



Menanamkan Perilaku Hidup Sehat sejak Usia Dini: Edukasi Cuci Tangan di TK Assidiqiyah Kaliwadas

Eka Safitri^{1,*}, Sunita Sinaga¹, Sumarmi¹, Muhammad Aviv Pasa¹, Eva Luviriani¹, Rosellynia Calypranti¹, Nabilah Aulia Jehan¹

¹Universitas An Nasher, Cirebon, Indonesia

Informasi Artikel

Sejarah Artikel:
Submit: 18 Juli 2025
Revisi: 23 Juli 2025
Diterima: 27 Juli 2025
Diterbitkan: 30 Juli 2025

Kata Kunci

Kata Kunci : anak, cuci tangan, sehat

Correspondence

E-mail: safitriexaf@gmail.com*

A B S T R A K

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan aspek fundamental dalam pembentukan karakter kesehatan sejak usia dini. Salah satu praktik PHBS yang paling sederhana namun berdampak signifikan adalah kebiasaan mencuci tangan dengan sabun. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini dilaksanakan di TK Assidiqiyah Kaliwadas dengan tujuan untuk menanamkan kesadaran dan keterampilan mencuci tangan secara benar pada anak-anak usia dini. Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui pendekatan edukatif yang interaktif, menggunakan lagu, demonstrasi langsung, dan praktik cuci tangan enam langkah sesuai pedoman. Hasil kegiatan menunjukkan respons positif dari anak-anak yang ditandai dengan antusiasme tinggi, pemahaman yang baik terhadap materi, serta kemampuan dalam mempraktikkan langkah-langkah cuci tangan secara mandiri. Selain itu, keterlibatan aktif guru dan dukungan orang tua memperkuat proses pembiasaan perilaku hidup bersih di lingkungan sekolah dan rumah. Meskipun dihadapkan pada beberapa kendala, seperti keterbatasan waktu dan konsentrasi anak yang mudah terdistraksi, kegiatan ini tetap berjalan lancar dan efektif. Kegiatan ini menyimpulkan bahwa edukasi cuci tangan yang dirancang secara kontekstual, menyenangkan, dan kolaboratif mampu memberikan dampak nyata dalam membentuk perilaku sehat sejak dini.

Abstract

Clean and healthy living behavior (PHBS) is a fundamental aspect in developing healthy character from an early age. One of the simplest yet most impactful PHBS practices is the habit of washing hands with soap. This Community Service (PKM) activity was carried out at Assidiqiyah Kindergarten, Kaliwadas, with the aim of instilling awareness and skills in proper handwashing in early childhood. The activity was implemented through an interactive educational approach, using songs, live demonstrations, and six-step handwashing practices according to guidelines. The results of the activity showed a positive response from the children, characterized by high enthusiasm, a good understanding of the material, and the ability to practice handwashing steps independently. In addition, the active involvement of teachers and parental support strengthened the process of habituating clean living behaviors in the school and home environments. Despite facing several obstacles, such as limited time and children's easily distracted concentration, this activity still ran smoothly and effectively. This activity concluded that handwashing education designed in a contextual, fun, and collaborative manner can have a real impact in developing healthy behaviors from an early age.

This is an open access article under the CC-BY-SA license



1. Pendahuluan

Kesehatan merupakan salah satu aspek penting dalam perkembangan anak usia dini. Pada masa ini, anak-anak berada dalam fase pertumbuhan yang pesat, baik secara fisik, kognitif, sosial, maupun emosional [1]. Salah satu bentuk perlindungan dasar terhadap kesehatan anak adalah melalui penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), yang salah satu indikatornya adalah kebiasaan

mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir. Meskipun terlihat sederhana, mencuci tangan merupakan upaya preventif yang sangat efektif dalam mencegah penyebaran penyakit menular [2].

Menurut World Health Organization (WHO), tangan manusia adalah media utama dalam penyebaran berbagai jenis mikroorganisme, termasuk virus dan bakteri penyebab penyakit [3]. Kegiatan sehari-hari anak-anak, seperti bermain di luar ruangan, menyentuh benda-benda di sekitarnya, atau bahkan menyentuh wajah, sangat berisiko menimbulkan penularan penyakit apabila tidak diimbangi dengan kebiasaan mencuci tangan. WHO melaporkan bahwa mencuci tangan dengan sabun dapat menurunkan risiko penyakit diare hingga 40% dan infeksi saluran pernapasan atas hingga 20%. Oleh karena itu, penting untuk menanamkan kebiasaan mencuci tangan sejak usia dini sebagai bagian dari gaya hidup sehat yang berkelanjutan [4].

