

PENYULUHAN KESEHATAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT MELALUI CUCI TANGAN MENGGUNAKAN SABUN

Harleli^{1,*} Muh. Edihar²

¹Universitas Halu Oleo

²Institut Sains Teknologi dan Kesehatan (ISTEK) 'Aisyiyah Kendari

[leli.har63@gmail.com*](mailto:leli.har63@gmail.com)

Received: 10-04- 2025

Revised: 12-04-2023

Approved: 27-04-2025

ABSTRAK

Kesehatan dalam kehidupan manusia merupakan hal yang terpenting terutama bagi anak usia dini yang dapat dicapai dengan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dengan cara menjaga kebersihan diri, dapat dilakukan dengan cara mencuci tangan menggunakan sabun. langkah awal untuk merubah sikap siswa agar menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat sehingga mewujudkan sekolah yang sehat adalah di sekolah. Kegiatan dilaksanakan di SDN 01 Moramo Utara berjumlah 33 siswa sebagai peserta. Tujuan pengabdian ini untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang cara mencuci tangan menggunakan sabun dengan benar. Metode yang digunakan meliputi ceramah, tanya jawab dan pemberian leaflet tentang PHBS. Sebelum diberikan penyuluhan siswa diberikan pre-test kemudian dilakukan penyuluhan dan dilanjutkan post-test terhadap peserta, kemudian dilanjutkan praktek cuci tangan. Hasil kegiatan menunjukkan adanya perbedaan signifikan pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan, dengan nilai $p\text{-value} = 0,000 < \alpha = 0,05$, yang mengindikasikan bahwa penyuluhan PHBS berperan positif dapat meningkatkan pemahaman PHBS melalui cuci tangan menggunakan sabun pada siswa dengan benar. Kesimpulannya, pengetahuan PHBS efektif dalam meningkatkan kesadaran siswa mengenai pentingnya cuci tangan menggunakan sabun supaya terhindar dari penyakit infeksi

Kata kunci : Cuci Tangan, Edukasi, PHBS

PENDAHULUAN

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan dengan kesadaran sebagai pembelajaran yang dapat membantu dirinya sendiri pada bidang kesehatan serta aktif mewujudkan kesehatan masyarakat. PHBS masih menjadi perhatian pemerintah, salah satu perhatian khusus bagi pemerintah adalah penerapan Perilaku hidup bersih dan sehat dikarenakan PHBS menjadi tolak ukur untuk peningkatan cakupan kesehatan pada program Sustainable Development Goals (SDGs) tahun 2015-2030. Program pemerintah kepada siswa telah memperkenalkan perilaku hidup bersih dan sehat. Namun, masih banyak masalah kesehatan yang dialami anak sekolah sehingga anak sekolah dasar perlu diperkenalkan perilaku sehat sejak dini. Untuk mencapai kesehatan yang optimal, perlu menerapkan kebiasaan hidup sehat dan menjaga lingkungan tetap bersih dan sehat (Widjayatri, et al., 2020). Berbagai upaya telah dilakukan oleh pemerintah, seperti kebiasaan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) namun penyakit menular seperti diare dan infeksi saluran pernafasan akut (ISPA) seringkali terjadi pada anak (Marantika et al., 2020). Mencuci tangan menggunakan sabun sebagai cara intervensi yang sederhana untuk menghindarkan anak dari penyakit diare (Khan, et al., 2021).

Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat merupakan proses meningkatkan pemahaman pengetahuan dan berperilaku sehat dalam kehidupan sehari-hari serta merupakan fondasi untuk meningkatkan kesehatan mendatang (Syarifudin et al., 2023). Anak merupakan usia yang mudah mengalami infeksi karena sistem kekebalan tubuh berada pada tahap pembentukan sehingga mudah mengalami sakit (Kristina et al., 2023). Dengan memberi edukasi sejak dini maka akan terbentuk pengetahuan pentingnya penerapan PHBS, yang akan berdampak baik pada siswa untuk kehidupan selanjutnya tentang kebersihan pribadi, sanitasi, pola makan sehat, dan aktivitas fisik (Suprpto, 2022).

