



Vol. 6 No. 1 Tahun 2026

Pemberdayaan Siswa melalui Pelatihan Gizi dan SADARI untuk Meningkatkan Kualitas Hidup di Desa Simangulampe

Rika Endah Nurhidayah^{*1}, Oding Affandi², Farida Lindasari Siregar³, Cholina Trisa Siregar⁴, Erniyati⁵

^{1, 3, 4, 5}Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara

²Fakultas Kehutanan Universitas Sumatera Utara

e-mail: ^{*1}rika_endah@usu.ac.id, ²oding@usu.ac.id, ³farida.ls@usu.ac.id, ⁴cholina@usu.ac.id, ⁵erniyati@usu.ac.id

Article History

Received: 15 September 2025

Revised:

Accepted:

DOI: <https://doi.org/10.58794/jdt.v5i2.1685>

Kata Kunci – Pemberdayaan Siswa, Gizi, SADARI, Hidup Sehat, Simangulampe

Abstract – The flood disaster in Simangulampe Village had a significant impact on the local residents due to the destruction of dozens of homes and public facilities, including the Simangulampe Elementary School, which was completely destroyed and had to be relocated. Simangulampe is one of the villages under the University of North Sumatra's community service program. 2025 is the second year of the community service program in Simangulampe. The activities this year are focused on empowering residents and are divided into two teams. The first team focuses on training residents to manage organic waste and turn it into compost, while the second team focuses on health training and education activities at a public school in the Baktiraja district. The first activity, a nutrition education session, was held at the junior high school and was attended by 90 students from grades 7, 8, and 9. The students were enthusiastic and active throughout the activity. The second activity was a talk and training on SADARI (self-breast examination), which was held at a high school and attended by 100 girls. The goal of this activity is to prevent and detect breast cancer early, as its incidence rate continues to increase.

Abstrak – Bencana banjir bandang di desa Simangulampe memberikan dampak yang sangat besar bagi warga sekitar karena rusaknya puluhan rumah warga serta fasilitas umum yaitu sekolah dasar Simangulampe yang rusak total sehingga harus di relokasi. Desa Simangulampe merupakan salah satu desa binaan Universitas Sumatera Utara. Tahun 2025 merupakan tahun kedua dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat skema desa binaan di Simangulampe. Kegiatan tahun ini difokuskan pada pemberdayaan warga terdiri dari dua tim. Tim pertama berfokus pada pelatihan pengelolaan sampah organik untuk dijadikan kompos dan tim kedua berfokus pada kegiatan pelatihan serta penyuluhan kesehatan di sekolah negeri yang berada di

kecataman Baktiraja. Kegiatan pertama penyuluhan tentang gizi seimbang dilaksanakan di sekolah menengah pertama, diikuti oleh 90 siswa siswa kelas 7, 8 dan 9. Mereka cukup antusias dan aktif selama kegiatan berlangsung. Kegiatan kedua adalah penyuluhan dan pelatihan SADARI (pemeriksaan payudara sendiri) yang dilaksanakan di sekolah menengah atas yang diikuti oleh 100 siswi. Kegiatan ini bertujuan sebagai pencegahan dan deteksi dini terhadap kanker payudara yang angkanya terus meningkat.

1. PENDAHULUAN

Bencana banjir bandang di Desa Simangulampe, Kecamatan Baktiraja, Kabupaten Humbang Hasundutan yang terjadi pada bulan Desember 2023 menimbulkan kerugian besar bagi masyarakat [1]. Peristiwa tersebut telah menghancurkan puluhan rumah, Sekolah Dasar, serta memaksa banyak warga masyarakat harus mengungsi. Selain kerusakan fisik, bencana banjir juga berdampak pada kondisi kesehatan masyarakat. Situasi ini menuntut adanya penanganan komprehensif. Pemulihan pasca banjir tidak hanya berfokus pada infrastruktur, dan perbaikan lahan pertanian yang turut hancur, tetapi juga pemulihan kesehatan masyarakat [2].

Isu kesehatan menjadi salah satu masalah paling menonjol pasca bencana. Anak-anak dapat mengalami gangguan personal hygiene, termasuk masalah gigi dan kebersihan diri. Remaja menghadapi tantangan dalam menjaga kesehatan reproduksi, sementara pasangan usia subur cenderung memiliki perilaku berisiko seperti merokok. Lansia pun rentan terhadap penyakit degeneratif yang berpotensi memburuk akibat keterbatasan pelayanan kesehatan. Mereka butuh pendampingan melalui pemeriksaan, pelatihan dan penyuluhan atau Pendidikan kesehatan [3].