Di Indonesia, masih banyak anak-anak yang belum memahami pentingnya mencuci tangan dengan benar. Hal ini disebabkan oleh minimnya edukasi langsung kepada anak-anak, keterbatasan sarana sanitasi, serta kurangnya perhatian dari lingkungan sekitar, baik keluarga maupun institusi pendidikan. Padahal, sekolah dan lembaga pendidikan anak usia dini (PAUD) memiliki peran penting dalam membentuk kebiasaan hidup sehat pada anak. Lingkungan sekolah yang mendukung serta pengajaran yang menyenangkan akan membantu anak-anak memahami dan membiasakan diri dengan praktik mencuci tangan yang benar [5].

TK Assidiqiyah yang berlokasi di Desa Kaliwadas, Kabupaten Cirebon, merupakan salah satu lembaga pendidikan anak usia dini yang memiliki peran penting dalam pengembangan karakter dan kebiasaan hidup anak-anak. Sebagai lembaga pendidikan berbasis keagamaan, TK ini tidak hanya berfokus pada pengajaran akademik, tetapi juga pada nilai-nilai moral, kebersihan, dan kemandirian. Namun, seperti banyak lembaga pendidikan lainnya, TK Assidiqiyah menghadapi tantangan dalam memberikan pendidikan kesehatan yang aplikatif kepada peserta didiknya, terutama dalam hal pembiasaan mencuci tangan dengan sabun.

Melalui kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM), tim pelaksana berinisiatif untuk menyelenggarakan edukasi kesehatan mengenai pentingnya mencuci tangan secara menyenangkan dan interaktif di TK Assidiqiyah Kaliwadas. Kegiatan ini dirancang agar dapat meningkatkan pemahaman dan keterampilan anak-anak dalam mencuci tangan, sekaligus mendorong keterlibatan aktif guru dan orang tua dalam membentuk budaya hidup bersih di lingkungan sekolah dan rumah. Selain itu, kegiatan ini juga menjadi bentuk kontribusi nyata dari kalangan akademisi kepada masyarakat dalam upaya pencegahan penyakit dan peningkatan kualitas hidup masyarakat sejak usia dini. Melalui pendekatan edukatif yang kontekstual dan sesuai dengan karakteristik peserta didik, diharapkan anak-anak tidak hanya memahami teori pentingnya mencuci tangan, tetapi juga dapat mempraktikkannya secara mandiri dalam kehidupan sehari-hari.

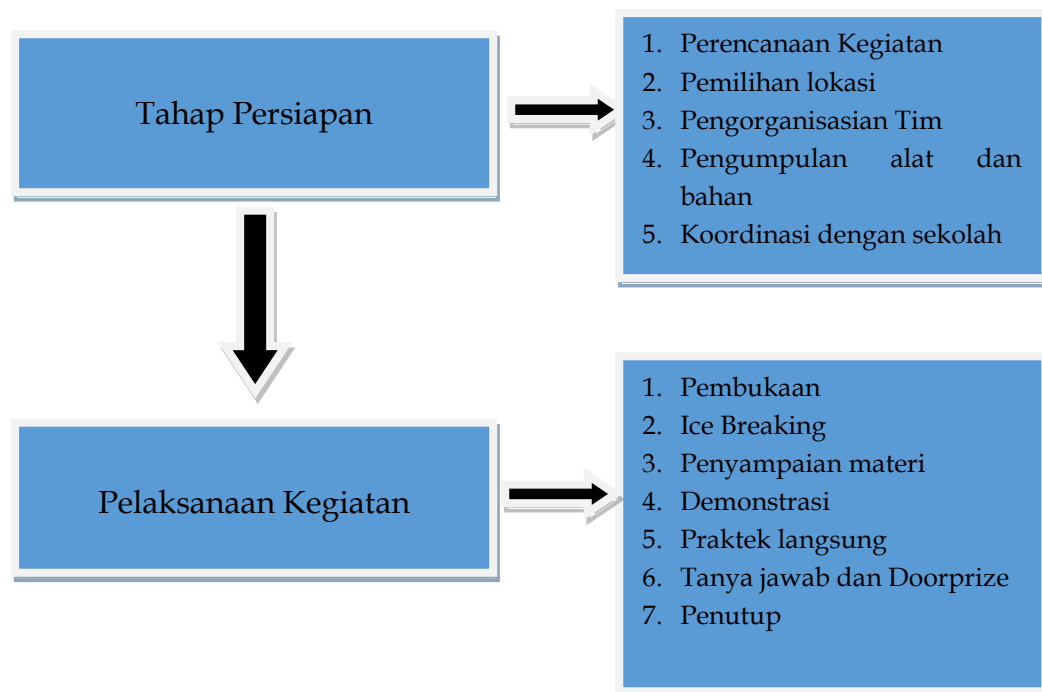
Dalam praktiknya, edukasi mencuci tangan ini akan dikemas dalam bentuk kegiatan yang menyenangkan seperti cerita bergambar, lagu anak, simulasi cuci tangan dengan sabun, hingga permainan edukatif. Pendekatan ini disesuaikan dengan karakteristik anak usia dini yang lebih menyukai pembelajaran yang bersifat konkret, aktif, dan menyenangkan [6]. Kegiatan ini juga menjadi penting di tengah situasi masyarakat yang mulai kembali beraktivitas pasca pandemi COVID-19. Pandemi memberikan pelajaran besar kepada semua pihak bahwa kebiasaan mencuci tangan bukan hanya sekadar tindakan higienis, tetapi merupakan bentuk perlindungan kolektif terhadap penyebaran penyakit. Oleh karena itu, membentuk kebiasaan mencuci tangan sejak dini menjadi kebutuhan yang mendesak dan tidak boleh diabaikan.