Pada Peraturan Menteri Kesehatan RI No: 2269/Menkes/PER/XI/2011 menyatakan bahwa Tatanan PHBS di sekolah melibatkan guru, siswa, untuk terciptanya hidup sehat. Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak berhubungan dengan risiko penyakit infeksi yang akan mempengaruhi terhadap prestasi belajar, sehingga anak tidak dapat mengikuti proses belajar dengan baik karena sakit (Srisantyorini et al., 2020). Beberapa penyakit infeksi yang dialami anak jika kurang menerapkan PHBS yaitu; diare, batuk pilek, ISPA, cacingan dan lainnya Data WHO (2016) anak Indonesia setiap tahunnya meninggalnya 100.000 akibat penyakit diare karena jajanan tidak sehat, hal ini menunjukkan anak-anak belum menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari. Pentingnya memberikan pengetahuan PHBS kepada anak sekolah bertujuan untuk mengubah perilaku kurang baik menjadi perilaku baik sehingga dapat terhindar dari penyakit (Mulianingsih et al., 2023).

Perlunya perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dilaksanakan pada anak sekolah sehingga bisa diterapkan pada diri, lingkungan dan keluarga. Hal lain jika siswa tidak menerapkan PHBS dengan melakukan cuci tangan menggunakan sabun di Sekolah bisa menjadi sumber penularan penyakit (Nugroho et al., 2022). Menerapkan PHBS dengan mencuci tangan menggunakan sabun bertujuan agar siswa mampu menciptakan lingkungan yang bersih sehingga proses belajar mengajar sekolah berjalan baik. Sekolah berperan mewujudkan sumber daya manusia yang bisa bersaing ditingkat global, mencetak generasi penerus bangsa, karena sekolah merupakan tempat menyiapkan generasi masa depan yang tanggap masalah kesehatan (Nurika et al., 2023).

Survey pendahuluan yang dilakukan menunjukkan bahwa siswa berjumlah 15 orang, hanya 5 orang (33,3%) yang menerapkan kebiasaan mencuci tangan pakai sabun. Sehingga perlu dilakukan penyuluhan kesehatan PHBS melalui cuci tangan menggunakan sabun pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang PHBS. Selain itu, diharapkan siswa dapat menerapkan PHBS, dan meningkatkan minat siswa untuk mengubah perilaku siswa lebih baik dalam menerapkan PHBS dengan benar.

METODE KEGIATAN

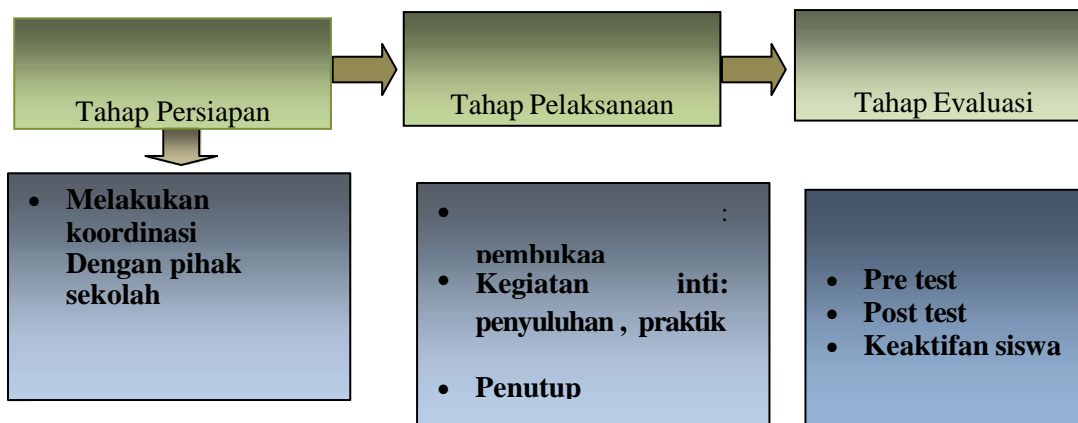
Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan oleh Dosen bersama mahasiswa Pengalaman Belajar Lapangan I(PBL I) terkait Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Melalui Cuci Tangan Menggunakan Sabun Sabun. Kegiatan ini dilaksanakan di SDN 01 Moramo Utara. Pada tanggal 25 Juli 2024 di SDN 01 Moramo Utara. Adapun tahap pelaksanaan yaitu :

