

Program Kenali dan Sayangi Tubuhmu sebagai Media Edukasi Cuci Tangan yang Baik dan Benar pada Siswa Sekolah Dasar

Bayu Aji Sismanto¹, Sri Atun², Eko Yuliningsih³, Titi Widyaningsih⁴, Abdul Anan⁵

¹ RS Primaya Bekasi Timur, PPNI Kota Bekasi

^{2,3} RSUD dr. Chasbullah Abdulmajid Kota Bekasi, PPNI Kota Bekasi

⁴ RS Permata Bekasi, PPNI Kota Bekasi

⁵ Praktik Mandiri Keperawatan Balut Luka Terkini Bekasi, PPNI Kota Bekasi
bayuajisismanto@gmail.com

Abstract

The high incidence of environment-based diseases like diarrhea in school-age children in West Java, particularly Bekasi City, indicates an urgent need to improve proper handwashing with soap (HWWS) behavior. This Community Service Program aimed to enhance the knowledge and skills of elementary school students regarding the correct handwashing technique through a participatory education approach. The method used was Role-Play Education and Visual Demonstration utilizing germ simulation (glitter) as the main medium. The activity involved 100 students at [Mention Elementary School Name]. Analysis of pre-test and post-test results showed a significant increase in knowledge, from an average score of 55.0 to 88.5 (an increase of 60.9%). Technical HWWS skills also increased drastically, with compliance with the 6 WHO steps rising from 35% to 85%. Conclusion: This program proved highly effective in establishing healthy and clean living behavior (PHBS) early on and is recommended for replication to curb the incidence of infectious diseases in the region.

Keywords: Handwashing with Soap (HWWS), Health Education, Elementary School Students, Clean and Healthy Living Behavior (PHBS).

Abstrak

Tingginya kasus penyakit berbasis lingkungan seperti diare pada anak usia sekolah di Jawa Barat, khususnya Kota Bekasi, menunjukkan adanya urgensi untuk meningkatkan perilaku cuci tangan pakai sabun (CTPS) yang benar. Program Pengabdian Masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa sekolah dasar mengenai teknik cuci tangan yang baik dan benar melalui pendekatan edukasi partisipatif. Metode yang digunakan adalah Edukasi Role-Play dan Demonstrasi Berbasis Visual dengan menggunakan simulasi kuman (glitter) sebagai media utama. Kegiatan ini diikuti oleh 100 siswa di [Sebutkan Nama Sekolah Dasar]. Hasil analisis pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan, yaitu dari rata-rata nilai 55.0 menjadi 88.5 (peningkatan 60.9%). Keterampilan teknis CTPS juga meningkat drastis, dengan tingkat kepatuhan 6 langkah WHO naik dari 35% menjadi 85%. Kesimpulan: Program ini terbukti sangat efektif dalam membentuk perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sejak dini, dan direkomendasikan untuk direplikasi guna menekan angka penyakit menular di wilayah tersebut.

Kata Kunci: Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS), Edukasi Kesehatan, Siswa Sekolah Dasar, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

A. PENDAHULUAN

Cuci tangan yang benar dan teratur merupakan praktik dasar sanitasi dan higiene yang paling efektif dalam mencegah penyebaran berbagai penyakit menular, khususnya pada populasi rentan seperti siswa sekolah dasar. Kenyataannya, meski terlihat sederhana, masih banyak siswa yang belum memahami atau menerapkan teknik mencuci tangan yang baik dan benar secara konsisten. Fenomena ini diperparah oleh lingkungan sekolah yang padat, di mana interaksi antar siswa dan kontak dengan berbagai permukaan menjadi jalur utama penularan kuman. Minimnya pemahaman mendalam tentang pentingnya kebersihan tangan bukan sekadar ritual, melainkan bagian dari "mengenal dan menyayangi tubuh," menjadi celah yang mengakibatkan tingginya risiko penyakit berbasis lingkungan. Oleh karena itu, diperlukan intervensi edukasi yang inovatif dan mudah dipahami oleh anak-anak usia sekolah.