Selain menyasar anak-anak sebagai sasaran utama, kegiatan pengabdian ini juga melibatkan guru dan orang tua sebagai mitra dalam keberhasilan pembiasaan. Edukasi bagi guru dan orang tua dilakukan agar mereka memahami pentingnya menjadi role model dan mendampingi anak dalam menerapkan kebiasaan mencuci tangan secara konsisten. Harapannya, melalui sinergi antara sekolah, keluarga, dan tim pelaksana PKM, perubahan perilaku hidup bersih dan sehat dapat terwujud secara

berkelanjutan. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya bersifat insidental, tetapi memiliki dampak jangka panjang dalam membentuk kebiasaan dan karakter anak. Apabila pembiasaan ini terus dilakukan, maka anak-anak akan tumbuh menjadi pribadi yang sadar akan pentingnya menjaga kebersihan diri, peduli terhadap kesehatan orang lain, dan bertanggung jawab dalam menjalankan perilaku hidup sehat.

2. Metode Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini dilakukan secara bertahap dan terstruktur agar tujuan kegiatan dapat tercapai secara optimal. Metode yang digunakan mengedepankan pendekatan edukatif yang menyenangkan dan sesuai dengan karakteristik peserta didik usia dini. Secara garis besar, metode pelaksanaan dibagi dalam beberapa tahap, yaitu tahap persiapan, penyediaan alat dan bahan, pelaksanaan kegiatan inti, dan evaluasi terhadap kendala yang muncul selama proses berlangsung. Metode pelaksanaan kegiatan ini ditunjukkan pada gambar di bawah ini:



Gambar 1. Diagram alir kegiatan pengabdian masyarakat

2.1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan merupakan langkah awal yang sangat penting untuk memastikan kegiatan dapat berjalan dengan lancar dan sesuai sasaran. Dalam tahap ini, dilakukan sejumlah langkah yang meliputi:

1. Perencanaan kegiatan

Tim pelaksana menyusun rencana kegiatan secara menyeluruh, yang mencakup penentuan tujuan utama edukasi, sasaran kegiatan yaitu anak-anak TK Assidiqiyah Kaliwadas, serta jadwal kegiatan yang disesuaikan dengan waktu kegiatan belajar mengajar di sekolah. Penjadwalan dirancang agar tidak mengganggu proses pembelajaran inti di kelas, serta memungkinkan keterlibatan aktif anak-anak dan guru.

2. Pemilihan lokasi kegiatan

Lokasi kegiatan dipilih di lingkungan TK Assidiqiyah Kaliwadas dengan mempertimbangkan faktor kenyamanan, keamanan, dan aksesibilitas. Peninjauan lokasi dilakukan terlebih dahulu untuk memastikan bahwa kegiatan dapat dilakukan dalam suasana yang mendukung proses belajar anak secara optimal, baik di dalam maupun luar ruangan.

3. Pengorganisasian tim pelaksana

Tim pelaksana kegiatan terdiri dari dosen pembimbing dan mahasiswa. Masing-masing anggota diberikan peran dan tanggung jawab yang jelas, seperti koordinator lapangan, penanggung jawab materi, fasilitator demonstrasi, dokumentasi, serta pendamping anak saat praktik. Pembagian peran ini bertujuan agar pelaksanaan kegiatan berjalan efektif dan efisien.

4. Pengumpulan bahan dan alat

Semua alat dan bahan yang diperlukan untuk kegiatan edukasi disiapkan dengan cermat sebelum hari pelaksanaan. Persiapan ini mencakup materi edukatif dalam bentuk lagu atau nyanyian tentang cuci tangan, perangkat audio seperti microphone dan speaker, serta hadiah doorprize yang akan diberikan kepada anak-anak sebagai bentuk apresiasi dan motivasi.