- 1. Tahap Persiapan,**

Meliputi koordinasi dengan pihak sekolah SDN 01 Moramo Utara (mitra) untuk menentukan waktu pelaksanaan dan kebutuhan akan edukasi sesuai dengan kondisi

siswa di sekolah tersebut. Pada tahap persiapan tim membuat Satuan Acara Pembelajaran (SAP), yang digunakan pada pelaksanaan penyuluhan. Media yang digunakan Laptop, proyektor, leaflet.

2. Pelaksanaan kegiatan, meliputi:
 Memperkenalkan tim pengabdian serta menyampaikan tujuan kegiatan dilanjutkan pengisian Pre-test mewawancarai siswa berdasarkan pertanyaan pada kuesioner untuk mengetahui pengetahuan siswa tentang PHBS kemudian diberi penyuluhan.
3. Tahap evaluasi . Evaluasi dilakukan pada akhir penyuluhan (post-test). Evaluasi ini dilakukan untuk mengetahui keberhasilan pelaksanaan penyuluhan kegiatan sejauh mana program ini terlaksana, maka perlunya dilakukan evaluasi yang meliputi tanya jawab dengan peserta dan memberikan post test, menilai keaktifan peserta. Selengkapnya metode pelaksanaan sebagai berikut :



Gambar 1. Bagan pelaksanaan pengabdian

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peserta dalam pengabdian ini adalah siswa SDN 01 Moramo Utara berjumlah 33 siswa. Karakteristik responden pengabdian berdasarkan usia, jenis kelamin. distribusi responden pada tabel 1 berikut ini :

Tabel 1
 Distribusi Karakteristik Respondendi SDN 01 Moramo Utara

No	Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Usia siswa		
	9- 10	13	39,4
	11-12	20	60,0
2	Jenis kelamin		
	Laki-Laki	11	33,3
	Perempuan	22	66,7
	Total	33	100.0

Dari tabel 1 jumlah peserta siswa mayoritas adalah usia 11-12 tahun sebanyak 20 orang (60,6%) dan yang paling sedikit adalah usia 9-10 tahun berjumlah 13 orang (39,4%), berdasarkan jenis kelamin perempuan sebanyak 22 orang (66,7 %).



Gambar 1. Foto bersama Siswa SDN 01 Desa Moramo Utara

Pada gambar 1 merupakan sesi pertama dimulai dengan memperkenalkan tim pengabdian dan tujuan dilakukan penyuluhan kemudian dilanjutkan dengan memberikan kuis pre-test untuk menilai pengetahuan siswa tentang PHBS. Sesi berikutnya tim memberikan penyuluhan dengan judul “Penyuluhan Kesehatan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Melalui Cuci Tangan Menggunakan Sabun. Kegiatan ini dilaksanakan di SDN 01 Moramo Utara. PHBS menurut Permenkes RI No.2269/Menkes/Per/XI/2011 Merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) tentang kesehatan dan aktif mewujudkan kesehatan masyarakat. (Auld et al., 2020).



Gambar 2. Melakukan penyuluhan dan diskusi

Pada gambar 2. dilakukan Pemberian edukasi menggunakan metode ceramah, diskusi dengan media powerpoint. Materi disampaikan disesuaikan dengan usia anak sehingga menarik perhatian siswa, metode ini menjadi efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa terkait PHBS (Savira et al., 2020). Siswa sangat antusias selama dilakukan penyuluhan, dan berpartisipasi dalam diskusi. Sebagian siswa yang mengajukan

pertanyaan, hal ini menunjukkan adanya ketertarikan terhadap materi yang diajarkan, di mana siswa merasa senang berdiskusi mengenai PHBS. (Yunika et al., 2022).



