Jurnal Pemberdayaan Komunitas MH Thamrin p-ISSN: 2656-2847 e-ISSN: 2656-1018
Vol. 8 (1) Maret 2026 Hal : 33-41

Education and Practice of Handwashing with Soap as an Effort to Prevent Disease in Students of SDIT Pribadi Mulia, Bekasi City

Desi Rusmiati[1*], Petrus Geroda Beda Ama[2]

[1] Program Studi Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Mohammad Husni Thamrin
[2] Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan, Universitas Mohammad Husni Thamrin
***Correspondence author*:** Desi Rusmiati, desirusmiati85@gmail.com
DOI: https://doi.org/10.37012/jpkmht.v8i1.3373

Abstract

Maintaining personal hygiene is an essential step in preventing various infectious diseases among school-aged children. Children tend to have high levels of activity and frequently interact with their surrounding environment, making them more susceptible to exposure to disease-causing microorganisms. Dirty hands can be a medium for transmitting various pathogens that can cause diarrhea, influenza, and respiratory tract infections. However, in reality, many children still lack adequate understanding of the importance of personal hygiene and do not consistently apply it in their daily lives. This community service activity aims to improve students' knowledge and skills related to clean and healthy living behaviors through health education. The activity was conducted on October 31, 2025, at SDIT Pribadi Mulia, located at Jl. Bhakti 2, Jatiranggon, Jatisampurna District, Bekasi City, West Java, involving 28 participants from grades 1 and 2 of elementary school. The methods used included health education sessions followed by demonstrations and hands-on practice of proper handwashing with soap. The results showed that students participated enthusiastically in all activities and were able to correctly perform the handwashing steps after receiving demonstrations and guidance. This activity is expected to enhance students' awareness in practicing clean and healthy behaviors and contribute to preventing disease transmission, particularly within the school environment.

***Keywords*:** *Personal Hygiene, Handwashing, Health Education, Clean Living Behavior, School Children*

Abstrak

Menjaga kebersihan diri merupakan langkah penting dalam upaya pencegahan berbagai penyakit infeksi pada anak usia sekolah. Anak-anak cenderung memiliki aktivitas yang tinggi dan sering berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya, sehingga lebih rentan terpapar mikroorganisme penyebab penyakit. Tangan yang kotor dapat menjadi media penularan berbagai patogen yang dapat menyebabkan diare, influenza, dan infeksi saluran pernapasan. Namun, pada kenyataannya masih banyak anak yang belum memiliki pemahaman yang memadai tentang pentingnya kebersihan diri, serta belum menerapkannya secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa terkait perilaku hidup bersih dan sehat melalui edukasi kesehatan. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 31 Oktober 2025 di SDIT Pribadi Mulia yang berlokasi di Jl. Bhakti 2, Jatiranggon, Kecamatan Jatisampurna, Kota Bekasi, Jawa Barat, dengan jumlah peserta sebanyak 28 siswa dari kelas 1 dan kelas 2 sekolah dasar. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan kesehatan yang dilanjutkan dengan demonstrasi serta praktik langsung cuci tangan pakai sabun dengan benar. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa siswa mengikuti seluruh rangkaian kegiatan dengan antusias dan mampu mempraktikkan langkah-langkah cuci tangan secara tepat setelah diberikan demonstrasi dan pendampingan. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran siswa dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat, serta berkontribusi dalam mencegah penularan penyakit, khususnya di lingkungan sekolah.

Kata Kunci: Kebersihan Diri, Cuci Tangan, Edukasi Kesehatan, PHBS, Anak Sekolah

PENDAHULUAN

Menjaga kebersihan diri merupakan langkah krusial dalam mencegah berbagai penyakit menular, terutama pada anak usia sekolah. Anak-anak umumnya memiliki aktivitas yang tinggi dan sering berinteraksi dengan lingkungan sekitar, sehingga berisiko lebih besar terpapar mikroorganisme penyebab penyakit. Tangan yang kotor dapat menjadi media penularan berbagai patogen yang dapat menyebabkan diare, influenza, dan infeksi saluran pernapasan. Oleh karena itu, pembiasaan menjaga kebersihan diri khususnya mencuci tangan dengan sabun sejak dini menjadi faktor penting dalam meningkatkan derajat kesehatan anak sekaligus mencegah penyebaran penyakit di lingkungan sekolah (Radhika, 2020).