5. Koordinasi dengan pihak sekolah

Tahap ini dilakukan melalui komunikasi aktif dengan kepala sekolah dan guru TK Assidiqiyah. Tim pelaksana melakukan pertemuan langsung untuk menjelaskan maksud dan tujuan kegiatan, bentuk kegiatan yang akan dilakukan, serta menyepakati waktu pelaksanaan. Koordinasi ini penting untuk membangun kerja sama yang harmonis dan memastikan keterlibatan semua pihak terkait.

2.2. Alat dan Bahan

Dalam pelaksanaan kegiatan edukasi cuci tangan ini, digunakan sejumlah alat dan bahan pendukung yang disesuaikan dengan usia anak-anak dan bertujuan untuk menciptakan suasana belajar yang menyenangkan. Adapun alat dan bahan yang digunakan meliputi:

1. Lagu atau nyanyian tentang cuci tangan, untuk memudahkan anak-anak mengingat tahapan mencuci tangan secara menyenangkan.
2. Microphone dan speaker, digunakan agar suara fasilitator terdengar jelas dan bisa menjangkau seluruh peserta kegiatan.
3. Hadiah atau doorprize sebagai bentuk penghargaan dan stimulus positif bagi anak-anak, yang terdiri dari:
 - 1) Kotak makan (2 pcs)
 - 2) Celengan lucu (2 pcs)
 - 3) Gelas mini (4 pcs)
 - 4) Pensil warna mini (3 set)
 - 5) Pensil set (5 set)
 - 6) Buku sank magic (2 set)

Semua bahan dan alat tersebut dipersiapkan dengan mempertimbangkan faktor keamanan, kegunaan, serta daya tarik bagi anak-anak.

2.3. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan edukasi dilaksanakan secara langsung di lingkungan TK Assidiqiyah Kaliwadas dengan melibatkan siswa, guru, dan orang tua yang hadir. Rangkaian kegiatan disusun dalam bentuk

interaktif dan partisipatif, yang bertujuan agar pesan-pesan edukatif tentang pentingnya mencuci tangan dapat diterima dan diinternalisasi dengan baik oleh peserta didik. Adapun tahapan pelaksanaannya sebagai berikut:

1. Pembukaan

Kegiatan diawali dengan sambutan dari tim pelaksana dan pengenalan singkat mengenai maksud dan tujuan kegiatan. Anak-anak diajak menyapa dengan semangat dan antusias agar suasana awal menjadi akrab dan kondusif.



Gambar 2. Pembukaan kegiatan pengabdian dan Ice Breaking

2. Ice Breaking

Setelah pembukaan, dilakukan sesi ice breaking berupa tepuk tangan berirama, menyanyi bersama, dan gerakan ringan untuk membangkitkan semangat anak-anak. Kegiatan ini bertujuan untuk menarik perhatian dan menciptakan keterlibatan awal sebelum materi utama disampaikan.

3. Penyampaian Materi

Materi edukatif disampaikan dalam bahasa yang sederhana, dengan pendekatan cerita dan visual. Anak-anak dijelaskan tentang pentingnya mencuci tangan, kapan saja waktu yang tepat untuk mencuci tangan (misalnya: sebelum makan, setelah dari toilet, setelah bermain), serta akibat yang mungkin terjadi jika tidak mencuci tangan.



Gambar 3. Penyampaian materi dan demonstrasi langkah-langkah cuci tangan

4. Demonstrasi

Tim pelaksana memperagakan teknik mencuci tangan yang benar menggunakan enam langkah mencuci tangan yang sesuai pedoman WHO. Demonstrasi dilakukan dengan gerakan perlahan dan diulang agar mudah diikuti oleh anak-anak. Lagu cuci tangan dinyanyikan sambil memperagakan setiap langkah secara bersama-sama.

5. Praktik Langsung

Setelah demonstrasi, anak-anak diarahkan untuk mempraktikkan mencuci tangan secara langsung. Kegiatan ini dilakukan secara berkelompok, dengan pendampingan oleh guru dan tim pelaksana. Anak-anak dibimbing satu per satu agar benar-benar memahami dan mampu melakukan sendiri.

6. Tanya Jawab dan Doorprize

Setelah praktik, diberikan sesi tanya jawab ringan untuk memastikan pemahaman anak-anak. Anak-anak yang dapat menjawab dengan benar akan mendapatkan hadiah doorprize sebagai bentuk apresiasi dan motivasi belajar.

7. Penutup

Kegiatan ditutup dengan mengulang kembali pesan utama, menyanyikan lagu cuci tangan bersama, dan foto bersama seluruh peserta. Anak-anak diberi ucapan terima kasih atas partisipasinya.



