

**PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG CUCI TANGAN YANG BENAR
DI SDN 200304 SIPARAU**

¹Yuli Arisyah Siregar, ²Arisa Harfa Said Lubis, ³Nur Aliyah Rangkuti, ⁴Novita Sari Batubara,
⁵Nur Arfah Nasution, ⁶Nur Ummu Fatima

¹²³⁴Universitas Aufa Royhan di Kota Padangsidempuan
⁵⁶Mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga
Universitas Aufa Royhan di Kota Padangsidempuan

yuliarisyahsrgunar@gmail.com

ABSTRAK

Perilaku hidup bersih dan sehat, khususnya melalui kebiasaan mencuci tangan pakai sabun, merupakan salah satu langkah sederhana namun efektif dalam mencegah penyakit menular, seperti diare dan infeksi saluran pernafasan akut (ISPA), terutama pada anak usia sekolah dasar. Cuci tangan merupakan tindakan pencegahan dan penanggulangan penyakit yang menjadi program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) disekolah. Kebiasaan cuci tangan penting untuk diajarkan sejak dini karena anak kandidat terbaik untuk menerapkan nilai-nilai PHBS dan memiliki kapasitas untuk bertindak sebagai agen perubahan, mempromosikan PHBS di rumah, sekolah, dan masyarakat. Salah satu faktor yang mempengaruhi terbentuknya perilaku cuci tangan adalah pengetahuan. Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk mengidentifikasi antara pengetahuan dengan perilaku cuci tangan pada siswa sekolah dasar. Metode yang digunakan adalah metode edukatif – partisipatif yang mencakup pemberian materi, demonstrasi, dan praktik langsung. Hasil penyuluhan menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pemahaman siswa tentang pentingnya cuci tangan, kemampuan mengikuti langkah-langkah mencuci tangan dengan benar, serta respon antusias yang tinggi selama penyuluhan disekolah. Kesimpulannya, penyuluhan efektif dalam membentuk perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa sekolah dasar, serta memiliki potensi untuk diterapkan secara berkelanjutan melalui sinergi antara sekolah dan orang tua.

Kata kunci: Penyuluhan Kesehatan, Cuci tangan

ABSTRACT

Clean and healthy living behavior, particularly through the habit of washing hands with soap, is a simple yet effective measure to prevent infectious diseases such as diarrhea and acute respiratory infections (ARI), especially among elementary school children. Handwashing is a preventive and control measure for diseases and is part of the Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) program implemented in schools. Handwashing habits are important to teach from an early age because children are the best candidates to apply PHBS values and have the capacity to act as agents of change by promoting PHBS at home, school, and in the community. One of the factors influencing the formation of handwashing behavior is knowledge. The purpose of this community service activity was to identify the relationship between knowledge and handwashing behavior among elementary school students. The method used was an educative-participatory approach, which included delivering educational materials, demonstrations, and direct practice. The results of the health education showed a significant improvement in students' understanding of the importance of handwashing, their ability to follow proper handwashing steps, and a high level of enthusiasm during the educational sessions at school. In conclusion, health education is effective in promoting clean and healthy living behavior among elementary school students and has the potential to be implemented sustainably through collaboration between schools and parents.

Keywords: Health Education, Handwashing, Clean and Healthy Living Behavior (PHBS)

1. PENDAHULUAN

Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan inisiatif yang bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Diakui bahwa perilaku hidup bersih dan sehat mempunyai peranan penting dalam menentukan kesehatan individu, kelompok, dan masyarakat, nomor dua setelah faktor lingkungan. Perilaku ini mencakup pemahaman pentingnya kebersihan pribadi, mengambil sikap yang tepat terhadap penyakit, dan mengambil tindakan yang diperlukan untuk mengatasi penyakit atau masalah kesehatan lainnya (Megawati, M. 2024).

