari sayur dan buah. Pada bulan Ramadhan ini, semakin besar tantangannya karena anak harus menyesuaikan pada pola Bulan Ramadhan. Beberapa orang tua mengeluhkan anak-anak sulit untuk diajak membersihkan rumah. Perangkat desa menyampaikan bahwa edukasi telah dilakukan dengan cara ceramah, namun dirasa masih kurang efektif karena siswa sangat aktif dan menyukai banyak aktivitas. Karakter anak-anak yang aktif dan interaktif serta menyukai eksplorasi dan permainan. Berdasarkan hasil FGD ini, tim pengabdian Bersama Masyarakat merumuskan bahwa anak-anak memerlukan edukasi PHBS yang mudah dipahami dan interaktif, terutama selama bulan Ramadhan dimana terdapat perubahan pola makan dan aktivitas harian.

Penyampaian dongeng menggunakan media wayang berhasil menarik perhatian seluruh responden dengan sangat baik. Anak-anak menunjukkan antusiasme tinggi yang terlihat dari ekspresi fokus pada pertunjukan wayang, dan respons aktif selama penceritaan. Mereka aktif interaksi saat karakter dongeng muncul, bereaksi dengan ekspresi takut ketika muncul karakter Virus Kotor, dan bersorak gembira ketika Sisi dan Bubu berhasil mengalahkan virus dengan "Bintang Kebiasaan Baik".

Media wayang terbukti efektif membuat konsep PHBS menjadi lebih konkret dan mudah dipahami melalui visualisasi karakter dan alur cerita yang menarik. Tidak ada anak yang menunjukkan kebosanan atau kehilangan fokus selama sesi penceritaan berlangsung.

Pada tahap membaca mandiri, anak-anak menunjukkan kemandirian dalam mengeksplorasi isi buku dongeng. Mereka terlihat serius membaca dan sesekali berdiskusi dengan teman tentang gambar-gambar dalam buku. Ketika difasilitasi untuk berdiskusi, anak-anak mampu mengidentifikasi berbagai praktik PHBS yang terdapat dalam cerita dengan baik. Mereka menunjukkan kemampuan refleksi dengan menghubungkan pengalaman pribadi mereka dengan perilaku tokoh dalam dongeng. Beberapa anak dengan jujur menyatakan kesadaran bahwa mereka belum menerapkan beberapa praktik PHBS, seperti mengaku sering lupa mencuci tangan sebelum makan atau tidak memperhatikan komposisi makanan saat sahur. Diskusi berlangsung interaktif dengan beberapa anak berbagi pengalaman mereka tentang kebiasaan di rumah, dan sebagian juga sudah menerapkan pedoman "Piring Makanku" meskipun mereka belum tahu istilahnya.

Anak-anak aktif dan antusias saat mengisi soal-soal interaktif dalam buku dongeng. Mereka bersemangat Menyusun "Piring Makanku", mengurutkan langkah cuci tangan, dan menghubungkan urutan adab berbuka puasa. Aktivitas mencari dan menuliskan 10 bintang kebiasaan baik menjadi yang paling menarik perhatian mereka, dengan beberapa anak berlomba untuk menemukan semua bintang tersebut.

Agustin Putri Rahayu\*, Morrin Choirunnisa Thohira, Arlina Azka

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Mulawarman

Korespondensi penulis: Agustin Putri Rahayu. \*Email: putrirahayu@fkm.unmul.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i10.2030>

Penerapan experiential learning melalui dongeng interaktif sebagai edukasi pola hidup bersih pada anak di bulan Ramadhan

Ketika ada anak yang mengalami kesulitan, mereka tidak ragu untuk bertanya kepada orang dewasa di sekitar atau berdiskusi dengan teman. Suasana pembelajaran terasa menyenangkan dan hangat. Setelah menyelesaikan soal interaktif, anak-anak diminta menyimpulkan pembelajaran mereka, dan sebagian besar dapat menceritakan kembali pentingnya PHBS untuk menjaga kesehatan selama berpuasa dengan versi mereka sendiri. Anak-anak mendapatkan hadiah apresiasi dari usaha belajar mereka.