Gambar 4. Penutupan kegiatan pengabdian di TK Assidiqiyah, Desa Kaliwadas

2.4. Kendala Pelaksanaan

Selama kegiatan edukasi cuci tangan di TK Assidiqiyah Kaliwadas, tim pengabdian menghadapi beberapa tantangan yang cukup terasa. Salah satunya adalah soal waktu yang terbatas. Karena harus mengikuti jadwal belajar anak-anak, kegiatan hanya bisa dilakukan dalam waktu singkat. Akhirnya, materi harus disampaikan dengan cara yang singkat, seru, tapi tetap mudah dipahami. Jumlah fasilitator yang terbatas juga jadi tantangan, terutama saat anak-anak praktik langsung mencuci tangan. Mereka butuh dibimbing satu per satu supaya bisa mengikuti langkahnya dengan benar, jadi tim harus pintar mengatur kelompok dan waktu. Tantangan lainnya datang dari tingkah laku anak-anak yang masih polos. Ada yang malu-malu, ada juga yang gampang terdistraksi. Beberapa anak belum bisa menyampaikan apa yang mereka pahami, jadi fasilitator perlu pendekatan yang sabar dan menyenangkan. Untuk menjaga fokus mereka, kegiatan dibantu dengan lagu, gambar, dan alat peraga yang menarik. Saat praktik, ada juga anak-anak yang masih bingung pakai sabun atau buka keran, jadi butuh bantuan langsung. Meski ada kendala, kegiatan ini tetap berjalan lancar. Anak-anak terlihat senang, guru-guru mendukung, dan suasana sekolah sangat membantu. Semua pengalaman ini jadi pelajaran berharga untuk kegiatan serupa di masa depan.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Hasil

Hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang berfokus pada edukasi mencuci tangan sejak dini di TK Assidiqiyah Kaliwadas dibagi ke dalam tiga aspek utama yaitu:

1. Membangun Kesadaran Sejak Usia Dini: Respons Awal Anak terhadap Edukasi Cuci Tangan

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di TK Assidiqiyah Kaliwadas menargetkan peningkatan kesadaran anak-anak usia dini terhadap pentingnya mencuci tangan sebagai bagian dari perilaku hidup bersih dan sehat. Dalam tahap awal pelaksanaan, respons anak-anak terhadap kegiatan edukasi ini sangat positif. Antusiasme terlihat sejak sesi pembukaan, di mana mereka aktif menyambut fasilitator dengan semangat dan menunjukkan rasa ingin tahu yang tinggi terhadap materi yang akan disampaikan.

Materi edukasi yang disampaikan dalam bentuk narasi sederhana, lagu interaktif, serta alat peraga visual terbukti sangat membantu dalam mempermudah pemahaman anak. Berdasarkan observasi langsung, sebagian besar anak dapat menjawab pertanyaan-pertanyaan sederhana yang diajukan selama sesi tanya jawab, seperti kapan waktu yang tepat untuk mencuci tangan dan mengapa mencuci tangan itu penting.

2. Pembelajaran melalui lagu “Enam Langkah Cuci Tangan” yang dipadukan dengan Gerakan

terbukti sangat efektif dalam menanamkan informasi ke dalam ingatan anak. Banyak anak yang mengulangi lagu tersebut secara spontan saat praktik mencuci tangan berlangsung, menunjukkan bahwa mereka tidak hanya menghafal, tetapi juga menikmati proses belajar tersebut. Metode ini sekaligus memperkuat argument bahwa pendekatan edukasi berbasis permainan dan musik jauh lebih efektif bagi kelompok usia dini [7].

3. Dari Teori ke Praktik: Keterampilan Anak dalam Menerapkan Teknik Cuci Tangan

Setelah sesi penyampaian materi dan demonstrasi dilakukan oleh tim fasilitator, anak-anak diarahkan untuk mempraktikkan langsung teknik mencuci tangan enam langkah sesuai pedoman WHO [8]. Pada tahap ini, kegiatan berjalan secara berkelompok dengan pendampingan dari guru dan anggota tim pelaksana. Pengamatan selama proses praktik menunjukkan bahwa sebagian besar anak mampu mengikuti arahan dengan baik dan melakukan setiap langkah dengan cukup tepat, meskipun pada beberapa bagian masih dibutuhkan koreksi kecil, terutama pada tahap mencuci punggung tangan dan sela-sela jari.