Gambar 3. peragakan cara mencuci tangan

Setelah diberikan edukasi siswa disarankan untuk melakukan praktik mencuci tangan, kemudian dilakukan evaluasi dengan memberikan kuisisioner post-test. Hasil evaluasi terjadi peningkatan pengetahuan ditunjukkan dengan cara siswa mencuci tangan menggunakan sabun dengan benar. Hal ini membuktikan memberikan edukasi dengan ceramah, sangat efektif meningkatkan pengetahuan siswa. dan dapat meningkatkan keaktifan siswa serta memaksimalkan tercapainya tujuan pembelajaran (Rikawati et al., 2020). Siswa melakukan cuci tangan sesuai 6 langkah mencuci tangan yang benar sesuai standar WHO adalah: 1. basahi tangan, 2. tuangkan sabun, 3. gosok telapak tangan, 4. gosok punggung tangan, 5. gosok sela-sela jari, 6. gosok jempol, dan 7. gosok ujung jari. (Liana et al., 2022).

Melakukan praktek mencuci tangan merupakan teknik yang diberikan kepada siswa untuk melakukan gerakan mencuci tangan menggunakan sabun. Siswa menunjukkan cara mencuci tangan dengan benar, sehingga anak-anak lebih mudah mengingat informasi yang disampaikan dan dapat meningkatkan efektivitas mengenai teknik mencuci tangan yang benar. (Anesty et al., 2023). Perlunya anak mempelajari teknik mencuci tangan untuk membentuk kebiasaan cara mencuci tangan yang benar (Zhang et al., 2021). Cuci tangan jika diterapkan dengan benar, mengurangi risiko penularan infeksi (Khan et al., 2021). pemahaman tentang pentingnya menerapkan gaya hidup sehat dan bersih perlu diberikan kepada anak sejak dini sehingga anak akan lebih menyadari pentingnya kebiasaan hidup sehat dan bersih. yang diperoleh melalui proses pengajaran dengan tujuan meningkatkan kesehatan diri sendiri dan keluarga (Wiranata et al., 2020).

Hasil berdasarkan analisis terdapat pengaruh signifikan penyuluhan terhadap pengetahuan siswa. Berdasarkan analisis bivariat menggunakan uji wilcoxon signed rank test diperoleh nilai $p=0,000 \leq 0,05$ yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan pengetahuan siswa sebelum dan sesudah penyuluhan PHBS. Temuan ini menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan berhasil meningkatkan pengetahuan siswa di SDN 01 Moramo Utara. Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan PHBS melalui cuci tangan menggunakan sabun dapat meningkatkan pengetahuan siswa, dengan demikian, upaya pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk penyuluhan terbukti dapat meningkatkan pengetahuan

siswa mengenai pentingnya PHBS melalui cuci tangan menggunakan sabun. (Utami et al., 2021).

Diharapkan, dengan adanya penyuluhan ini, siswa memperoleh pemahaman PHBS yang lebih baik tentang risiko yang dihadapi dan langkah-langkah pencegahan yang dapat dilakukan. Penyuluhan juga berfungsi sebagai model promosi kesehatan yang berpotensi meningkatkan pengetahuan dan mengubah perilaku, sikap individu menuju pola hidup yang lebih sehat. Penyuluhan yang diberikan kepada siswa terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan. hal ini menunjukkan pentingnya melakukan penyuluhan PHBS, serta mendorong siswa untuk menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari. (Adista, et al., 2021). Strategi promosi diperlukan untuk meningkatkan kepatuhan anak terhadap praktik kebersihan tangan. (Singh et al., 2023).

KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan dapat meningkatkan kesadaran siswa untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat sehingga dapat mencegah masalah kesehatan pada siswa SDN 01 Moramo Utara. Selain itu, dengan menerapkan PHBS akan tercipta lingkungan yang sehat sehingga meningkatkan kualitas hidup. Penyuluhan yang diberikan dapat diterapkan sejak dini tentang cara mencuci tangan serta perilaku hidup bersih dan sehat secara baik dan benar.

DAFTAR PUSTAKA

- Adista, N. F., & Yulvia, N. T. (2021). Pengaruh penyuluhan mencuci tangan dengan media 34 Masyarakat – VOL. 1 NO. 4 Oktober 2024 poster terhadap praktik cuci tangan pada kelompok usia anak sekolah di Kampung Pejaten Kramatwatu Serang. *Jurnal Riset Kebidanan Indonesia*, 5(2), 99–102. <https://doi.org/10.32536/jrki.v5i2.181>
- Auld, M. E., Allen, M. P., Hampton, C., Montes, J. H., Sherry, C., Mickalide, A. D., Logan, R. A., Alvarado-Little, W., & Parson, K. (2020). Health Literacy and Health Education in Schools: Collaboration for Action. *NAM Perspectives*, 2020. <https://doi.org/10.31478/202007B>
- Darwis, A. M., Tangdiesak, V. F., Haq, C. A., Sari, A., Ardaridhayana, A., Kusumawardani, D. F., Tasrah, T. N., & Muqtadir, M. I. Al. (2022). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Melalui Pemilihan Duta Sekolah Cuci Tangan Pakai Sabun (Dulah CTPS) di SDN 81 Kalukubodo. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 5(7), 1986–1994. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i7.6156>
- E. Anesty Mashudi, P. Nuroniah, N. Sundari, and I. Rustiati Ridwan, (2023), Menggapai Akuntabilitas: Evaluasi Program Bimbingan dan Konseling di Taman Kanak-Kanak, *Murhum J. Pendidik. Anak Usia Dini*, vol. 4, no. 2, pp. 808–822, doi: 10.37985/murhum.v4i2.397
- F. Utami, M. Rantina, and R. Edi (2021), Pengembangan Lembar Kerja Anak Menggunakan QR Code Pada Materi Sains Anak Usia Dini,” *J. Obs. J. Pendidik. Anak Usia Dini*, vol. 6, no. 3, pp. 1976–1990, doi: 10.31004/obsesi.v6i3.1882

