

Edukasi Kesehatan Pada Masyarakat Desa Gampong Sungai Pauh Tanjung Tentang Budaya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

Muhammad Khairurrozi¹, Junius Mahara², Putri Mutia³

^{1,2,3}Program Studi Administrasi Rumah Sakit, STIKes Bustanul Ulum Langsa, Kota Langsa, Indonesia
Email: ¹muhammad.khairurrozi@gmail.com

Abstract

Applying PHBS (Clean and Healthy Living Behavior) should become a daily habit. It seems simple, but the reality is that many people are still unaware of the importance of PHBS to their health, their families, and the health of those around them. At home, PHBS includes exclusive breastfeeding, delivery by a health care provider (midwife or doctor), scheduled immunizations, regular monitoring of infant and child growth and development, clinics, health centers, or child care. including Poyandu until she was 6 years old. Adopting a clean and healthy lifestyle (PHBS) for everyone is no easy task, but it is a long process. Everyone lives in their own order and influences and interacts with each other in this order. Monitoring, evaluating and measuring the progress of an order is easier than an individual. Developing a clean and healthy lifestyle (PHBS) therefore takes place through a methodical approach: the arrangement of homes, schools, public places, workplaces and health care facilities. PHBS in the Household is an attempt to make household members aware and willing to lead clean and healthy lives, and to play an active role in the wellness movement of their communities.

Keywords: Clean, Healthy, Behavior

Abstrak

Penerapan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) sudah seharusnya menjadi kebiasaan sehari-hari. Meski terkesan sederhana, pada kenyataannya, masih banyak orang yang kurang memperhatikan pentingnya PHBS bagi kesehatan diri sendiri, keluarga, dan lingkungan sekitar. Dalam tatanan rumah tangga, PHBS juga mencakup pemberian ASI eksklusif, melahirkan dengan bantuan tenaga kesehatan (bidan atau dokter), menjalani imunisasi sesuai jadwal, serta memeriksakan tumbuh kembang bayi dan anak di klinik, puskesmas, atau posyandu secara rutin hingga anak berusia 6 tahun. Menanamkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) kepada setiap orang bukanlah hal yang mudah, akan tetapi memerlukan proses yang panjang. Setiap orang hidup dalam tatanannya dan saling mempengaruhi serta berinteraksi antar pribadi dalam tatanan tersebut. Memantau, menilai, dan mengukur tingkat kemajuan tatanan adalah lebih mudah dibandingkan dengan perorangan. Oleh karena itu, pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dilakukan melalui pendekatan tatanan, yaitu tatanan rumah tangga, sekolah, tempat-tempat umum, tempat kerja, dan institusi kesehatan. PHBS di Rumah Tangga adalah upaya untuk memberdayakan anggota rumah tangga agar tahu, mau dan mampu mempraktikkan hidup bersih dan sehat, serta berperan aktif dalam gerakan kesehatan di masyarakat.

Kata Kunci: Bersih, Sehat, Lingkungan

A. PENDAHULUAN

Upaya-upaya promosi kesehatan dan pemberdayaan masyarakat sudah dilakukan dalam rangka perubahan perilaku masyarakat menuju Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil dari pembelajaran yang menjadikan seseorang dapat menolong diri sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakatnya. Bidang PHBS yaitu :

1. Bidang kebersihan perorangan, seperti cuci tangan dengan air bersih yang mengalir dan sabun, mandi minimal 2x/hari, dll.
2. Bidang Gizi, seperti makan buah dan sayur tiap hari, mengkonsumsi garam beryodium, menimbang berat badan(BB) dan tinggi badan (TB) setiap bulan, dll.
3. Bidang Kesling, seperti membuang sampah pada tempatnya, menggunakan jamban, memberantas jentik, dll.

Menanamkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) kepada setiap orang bukanlah hal yang mudah, akan tetapi memerlukan proses yang panjang. Setiap orang hidup dalam tatanannya dan saling mempengaruhi serta berinteraksi antar pribadi dalam tatanan tersebut. Memantau, menilai, dan mengukur tingkat kemajuan tatanan adalah lebih mudah dibandingkan dengan perorangan. Oleh karena itu, pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dilakukan melalui pendekatan tatanan, yaitu tatanan rumah tangga, sekolah, tempat-tempat umum, tempat kerja, dan institusi kesehatan.