Gambar 1. Kondisi Aerial Terdampak Bencana di Desa Simangulampe (Sumber foto: A. Oding Affandi 2024, B. <https://ksppm.org/?p=2315>, 2023)

Permasalahan di masyarakat akan semakin kompleks apabila fasilitas kesehatan di desa terbatas serta akses terhadap layanan kesehatan formal juga cukup sulit atau jauh. Kondisi ini dapat menurunkan kualitas hidup masyarakat apabila tidak ditangani dengan segera. Oleh karena itu, diperlukan intervensi melalui program pengabdian masyarakat yang berbasis pemberdayaan. Pendekatan ini memungkinkan masyarakat untuk terlibat aktif dalam menjaga kesehatan diri dan lingkungannya. Pemberdayaan masyarakat menjadi mediator yang

bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidupnya melalui pengembangan kemampuan yang ada pada dirinya untuk melakukan perubahan perilaku [4] agar lebih mandiri [5].

Kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan bagian dari pengabdian kepada masyarakat dengan skema desa binaan yang didanai oleh Universitas Sumatera Utara. Kegiatan pengabdian masyarakat tahun pertama (2024) berfokus kepada penanaman kembali area lahan yang gundul dan pelatihan pembuatan bawang goreng pada ibu-ibu. Lembah Bakara yang merupakan bagian dari desa Simangulampe menjadi tempat terparah akibat banjir ini merupakan penghasil bawang merah, sehingga pelatihan pembuatan bawang goreng menjadi salah satu kegiatan yang dapat membantu meningkatkan perekonomian warga [6].

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tahun 2025 merupakan lanjutan kegiatan tahun 2024. Kegiatan tahun kedua ini difokuskan pada pengelolaan kompos dan pelatihan serta penyuluhan kesehatan di sekolah. Hal ini bertujuan untuk memandirikan dan memberdayakan warga sekolah dalam hal ini guru dan siswa [7] agar mampu mengatur diri sendiri. Pemberdayaan ini bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan, [8] dan menggali potensi yang ada [9]. Melalui penyuluhan kesehatan ini diharapkan siswa memiliki kebiasaan yang pola hidup sehat yang lebih baik. Sehat tidak berarti mahal namun dampaknya akan terlihat dari perubahan perilaku sehingga mampu meningkatkan kualitas kesehatannya [10].

Penyuluhan kesehatan di sekolah selain memberdayakan siswa juga merupakan bagian dari program mitigasi dan adaptasi bencana bidang kesehatan. Kegiatan meliputi penyuluhan kesehatan di sekolah, pemeriksaan kesehatan untuk pasangan usia subur, serta pemeriksaan dan senam bagi lansia. Saat pelaksanaan di lapangan tahap awal, kegiatan penyuluhan dan pelatihan kesehatan difokuskan pada penyuluhan di sekolah, yaitu di SMP mengenai pentingnya konsumsi makanan sehat, serta di tingkat SMA tentang edukasi pemeriksaan payudara sendiri (SADARI). SADARI sangat penting karena merupakan cara untuk mendeteksi dini tentang kanker payudara.

Lokasi pengabdian ini dipilih karena Desa Simangulampe merupakan daerah rawan bencana hidrometeorologi dan memiliki tingkat kerentanan tinggi. Letaknya di lembah Bakara, membuat desa ini berisiko kembali mengalami banjir bandang di masa mendatang. Pemilihan lokasi ini juga menjadi upaya strategis untuk meningkatkan kesiapsiagaan sekaligus memperkuat ketahanan masyarakat dalam menghadapi bencana. Tim pengabdian masyarakat dari Universitas Sumatera Utara hadir sebagai mitra yang memberikan edukasi, pendampingan, dan solusi berbasis ilmu pengetahuan.

Tujuan dari kegiatan ini adalah meningkatkan kesadaran dan kapasitas masyarakat dalam menjaga kesehatan pasca bencana. Melalui pembentukan kader kesehatan, masyarakat diharapkan mampu melanjutkan upaya pencegahan dan penanganan masalah kesehatan secara mandiri. Program ini juga mendukung pencapaian *Sustainable Development Goals* (SDGs), khususnya dalam bidang kesehatan yang baik serta akses air bersih dan sanitasi yang layak. Melalui adanya pengabdian masyarakat ini, diharapkan masyarakat Desa Simangulampe dapat bangkit lebih kuat dan lebih sehat pasca bencana.