Secara umum, keterampilan motorik anak-anak sudah cukup berkembang untuk melakukan gerakan mencuci tangan. Hal ini sesuai dengan tahapan perkembangan motorik halus pada usia 4–6 tahun yang telah mencapai tingkat koordinasi tangan yang baik [9]. Namun, hasil observasi juga mencatat bahwa beberapa anak masih mengalami kesulitan membuka kran air, mengambil sabun secukupnya, atau menggosok seluruh bagian tangan secara merata. Kendala ini bukan hanya disebabkan oleh faktor teknis keterampilan, tetapi juga karena keterbatasan fasilitas seperti kran yang terlalu tinggi atau tekanan air yang tidak stabil.

4. Dari Teori ke Praktik: Keterampilan Anak dalam Menerapkan Teknik Cuci Tangan

Keberhasilan edukasi cuci tangan tidak dapat dilepaskan dari peran serta lingkungan sekitar anak, khususnya sekolah dan keluarga [10]. Dalam kegiatan pengabdian ini, kolaborasi dengan guru dan pihak sekolah telah terjalin dengan baik sejak tahap persiapan. Kepala sekolah dan guru kelas aktif mendukung jalannya kegiatan, mulai dari penyediaan tempat, pengondisian anak, hingga pendampingan selama praktik mencuci tangan berlangsung.

Partisipasi guru tidak hanya terbatas pada teknis pelaksanaan, tetapi juga dalam menyampaikan kembali pesan-pesan penting kepada anak-anak setelah kegiatan selesai. Guru turut

menyanyikan lagu cuci tangan bersama anak-anak di kelas dan berkomitmen untuk menjadikan kegiatan mencuci tangan sebagai bagian dari rutinitas harian di sekolah, terutama sebelum makan dan setelah bermain di luar ruangan. Komitmen ini menjadi elemen kunci dalam membentuk kebiasaan positif yang berkelanjutan.

Dari sisi keterlibatan keluarga, ada orang tua yang hadir pada saat kegiatan menyampaikan apresiasi. Hal ini menunjukkan bahwa pesan edukasi telah sampai dan mulai memengaruhi pola pikir serta perilaku anak-anak di luar lingkungan sekolah. Namun, untuk memperkuat efek jangka panjang, masih diperlukan strategi yang lebih sistematis dalam melibatkan orang tua secara langsung, misalnya melalui penyuluhan sederhana, pemberian leaflet edukatif, atau tantangan harian di rumah.

Mengacu pada teori ekologi perkembangan, perilaku anak dipengaruhi secara langsung oleh interaksi antara lingkungan rumah, sekolah, dan komunitas. Maka, membangun budaya hidup bersih tidak cukup dilakukan di satu ranah saja, tetapi harus melibatkan sinergi lintas pihak [11].

3.2. Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang berfokus pada edukasi mencuci tangan sejak dini di TK Assidiqiyah Kaliwadas memberikan gambaran yang menarik mengenai bagaimana pendekatan sederhana dapat berdampak besar terhadap perilaku hidup bersih anak-anak usia dini. Melalui serangkaian aktivitas edukatif yang interaktif dan menyenangkan, kegiatan ini tidak hanya berhasil menyampaikan pengetahuan, tetapi juga mendorong praktik nyata yang membentuk kebiasaan.

Keaktifan anak-anak dalam menirukan gerakan mencuci tangan ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif yang digunakan sesuai dengan tahap perkembangan kognitif anak usia dini, sebagaimana ditegaskan oleh Piaget bahwa anak dalam usia pra-operasional (2-7 tahun) lebih mudah memahami konsep konkret yang diperagakan secara langsung [12]. Kegiatan ini juga memperlihatkan bahwa anak-anak sebenarnya memiliki potensi besar dalam menerapkan perilaku hidup bersih, hanya saja perlu dipantik dengan pendekatan yang menyenangkan, kontekstual, dan berulang. Pembiasaan adalah kunci utama untuk membangun kesadaran sejak dini tidak cukup hanya dengan satu kali pertemuan, tetapi perlu didukung oleh penguatan rutin di lingkungan sekolah dan rumah [13].

Dari sisi interaksi sosial, kegiatan praktik mencuci tangan menjadi momentum positif bagi pembelajaran kolaboratif [14]. Anak-anak saling membantu, mencontoh gerakan teman, dan menunjukkan rasa bangga ketika berhasil menyelesaikan tahapan dengan benar. Momen ini menunjukkan bahwa pembelajaran tidak hanya terjadi secara individu, tetapi juga melalui proses sosial, seperti yang dikemukakan oleh Vygotsky dalam teorinya mengenai Zone of Proximal Development, di mana anak belajar lebih optimal saat berinteraksi dengan orang dewasa atau teman yang lebih kompeten [15].