PHBS di Rumah Tangga adalah upaya untuk memberdayakan anggota rumah tangga agar tahu, mau dan mampu mempraktikkan hidup bersih dan sehat, serta berperan aktif dalam gerakan kesehatan di masyarakat. Syarat rumah tangga sehat yaitu : 1;Persalinan ditolong oleh tenaga kesehatan (dokter, bidan) 2;Memberi bayi ASI eksklusif 3;Menimbang bayi dan balita setiap bulan 4;Menggunakan air bersih 5;Mencuci tangan dgn air bersih, mengalir, dan sabun 6;Menggunakan jamban 7;Memberantas jentik di rumah 8;Makan sayur dan buah setiap hari 9;Melakukan aktivitas fisik setiap hari 10;Tidak merokok di dalam rumah

Penerapan PHBS di sekolah merupakan kebutuhan mutlak seiring munculnya berbagai penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah (6-10 tahun), yang ternyata umumnya berkaitan dengan PHBS. PHBS di sekolah merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat. Penerapan PHBS ini dapat dilakukan melalui pendekatan Usaha Kesehatan Sekolah. Manfaat PHBS di sekolah di antaranya :

1. Terciptanya sekolah yang bersih dan sehat sehingga peserta didik, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah terlindungi dari berbagai gangguan dan ancaman penyakit
2. Meningkatnya semangat proses belajar-mengajar yang berdampak pada prestasi belajar peserta didik
3. Citra sekolah sebagai institusi pendidikan semakin meningkat sehingga mampu menarik minat orang tua (masyarakat)
4. Meningkatnya citra pemerintah daerah di bidang pendidikan
5. Menjadi percontohan sekolah sehat bagi daerah lain

Syarat-syarat sekolah ber-PHBS yaitu : 1;Mencuci tangan dengan air bersih yang mengalir dan sabun 2;Jajan di kantin sekolah yang sehat 3;Membuang sampah pada tempatnya 3;Mengikuti kegiatan olah raga di sekolah 4;Menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap bulan 5;Tidak merokok di sekolah 6;Memberantas jentik nyamuk di sekolah secara rutin 7;Buang air besar dan buang air kecil di jamban sekolah.

Tempat-tempat umum merupakan sarana yang diselenggarakan oleh pemerintah atau swasta, atau perorangan yang digunakan untuk kegiatan masyarakat, seperti sarana pariwisata, transportasi umum, sarana ibadah, sarana olahraga, sarana perdagangan, dsb. PHBS di tempat-tempat umum adalah upaya untuk memberdayakan masyarakat pengunjung dan pengelola tempat-tempat umum agar tahu, mau dan mampu untuk mempraktikkan PHBS serta berperan aktif dalam mewujudkan tempat-tempat umum yang ber-PHBS.

Melalui penerapan PHBS di tempat umum ini, diharapkan masyarakat yang berada di tempat-tempat umum akan terjaga kesehatannya dan tidak tertular atau menularkan penyakit. Syarat tempat umum yang ber-PHBS yaitu : 1; Menggunakan air bersih 2; Menggunakan jamban 3; Membuang sampah pada tempatnya 4; Tidak merokok 5; Tidak meludah sembarangan 6; Memberantas jentik nyamuk 7; Mencuci tangan dengan sabun dan air bersih 8; Menutup makanan dan minuman

PHBS di tempat kerja merupakan upaya memberdayakan para pekerja agar tahu, mau dan mampu mempraktikkan PHBS serta berperan aktif dalam mewujudkan tempat kerja sehat. Penerapan PHBS di tempat kerja diperlukan untuk menjaga, memelihara dan mempertahankan kesehatan pekerja agar tetap sehat dan produktif. Manfaat PHBS di tempat kerja diantaranya masyarakat di sekitar tempat kerja menjadi lebih sehat dan tidak mudah sakit, serta lingkungan di sekitar tempat kerja menjadi lebih bersih, indah, dan sehat. Syarat tempat umum yang sehat yaitu : 1; Mengonsumsi makanan bergizi 2; Melakukan aktivitas fisik setiap hari 3; Tidak merokok di tempat kerja 4; Mencuci tangan dengan air bersih dan sabun 5; Menggunakan air bersih 6; Memberantas jentik di tempat kerja 7; Menggunakan jamban 8; Membuang sampah pada tempatnya