Secara global, penyakit infeksi yang berkaitan dengan rendahnya perilaku cuci tangan pakai sabun (CTPS) saat ini masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat yang signifikan, khususnya pada kelompok anak. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa diare masih termasuk penyebab utama kesakitan pada anak di negara berkembang. Praktik mencuci tangan menggunakan sabun serta menggunakan air mengalir, merupakan intervensi sederhana namun terbukti efektif dalam menekan penularan penyakit infeksi. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kebiasaan mencuci tangan pakai sabun dapat secara signifikan menurunkan kejadian diare serta penyakit infeksi saluran pernapasan pada anak (Ernawati, 2023; Gandaria, 2023). Selain itu, perilaku menjaga kebersihan diri dengann membiasakan CTPS juga berperan dalam meningkatkan status kesehatan anak serta mendukung proses pembelajaran yang optimal di sekolah.

Di Indonesia, peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan bagian penting dari strategi promosi kesehatan. Namun, implementasi PHBS pada anak usia sekolah masih belum optimal. Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) menunjukkan bahwa masih terdapat anak yang belum membiasakan praktik CTPS dengan benar, terutama sebelum makan dan setelah melakukan aktivitas tertentu. Hal ini mengindikasikan bahwa edukasi terkait kebersihan diri pada anak sekolah masih perlu terus diperkuat guna membentuk kebiasaan hidup sehat sejak usia dini (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Pada tingkat daerah, khususnya di Provinsi Jawa Barat dan Kota Bekasi, peningkatan PHBS pada anak sekolah juga menjadi perhatian dalam program kesehatan masyarakat. Lingkungan perkotaan memiliki tingkat kepadatan penduduk yang tinggi sehingga menyebabkan potensi risiko penularan penyakit yang lebih besar apabila perilaku kebersihan diri tidak diterapkan secara optimal. Dalam konteks ini, sekolah memiliki peran strategis

sebagai sarana efektif untuk memberikan edukasi kesehatan sekaligus menanamkan kebiasaan hidup bersih dan sehat sejak dini.

Namun demikian, berbagai studi menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan dan praktik CTPS pada anak usia sekolah masih belum memadai. Tidak sedikit anak yang belum memahami pentingnya menjaga kebersihan diri melalui CTPS secara menyeluruh, seperti kebiasaan CTPS sebelum makan, setelah menggunakan toilet, maupun setelah bermain. Kurangnya edukasi kesehatan serta pembiasaan PHBS sejak dini dapat meningkatkan risiko penularan penyakit di lingkungan sekolah (Caruso et al., 2019).

Sekolah merupakan salah satu setting yang sangat potensial dalam pelaksanaan promosi kesehatan pada anak. Melalui kegiatan edukasi kesehatan yang dirancang secara sistematis, interaktif, dan berbasis praktik, siswa tidak hanya memperoleh pengetahuan, tetapi juga keterampilan dalam menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari. Program edukasi kesehatan berbasis sekolah, termasuk intervensi water, sanitation and hygiene (WASH), terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan praktik kebersihan diri khususnya CTPS pada siswa (McMichael, 2019).