Salah satu perilaku hidup bersih dan sehat yang bisa dilakukan adalah dengan kebersihan tangan. Kebersihan tangan perlu diperhatikan karena hal ini penting dalam kehidupan sehari-hari. Tangan kita bersih atau tidak kadang tidak kita sadari. Kita tidak mengetahui apakah tangan kita bersih atau tidak. Sehingga perlunya membasuh atau mencuci tangan dengan bersih. Salah satu contoh yang dapat kita lihat yaitu anak-anak yang kita lihat suka bermain ataupun suka makan jajan

didapati makan dengan tangan tanpa cuci tangan terlebih dahulu (Noorratri, E. D., Sari, I. M., & Hartutik, S. 2023).

Banyak masyarakat atau anak siswa khususnya siswa SD sudah mengetahui cara untuk mencuci tangan tetapi yang dilakukan hanya cuci tangan pakai air saja tetapi kurang untuk menggunakan sabun. Kegiatan mencuci tangan dengan menggunakan sabun merupakan salah satu tindakan yang bertujuan sebagai antiseptik yang mana antiseptic sangat efektif untuk menghilangkan adanya bakteri, virus maupun kuman. Kegiatan mencuci tangan merupakan kegiatan yang cukup penting dilakukan oleh setiap orang. Salah satunya orang yang berada di suatu lingkungan sekolah. Mencuci tangan adalah sebuah tindakan yang selalu dilakukan oleh seseorang dengan cara tangan dibersihkan dengan air dan sabun, dengan tujuan untuk mematikan kuman dan menjadikan tangan kita bersih dan sehat. Upaya pencegahan penyakit salah satunya dilakukan dengan kegiatan mencuci tangan.

Kegiatan mencuci tangan dilakukan karena adanya bakteri, kuman dan virus yang menempel di tangan supaya mati (Noorratri, E. D., Sari, I. M., & Hartutik, S. 2023).

Mencuci tangan memakai sabun sangat penting sebagai salah satu mencegah terjadinya diare, kebiasaan mencuci tangan diterapkan setelah buang air besar, setelah menceboki bayi dan balita, sebelum makan serta sebelum menyiapkan makanan. Masyarakat akan mampu meningkatkan pengetahuan hidup sehat dimanapun mereka berada jika mereka sadar, termotivasi dan di dukung dengan adanya informasi serta sarana dan prasarana kesehatan. Masyarakat hanya mengetahui penyakit menular pada penyakit tertentu saja sedangkan untuk penyakit dalam atau penyakit infeksi lainya masih kurang sehingga kesadaran untuk masyarakat dalam menjaga hidup sehat, dan menjaga dirinya dari bahaya penyakit menular terbatas pada apa yang mereka ketahui saja. Mencuci tangan merupakan metode tertua, sederhana dan paling konsisten untuk pencegahan dan

pengontrolan penularan infeksi (Dayaningsih, Diana, et al. 2024).

Untuk menurunkan angka kejadian diare, praktik menjaga kesehatan dan kebersihan seperti, mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, sesudah buang air besar atayu kecil penting untuk dilakukan karna dapat mengurangi infeksi hingga 25% (prioto 2015). Penelitian lainnya membuktikan bawa cuci tangan pakai sabun dapat menurunkan 50% insiden avian influenza (Talaat,2016). Untuk memutuskan mata rantai penyebaran penyakit, pemberian edukasi tentang pola hidup sehat kepada anak anak penting untuk dilakukan karna anak anak bnayak menghabiskan waktunya disekolah (Ma'rifa & Krisdian,2015). Sekolah memiliki peran penting dalam mendidik dan mendorong kebiasaan cuci tangan sejak usia dini karna kebiasaan mencuci tangan yang dipelajari disekolah dapat bertahan seumur hidup (Global Handwashing Day,2008). Selain itu anak anak juga merupakan calon calon agen perubahan untuk lingkungan sekitarnya (Friskarini, K., & Sundari, T. R. 2020).