Institusi kesehatan adalah sarana yang diselenggarakan oleh pemerintah/swasta atau perorangan yang digunakan untuk kegiatan pelayanan kesehatan bagi masyarakat, seperti rumah sakit, puskesmas, dan klinik swasta. PHBS di institusi kesehatan merupakan upaya untuk memberdayakan pasien, masyarakat pengunjung, dan petugas agar tahu, mampu, dan mampu mempraktikkan hidup perilaku hidup bersih dan sehat serta berperan aktif dalam mewujudkan institusi kesehatan ber-PHBS.

PHBS di Institusi Kesehatan sangat diperlukan sebagai salah satu upaya untuk mencegah penularan penyakit, infeksi nosokomial dan mewujudkan Institusi Kesehatan yang sehat. Syarat institusi sehat yaitu : 1; Menggunakan air bersih 2; Mencuci tangan dengan air bersih yang mengalir dan sabun 3; Menggunakan jamban 4; Membuang sampah pada tempatnya 5; Tidak merokok di Institusi Kesehatan 6; Tidak meludah sembarangan 7; Memberantas jentik nyamuk.

B. PELAKSANAAN DAN METODE

Dalam rangka pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat, maka lokasi berada di Desa Gampong Sungai Pauh Tanjung Kecamatan Langsa Barat Kota Langsa. Sasaran dalam kegiatan ini adalah ibu rumah tangga dan masyarakat Desa Gamponh Sungai Pauh Tanjung Kecamatan Langsa Barat Kota Langsa yang berada di lingkungan Desa tersebut saat dilakukan kegiatan pengabdian.

Tahapan Persiapan

Pada tahap ini meliputi;

1. Survey Lokasi untuk pengabdian pada masyarakat
2. Penentuan Lokasi dan sasaran Pengabdian pada masyarakat
3. Penyusunan bahan /materi pengabdian pada masyarakat

Tahap Pelaksanaan Pengabdian kepada masyarakat

Tahapan ini meliputi sebagai berikut:

1. Penjelasan tentang tujuan kehadiran tim pada masyarakat
2. Sesi sosialisasi/ penyuluhan kepada masyarakat (penyampaian materi)
3. Melakukan evaluasi terhadap masyarakat dari penyuluhan

Dalam melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat digunakan beberapa metode sosialisasi/penyuluhan:

1. *Pre test*, dilakukan kepada masyarakat sebelum mendapat materi tentang *perilaku hidup bersih dan sehat*. Kegiatan *pre test* ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana tingkat pengetahuan warga sebelum diberikan penyuluhan. Kegiatan *pre test* ini terdiri dari beberapa pertanyaan tentang budaya hidup bersih dan sehat.
2. Metode ceramah, metode ini dipilih untuk memberikan penyampaian materi penyuluhan budaya hidup bersih dan sehat.

3. Tanya jawab, metode ini digunakan untuk mengetahui persoalan kesehatan yang terjadi pada masyarakat tersebut serta merupakan salah satu cara untuk mengevaluasi pemahaman masyarakat terhadap budaya hidup bersih dan sehat.
4. *Post test*, hal ini dilakukan sebagai upaya evaluasi dari hasil kegiatan pengabdian pada masyarakat dengan memberikan daftar pertanyaan (kuesioner) kepada masyarakat tentang budaya hidup bersih dan sehat dengan tujuan untuk melihat peningkatan pengetahuan masyarakat tentang budaya hidup bersih dan sehat.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian pada masyarakat berupa penyuluhan atau pemberian pendidikan kesehatan tentang budaya hidup bersih dan sehat pada masyarakat di Desa. Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dilaksanakan secara langsung oleh tim pengabdian pada masyarakat kepada para masyarakat di Desa Gampong Sungai Pauh Tanjung Kecamatan Langsa Barat Kota Langsa. Pelaksanaan kegiatan pada tanggal 26 Agustus 2022. Peserta kegiatan pengabdian pada masyarakat ini adalah para masyarakat di Desa Gampong Sungai Pauh Tanjung Kecamatan Langsa Barat Kota Langsa yang berada di sekolah saat pelaksanaan kegiatan berlangsung yang berjumlah 10 orang. Semua peserta tersebut telah melalui kegiatan *pre test*, penyuluhan/ penyampaian materi, tanya jawab dan *post test*.