2. METODE PENGABDIAN

2.1 Lokasi dan Waktu Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) dilaksanakan di Desa Simangulampe, Kecamatan Baktiraja, Kabupaten Humbang Hasundutan, Sumatera Utara. Desa ini dipilih karena merupakan salah satu wilayah yang terdampak banjir bandang pada Desember 2023, yang menimbulkan kerusakan fisik, sosial, serta gangguan kesehatan masyarakat. Jarak lokasi dari kampus Universitas Sumatera Utara sekitar 280 km dengan waktu tempuh \pm 6-7 jam perjalanan darat. Rangkaian kegiatan mulai penyusunan proposal, survei dan pengkajian ulang lapangan dimulai sejak bulan April 2025. Implementasi tahap pertama dilaksanakan tanggal 11 dan 12 Agustus 2025. Kegiatan pengabdian masyarakat ini melibatkan dosen, mahasiswa, perangkat desa, guru, siswa, kader kesehatan, dan masyarakat setempat.

2.2 Metode Pelaksanaan

Solusi untuk berbagai persoalan prioritas yang telah disepakati adalah dengan melakukan beberapa kegiatan di tahun pertama dan metode pendekatannya sebagai berikut:

1. Sosialisasi kegiatan oleh tim pengabdian kepada masyarakat Universitas Sumatera Utara kepada masyarakat dan sekolah terkait program. Sosialisasi ini dilakukan di kantor desa Simangulampe yang bertujuan membangun pemahaman bersama dan dukungan aktif masyarakat terhadap program yang akan dijalankan.

2. Diskusi dan sosialisasi antar pihak mengenai peran dan kontribusi masing-masing tim dan masyarakat. Tim pertama melaksanakan pelatihan pembuatan kompos sedangkan tim kedua melakukan penyuluhan dan pelatihan kesehatan tentang Gizi seimbang dan SADARI.
3. Topik pendidikan kesehatan tentang Hidup Sehat dan Gizi Seimbang di Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMP N) Simangulampe dan penyuluhan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) di Sekolah Menengah Atas Negeri (SMA N) Simangulampe.
4. *Pre-test* dan *post-test* dilakukan untuk siswa SMP dan SMA yang bertujuan agar dapat mengukur efektivitas edukasi

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Persiapan awal kegiatan pengabdian diawali dengan penyusunan proposal program yang dirancang secara komprehensif sesuai kebutuhan masyarakat pascabencana di Desa Simangulampe. Selanjutnya dilakukan koordinasi dengan Pemerintah Daerah Kabupaten Humbang Hasundutan pada tanggal 16–17 Januari 2024 untuk memperoleh dukungan serta sinkronisasi program dengan agenda pemulihan daerah. Sebagai tindak lanjut, pada tanggal 8 Maret 2024 dilaksanakan kegiatan *Focus Group Discussion* (FGD) yang melibatkan berbagai pihak, antara lain perangkat pemerintahan desa, tokoh masyarakat, guru sekolah, kader kesehatan, serta mitra pendukung lainnya yang berperan sebagai penggerak dan pendukung dalam Program Desa Binaan.

Melalui FGD ini diperoleh kesepakatan bersama terkait bentuk kegiatan, pembagian peran, serta fokus utama yang akan dijalankan di lapangan. Setelah seluruh persiapan administratif, teknis, dan logistik selesai, tim kemudian berangkat menuju Desa Simangulampe untuk melaksanakan rangkaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat sesuai jadwal yang telah ditentukan.



Gambar 2. Tim 2 Pengabdian Kepada Masyarakat Program Desa Binaan Universitas Sumatera Utara berfoto bersama sebelum keberangkatan ke lokasi pengabdian di Desa Simangulampe, Kecamatan Baktiraja, Kabupaten Humbang Hasundutan.