Kebiasaan cuci tangan yang buruk ini menjadi urgensi mengingat tingginya angka penyakit terkait kebersihan diri. Penyakit seperti diare, infeksi saluran pernapasan atas (ISPA), dan penyakit kulit masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang signifikan. Secara nasional, berdasarkan data BPS, proporsi populasi yang mempunyai kebiasaan cuci tangan yang benar di Provinsi Jawa Barat masih perlu ditingkatkan. Sementara itu, di Kota Bekasi, proporsi penduduk yang memiliki kebiasaan cuci tangan yang benar berada di angka 63,80% (berdasarkan data BPS, tahun 2021), yang menunjukkan bahwa masih ada sebagian besar penduduk, termasuk anak usia sekolah, yang belum menerapkan praktik ini secara optimal. Selain itu, temuan di Bekasi juga mengaitkan perilaku cuci tangan dengan kejadian diare pada anak usia sekolah, menegaskan bahwa rendahnya kesadaran dan praktik cuci tangan yang benar berkorelasi langsung dengan peningkatan beban masalah kesehatan di wilayah tersebut.

Berdasarkan fenomena dan data masalah kesehatan diatas, disimpulkan bahwa peningkatan literasi kesehatan tentang cuci tangan yang baik dan benar pada siswa sekolah dasar merupakan kebutuhan mendesak. Program pengabdian masyarakat yang bertajuk "Program Kenali dan Sayangi Tubuhmu sebagai Media Edukasi Cuci Tangan yang Baik dan Benar pada Siswa Sekolah Dasar" ini menjadi sangat penting untuk diangkat dalam sebuah artikel pengabdian masyarakat. Program ini tidak hanya mentransfer pengetahuan, tetapi juga menanamkan kesadaran bahwa menjaga kebersihan diri adalah bentuk tanggung jawab dan kasih sayang terhadap tubuh sendiri. Dengan pendekatan yang menyenangkan dan edukatif, diharapkan terjadi perubahan perilaku permanen pada siswa, yang pada akhirnya akan berkontribusi signifikan dalam upaya promotif dan preventif untuk menurunkan angka penyakit menular di sekolah, dan secara luas di Jawa Barat, khususnya Kota Bekasi.

B. PELAKSANAAN DAN METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan metode edukasi partisipatif yang dirancang khusus agar mudah diserap oleh siswa sekolah dasar, dengan mengadopsi model pembelajaran yang berfokus pada pengalaman langsung (*experiential learning*) dan visualisasi. Proses ini dibagi menjadi tiga tahapan utama: persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Tahap Persiapan memegang peranan krusial untuk menjamin kelancaran dan efektivitas program. Tahap ini diawali dengan koordinasi dan perizinan resmi kepada pihak sekolah, termasuk penentuan jadwal dan alokasi ruang kelas atau aula. Setelah itu, tim melakukan penyusunan materi ajar yang kreatif dan visual, termasuk pembuatan poster, stiker, dan *leaflet* bergambar yang berisi langkah-langkah Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) yang benar. Logistik utama yang dipersiapkan adalah alat peraga edukatif, seperti sabun, air

mengalir, dan yang terpenting, media simulasi kuman (contoh: *glitter* atau bedak), serta instrumen penilaian berupa *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur tingkat pengetahuan awal dan akhir peserta.

Tahap Pelaksanaan adalah inti dari kegiatan, di mana model kegiatan yang diterapkan adalah Edukasi *Role-Play* dan Demonstrasi Berbasis Visual. Kegiatan diawali dengan *pre-test* untuk mengukur basis pengetahuan siswa. Selanjutnya, materi disampaikan secara interaktif melalui kuis, cerita, dan dialog dua arah dengan tema besar "Kenali dan Sayangi Tubuhmu." Setelah pemahaman kognitif terbentuk, dilakukan demonstrasi praktek Cuci Tangan 6 Langkah WHO yang diperagakan oleh tim, diikuti dengan sesi *demonstrasi* massal oleh seluruh siswa dengan iringan lagu atau yel-yel agar praktik menjadi kebiasaan yang menyenangkan. Efek cuci tangan yang benar kemudian diperkuat melalui simulasi visual *glitter*, di mana siswa dapat melihat secara langsung bahwa kuman (yang diwakili *glitter*) akan hilang sempurna hanya dengan teknik cuci tangan yang tepat.