Dampak dari praktik langsung ini dapat dilihat dari meningkatnya kemandirian anak dalam mencuci tangan tanpa harus diingatkan berulang kali. Di akhir kegiatan, beberapa anak terlihat secara sukarela kembali mencuci tangan sebelum makan camilan yang disediakan. Tindakan ini merupakan indikasi bahwa pengetahuan telah bertransformasi menjadi kebiasaan awal, meskipun tentu saja masih memerlukan penguatan secara berkelanjutan. Efektivitas praktik ini tidak terlepas dari peran aktif guru kelas dalam membimbing anak dan memberikan motivasi positif. Dalam kegiatan ini, keterlibatan guru sangat membantu dalam menjaga ketertiban dan memperkuat pesan-pesan edukasi yang disampaikan oleh tim fasilitator. Dengan demikian, penting untuk melibatkan guru secara penuh dalam setiap kegiatan edukasi kesehatan anak usia dini agar terjadi kesinambungan dan penguatan perilaku secara jangka panjang.

Dalam konteks ini, kegiatan pengabdian yang dilakukan di TK Assidiqiyah menjadi sebuah titik awal yang sangat baik untuk menggerakkan kesadaran kolektif mengenai pentingnya perilaku

higienis sejak dini. Sebagai tambahan, pemberian doorprize pada akhir kegiatan memberikan dampak psikologis yang positif bagi anak. Hadiah-hadiah kecil seperti kotak makan, pensil warna, atau celengan berfungsi sebagai bentuk penghargaan atas partisipasi mereka. Meskipun sederhana, hadiah ini meningkatkan motivasi dan semangat anak-anak dalam mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Strategi ini sejalan dengan pendekatan behavioral dalam psikologi pendidikan, di mana penguatan positif (*positive reinforcement*) dapat meningkatkan kemungkinan anak mengulangi perilaku baik di masa mendatang [16].

Secara keseluruhan, kegiatan edukasi mencuci tangan yang dilaksanakan di TK Assidiqiyah Kaliwadas menunjukkan hasil yang sangat positif, baik dari aspek peningkatan pemahaman, keterampilan praktik, maupun pembentukan sikap dan kebiasaan anak-anak. Tiga pilar utama yang menopang keberhasilan kegiatan ini adalah pendekatan edukatif yang tepat sasaran, praktik langsung yang menyenangkan, serta kolaborasi yang kuat antara tim pengabdian, guru, dan keluarga. Meskipun terdapat beberapa kendala teknis selama pelaksanaan, seperti keterbatasan waktu dan jumlah fasilitator, namun semangat peserta dan dukungan dari pihak sekolah mampu menutupi kekurangan tersebut. Kegiatan ini membuktikan bahwa edukasi kesehatan sederhana seperti mencuci tangan dapat menjadi media efektif untuk membentuk karakter hidup bersih dan sehat sejak usia dini, asalkan dilakukan secara kontekstual, menyenangkan, dan berkelanjutan.

4. Kesimpulan

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) dengan tema “Pentingnya Cuci Tangan Sejak Dini” yang dilaksanakan di TK Assidiqiyah Kaliwadas telah memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan kesadaran dan keterampilan anak-anak usia dini mengenai perilaku hidup bersih, khususnya dalam hal mencuci tangan dengan benar. Kegiatan ini membuktikan bahwa edukasi kesehatan sederhana dapat diterima dengan baik oleh anak-anak apabila disampaikan melalui pendekatan yang sesuai dengan tahap perkembangan mereka, seperti penggunaan lagu, permainan, dan praktik langsung.

Anak-anak menunjukkan antusiasme yang tinggi selama kegiatan berlangsung. Mereka tidak hanya memahami pentingnya mencuci tangan, tetapi juga mampu mempraktikkan enam langkah cuci tangan dengan pendampingan. Guru dan pihak sekolah turut berperan aktif dalam mendukung keberlangsungan kegiatan, sedangkan keterlibatan orang tua mulai tampak melalui umpan balik yang diberikan setelah kegiatan berlangsung. Meskipun terdapat beberapa kendala teknis, seperti keterbatasan waktu, jumlah fasilitator, dan konsentrasi anak yang mudah teralihkan, seluruh tahapan kegiatan dapat terlaksana dengan baik dan sesuai rencana. Kegiatan ini berhasil menjadi titik awal dalam menumbuhkan budaya hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah, yang diharapkan dapat berlanjut melalui kebiasaan harian di rumah dan masyarakat.