Pelaksanaan program dimulai dengan sosialisasi kegiatan oleh tim pengabdian kepada masyarakat Universitas Sumatera Utara kepada masyarakat dan pihak sekolah terkait program yang akan dilaksanakan. Sosialisasi ini bertujuan membangun pemahaman bersama dan dukungan aktif masyarakat, sehingga masyarakat memiliki persepsi yang sama terhadap program yang akan dijalankan dan siap melanjutkan program yang sudah disepakati Bersama. Kegiatan sosialisasi dilakukan di kantor desa Simangulampe. Kemudian kedua tim meisahkan diri untuk emlanjutkan kegiatan masing-masing. Tim 1 melaksanakan pembuatan kompos bersama warga masyarakat sedangkan tim 2 melaksanakan pendidikan dan pelatihan kesehatan di sekolah.



Gambar 3. Pertemuan Tim Pengabdian Kepada Masyarakat Program Desa Binaan Universitas Sumatera Utara dengan aparat desa, perwakilan masyarakat dan sekolah untuk membahas kegiatan yang akan dilakukan bertempat di kantor Desa Simangulampe, Kecamatan Baktiraja, Kabupaten Humbang Hasundutan.

Kegiatan tim 2 dilaksanakan di dua sekolah. Pertama di SMPN Baktiraja dengan fokus kegiatan penyuluhan mengenai pola konsumsi makanan sehat bagi remaja. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pemahaman siswa tentang pentingnya hidup sehat dan gizi seimbang untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan pada masa pubertas. Jumlah responden yang mengikuti kegiatan sebanyak 90 siswa, dengan rentang usia 11–15 tahun, terdiri dari 37 siswa laki-laki dan 53 siswa perempuan. Antusiasme peserta terlihat dari keterlibatan aktif mereka dalam sesi tanya jawab serta praktik sederhana mengenali jenis makanan sehat yang dapat dikonsumsi sehari-hari.

Tim menyampaikan materi secara interaktif mengenai pentingnya hidup sehat dan gizi seimbang, kebiasaan sarapan, dan bahaya jajanan tidak sehat [11]. Media poster piramida makanan dan *leaflet* menu sehat digunakan untuk mempermudah pemahaman siswa dan [12] menjadikan pelatihan lebih efektif. Pendekatan yang menyenangkan dengan bahasa sederhana membuat siswa lebih mudah menerima informasi dan termotivasi untuk mengubah kebiasaan makan sehari-hari. Sejalan dengan penelitian [13] menunjukkan bahwa intervensi edukasi gizi berbasis sekolah dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terhadap pola makan sehat, serta mendorong mereka untuk mengurangi konsumsi makanan tidak sehat.



Gambar 4. Kegiatan Pendidikan Kesehatan tentang Hidup Sehat dan Gizi Seimbang sehat kepada siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri Baktiraja di Desa Simangulampe, Kecamatan Baktiraja, Kabupaten Humbang Hasundutan.



Gambar 5. Foto Bersama kepala sekolah, Guru-Guru, Siswa-Siswa dan Tim Pengabdian Kepada Masyarakat di Sekolah Menengah Pertama Negeri Baktiraja Desa Simangulampe, Kecamatan Baktiraja, Kabupaten Humbang Hasundutan.

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa tentang pola hidup sehat dan gizi seimbang. Secara umum awalnya berada pada kategori cukup menjadi baik sedangkan yang awalnya berada pada kategori kurang berubah menjadi kategori cukup. Hasil ini sangat bervariasi dikarenakan peserta penyuluhan terdiri dari berbagai level tingkat pendidikan yaitu kelas 7, kelas 8 dan kelas 9. Namun demikian secara umum banyak siswa mampu membedakan contoh menu sehat dan tidak sehat [14] serta memahami risiko dari konsumsi makanan instan dan minuman manis berlebihan. Aktivitas diskusi kelompok juga memperlihatkan antusiasme, di mana siswa saling berbagi pengalaman tentang kebiasaan sarapan dan kebiasaan hidup sehat. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi sederhana melalui penyuluhan dapat menumbuhkan kesadaran awal mengenai pentingnya menjaga pola makan.

Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian mengenai Program Makan Begizi Gratis (MBG) yang menunjukkan bahwa intervensi gizi di sekolah tidak hanya menurunkan angka malnutrisi dan meningkatkan kesehatan siswa, tetapi juga berdampak pada peningkatan kehadiran serta prestasi akademik [15]. Kondisi di atas memperkuat pernyataan bahwa penyuluhan tentang hidup sehat dan gizi seimbang dapat memicu kesadaran awal siswa dapat menjadi langkah pendukung bagi program intervensi jangka panjang yang lebih luas. Sayangnya program MBG belum sampai di sekolah ini.