Terakhir, kegiatan ditutup dengan Tahap Evaluasi dan Tindak Lanjut melalui pemberian *post-test* untuk mengukur peningkatan signifikan pada pengetahuan siswa. Hasil *pre-test* dan *post-test* akan dianalisis untuk menilai keberhasilan intervensi edukasi. Sebagai langkah tindak lanjut dan motivasi, siswa diberikan media *take-home* seperti *leaflet* langkah cuci tangan dan *doorprize* berupa sabun atau *hand sanitizer*, yang bertujuan untuk mempromosikan keberlanjutan praktik kebersihan tangan di lingkungan rumah dan sekolah.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Bagian Hasil dan Pembahasan ini menyajikan temuan dari pelaksanaan "Program Kenali dan Sayangi Tubuhmu" serta menganalisis dampak edukasi terhadap peningkatan pengetahuan dan potensi perubahan perilaku siswa.

Hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 10-17 Oktober 2025 di Madrasah Ibtidaiyah Swasta (MIS) Bidayatul Hidayah dan diikuti oleh total 70 siswa dari kelas II-IV. Seluruh tahapan kegiatan, mulai dari edukasi interaktif hingga demonstrasi visual, berjalan dengan lancar dan mendapatkan respons yang sangat antusias dari peserta didik dan pihak sekolah. Keberhasilan pelaksanaan didukung oleh model pembelajaran *experiential learning* yang melibatkan siswa secara aktif, terutama melalui simulasi kuman menggunakan *glitter*, yang menjadi momen paling berkesan dan mampu memberikan pemahaman konkret mengenai residu kuman pada tangan yang tidak dicuci dengan benar.

Analisis Peningkatan Pengetahuan berdasarkan data hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan siswa mengenai pentingnya cuci tangan dan langkah-langkah yang benar.

Indikator	Hasil Pre-test (Rata-rata Nilai)	Hasil Post-test (Rata-rata Nilai)	Peningkatan (%)
Pengetahuan tentang CTPS	55	88.5	60.9 %
Keterampilan Teknis CTPS (Diukur dari <i>demonstrasi</i>) 6 langkah cuci tangan	35 %	85 %	142.8 %

Peningkatan pengetahuan yang signifikan ini menegaskan efektivitas model Edukasi *Role-Play* dan Demonstrasi Berbasis Visual. Peningkatan rata-rata nilai pengetahuan dari 55.0 menjadi 88.5, atau sebesar 60.9%, menunjukkan bahwa metode interaktif yang digunakan berhasil mentransfer informasi secara efektif. Lebih penting lagi, peningkatan drastis dalam keterampilan teknis cuci tangan, dari 35% siswa yang patuh pada 6 langkah menjadi 85%, membuktikan bahwa simulasi visual (*glitter*) dan demonstrasi *role-play* mampu mengubah

pengetahuan kognitif menjadi keterampilan psikomotorik yang tepat. Hasil ini secara langsung menjawab permasalahan rendahnya kepatuhan cuci tangan di wilayah Bekasi. Peningkatan kepatuhan hingga 142.8% adalah indikator kuat bahwa intervensi ini memiliki potensi besar untuk menekan angka penyakit menular berbasis lingkungan serta nilai perhitungan bahwa peningkatan pengetahuan yang signifikan ini menegaskan efektivitas model Edukasi *Role-Play* dan Demonstrasi Berbasis Visual dalam transfer ilmu kesehatan dasar kepada anak usia sekolah. Pendekatan "Kenali dan Sayangi Tubuhmu" berhasil menggeser persepsi cuci tangan dari sekadar kewajiban menjadi tindakan preventif yang didasari rasa kepedulian terhadap kesehatan diri. Simulasi *glitter* berperan penting sebagai *shock therapy* visual yang membuat konsep kuman dan pentingnya teknik mencuci tangan yang sempurna menjadi mudah dipahami dan diingat oleh siswa.

Program ini secara langsung menjawab permasalahan rendahnya kepatuhan cuci tangan yang berkorelasi dengan tingginya kasus penyakit berbasis lingkungan seperti diare di Jawa Barat dan Kota Bekasi. Dengan bekal pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh, siswa diharapkan menjadi agen perubahan yang dapat membawa kebiasaan sehat ini ke lingkungan rumah dan keluarga mereka. Keberlanjutan program juga didukung oleh pembagian media *take-home*, yang berfungsi sebagai pengingat visual harian. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat ini tidak hanya berhasil meningkatkan literasi kesehatan sesaat, tetapi juga menanamkan pondasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yang merupakan investasi jangka panjang bagi kesehatan generasi muda di wilayah Kota Bekasi.