Pre Test Kegiatan PkM



Post Test Kegiatan PkM



Pemberian pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene*



Poto Bersama Kegiatan PkM

Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kesehatan Masyarakat di Desa Gampong Sungai Pauh Tanjung Kota Langsa

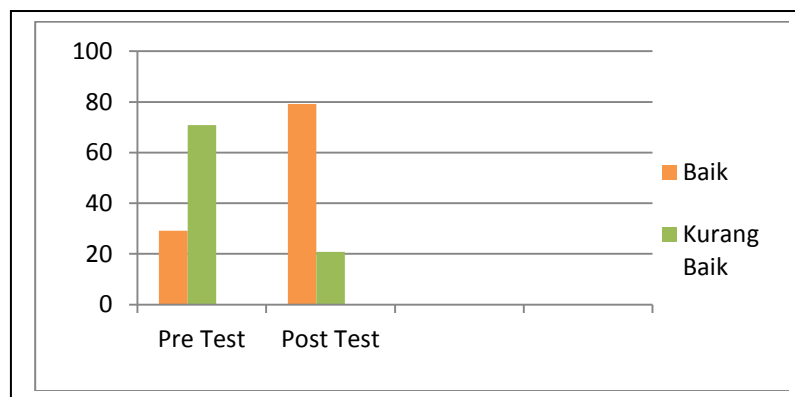
Adapun hasil kegiatan pengabdian pada masyarakat dengan masyarakat Desa Gampong Sungai Pauh Tanjung Kecamatan Langsa Barat Kota Langsa didapatkan sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Siswa/i tentang *Budaya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*

No	Pengethuan	Pre Test		Post Test	
		f	%	f	%
1	Baik	3	30	9	90
2	Kurang Baik	7	70	1	10
Total		24	100	24	100

Dari hasil pengabdian kepada masyarakat yang dapat dilihat pada tabel 1 menunjukkan bahwa hasil pre test pada masyarakat Desa Gampong Sungai Pauh Tanjung didapatkan mayoritas memiliki pengetahuan kurang baik tentang budaya perilaku hidup bersih dan sehat sebesar 7 orang (70%) sedangkan masyarakat yang memiliki pengetahuan baik sebesar 3 orang (3%). Hasil ini didapat sebelum diberikan perlakuan yaitu dengan penyuluhan tentang *budaya hidup bersih*. Setelah diberikan perlakuan (penyuluhan) tentang *perilaku hidup bersih* kemudian dilakukan *post test* yang didapatkan hasilnya yaitu mayoritas masyarakat memiliki pengetahuan baik tentang *budaya hidup bersih* sebesar 9 orang (90%) sedangkan yang memiliki pengetahuan kurang baik sebesar 1 orang (10%). Dari hasil perbandingan *pretest* dan *posttest* yang dilakukan, maka terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat tentang *budaya perilaku hidup bersih* yang awalnya masyarakat hanya memiliki pengetahuan baik tentang *budaya perilaku hidup bersih* sebesar 30% meningkat menjadi 90% begitu juga sebaliknya bahwa masyarakat yang awalnya memiliki pengetahuan kurang baik sebesar 70% menurun menjadi 10%. Hasil kegiatan ini masyarakat mendapat pengetahuan tentang *budaya perilaku hidup bersih dan sehat* dengan cara merubah pola hidup yang tidak baik serta selalu bersikap baik sehingga terciptanya perilaku yang baik pula.

