



# Penerapan Kegiatan Cuci Tangan Serentak Sebagai Upaya Peningkatan Kesehatan di SDN 2 Kesik

Iwan Usma Wardani<sup>1,\*</sup>, Yuni Hidayat<sup>1</sup>, Savia Nirwana Putri<sup>1</sup>, Rahmiati<sup>1</sup>, Tiara Karomatul Aulia<sup>1</sup>, Rosalina<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universitas Hamzanwadi, Lombok Timur, Indonesia

## Informasi Artikel

### Sejarah Artikel:

Submit: 10 November 2025  
Revisi: 12 November 2025  
Diterima: 15 November 2025  
Diterbitkan: 15 November 2025

## Kata Kunci

Cuci Tangan, Kesehatan Sekolah, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat.

## Correspondence

E-mail: [iwanusmawardani7@gmail.com](mailto:iwanusmawardani7@gmail.com) \*

## A B S T R A K

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), terutama kegiatan cuci tangan menggunakan sabun, merupakan salah satu aspek penting dalam mencegah penyebaran penyakit menular di lingkungan sekolah. Di SDN 2 Kesik, masih ditemukan rendahnya pemahaman siswa terhadap praktik cuci tangan menggunakan sabun yang baik dan benar. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman, kesadaran, serta keterampilan siswa dalam menerapkan teknik cuci tangan menggunakan sabun dengan enam langkah secara tepat. Metode pelaksanaan meliputi edukasi kesehatan dengan pendekatan interaktif dan kegiatan demonstrasi, kemudian dilanjutkan dengan praktik cuci tangan serentak yang diikuti seluruh siswa. Hasil pelaksanaan menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada aspek pengetahuan dan keterampilan siswa dalam mencuci tangan menggunakan sabun. Temuan ini membuktikan bahwa kegiatan edukasi dan praktik langsung efektif dalam menumbuhkan kebiasaan hidup bersih serta mendukung terwujudnya lingkungan sekolah yang sehat.

### Abstract

*Clean and Healthy Living Behavior (PHBS), especially the activity of hand washing with soap, is a crucial aspect in preventing the spread of infectious diseases in the school environment. At SDN 2 Kesik, a low understanding among students regarding the correct and proper practice of hand washing with soap was still observed. This community service activity aims to enhance students' understanding, awareness, and skills in applying the six-step hand washing with soap technique accurately. The implementation method included health education using an interactive approach and demonstration activities, followed by a simultaneous hand washing practice involving all students. The results of the implementation showed a significant increase in the knowledge and practical skills of students in hand washing with soap. This finding proves that education and direct practice activities are effective in fostering clean living habits and supporting the realization of a healthy school environment.*

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



## 1. Pendahuluan

Kesehatan merupakan modal utama yang menentukan kualitas hidup manusia. Kebersihan dan kesehatan menjadi faktor penting dalam upaya pencegahan penyakit menular. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), penyakit yang bersumber dari lingkungan, khususnya yang disebabkan oleh penularan mikroorganisme melalui tangan, masih menjadi tantangan kesehatan global hingga saat ini. Salah satu langkah pencegahan yang paling sederhana dan efektif adalah kebiasaan mencuci tangan dengan sabun, yang terbukti mampu memutus rantai penyebaran berbagai infeksi seperti

diare, infeksi saluran pernapasan atas (ISPA), serta cacangan – penyakit yang banyak menyerang anak usia sekolah dasar [1].

Di Indonesia, angka kejadian penyakit menular akibat rendahnya kebersihan diri masih tergolong tinggi, terutama di lingkungan sekolah dasar yang padat aktivitas anak-anak. Kondisi ini menjadikan sekolah sebagai tempat yang berpotensi menjadi pusat penyebaran kuman jika tidak diimbangi dengan kebiasaan hidup bersih dan sehat. Anak usia sekolah termasuk kelompok rentan karena sistem kekebalan tubuh mereka masih berkembang dan kesadaran terhadap pentingnya hygiene pribadi belum terbentuk secara optimal. Oleh karena itu, penerapan program pendidikan kesehatan dan pembiasaan perilaku higienis di sekolah sangat diperlukan untuk menanamkan kebiasaan positif sejak dini [2], [3].