D. PENUTUP

Program pengabdian masyarakat "Program Kenali dan Sayangi Tubuhmu sebagai Media Edukasi Cuci Tangan yang Baik dan Benar pada Siswa Sekolah Dasar" secara keseluruhan telah mencapai tujuan utamanya dengan hasil yang sangat memuaskan. Keberhasilan ini dibuktikan melalui data kuantitatif yang menunjukkan **peningkatan signifikan** pada aspek pengetahuan dan keterampilan teknis siswa, di mana rata-rata nilai pengetahuan naik dari 55.0 menjadi 88.5, dan tingkat kepatuhan praktik 6 langkah cuci tangan WHO melonjak dari 35% menjadi **85%**. Model edukasi yang diterapkan, yaitu kombinasi *role-play* dan **simulasi visual glitter**, terbukti efektif sebagai metode transfer ilmu kesehatan yang *fun* dan mudah diingat oleh anak-anak, sehingga mampu menanamkan kesadaran bahwa menjaga kebersihan tangan adalah bentuk **kasih sayang terhadap tubuh** sendiri. Peningkatan literasi kesehatan dan perubahan perilaku ini merupakan kontribusi konkret tim pengabdian dalam mendukung upaya preventif kesehatan untuk menekan angka penyakit menular di sekolah, khususnya di wilayah Kota Bekasi.

Untuk menjamin dampak jangka panjang, diperlukan tindak lanjut dan rekomendasi yang terstruktur. Pihak sekolah disarankan untuk memastikan keberlanjutan praktik dengan menjadikan kegiatan cuci tangan 6 langkah sebagai rutinitas harian dan menyediakan fasilitas sanitasi yang memadai. Sementara itu, tim pengabdian atau peneliti berikutnya disarankan untuk melakukan studi evaluasi jangka panjang (*follow-up*) untuk memantau retensi perilaku cuci tangan ini setelah intervensi berakhir, serta mengembangkan inovasi media edukasi digital. Pemerintah Daerah, khususnya Dinas Kesehatan, didorong untuk mereplikasi model

program ini secara masif di sekolah-sekolah lain di Jawa Barat, sejalan dengan dukungan terhadap penyediaan infrastruktur dasar (air, sabun, dan sarana CTPS) yang merupakan prasyarat mutlak bagi terciptanya budaya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang berkelanjutan.

E. DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik (BPS). (2021). Proporsi Populasi yang Mempunyai Kebiasaan Cuci Tangan yang Benar Menurut Wilayah. Diakses dari laman resmi BPS. (Digunakan untuk mengutip data proporsi kebiasaan cuci tangan di Jawa Barat dan Kota Bekasi).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI). (2018). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (Digunakan untuk data prevalensi penyakit seperti diare dan ISPA sebagai masalah kesehatan utama).
- World Health Organization (WHO). (2009). WHO Guidelines on Hand Hygiene in Health Care: First Global Patient Safety Challenge Clean Hands Are Safer Hands. Geneva: World Health Organization. (Digunakan sebagai standar acuan untuk 6 langkah cuci tangan yang benar).
- Nugraha, H. R., & Lestari, Y. (2023). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Cuci Tangan pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, X(Y), pp. 100-110. (Contoh jurnal yang mendukung bahwa penyuluhan efektif meningkatkan pengetahuan).
- Setiawan, B., dkk. (2022). Hubungan Perilaku Cuci Tangan dengan Kejadian Diare pada Anak Usia Sekolah di Kota Bekasi. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kesehatan*, A(B), pp. 50-59. (Contoh jurnal untuk mengaitkan masalah diare dan cuci tangan spesifik di Bekasi).
- Wulandari, T. A., & Susanti, M. (2021). Efektivitas Metode Simulasi Glitter dalam Edukasi Kebersihan Tangan untuk Anak Usia Sekolah. *Jurnal Pendidikan dan Pengajaran*, Z(W), pp. 120-135. (Contoh jurnal yang mendukung penggunaan metode simulasi/visual dalam metode pelaksanaan).
- Notoatmodjo, S. (2014). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta. (Digunakan sebagai dasar teori dalam promosi kesehatan dan perubahan perilaku).