Hasil pengetahuan siswa/i dapat dilihat pada diagram batang dibawah ini untuk melihat *pre test* dan *post test* pada kegiatan pengabdian pada masyarakat.



Gambar 2. Hasil *Pre Test* dan *Post Test* Pengetahuan masyarakat

Dari Gambar 1 dapat dilihat bahwa terdapat peningkatan pengetahuan pada masyarakat tentang *budaya perilaku hidup bersih dan sehat* sehingga kegiatan ini berhasil membuat peserta memiliki pengetahuan tentang personal hygiene serta merubah pola pikir dalam menjalani pola hidup mereka.

Pengetahuan tentang budaya hidup sehat akan mempengaruhi praktik perilaku hidup sehat. Namun, hal ini saja tidak cukup, karena motivasi merupakan kunci penting dalam pelaksanaan perilaku hidup sehat tersebut. Permasalahan yang sering terjadi adalah ketiadaan motivasi karena kurangnya pengetahuan. Ada banyak faktor yang berpengaruh terhadap pengetahuan, menurut, tingkat pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, pengalaman, usia, informasi, lingkungan budaya dan social ekonomi (Hairil Akbar, 2020)

Hal ini sesuai dengan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh (Dwiharini Pustpita Ningsih et al., 2020) menyatakan bahwa dari hasil kuesioner pre dan post yang dibagikan kepada anak usia sekolah menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan siswa tentang PHBS di lingkungan sekolah. Meningkatnya pengetahuan siswa disebabkan karena tim pengabdian masyarakat tidak hanya memberikan materi tentang PHBS di lingkungan sekolah tetapi juga mendampingi peserta didik untuk melakukan aktifitas PHBS selama 10 minggu aktif di sekolah. Materi dan latihan PHBS yang diberikan meliputi aktifitas sehat terutama di masa pandemi Covid19 ini seperti mengetahui pentingnya memakai masker selama masa pandemi dan cara memakai masker yang benar, pentingnya mencuci tangan dan cara mencuci tangan dengan benar, aktifitas fisik yang teratur serta pola makan yang sehat di masa pandemi Covid-19.

Sejalan dengan pengabdian yang dilakukan oleh (Alif Zanuar Yukmadini) bahwa Hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan oleh fasilitator dapat meningkatkan pengetahuan anak-anak panti asuhan terhadap perilaku hidup bersih dan sehat dalam pencegahan COVID-19. Hal ini dapat dilihat dari persentase pengetahuan peserta sebelum diberikan edukasi yaitu sebesar 74,48% yang kemudian meningkat menjadi 86,49% setelah diberikan edukasi

Teori Precede-Proceed menjelaskan bahwa terdapat tiga faktor yang mempengaruhi perilaku seseorang diantaranya Faktor predisposisi (predisposing factors), faktor pemungkin (enabling factors), dan faktor pendorong (reinforcing factors). Faktor predisposisi (predisposing factors) adalah faktor didalam diri individu yang mempengaruhi keinginan untuk merubah perilaku yang terdiri dari dimensi pengetahuan, sikap, perasaan, kepercayaan (Firdaus & Astutik, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Gani, et al (2013:12) yang berjudul "Desain Kawasan Sehat Untuk Wisata Budaya Using Di Kabupaten Banyuwangi" didapatkan hasil perilaku menggunakan jamban sehat 54%, menggunakan jamban kurang sehat 37%, menggunakan jamban buruk 9% selain itu didapatkan pula hasil perilaku penggunaan air bersih 94%, tidak menggunakan tempat sampah 63%.

Dari hasil pengabdian pada masyarakat ini dapat diasumsikan bahwa semakin banyaknya pengalaman mengenai kesehatan yang terjadi pada seseorang maka akan memberikan perubahan pengetahuan, sikap dan perilaku seseorang untuk meningkatkan kesehatannya saat mendapatkan informasi.