Kegiatan kedua dilanjutkan dengan penyuluhan dan pelatihan SADARI (Periksa Payudara Sendiri). Responden pada kegiatan ini berjumlah 97 siswi SMA dengan rentang usia 14-18 tahun. Semua siswi yang mengikutipelatihan sudah memasuki usia *menarcho* antara 11-15 tahun. Materi disampaikan meliputi definisi kanker payudara, tanda-tanda dan gejala dini kanker payudara, serta langkah-langkah pemeriksaan SADARI sebagai deteksi dini terhadap pencegahan kanker payudara. Demonstrasi selama pelatihan selain menggunakan poster dan *leaflet*, juga menggunakan alat peraga berupa manekin payudara. Selama pelatihan siswi-siswi diberi kesempatan untuk mencoba secara langsung praktik SADARI. Pendekatan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membekali keterampilan praktis yang bisa dipraktikkan secara mandiri. Edukasi melalui metode demonstrasi SADARI secara langsung terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman sekaligus keterampilan perempuan untuk melakukan deteksi dini kanker payudara [16].

Antusiasme siswi terlihat dari keberanian mereka mencoba praktik SADARI dan mengajukan pertanyaan seputar kesehatan reproduksi. Dari hasil evaluasi secara verbal dan praktik, sebagian besar siswi mampu menjelaskan kembali langkah-langkah SADARI dan memahami pentingnya dilakukan setiap bulan serta mampu mendemonstrasikan kembali langkah-langkah sadari dngan benar. Peningkatan ini menandakan bahwa penyuluhan berbasis demonstrasi lebih efektif dibanding hanya penyampaian materi. Sejalan dengan penelitian [17] bahwa metode demonstrasi (*lecture-demonstration method*) jauh lebih efektif dibandingkan dengan ceramah biasa dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan. Program ini juga memberi nilai tambah berupa peningkatan kesadaran deteksi dini sejak remaja, [18] yang sangat penting dalam pencegahan kanker payudara.

Untuk menjaga keberlanjutan pelatihan ini, tim pengabdian memberikan *leaflet* dan *standing banner* tentang gizi dan panduan SADARI kepada siswa dan guru. Guru didorong untuk melanjutkan edukasi kesehatan

kepada siswa lain yang belum terlibat pada saat kegiatan pengabdian kepada masyarakat, sehingga diharapkan semua siswa mendapatkan penguatan pengetahuan secara berkesinambungan [19] secara efisien. Selain itu, diharapkan pihak sekolah menjadwalkan kembali kegiatan serupa secara berkala, misalnya melalui UKS atau kegiatan ekstrakurikuler kesehatan [20], sehingga penyuluhan tidak berhenti hanya pada satu kali intervensi dan hanya pada sebagian siswa saja. Indikator keberhasilan program dapat dilihat dari tingginya tingkat partisipasi siswa pada saat diskusi selama kegiatan berlangsung.



Gambar 6. Kegiatan Pelatihan Kesehatan tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) kepada siswa Sekolah Menengah Atas Negeri Baktiraja di Desa Simangulampe, Kecamatan Baktiraja, Kabupaten Humbang Hasundutan.



Gambar 7. Foto Bersama kepala sekolah, Guru-Guru, Siswa-Siswa dan Tim Pengabdian Kepada Masyarakat di Sekolah Menengah Atas Negeri Baktiraja Desa Simangulampe, Kecamatan Baktiraja, Kabupaten Humbang Hasundutan.

Secara keseluruhan, program pengabdian masyarakat ini berjalan dengan lancar dari pemberangkatan hingga penutupan. Penyuluhan makanan sehat di SMP berhasil menanamkan kesadaran pentingnya gizi seimbang, sementara edukasi SADARI di SMA meningkatkan pengetahuan dan keterampilan deteksi dini kanker payudara. Keberhasilan ini menunjukkan bahwa intervensi berbasis edukasi sederhana, bila dilakukan dengan strategi yang tepat, mampu memberikan dampak positif bagi kesehatan remaja. Program diakhiri dengan rasa syukur, foto bersama, serta komitmen dari sekolah dan tim untuk melanjutkan edukasi kesehatan di masa mendatang.