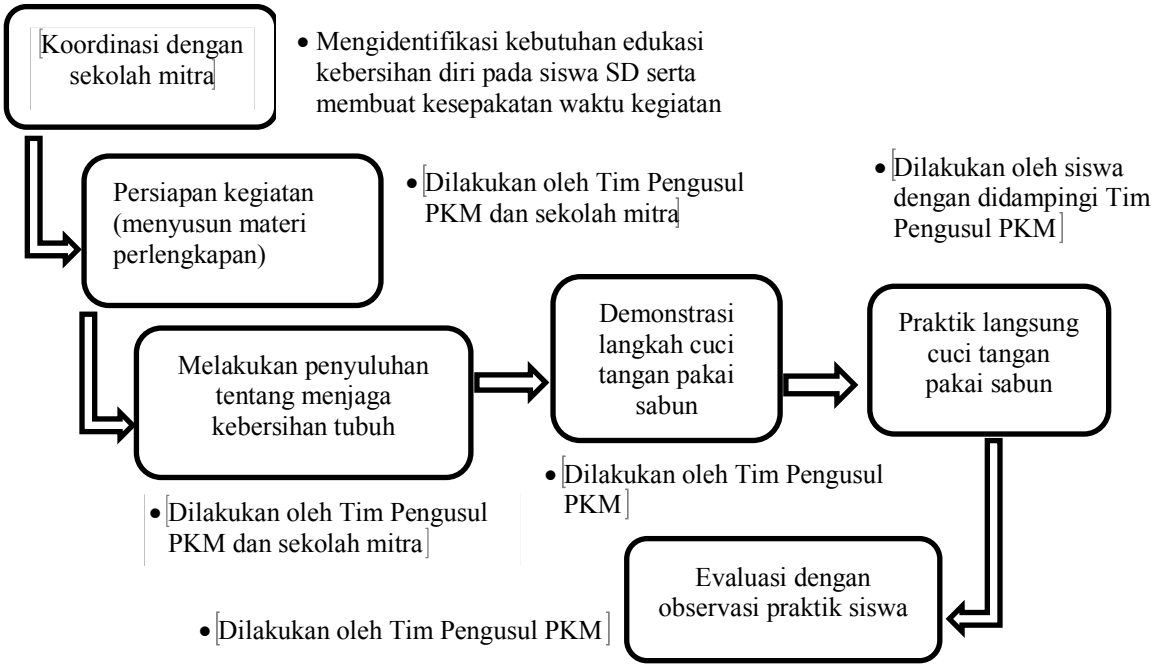
SDIT Pribadi Mulia sebagai lembaga pendidikan dasar memiliki peran strategis dalam menanamkan dan membentuk kebiasaan hidup bersih dan sehat pada siswa. Dengan demikian, pelaksanaan penyuluhan kesehatan dengan tema “Lindungi Tubuh dari Kuman Nakal,” yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri melalui praktik CTPS menjadi salah satu upaya dalam pencegahan penyakit khususnya dilingkungan sekolah. Melalui kegiatan ini, diharapkan siswa tidak hanya memahami pentingnya kebersihan diri, tetapi juga mampu menerapkannya secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dalam bentuk edukasi kesehatan yang menekankan pentingnya menjaga kebersihan diri melalui praktik cuci tangan pakai sabun (CTPS) pada anak usia sekolah. Dilaksanakan pada tanggal 31 Oktober 2025 di SDIT Pribadi Mulia yang beralamat di Jl. Bhakti 2, Jatiranggon, Kecamatan Jatisampurna, Kota Bekasi, Jawa Barat, dengan sasaran siswa kelas 1 dan kelas 2 sebanyak 28 siswa. Metode pelaksanaan kegiatan meliputi penyuluhan kesehatan, demonstrasi, dan praktik langsung. Kegiatan diawali dengan tahap persiapan melalui koordinasi dengan pihak sekolah mitra untuk mengidentifikasi kebutuhan edukasi serta menentukan waktu pelaksanaan kegiatan.

Selanjutnya dilakukan penyusunan materi edukasi dan persiapan media pembelajaran yang akan digunakan.

Tahap pelaksanaan diawali dengan penyampaian materi mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri serta kebiasaan mencuci tangan pakai sabun sebagai upaya pencegahan penyakit. Materi disampaikan secara interaktif dengan menggunakan bahasa yang sederhana agar mudah dipahami oleh siswa. Setelah itu, dilakukan demonstrasi langkah-langkah mencuci tangan pakai sabun yang benar oleh tim pelaksana. Selanjutnya siswa diminta untuk mempraktikkan secara langsung langkah-langkah tersebut dengan pendampingan dari tim pelaksana. Tahap evaluasi dilakukan melalui observasi langsung terhadap partisipasi siswa serta kemampuan siswa dalam mempraktikkan langkah-langkah CTPS dengan benar setelah kegiatan demonstrasi dan praktik. Evaluasi ini bertujuan untuk menilai tingkat pemahaman dan keterampilan siswa sebagai hasil dari kegiatan edukasi yang telah dilakukan. Alur pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat disajikan pada Gambar 1.



Gambar 1. Langkah-Langkah Pelaksanaan PKM

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat telah dilaksanakan pada tanggal 31 Oktober 2025 di SDIT Pribadi Mulia yang berlokasi di Jl. Bhakti 2, Jatiranggon, Kecamatan Jatisampurna, Kota Bekasi, Jawa Barat. Peserta kegiatan berjumlah 28 siswa yang terdiri dari siswa kelas

1 dan kelas 2 sekolah dasar. Kegiatan dilaksanakan dalam bentuk edukasi kesehatan mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri serta praktik CTPS sebagai upaya pencegahan penyakit.

Tahapan pelaksanaan kegiatan meliputi persiapan, penyuluhan, demonstrasi, praktik langsung, dan evaluasi, sebagaimana disajikan pada Tabel 1. Setiap tahapan dirancang secara sistematis untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa dalam menerapkan PHBS sejak dini. Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan, siswa menunjukkan tingkat partisipasi dan antusiasme yang tinggi selama proses penyuluhan maupun praktik. Pada saat penyampaian materi, siswa aktif menjawab pertanyaan yang diberikan oleh pemateri serta menunjukkan ketertarikan terhadap materi yang disampaikan. Hal ini menunjukkan bahwa metode edukasi yang bersifat interaktif mampu meningkatkan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran.