Salah satu strategi penting dalam upaya promosi kesehatan di lingkungan sekolah adalah melalui penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). PHBS merupakan metode edukatif yang bertujuan menularkan pengetahuan dan keterampilan tentang hidup sehat melalui pemberdayaan individu, kelompok, maupun masyarakat dengan menggunakan komunikasi sebagai sarana utama penyebaran informasi. Pendidikan kesehatan yang baik didasarkan pada teori dan pengalaman belajar yang terencana sehingga mampu meningkatkan kemampuan individu dalam mengambil keputusan yang mendukung kesehatan diri dan lingkungannya [4]. WHO juga menjelaskan bahwa promosi kesehatan merupakan proses pemberdayaan masyarakat agar memiliki kemampuan untuk memelihara, meningkatkan, dan mengontrol kondisi kesehatannya [5].

Kebiasaan mencuci tangan menjadi salah satu bentuk perilaku sederhana namun berdampak besar terhadap pencegahan penyakit. Tangan merupakan media utama penyebaran mikroba penyebab infeksi ke mulut, hidung, maupun bagian tubuh lainnya. Penularan dapat terjadi melalui makanan, minuman, atau benda yang tersentuh tanpa disadari. Kebiasaan tidak mencuci tangan dengan benar menjadi salah satu penyebab utama meningkatnya kasus diare di kalangan anak-anak [6].

Selain sebagai tempat belajar, sekolah juga berpotensi menjadi lokasi penularan penyakit apabila kebersihan tidak dijaga dengan baik. Kebiasaan siswa mengonsumsi jajanan tanpa mencuci tangan terlebih dahulu meningkatkan kemungkinan tertular berbagai penyakit menular [7].

Berdasarkan hasil observasi awal serta wawancara dengan pihak SDN 2 Kesik, ditemukan bahwa sebagian besar siswa belum memiliki kebiasaan mencuci tangan menggunakan sabun sebelum makan maupun setelah bermain. Selain itu, sarana cuci tangan di sekolah belum tersedia secara merata di setiap kelas, dan belum ada jadwal rutin untuk kegiatan edukasi kebersihan. Kondisi ini menimbulkan risiko meningkatnya penyakit berbasis lingkungan di kalangan siswa.

Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman siswa SDN 2 Kesik mengenai pentingnya mencuci tangan dengan sabun; membentuk kebiasaan mencuci tangan yang benar; dan menurunkan risiko penularan penyakit menular melalui penerapan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah.

Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan contoh model pelaksanaan gerakan cuci tangan serentak yang efektif di sekolah dasar, guna menciptakan lingkungan belajar yang lebih bersih, sehat, dan produktif.

## 2. Metode Pelaksanaan

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi kasus, untuk menggambarkan secara rinci tahapan dan hasil pelaksanaan Program Gerakan Cuci Tangan Serentak di SDN 2 Kesik. Program dilaksanakan di SDN 2 Kesik dengan melibatkan 35 siswa kelas 3 hingga kelas 5 sebagai peserta utama. Guru dan staf sekolah berperan sebagai mitra pendukung selama proses kegiatan berlangsung. Pelaksanaan program ini dilakukan selama bulan Oktober 2025, yang

terdiri dari tahap persiapan, pelaksanaan, hingga evaluasi kegiatan. Data diperoleh melalui observasi, wawancara, serta dokumentasi foto kegiatan. Analisis dilakukan secara kualitatif dengan mendeskripsikan perubahan perilaku siswa sebelum dan sesudah program dilaksanakan.