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan penyuluhan Cuci Tangan dengan benar ini dilaksanakan pada tanggal 12 September 2025 di SDN 200304 Siparau, Kecamatan Batunadua, di Kota Padangsidempuan , dengan sasaran siswa sekolah dasar. Metode penyuluhan yang digunakan adalah metode edukatif-partisipatif, yang menggabungkan pemberian materi, demonstrasi langsung, dan praktik mandiri oleh siswa. Penyuluhan dimulai dengan pemberian pengetahuan dasar mengenai pentingnya Cuci tangan pakai sabun, jenis-jenis penyakit yang dapat dicegah, serta waktu-waktu penting untuk mencuci tangan. Penyampaian materi dilakukan secara interaktif dengan menggunakan media gambar, poster, dan tanya jawab untuk memudahkan pemahaman siswa.

Setelah penyampaian materi, kegiatan dilanjutkan dengan demonstrasi praktik Cuci tangan sesuai dengan langkah-langkah yang direkomendasikan oleh Kementerian Kesehatan dan WHO. Siswa kemudian diminta mempraktikkan Cuci tangan secara bergiliran dengan bimbingan

fasilitator. Selama kegiatan berlangsung, dilakukan observasi terhadap partisipasi dan pemahaman siswa, serta pemberian umpan balik langsung untuk memperbaiki teknik yang kurang tepat. Di akhir kegiatan, siswa diberikan leaflet edukatif untuk dibawa pulang sebagai pengingat dan sarana edukasi lanjutan di rumah. Kegiatan ini bertujuan tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga menanamkan kebiasaan hidup bersih secara berkelanjutan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan dilaksanakan dengan tema “Penyuluhan Kesehatan Tentang Cuci tangan” pada hari Sabtu, 12 September 2025 pukul 09.00 WIB di SDN 200304 Siparau. Target penyuluhan adalah siswa SEKOLAH DASAR dengan total peserta terhitung sebanyak 80 orang. Capaian yang diharapkan yakni dapat memberikan tambahan pengetahuan dan edukasi mengenai PHBS terutama tentang cuci tangan yang baik dan benar.

Edukasi dan Demonstrasi Tujuh Langkah Cuci Tangan dengan Benar

Kegiatan edukasi Cuci tangan diikuti oleh 80 responden yang dilakukan di lapangan Sekolah Dasar 200304 Siparau, Kecamatan Batunadua di Kota Padangsidempuan . Materi edukasi dalam bentuk penyuluhan yang disampaikan kepada responden mengenai tujuh langkah cuci tangan pakai sabun dengan baik dan benar. Informasi yang diberikan terkait pengertian Cuci tangan, alat dan bahan yang dibutuhkan untuk Cuci tangan, waktu yang dianjurkan untuk mencuci tangan, pentingnya cuci tangan pakai sabun dan penyakit yang disebabkan oleh perilaku tidak mencuci tangan dengan sabun. Perilaku ini harus dibiasakan sejak dini untuk menghindari penyebaran penyakit seperti diare, flu dan penyakit lainnya ditularkan melalui tangan yang telah terkontaminasi kuman dan bakteri.

Untuk metode yang digunakan adalah penyuluhan dan demonstrasi Cuci tangan dengan media liflet dan edukasi. Untuk lebih memperdalam pemahaman terhadap materi penyuluhan dilakukan sesi tanya jawab untuk mengetahui tingkat

pengetahuan responden. Hadiah diberikan kepada siswa yang mampu menjawab pertanyaan dengan benar. Kegiatan tanya-jawab berlangsung secara interaktif dan menarik antara siswa SDN 2402003 Siparau dengan pemateri. Pada sesi terakhir siswa diarahkan berbaris dengan rapi untuk mempraktekkan tujuh langkah cuci tangan pakai sabun sesuai dengan materi yang diberikan.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa tingkat pemahaman siswa dan mempraktekkan cara cuci tangan yang benar dengan gerakan 6 langkah sangat cukup efektif dan terdapat peningkatan setelah dilakukan penyuluhan.