Pada saat persiapan berbuka puasa, anak-anak menunjukkan inisiatif menerapkan materi PHBS yang sudah disampaikan. Tanpa perlu diingatkan berulang kali, sebagian besar anak segera menuju tempat cuci tangan sebelum duduk di meja makan. Beberapa anak sudah terlihat mempraktikkan gerakan cuci tangan 6 langkah yang baru mereka pelajari. Ketika menjelang waktu berbuka, anak-anak diarahkan untuk menerapkan adab berbuka puasa, dimulai dengan membaca doa berbuka puasa, berbuka dengan mengambil kurma dan air putih, lalu memakan menu utama. Dalam pemilihan makanan, terlihat beberapa anak yang mencoba menyeimbangkan piring mereka sesuai konsep "Piring Makanku" yang telah dipelajari, meskipun tidak semua anak melakukannya dengan sempurna. Setelah makan, anak-anak dengan tertib membereskan tempat makan mereka dan membuang sampah pada tempatnya. Kegiatan dilanjutkan dengan sholat maghrib berjamaah yang diikuti dengan khusus oleh seluruh peserta.

## PEMBAHASAN

Penerapan *experiential learning* dalam edukasi PHBS pada kegiatan ini terbukti efektif dalam mendukung proses perubahan perilaku anak. Kegiatan ini mengacu pada model pembelajaran Kolb yang menekankan empat tahapan pembelajaran, yaitu *concrete experience*, *reflective observation*, *abstract conceptualization*, dan *active experimentation* (Kolb, 2014). Keempat tahapan tersebut saling berkesinambungan dan saling menguatkan satu sama lain. Media dongeng wayang pada tahap *concrete experience* berhasil memberikan pengalaman konkret yang menarik dan mudah diingat,

menciptakan dasar yang kuat untuk pembelajaran selanjutnya. Hal ini sesuai dengan hasil sebuah penelitian yang menyatakan bahwa anak usia sekolah masih dominan belajar melalui imajinasi dan representasi simbolik sehingga membuat informasi lebih bermakna dan mudah dipahami (Hijriyati, Istiqomah, Harun, Sari, & Hastuti, 2025). Tahap *reflective observation* memungkinkan anak untuk merefleksikan perilaku tokoh dan menghubungkannya dengan pengalaman pribadi, sehingga pembelajaran menjadi lebih bermakna dan personal. Pembelajaran ini sejalan dengan teori konstruktivisme yang menekankan bahwa anak membangun pengetahuan melalui interaksi sosial dan pengalaman langsung (Vygotsky, 1978). Pada tahap *abstract conceptualization*, soal interaktif dalam buku dongeng membantu anak mengkonseptualisasi pemahaman PHBS secara sistematis dan mengubah pengalaman menjadi pengetahuan yang terstruktur. Hal ini sesuai dengan studi yang menyatakan bahwa dongeng interaktif tidak hanya meningkatkan pemahaman tetapi juga sikap positif terkait kebersihan lingkungan (Ratnasariningsih et al., 2024). Akhirnya, praktik langsung pada tahap *active experimentation* menguatkan pembelajaran menjadi perilaku nyata yang dapat diamati dan diukur. Keempat tahap ini menciptakan pengalaman belajar yang holistik dan efisien.

Observasi menunjukkan perilaku yang positif setelah kegiatan *experiential learning*. Temuan ini sejalan dengan sebuah penelitian yang menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis pengalaman secara signifikan meningkatkan praktik cuci tangan pada anak usia sekolah karena mereka tidak hanya menerima informasi, tetapi juga mengalami dan melakukan praktik secara langsung (Erlina & Rusneni, 2024). Anak-anak yang sebelumnya tidak terbiasa mencuci tangan mulai menunjukkan inisiatif untuk mencuci tangan dengan sabun sebelum makan. Beberapa anak bahkan dengan senang mempraktikkan gerakan cuci tangan 6 langkah yang baru mereka pelajari dan meminta teman-teman mereka untuk melakukan hal yang sama. Pemilihan menu berbuka juga menunjukkan perbaikan, dengan lebih banyak anak yang memperhatikan keseimbangan gizi sesuai konsep "Piring Makanku"