- I. G. L. A. Wiranata, (2020), Penerapan Positive Parenting Dalam Pembiasaan Pola Hidup Bersih Dan Sehat Kepada Anak Usia Dini, Prastama Widya J. Pendidik. Anak Usia Dini, vol. 5, no. 1, pp. 82–88, 2020, doi: 10.25078/pw.v5i1.1362.
- Khan, S., Ashraf, H., Iftikhar, S., & Baig-Ansari, N. (2021). Impact of hand hygiene intervention on hand washing ability of school-aged children. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 10(2), 642. <https://doi.org/10.4103/JFMPC.JFMPC.1906.20>
- Kristina, Y., Yuli, D. M., Lala, N. N., Damanik, Y., & Serli, S. (2023). Mother’s Knowledge About Exclusive Breastfeeding in Toddlers. *Jurnal Edukasi Ilmiah Kesehatan*, 1(1), 6–1 <https://doi.org>
- Mulianingsih, M., & Haris, A. (2021). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Dengan “Cuci Tangan Pakai Sabun” Untuk Meningkatkan Kualitas Kesehatan Masyarakat di Dusun Lendang Bajur Gunung Sari Lombok Barat. *Community Engagement and Emergence Journal (CEEJ)*, 2(2), 234–239. <https://doi.org/10.37385/ceej.v2i1.168>
- Marantika, A., & Dwihestie, L. K. (2020). The Effect of Health Counseling on Handwashing Technique in Primary Schools. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 2(3), 217–224. <https://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/IJGHR/article/view/172/10.61099/junedik.v1i1.5>
- Nurika, G., & Wikurendra, E. A. (2023). Penyakit infeksi balita sebagai dampak sanitasi lingkungan yang buruk : studi literature J-KESMAS : jurnal Kesehatan Masyarakat, 9(1), 30–43. <https://doi.org/10.35329/jkesmas.v9i1.3957>
- Rikawati, K., & Sitinjak, D. (2020). Peningkatan Keaktifan Belajar Siswa dengan Penggunaan Metode Ceramah Interaktif. *Journal of Educational Chemistry (JEC)*, 2 (2), 40. <https://doi.org/10.21580/jec.2020.2.2.6059>
- R. D. Widjayatri, Y. Fitriani, and B. Tristyanto (2020), Sosialisasi Pengaruh Stunting Terhadap Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Dini, *Murhum J. Pendidik. Anak Usia Dini*, vol. 1, no. 2, pp. 16–27, Nov. 2020, doi: 10.37985/murhum.v1i2.11
- Savira, A. N., Fatmawati, R., & Z, M. R. (2020). Peningkatan minat belajar siswa dengan menggunakan metode ceramah di sekolah dasar islam Bandar kidul kecamatan mojokerto kota Kediri . *factor M : Focus ACTion Of Research Mathematic*, 2(2), 115– 126. https://doi.org/10.30762/f_m.v2i2.2294
- Suprpto, S. (2021). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dan Pemberian Sembako Era Pandemi Covid-19: Suprpto. *Carade: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, <https://doi.org/https://doi.org/10.31960/caradde.v3i3.624>
- Syarifudin, A., Nurharlinah, N., & Suharjiman, S. (2023). Pendidikan Kesehatan Melalui Media Permainan Kartu Kuartet Modifikasi Dalam Meningkatkan Pengetahuan Tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Siswa Sekolah Dasar. *National Nursing Conference*, 1(2), 177–187. <https://doi.org/10.34305/nnc.v1i2.862>
- Srisantyorini, T., & Ernyasih. (2020). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Siswa Terhadap Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SD Negeri Sampora 1 Kecamatan Cisauk Tahun 2018. *Muhammadiyah Public Health Journal*, 1(1), 6–69
- Singh, A., & Barnard, T. G. (2023). Health Science Students’ Perceptions of Hand Hygiene Education and Practice in a South African University: Introducing the

- University Hand Hygiene Improvement Model. *Healthcare*, 11(18), 2553.
<https://doi.org/10.3390/HEALTHCARE11182553/S1>
- Singh, A., & Barnard, T. G. (2023). Health Science Students' Perceptions of Hand Hygiene Education and Practice in a South African University: Introducing the University Hand Hygiene Improvement Model. *Healthcare*, 11(18), 2553.
<https://doi.org/10.3390/HEALTHCARE11182553/S1>
- Yunika, R. P., Zulfikar Al Fariqi, M., Cahyadi, I., Yunita, L., & Rahmiati, F. B. (2022). Pengaruh Edukasi PHBS Terhadap Tingkat Pengetahuan pada Yayasan Jage Kestare. *Karya Kesehatan Siwalima*, 1(1), 28–32.
<https://doi.org/https://doi.org/10.54639/kks.v1i1.735>
- Y. Liana and Satriyani (2020), Peningkatan Pengetahuan Melalui Pendidikan Kesehatan Dengan Metode Demonstrasi Tentang Cuci Tangan Pakai Sabun J. Pengabd. Masy. *Bhinneka*, vol. 1, no. 2, pp. 115–119, Nov. 2022, doi: 10.58266/jpmb.v1i2.24
- Zhang, Y., Xue, T., Liu, Z., Chen, W., & Vanrumste, B. (2021). Detecting hand washing activity among activities of daily living and classification of WHO hand washing techniques using wearable devices and machine learning algorithms. *Healthcare Technology Letters*, 8, 148–158.
<https://doi.org/10.1049/htl2.12018>