4. SIMPULAN

Program pengabdian masyarakat di Desa Simangulampe berhasil meningkatkan pemahaman dan keterampilan masyarakat, khususnya remaja, dalam menjaga kesehatan pascabencana. Penyuluhan gizi di SMP membuat siswa mampu mengenali komponen makanan sehat dan memahami risiko konsumsi makanan instan serta minuman manis berlebihan, sedangkan edukasi SADARI di SMA meningkatkan keterampilan siswi dalam melakukan deteksi dini kanker payudara. Kelebihan program ini adalah metode interaktif dan demonstrasi langsung yang memudahkan peserta memahami serta mempraktikkan materi. Namun, keterbatasan waktu dan cakupan sasaran masih menjadi kendala sehingga keberlanjutan program sangat bergantung pada dukungan sekolah., Pengembangan program ke depan diharapkan dapat diintegrasikan dengan kegiatan ekstra kurikuler sekolah kegiatan pelatihan ini terus berkesinambungan.

5. SARAN

Disarankan agar pihak sekolah dan tenaga pendidik melanjutkan kegiatan edukasi kesehatan melalui Unit Kesehatan Sekolah (UKS) atau kegiatan ekstrakurikuler, sehingga siswa mendapatkan penguatan pengetahuan secara rutin. Pemerintah desa dan masyarakat diharapkan terus mendukung program lanjutan dengan mengintegrasikan penyuluhan gizi dan SADARI dalam kegiatan masyarakat. Selain itu, perlu adanya monitoring berkala untuk menilai keberlanjutan dampak pengabdian, serta penambahan sarana media edukasi yang lebih inovatif seperti video pembelajaran atau aplikasi digital agar hasil pengabdian dapat lebih optimal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Rektor Universitas Sumatera Utara melalui Lembaga Pengabdian Kepada Masyarakat yang telah memberikan dukungan dana untuk kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Program Desa Binaan Universitas Sumatera Utara tahun anggaran 2025
2. Kepala sekolah serta guru-guru di Sekolah Menengah Pertama Negeri Baktiraja dan Sekolah Menengah Atas Negeri Baktiraja yang telah memberi dukungan dan fasilitas untuk kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Program Desa Binaan Universitas Sumatera Utara sehingga dapat berjalan dengan lancar sesuai rencana.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] R. Batubara, O. Affandi, R. Endah Nurhidayah, A. Fauzia Dewinta, and M. Ulfa, "Pelatihan Pembuatan Produk Dari Bawang Merah Dengan Kelompok Ibu-Ibu Ceria di Desa Simangulampe," *Jdistira*, vol. 4, no. 2, pp. 195–200, 2024, doi: 10.58794/jdt.v4i2.1048.
- [2] P. Kesehatan *et al.*, "INDRA 1(1) (2020) INDRA: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat," vol. 1, no. 1, 2020, [Online]. Available: <http://jffk.unram.ac.id/index.php/indra/index>
- [3] K. Khobibah *et al.*, "Pelayanan Kesehatan Pada Korban Banjir Sebagai Upaya Rehabilitasi Pasca Bencana," *Link*, vol. 19, no. 2, pp. 69–74, 2023, doi: 10.31983/link.v19i2.9137.
- [4] M. Y. E. Wawan Herry Setyawan, Mansur, Betty Rahayu, Siti Maryam Wawan Herry Setyawan, Mansur, Betty Rahayu, Siti Maryam, Aslichah, Khoiruddin, Humaidah Muafiqie, Endah Marendah Ratnaningtyas, Rika E. Nurhidayah, *Asset Based Community Development (ABCD)*, 1st ed. PT. Gaptex Media Pustaka, 2023.
- [5] H. Suryo, "Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pengembangan Kemandirian Masyarakat," *Transformasi*, vol. 1, no. 29, pp. 45–49, 2016.
- [6] I. Komariah and A. Anton, "Pemberdayaan Masyarakat Petani Dengan Memanfaatkan Bawang Yang Tidak Terjual Menjadi Produksi Usaha Bawang Goreng Aneka Rasa," *JPM J. Pengabd. Masy.*, vol. 1, no. 1, p. 26, 2022, doi: 10.52434/jpm.v1i1.1795.
- [7] H. D. Anugraheni, U. Afrikah, B. I. Prihatiningrum, I. Ni, and N. Safitri, "Pemberdayaan Siswa Sekolah Dasar Dalam Upaya Meningkatkan Status Kesehatan Warga Sekolah," *Info*, vol. 19, no. 2, pp. 95–103, 2018.
- [8] E. Masrul, "Manajemen Pemberdayaan Masyarakat," *La Macca*, vol. 01, no. 1, p. 10, 2018.
- [9] Kiki Endah, "Pemberdayaan Masyarakat : Menggali Potensi Lokal Desa," *Moderat J. Ilm. Ilmu Pemerintah.*, vol. 6, no. 1, pp. 135–143, 2020, [Online]. Available: <https://jurnal.unigal.ac.id/moderat/article/view/3319/2914>
- [10] M. Una, N. M. Saad, and A. Igrisa, "Pemberdayaan Siswa Sekolah Dasar Dalam Edukasi Program UKS (Unit Kesehatan Sekolah)," *J. Pengabd. Kesehat. Masy.*, vol. 4, no. 2, pp. 154–160, 2023.
- [11] T. M. Fuadi, P. Raisah, and N. Nurhaliza, "Penyuluhan Jajanan dan Makanan Sehat Terhadap Pengetahuan Siswa," *Surya Abdimas*, vol. 7, no. 3, pp. 556–563, 2023, doi: 10.37729/abdimas.v7i3.3166.
- [12] M. T. Page, Erviana, and A. G. Sikin, "Media Leaflet dan Poster Pada Tingkat Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi Leaflet and Poster Media at the Level of Public Knowledge About Hypertension," *KEPO J. Keperawatan Prof.*, vol. 4, no. 1, pp. 36–45, 2023, [Online]. Available: <https://salnesia.id/kepo/article/view/568>
- [13] A. S. Flores-Vázquez, N. P. Rodríguez-Rocha, and G. Macedo-Ojeda, "Educational Nutritional Intervention Program for Adolescents Based on Social Cognitive Theory: Pilot Study of a Cluster Randomized Controlled Trial," *Heal. Serv. Insights*, vol. 17, pp. 1–12, 2024, doi: 10.1177/11786329241249011.
- [14] T. D. Santi and A. Candra, "Penyuluhan Jajanan Sehat Untuk Anak Indonesia Sehat," *J. Inov. Dan Pengabd. Masy. Indones.*, vol. 1, no. 2, pp. 9–11, 2022, doi: 10.26714/jipmi.v1i2.4.
- [15] R. Qomarrullah, Suratni, L. Wulandari S, and M. Sawir, "Dampak Jangka Panjang Program Makan Bergizi Gratis Terhadap Kesehatan Dan Keberlanjutan Pendidikan the Long-Term Impact of the Free Nutritious Meal Program on Health and Educational Sustainability," *Indones. J. Intellect. Publ.*, vol. 5, no. 2, pp. 130–136, 2025.
- [16] A. A. Oglat *et al.*, "Evaluating the Use of Breast Self-Examination (BSE) for Recognizing Breast Cancer Awareness Among Jordanian Students