Agustin Putri Rahayu\*, Morrin Choirunnisa Thohira, Arlina Azka

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Mulawarman

Korespondensi penulis: Agustin Putri Rahayu. \*Email: putrirahayu@fkm.unmul.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i10.2030>

Penerapan experiential learning melalui dongeng interaktif sebagai edukasi pola hidup bersih  
pada anak di bulan Ramadhan

yang telah dipelajari. Mereka terlihat lebih sadar dalam memilih makanan, tidak hanya berdasarkan kesukaan tetapi juga mempertimbangkan kelengkapan nutrisi. Perilaku menjaga kebersihan lingkungan juga meningkat, terlihat dari inisiatif anak untuk membereskan tempat makan dan membuang sampah pada tempatnya tanpa perlu banyak pengawasan.

Anak-anak menunjukkan antusiasme yang sangat tinggi sepanjang kegiatan dari awal hingga akhir. Mereka senang dengan metode pembelajaran melalui dongeng dan wayang karena berbeda dari pembelajaran biasa di sekolah. Soal-soal interaktif yang disajikan tidak terasa seperti ujian tetapi lebih seperti permainan yang menyenangkan. Beberapa anak bahkan meminta untuk boleh membawa buku dongeng pulang agar bisa dibaca lagi di rumah dan diceritakan kepada adik atau saudara mereka. Hal ini menunjukkan terjadinya *transfer of learning*, sejalan dengan teori pembelajaran sosial yang menjelaskan bahwa anak tidak hanya mengamati, tetapi juga meniru dan menyebarkan perilaku positif kepada lingkungan sosialnya (Bandura, 1986). Anak-anak juga menyampaikan bahwa mereka akan mengajak keluarga menerapkan konsep “Piring Makanku” saat sahur dan berbuka. Hal ini menunjukkan terjadinya *transfer of learning* dari lingkungan pembelajaran ke lingkungan rumah. Temuan ini konsisten dengan hasil sebuah penelitian yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan berbasis cerita tidak hanya meningkatkan pemahaman anak, tetapi juga mendorong mereka untuk mempraktikkannya di rumah dan mempengaruhi perilaku keluarga (Pagan, Fithria, & Asniar, 2025). Dengan demikian, pembelajaran PHBS melalui dongeng tidak hanya berdampak pada individu anak, tetapi juga berpotensi menghasilkan multiplier effect dalam penyebaran praktik hidup bersih dan sehat di tingkat keluarga dan masyarakat.

## SIMPULAN

Kegiatan edukasi PHBS berbasis experiential learning dengan dongeng interaktif efektif meningkatkan pemahaman, keterlibatan, dan praktik hidup bersih sehat anak sekolah saat Ramadhan. Penerapan empat tahap pembelajaran menciptakan pengalaman bermakna, sementara media dongeng

dan wayang memudahkan pemahaman serta mendorong refleksi diri. Anak menunjukkan perilaku positif, seperti rajin mencuci tangan, memilih makanan seimbang sesuai “Piring Makanku”, dan menjaga kebersihan diri maupun lingkungan. Antusiasme tinggi menegaskan bahwa pendekatan berbasis cerita sesuai perkembangan anak dan berpotensi memberi dampak positif bagi keluarga serta lingkungan.

## SARAN

Disarankan agar tenaga pendidik mengintegrasikan metode *experiential learning* berbasis dongeng dalam edukasi PHBS secara berkelanjutan, sementara orang tua diharapkan melanjutkan pembiasaan perilaku sehat di rumah melalui pendampingan praktik seperti cuci tangan dan pemilihan makanan seimbang. Penelitian selanjutnya perlu dilakukan untuk mengevaluasi dampak jangka panjang intervensi dongeng interaktif terhadap perilaku anak serta keterlibatan keluarga, sehingga diperoleh gambaran lebih komprehensif tentang efektivitas pendekatan ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. (1986). Social foundations of thought and action. *Englewood Cliffs, NJ, 1986*(23-28), 2.
- Blackburn, J. J., Robinson, J. S., & Kacal, A. (2015). Determining the Effects of Reflection Type and Cognitive Style on Students' Content Knowledge. *Journal of Agricultural Education*, 56(3), 195-209.
- Tar Lim, R. B., Shin Chow, D. W., & Zheng, H. (2024). A scoping review of experiential learning in public health education from the perspective of students, faculty, and community partners. *Journal of Experiential Education*, 47(1), 72-110.
- Didi, P. U., Abass, O. S., & Balogun, O. (2022). Strategic storytelling in clean energy campaigns: Enhancing stakeholder engagement through narrative design. *International Scientific Refereed Research Journal*, 5(3), 295-317.