Daftar Pustaka

- [1] H. Sukri, “Perancangan Mesin Cuci Tangan Otomatis dan Higienis Berbasis Kamera,” *Rekayasa*, vol. 12, no. 2, pp. 163–167, 2019, doi: 10.21107/rekayasa.v12i2.5540.
- [2] F. Ervira, Z. F. Panadia, S. Veronica, and D. Herdiansyah, “Penyuluhan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) dan Pemberian Vitamin untuk Anak-Anak,” *J. Kreat. Pengabd. Kpd. Masy.*, vol. 4, no. 1, pp. 234–239, 2021, [Online]. Available: <https://www.unicef.org/indonesia/sites/unicef.org/indonesia/files/2020-05/Panduan-Praktis-untuk-Pelaku-Bisnis-dalam-mendukung-WASH-2020.pdf>.
- [3] D. G. Juliawan et al., “The Effect of Health Education by Singing Handwashing Songs to Hand Wash Techniques,” vol. 3, pp. 11–20, 2019.
- [4] G. Risnawaty, “Faktor Determinan Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun (Ctps) Pada Masyarakat Di Tanah Kalikedinding,” *J. PROMKES*, vol. 4, no. 1, p. 70, 2017, doi: 10.20473/jpk.v4.i1.2016.70-81.
- [5] A. Proverawati, “Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS),” vol. 3, no. 2, pp. 21–22, 2012.
- [6] M. Kartika, L. Widagdo, and A. Sugihantono, “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun pada Siswa Sekolah Dasar Negeri Sambiroto 01 Kota Semarang,” *J. Kesehat. Masy.*, vol. 4, no. 5, pp. 339–346, 2016, [Online]. Available: <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jkm>.

- [7] B. M. S. Suyadi, "Permainan Interaktif Sebagai Media Pembelajaran pada Anak Usia Dini," *J. Pendidik. dan Pembelajaran*, vol. 2, no. 2, pp. 2049–2058, 2015, doi: 10.21831/jpa.v2i2.3047.
- [8] R. Nakoe, N. A. S. Lalu, and Y. A. Mohamad, "Perbedaan Efektivitas Hand-Sanitizer Dengan Cuci Tangan Menggunakan Sabun Sebagai Bentuk Pencegahan Covid-19," *Jambura J. Heal. Sci. Res.*, vol. 2, no. 2, pp. 65–70, 2020, doi: 10.35971/jjhsr.v2i2.6563.
- [9] U. Hasanah and D. R. Mahardika, "Edukasi Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun pada Anak Usia Dini untuk Pencegahan Transmisi Penyakit," *Semin. Nas. Pengabdi. Masy. LPPM UMJ*, pp. 1–9, 2020, [Online]. Available: <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>.
- [10] S. A. Mardiyani et al., "Edukasi Praktek Cuci Tangan Standar WHO dan Peduli Lingkungan," *J. Pembelajaran Pemberdaya. Masy.*, vol. 1, no. 2, p. 85, 2020, doi: 10.33474/jp2m.v1i2.6531.
- [11] R. Qomariah, "Pemanfaatan lahan pekarangan rumah di saat pandemi Covid-19 atau era new normal," no. 1, pp. 44–60, 2020, [Online]. Available: http://kalsel.litbang.pertanian.go.id/ind/index.php?option=com_content&view=article&id=898:administrat&catid=14:alsin&Itemid=43.
- [12] L. Marinda, "Teori Perkembangan Kognitif Jean Piaget Dan Problematikanya Pada Anak Usia Sekolah Dasar," *An-Nisa J. Kaji. Peremp. dan Keislam.*, vol. 13, no. 1, pp. 116–152, 2020, doi: 10.35719/annisa.v13i1.26.
- [13] M. Wahyu Nita et al., "Pelatihan Cuci Tangan Pakai Sabun (Ctps) Sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Di Kalangan Siswa Sekolah Dasar," *J. Karya Inov. Pengabdi. Masy.*, vol. 3, no. 1, pp. 19–28, 2025.
- [14] Y. Dwikurnaningsih, "Supervisi Akademik melalui Pendekatan Kolaboratif oleh Kepala Sekolah dalam Meningkatkan Kualitas Pembelajaran Guru Di SD Kabupaten Grobogan," *Satya Widya*, vol. 34, no. 2 SE-Articles, Feb. 2019, doi: <https://doi.org/10.24246/j.sw.2018.v34.i2.p101-111>.
- [15] J. Mirdad, "Model-Model Pembelajaran (Empat Rumpun Model Pembelajaran)," *J. Pendidik. dan Sos. Islam*, vol. 2, no. 1, pp. 1–10, 2020.
- [16] A. U. Listiadesti, S. M. Noer, and Y. Maifita, "Efektivitas Media Vidio Terhadap Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun Pada Anak Sekolah: A Literature Review," *J. Menara Med.*, vol. 3, no. 1, pp. 56–57, 2020, [Online]. Available: <https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menaramedika/index>.