- and Workers in Medical Fields,” *Int. J. Womens. Health*, vol. 16, no. October, pp. 1743–1753, 2024, doi: 10.2147/IJWH.S485116.
- [17] S. O. Ogunlowo and B. L. Ajibade, “Investigating the differential efficacy of lecture and demonstration teaching methods in teaching medical-surgical nursing among nursing students,” *BMC Nurs.*, vol. 23, no. 1, 2024, doi: 10.1186/s12912-024-02541-4.
- [18] A. R. Bur and S. Zakiyah, “Pengaruh Penyuluhan Kesehatan SADARI Sebagai Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Mahasiswa,” vol. 2, no. 2, pp. 46–52, 2025.
- [19] E. Euriga, S. Amanah, A. Fatchiya, and P. S. Asngari, “Implementasi Penyuluhan Hortikultura Berkelanjutan di Provinsi D.I. Yogyakarta,” *J. Penyul.*, vol. 14, no. 2, pp. 289–307, 2018, doi: 10.25015/penyuluhan.v14i2.19555.
- [20] A. Agustin, A. I. Lestari, E. Harianti, and S. Marwan, “Pemberdayaan Kegiatan Ekstrakurikuler Sains untuk Penguatan Prestasi Siswa Sekolah Dasar Islam,” *BA J. Pengabd. Kpd. Masy.*, vol. 2, no. 1, pp. 1–7, 2024, doi: 10.58477/ba.v2i1.224.