Kegiatan dilanjutkan dengan demonstrasi langkah-langkah mencuci tangan pakai sabun yang benar oleh tim pelaksana. Demonstrasi ini bertujuan untuk memberikan contoh konkret mengenai tahapan CTPS yang sesuai dengan standar kesehatan. Selanjutnya, siswa melakukan praktik langsung dengan pendampingan dari tim pelaksana. Pendekatan praktik langsung ini terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa karena memberikan pengalaman belajar yang bersifat aplikatif.

Tabel 1. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat

No	Tahapan Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Pelaksana	Output
1	Persiapan Kegiatan	Koordinasi dengan pihak sekolah serta penyusunan materi penyuluhan mengenai kebersihan diri dan cuci tangan pakai sabun	Tim Pengusul PKM dan pihak sekolah	Jadwal kegiatan dan materi penyuluhan
2	Penyuluhan Kesehatan	Penyampaian materi mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri kepada siswa kelas 1 dan kelas 2	Tim Pengusul PKM	Siswa memahami pentingnya menjaga kebersihan diri
3	Demonstrasi	Pemateri memperagakan langkah-langkah mencuci tangan pakai sabun yang benar	Tim Pengusul PKM	Siswa mengetahui tahapan cuci tangan yang benar
4	Praktik Langsung	Siswa mempraktikkan langkah-langkah mencuci tangan dengan bimbingan pemateri	Tim Pengusul PKM dan siswa	Siswa mampu mempraktikkan cuci tangan dengan benar
5	Evaluasi	Observasi terhadap partisipasi dan kemampuan siswa dalam mempraktikkan cuci tangan	Tim Pengusul PKM	Penilaian pemahaman dan keterampilan siswa

Hasil observasi menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mampu mengikuti dan mempraktikkan langkah-langkah CTPS dengan benar setelah diberikan demonstrasi dan praktik bersama. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan keterampilan siswa dalam menerapkan perilaku kebersihan diri. Pembelajaran berbasis praktik diketahui lebih efektif dalam membentuk perubahan perilaku dibandingkan dengan metode ceramah saja karena melibatkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor secara bersamaan. Hasil kegiatan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang disertai dengan demonstrasi dan praktik langsung dapat meningkatkan pengetahuan serta praktik kebersihan diri pada anak usia sekolah (Caruso et al., 2019). Selain itu, intervensi berbasis sekolah yang terintegrasi dengan pendekatan water, sanitation and hygiene (WASH) terbukti efektif dalam membentuk kebiasaan hidup bersih dan sehat pada siswa serta mendorong penerapan perilaku pencegahan penyakit sejak dini (McMichael, 2019).

Selain itu, kebiasaan CTPS yang dilakukan secara rutin terbukti efektif dalam mengurangi risiko penularan berbagai penyakit infeksi, khususnya penyakit yang berkaitan dengan rendahnya kebersihan diri, seperti diare dan infeksi saluran pernapasan. Praktik ini berperan penting dalam memutus rantai penularan mikroorganisme patogen yang dapat berpindah melalui tangan ke dalam tubuh. Oleh karena itu, kegiatan edukasi kesehatan terkait PHBS khususnya kebiasaan CTPS perlu dilakukan secara berkelanjutan di lingkungan sekolah sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan derajat kesehatan anak (Sari, 2022).



Gambar 2. Kegiatan Penyuluhan pada Siswa SDIT Pribadi Mulia

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di SDIT Pribadi Mulia, Kota Bekasi berupa penyuluhan kesehatan dengan tema “Lindungi Tubuh dari Kuman Nakal”

telah berjalan dengan baik serta mendapatkan respon yang positif dari para siswa. Kegiatan yang meliputi penyuluhan, demonstrasi, serta praktik langsung CTPS mampu meningkatkan pemahaman dan keterampilan siswa mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri. Hasil observasi menunjukkan bahwa siswa mengikuti kegiatan dengan antusias serta mampu mempraktikkan CTPS dengan langkah-langkah yang benar setelah dilakukan demonstrasi dan praktik bersama. Kegiatan edukasi kesehatan ini diharapkan dapat mendorong terbentuknya kebiasaan perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa sejak usia dini sehingga dapat membantu mencegah penularan berbagai penyakit di lingkungan sekolah. Oleh karena itu, kegiatan edukasi mengenai kebersihan diri dan PHBS perlu dilakukan secara berkelanjutan di lingkungan sekolah dengan dukungan dari pihak sekolah dan guru agar siswa dapat terus membiasakan praktik CTPS sebagai bagian dari upaya menjaga kesehatan dan mencegah penularan penyakit.