Agustin Putri Rahayu\*, Morrin Choirunnisa Thohira, Arlina Azka

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Mulawarman

Korespondensi penulis: Agustin Putri Rahayu. \*Email: putrirahayu@fkm.unmul.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i10.2030>

Penerapan experiential learning melalui dongeng interaktif sebagai edukasi pola hidup bersih pada anak di bulan Ramadhan

- Erlina, & Rusneni. (2024). Pengaruh Edukasi tentang PHBS terhadap Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa di Sekolah Dasar Negeri 6 Tambun. *Salando Health Journal*, 2(2). Diakses dari: <https://www.semanticscholar.org/paper/Pengaruh-Edukasi-tentang-PHBS-terhadap-Perilaku-dan-Rusneni-Erlina/1f527fd9954b915b9eb4517dfe220a0d56f0420b>
- Hijriyati, Y., Istiqomah, T., Harun, H., Sari, M., & Hastuti, W. (2025). Implementation of the PHBS (Clean and Healthy Living Behaviour) Program in Preventing Communicable Diseases in the Environment of Elementary School 11 Lubuk Buaya Padang. *Sustainable Applied Modification Evidence Community*, 2(1), 44-54.
- Kolb, D. A. (2014). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. FT press.
- Kusdiyah, E., Syaury, A., Iskandar, M. M., Darmawan, A., Aurora, W. I. D., & Sugiarti, R. (2025). Hygiene practice and sanitation conditions as predictors of infectious diseases in the community. *Proceedings Academic Universitas Jambi*, 1(2), 433-442
- Oktaviana, A., Srianggita, I., Islam, U., Sunan, N., & Yogyakarta, K. (2021). Cognitive Development of Children Aged 4-7 Years During The Covid-19 Pandemic. *JOYCED: Journal of Early Childhood Education*, 1(2), 127-138.
- Pagan, S. H., Fithria, F., & Asniar, A. (2025). The Effectiveness of Storytelling on Personal Hygiene Knowledge Among Elementary School Children in Aceh Besar. *International Journal of Engineering Business and Social Science*, 3(6), 166-172. Diakses dari: <https://ijebss.ph/index.php/ijebss/article/view/265>
- Ratnasariningsih, J., Matin, A. G., Efendi, R. Y. M., & Siregar, M. R. K. B. (2024). Peranan Dongeng Interaktif Dalam Edukasi Pengelolaan Sampah Pada Anak Usia Dini. *Cendekia: Jurnal Pendidikan dan Pemberdayaan Masyarakat*, 2(4), 219-225.
- Sabani, F. (2019). Perkembangan anak-anak selama masa sekolah dasar (6-7 tahun). *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 8(2), 89-100.
- Seambaga, A. A., & Ramadhan, M. R. (2023). Pengaruh Puasa terhadap Sistem Pencernaan Tubuh bagi Umat Muslim. *Religion: Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya*, 2(6), 895-904.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes* (Vol. 86). Harvard university press.
- Widyasari, V., Prabandari, Y. S., & Utarini, A. (2020). Training intervention to improve hygiene practices in Islamic boarding school in Yogyakarta, Indonesia: A mixed-method study. *PLoS One*, 15(5), e0233267.

Agustin Putri Rahayu\*, Morrin Choirunnisa Thohira, Arlina Azka

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Mulawarman

Korespondensi penulis: Agustin Putri Rahayu. \*Email: putrirahayu@fkm.unmul.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i10.2030>