Gambar 1. Diagram alir pelaksanaan

Tahapan Kegiatan:

1. Persiapan, tahapan ini memerlukan koordinasi dengan pihak sekolah, survei fasilitas kebersihan, serta pembuatan media edukatif seperti poster, lagu, dan panduan langkah cuci tangan.
2. Pelaksanaan, kegiatan ini diawali dengan kegiatan sosialisasi dan praktik mencuci tangan secara serentak bersama seluruh siswa dengan bimbingan tim pelaksana dan guru.
3. Pendampingan, saat kegiatan dilaksanakan, tim pelaksanaan dan guru memantauan perilaku mencuci tangan setiap hari yang dilakukan oleh siswa, terutama sebelum makan siang dan setelah bermain.
4. Evaluasi, kegiatan evaluasi ini meliputi observasi langsung dan wawancara dengan guru untuk menilai perubahan perilaku siswa serta efektivitas kegiatan.

### 3. Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan Program Gerakan Cuci Tangan Serentak di SDN 2 Kesik menunjukkan hasil yang signifikan dalam meningkatkan kesadaran dan praktik cuci tangan di kalangan siswa, sejalan dengan tujuan penelitian. Data observasi yang dikumpulkan selama periode implementasi menunjukkan adanya peningkatan frekuensi siswa mencuci tangan secara mandiri, terutama pada waktu-waktu kritis seperti sebelum makan siang dan setelah kegiatan di luar ruangan. Perubahan perilaku ini mengindikasikan bahwa metode yang digunakan, yaitu kombinasi edukasi visual dan praktik rutin yang terintegrasi, berhasil membentuk kebiasaan baru. Pelaksanaan program menunjukkan peningkatan yang signifikan terhadap kesadaran siswa untuk mencuci tangan dengan sabun pada waktu-waktu penting.

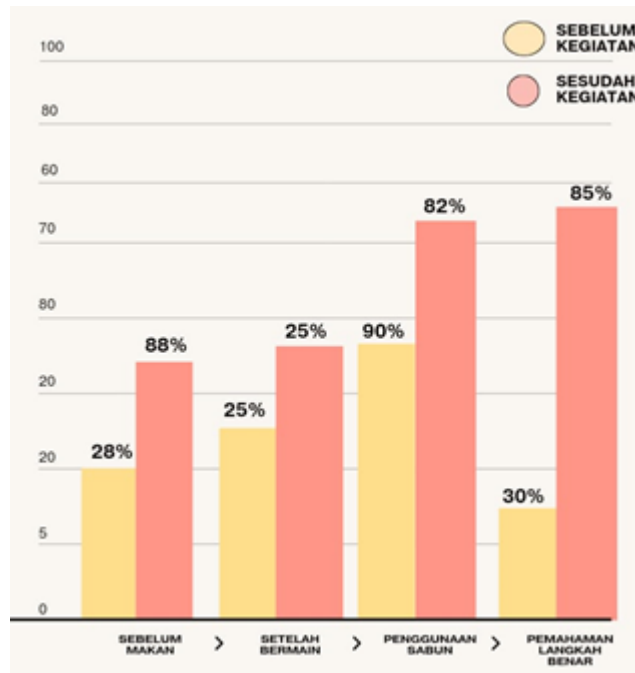
Tabel 1. Data Pre Test dan Post Test

No	Aspek yang Diamati	Sebelum Kegiatan (%)	Sesudah Kegiatan (%)
1	Siswa mencuci tangan sebelum makan	28	88
2	Siswa mencuci tangan setelah bermain	35	82
3	Siswa menggunakan sabun saat mencuci tangan	25	90
4	Siswa memahami langkah cuci tangan dengan benar	30	85

Sumber: Sumber Data olahan 2025

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peningkatan kesadaran mencuci tangan di kalangan siswa SDN 2 Kesik memberikan dampak langsung terhadap kebersihan lingkungan sekolah dan menurunnya keluhan penyakit ringan seperti diare, flu, dan batuk. Dampak ini tidak hanya bersifat individual, tetapi juga kolektif, karena perubahan perilaku siswa menciptakan lingkungan sekolah

yang lebih sehat secara keseluruhan. Dengan kebiasaan baru ini, potensi penyebaran penyakit menular dapat ditekan, sehingga tingkat kehadiran siswa di sekolah tetap terjaga.