REFERENSI

Alkan, I Biyikoglu, Gunes, N Bora, Ozsavran, M, & ... (2025). Impact of personal hygiene education based on social learning theory on preschool children. *Early Childhood ...*, Springer, https://doi.org/10.1007/s10643-023-01603-7

Ashari, AE, Ganing, A, & Mappau, Z (2020). Peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Praktik Cuci Tangan Pakai Sabun pada Anak Kelas V Sekolah Dasar melalui Senam Cuci Tangan Pakai Sabun. *Jurnal Ilmiah Permas ...*, journal.stikeskendal.ac.id, http://www.journal.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM/article/view/635

Caruso, B.A., Freeman, M.C., Garn, J.V., Dreibelbis, R., Saboori, S., Muga, R. and Rheingans, R. (2019) Assessing the impact of a school-based water, sanitation, and hygiene intervention on pupil health outcomes in Kenya: a cluster-randomized trial. PLoS Medicine, 16(1), e1002661.

Ernawati, K. (2023) Hubungan perilaku cuci tangan dan faktor risiko lingkungan terhadap kejadian penyakit diare. Public Health and Safety International Journal.

Gandaria, P. (2023) Hubungan kondisi lingkungan, kebiasaan merokok orang tua dan perilaku cuci tangan dengan kejadian infeksi saluran pernapasan akut pada anak di RSUD Matraman: correlation between environmental conditions, parents' smoking habits and handwashing behavior with the incidence of acute respiratory infections

in children at Matraman Hospital. Journal of Nursing Education and Practice, 2(2), pp. 68–75.

Irawati, SN, & Haidar, M (2023). Internalization of personal hygiene and health in early childhood in the school and family environment. *KOLOKIUM Jurnal Pendidikan Luar* ..., kolokium.ppj.unp.ac.id, http://kolokium.ppj.unp.ac.id/index.php/kolokium-pls/article/view/592

Kementerian Kesehatan RI (2023) Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Marom, AA, Prayogi, A, Pujiono, IP, Syaifuddin, M, & ... (2025). Kegiatan Edukasi Interaktif Kesehatan Gigi bagi Anak Usia Dini di Desa Majakerta Pemalang. *Jurnal* ..., igakerta.com, https://igakerta.com/jurnal/index.php/iga/article/view/33

Mardiyani, SA, Hidayatullah, M, Sofa, MZ, & ... (2020). Edukasi Praktek Cuci Tangan Standar WHO dan Peduli Lingkungan. *Jurnal Pembelajaran* ..., riset.unisma.ac.id, https://riset.unisma.ac.id/index.php/JP2M/article/view/6531

McMichael, C. (2019) Water, sanitation and hygiene (WASH) in schools in low-income countries: a review of evidence of impact. International Journal of Environmental Research and Public Health, 16(3), p. 359. https://doi.org/10.3390/ijerph16030359

Nita, MW, Lestari, S, Supriani, Y, Rosanti, IR, & ... (2025). Pelatihan cuci tangan pakai sabun (CTPS) sebagai upaya pencegahan penyakit di kalangan siswa sekolah dasar. *Jurnal Karya Inovasi* ..., ojs-steialamar.org, http://ojs-steialamar.org/index.php/JKIPM/article/download/253/292

Radhika, A. (2020) Hubungan tindakan cuci tangan pakai sabun dengan kejadian diare pada balita di RW XI Kelurahan Sidotopo, Kecamatan Semampir, Kota Surabaya. Medical Technology and Public Health Journal, 4(1), pp. 16–24.

Sari, D. (2022) Efektivitas cuci tangan menggunakan sabun dalam mencegah penyakit infeksi. Jurnal Kesehatan Masyarakat.

Sinanto, RA (2020). Efektivitas cuci tangan menggunakan sabun sebagai upaya pencegahan infeksi: Tinjauan literatur. *Jurnal Kesehatan Karya Husada*, academia.edu, https://www.academia.edu/download/73971836/Efektivitas_Cuci_Tangan_Menggunakan_Sabun_Sebagai_Upaya_Pencegahan_Infeksi.pdf

Zemer, VS, Cohen, HA, Richenberg, Y, Gerstein, M, & ... (2023). Personal hygiene, environmental conditions, and toilet use of children in primary schools: A cohort study. *Journal of pediatric ...*, Elsevier, https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1477513123002322