D. PENUTUP

Kesimpulan

Setelah dilakukan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini, kesimpulan yang dapat diambil antara lain kegiatan ini berjalan dengan baik dan dapat dukungan dari berbagai pihak baik dari aparat Desa/Gampong setempat yang diberikan penyuluhan. Selama proses kegiatan berlangsung masyarakat Desa Gampong Sungai pauh Tanjung Kecamatan Langsa Barat Kota Langsa sangat antusias dalam mengikuti kegiatan penyuluhan kesehatan ini. Hal ini dapat dilihat dari respon masyarakat yang dimulai dengan pengenalan, menjawab kuesioner pre test, penyuluhan tentang budaya perilaku hidup bersih dan sehat, tanya jawab serta menjawab kuesioner post test.

Target pengabdian masyarakat ini telah tercapai dengan adanya peningkatan pengetahuan tentang budaya perilaku hidup bersih dan sehat di Desa Gampong Sungai Pauh Tanjung Kecamatan Langsa Barat Kota Langsa yang terlihat dari hasil pre test dan post test dengan pengetahuan yang baik dari 30% meningkat menjadi 90% , dengan kenaikan 60% dari pre test ke post test. Dengan ini semakin sering diberikan pendidikan kesehatan maka semakin meningkatnya pengetahuan yang dapat menuju peningkatan derajat kesehatan pada masyarakat Desa setempat.

Saran

Bagi Pemerintah Desa Gampong Sungai Pauh Tanjung Kecamatan Langsa Barat Kota Langsa untuk dapat sesering mungkin memberikan edukasi kesehatan kepada masyarakat agar terciptanya budaya kesehatan sejak yang dimulai dari lingkungan keluargalalu kepada lingkungan tempat tinggal, dan kepada masyarakat Desa diharapkan untuk meningkatkan dan mendisiplinkan budaya perilaku hidup bersih dan sehat sehingga terhindar dari berbagai penyakit.

Ucapan Terima Kasih

Kepada Ketua yayasan Dayah Bustanul Ulum Langsa, Ketua STIKes Bustanul Ulum Langsa, Ketua LPPM STIKes Bustanul Ulum Langsa, Kepala Desa Gampong Sungai Pauh Tanjung Kecamatan Langsa Barat Kota Langsa, seluruh kaur dan pegawai kantor Desa Gampong Sungai Pauh Tanjung Kecamatan Langsa Barat Kota Langsa, Tim Pengabdian pada Masyarakat, Seluruh masyarakat yang mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat dan semua pihak yang turut membantu sehingga kegiatan ini dapat berjalan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, W. A., dan Supriyadi, S. N. (2007). Peran Fasilitator Dalam Pemberdayaan Masyarakat Pada Program Penataan Lingkungan Permukiman Berbasis Komunitas. *Jurnal Sosiologi DILEMA*. 32 (1). 69-78.
- Arsyad, A. (2013). *Media Pembelajaran*, edisi revisi. PT Raja Grafindo Persada: Jakarta
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. (1999). *Kamus Besar bahasa Indonesia*, Edisi Kedua. Jakarta: Balai Pustaka.
- Hamalik, O. (2010). *Proses Belajar Mengajar*. PT Bumi Aksara: Jakarta.

- Kurniawan, H. (2017). Upaya Peningkatan Derajat Kesehatan Pada Anak Di Panti Asuhan Melalui Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat. *Jurnal Pengabdian MasyarakatIpteks*, 3(1): 9-16.
- Mubarak. (2007). Promosi Kesehatan. Graha Ilmu: Yogyakarta. Notoatmodjo, S. (2007). Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Rineka Cipta: Jakarta.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., Feldman, R. D. (2008). Human Development (Psikologi Perkembangan). Diterjemahkan oleh Anwar, A. K. Anwar. Kencana: Jakarta.
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2269/MENKES/PER/XI/2011 Tentang Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).
- Rahmadeni, A. S., Hayat, N., Novia R., Siska, D., & Yunaspi, D. (2019). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dan Pembagian Sembako pada Anak di Panti Asuhan Mahabbatul Haq Tanjung Uma Batam. *Jurnal Abdimas Saintika*, 1(1), 141-144
- Sanjaya, W. (2010). Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan. Prenada Media Group: Jakarta