Gambar 2. Grafik Perbandingan

Pihak sekolah berperan aktif dalam seluruh tahapan kegiatan. Kepala sekolah memberikan dukungan administratif dan fasilitas, guru mendampingi siswa selama praktik, dan staf sekolah memastikan ketersediaan air bersih serta sabun. Sinergi yang baik antara tim pelaksana dan mitra menjadi faktor penting yang menunjang keberhasilan kegiatan ini. Secara keseluruhan, program Gerakan Cuci Tangan Serentak mampu meningkatkan perilaku higienis siswa secara signifikan dan membantu menciptakan lingkungan sekolah yang lebih bersih, sehat, serta nyaman untuk belajar.



Gambar 3. Dokumentasi kegiatan cuci tangan

#### 4. Kesimpulan

Program Gerakan Cuci Tangan Serentak di SDN 2 Kesik terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran serta membentuk kebiasaan siswa untuk mencuci tangan dengan sabun. Melalui pendekatan partisipatif yang melibatkan seluruh elemen sekolah, kegiatan ini menjadi model yang dapat diadaptasi oleh sekolah lain untuk memperkuat implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Dukungan dan keterlibatan aktif guru serta pihak sekolah sangat berperan dalam menjaga

keberlanjutan dan efektivitas program.

### Ucapan Terimakasih

Ucapan terima kasih disampaikan kepada pihak SDN 2 kesik atas dukungan dan kerjasamanya selama pelaksanaan kegiatan. Ucapan terima kasih juga diberikan kepada guru dan siswa yang telah berpartisipasi aktif sehingga program Gerakan cuci tangan serentak dapat terlaksana dengan baik.

### Daftar Pustaka

- [1] WHO, "Global Handwashing Partnership Annual Report 2023," *World Health Organization Report*, pp. 1-xx, 2023.
- [2] Kemenkes RI, "Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022," *Laporan Kesehatan Nasional*, pp. 1-xx, 2023.
- [3] Centers for Disease Control and Prevention, "Handwashing: Clean Hands Save Lives," *CDC Online Article*, 2020.
- [4] K. Glanz, B. K. Rimer, and K. Viswanath, "Health Behavior and Health Education," *Jossey-Bass Textbook*, 4th ed., pp. 1-xx, 2018.
- [5] WHO, "Health Promotion Glossary," *World Health Organization Publication*, pp. 1-xx, 2021.
- [6] Departemen Kesehatan RI, "Pedoman Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)," *Pedoman Kesehatan Masyarakat*, pp. 1-xx, 2014.
- [7] M. Kartika, "Pentingnya perilaku cuci tangan pakai sabun pada anak sekolah dasar," *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, vol. 9, no. 2, pp. 73-80, 2015.
- [8] A. Bowen et al., "Effect of a handwashing-promotion program in Chinese primary schools," *American Journal of Tropical Medicine and Hygiene*, vol. 76, no. 6, pp. 1166-1173, 2007.
- [9] M. Freeman et al., "Systematic review of handwashing practices worldwide," *Tropical Medicine & International Health*, vol. 19, no. 8, pp. 906-916, 2014.
- [10] S. Luby et al., "Effect of intensive handwashing promotion on childhood diarrhea," *JAMA*, vol. 291, no. 21, pp. 2547-2554, 2004.
- [11] A. E. Aiello et al., "Effect of hand hygiene on infectious disease risk," *American Journal of Public Health*, vol. 98, no. 8, pp. 1372-1381, 2008.
- [12] B. C. Mbakaya et al., "Hand hygiene intervention strategies in developing countries," *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 14, no. 4, p. 371, 2017.
- [13] UNICEF Indonesia, "Panduan Kebersihan dan Sanitasi di Sekolah Dasar," *UNICEF Education Report*, pp. 1-xx, 2022.
- [14] R. Sari and I. Rahman, "Evaluasi efektivitas program PHBS di sekolah dasar," *Jurnal Promkes Indonesia*, vol. 8, no. 1, pp. 21-29, 2022.
- [15] E. Widodo, "Penerapan edukasi cuci tangan berbasis media visual pada siswa SD," *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sehat*, vol. 3, no. 2, pp. 102-110, 2023.