Diharapkan timbulnya kesadaran siswa agar selalu melakukan cuci tangan sebelum dan sesudah melakukan kegiatan sehari-hari agar terhindar dari berbagai macam penyakit.

SARAN

- a. Sebaiknya para orang tua ataupun guru disekolah mengajarkan dan menerapkan kepada anak-anak untuk selalu mencuci tangan pakai sabun setelah beraktifitas seperti mencuci tangan pakai sebelum makan, sesudah BAB dan setelah

bermain untuk dapat mencegah anak terinfeksi kecacingan ataupun penyakit lain.

- b. Sebaiknya setiap sekolah mengadakan sarana tempat cuci tangan dan menyediakan sabun sehingga anak-anak bisa mencuci tangan setelah bermain ataupun sebelum makan dengan benar.
- c. Sebaiknya mahasiswa ataupun pihak puskesmas untuk melakukan sosialisasi kepada anak-anak akan pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat seperti mencuci tangan pakai sabun untuk mencegah penularan suatu penyakit. Dan pihak puskesmas selalu mengaktifkan pemberian obat cacing kepada anak setiap 6 bulan sekali.

5. REFERENSI

- Dayaningsih, D., Mulianda, D., Purwasih, A. W., Putri, A., Pravitasari, P., Pradana, I. W., & Jarwanto, M. A. (2024). Penyuluhan kesehatan tentang cuci tangan pakai sabun di SD Negeri Meteseh. *Compromise Journal Community Proffesional Service Journal*, 2(2), 37-50.
- Megawati, M. (2024). Penyuluhan kesehatan tentang cuci tangan di SDN 11 Tanjung Gunung Bangka Tengah. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Citra Delima*, 1(2), 51-57.
- Noorratri, E. D., Sari, I. M., & Hartutik, S. (2023). Optimalisasi pemberian penyuluhan kesehatan dan demonstrasi Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) yang baik dan benar di SD Negeri Mojorejo 2 Kabupaten Sragen. *Community Development in Health Journal*, 109-119.
- Nita, M. W., Lestari, S., Supriani, Y., Rosanti, I. R., Tauhid, T., Fatimawati, F., ... & Arifudin, O. (2025). Pelatihan cuci tangan pakai sabun (CTPS) sebagai upaya pencegahan penyakit di kalangan siswa sekolah dasar. *Jurnal Karya Inovasi Pengabdian Masyarakat (JKIPM)*, 3(1), 19-28.
- Friskarini, K., & Sundari, T. R. (2020). Pelaksanaan cuci tangan pakai sabun (tantangan dan peluang) sebagai upaya kesehatan sekolah di sekolah dasar negeri Kecamatan Bogor

Utara Kota Bogor. Jurnal
Ekologi Kesehatan, 19(1),
21-34.

Ernida, E., Navianti, D., &
Damanik, H. (2021).
Pengetahuan, sikap dan
perilaku cuci tangan pakai
sabun pada siswa di sekolah
dasar. Jurnal Sanitasi
Lingkungan, 1(1), 1-7.

Limbong, O. S. (2020). Hubungan
Kebiasaan Cuci Tangan Pakai
Sabun Dengan Kejadian
Infeksi Kecacingan Pada
Anak Sekolah Dasar (Studi
Literatur). Sulolipu: Media
Komunikasi Sivitas
Akademika dan Masyarakat,
20(2), 310-318.

Pratami, A. R., & Nugraheni, N.
(2024). Pengenalan
Kebiasaan Cuci Tangan
Dengan Sabun Sebagai
Inisiatif Kesehatan di Sekolah
Dasar. Socius: Jurnal
Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial,
1(10), 25-33.

6. DOKUMENTASI KEGIATAN

