



## Efektivitas Sosialisasi dan Demonstrasi Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) Sebagai Edukasi PHBS bagi Siswa Sekolah Dasar di Desa Paberasan

Dwi Astarani Aslindar<sup>1✉</sup>, Nazwa Agni Oktavia<sup>2</sup>, Aisyah Bersa Valencia Yahya<sup>3</sup>, Kamelia Nur Maylani<sup>4</sup>, Cahya Widya Wati<sup>5</sup>, Jitanaya Kumoro Prameswari<sup>6</sup>, Imas Siti Rohmah<sup>7</sup>

<sup>1-7</sup>Universitas Jenderal Soedirman

<sup>✉</sup>[dwi.astarani@unsoed.ac.id](mailto:dwi.astarani@unsoed.ac.id), <sup>2</sup>[nazwa.oktavia@mhs.unsoed.ac.id](mailto:nazwa.oktavia@mhs.unsoed.ac.id), <sup>3</sup>[aisyah.yahya@mhs.unsoed.ac.id](mailto:aisyah.yahya@mhs.unsoed.ac.id),  
<sup>4</sup>[kamelia.maylani@mhs.unsoed.ac.id](mailto:kamelia.maylani@mhs.unsoed.ac.id), <sup>5</sup>[cahya.wati@mhs.unsoed.ac.id](mailto:cahya.wati@mhs.unsoed.ac.id),  
<sup>6</sup>[jitanaya.prameswari@mhs.unsoed.ac.id](mailto:jitanaya.prameswari@mhs.unsoed.ac.id), <sup>7</sup>[imas.rohmah@mhs.unsoed.ac.id](mailto:imas.rohmah@mhs.unsoed.ac.id)

### ARTICLE INFO

#### Article History:

Submitted: 19 Agu. 2025

Revised: 12 Des. 2025

Accepted: 1 Jan. 2025

Published: 20 Jan. 2026

#### Kata Kunci:

Cuci Tangan Pakai Sabun, Sosialisasi, Perilaku Higienis, Siswa Sekolah Dasar, Edukasi Kesehatan

#### Keywords:

Handwashing With Soap, Socialization, Hygienic Behavior, Elementary Students, Health Education

#### Doi:

[10.35931/ak.v6i1.5586](https://doi.org/10.35931/ak.v6i1.5586)

### ABSTRAK

Program sosialisasi cuci tangan pakai sabun (CTPS) di lingkungan sekolah dasar memiliki peran penting dalam membentuk kebiasaan hidup bersih dan sehat sejak dini. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas kegiatan sosialisasi CTPS dalam meningkatkan kesadaran serta perubahan perilaku siswa terhadap pentingnya menjaga kebersihan tangan. Metode yang digunakan adalah pendekatan deskriptif kualitatif melalui observasi langsung, wawancara, dan dokumentasi terhadap aktivitas siswa sebelum dan sesudah intervensi. Hasil menunjukkan bahwa mayoritas siswa menunjukkan konsistensi dalam praktik CTPS, baik sebelum maupun sesudah aktivitas di lingkungan sekolah. Selain itu, media edukatif berupa lagu CTPS turut meningkatkan antusiasme siswa dalam menginternalisasi kebiasaan tersebut. Dampak positif juga tercermin dari penguatan peran guru sebagai fasilitator serta adanya dukungan lingkungan sekolah yang mendukung perilaku higienis. Kesimpulannya, intervensi edukatif yang terstruktur melalui pendekatan partisipatif dan media yang sesuai usia terbukti efektif dalam membentuk kebiasaan CTPS di kalangan siswa sekolah dasar.

### ABSTRACT

The handwashing with soap (HWWS) education program in elementary schools plays a crucial role in instilling clean and healthy living habits from an early age. This study aims to evaluate the effectiveness of the HWWS socialization activity in raising awareness and changing students' behavior regarding the importance of hand hygiene. The method employed was a descriptive qualitative approach through direct observation, interviews, and documentation of student activities before and after the intervention. The findings revealed that the majority of students consistently practiced HWWS both before and after school activities. Additionally, educational media in the form of a handwashing song enhanced students' enthusiasm in adopting the habit. Positive impacts were also evident from the strengthened role of teachers as facilitators and the supportive school environment in promoting hygienic behavior. In conclusion, structured educational interventions using participatory approaches and age-appropriate media proved effective in fostering HWWS habits among elementary school students.

## PENDAHULUAN

Penyakit menular seperti diare, cacingan, dan infeksi saluran pernapasan akut (ISPA) masih menjadi permasalahan kesehatan yang sering ditemukan pada anak usia sekolah dasar. Rendahnya kesadaran akan pentingnya kebersihan diri, terutama perilaku mencuci tangan dengan benar, menjadi penyebab utama penularan penyakit tersebut. Anak-anak merupakan kelompok yang rentan terhadap infeksi karena aktivitas fisik tinggi dan paparan lingkungan yang beragam, sehingga memerlukan pemahaman yang tepat tentang kebiasaan hidup bersih dan sehat.<sup>1</sup>

Usia sekolah di Indonesia mencakup sekitar 30% dari jumlah penduduk dan merupakan masa keemasan untuk menanamkan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat). Anak sekolah berpotensi menjadi agen perubahan dalam mempromosikan PHBS di lingkungan sekolah, keluarga, dan masyarakat.<sup>2</sup> PHBS di sekolah memiliki 8 indikator, di antaranya mencuci tangan menggunakan air mengalir dan sabun, mengonsumsi jajanan sehat, menggunakan jamban bersih, berolahraga teratur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, mengukur berat dan tinggi badan, serta membuang sampah pada tempatnya.<sup>3</sup>

Salah satu program PHBS yang sederhana namun berdampak nyata adalah CTPS (Cuci Tangan Pakai Sabun). Kementerian Kesehatan menyatakan bahwa CTPS dapat mengurangi tingkat kematian pada anak. CTPS yang dilakukan dengan tepat dan benar merupakan cara efektif mencegah penyakit seperti ISPA, kolera, cacingan, flu, dan hepatitis A.<sup>4</sup> Namun, praktik CTPS di masyarakat masih rendah meskipun pengetahuan tergolong tinggi. Banyak yang hanya mencuci tangan ketika terlihat kotor atau berbau, padahal tangan menjadi media utama penularan penyakit melalui kontak langsung maupun tidak langsung.<sup>5</sup> Telur cacing, virus, kuman, dan parasit dapat masuk ke tubuh melalui mulut jika tangan tidak dicuci sebelum makan. Risiko ini semakin besar di lingkungan sekolah karena siswa sering menyentuh benda-benda umum seperti meja, buku, dan alat tulis.

Menurut Riskesdas, hanya 49,8% individu berusia  $\geq 10$  tahun yang mencuci tangan dengan sabun dan air bersih secara benar. Angka ini meningkat 1% dari tahun 2013, namun kelompok usia 10–14 tahun memiliki persentase terendah. Hal ini menunjukkan bahwa siswa sekolah dasar masih perlu didorong untuk membiasakan CTPS.<sup>6</sup> Rendahnya kebiasaan CTPS dapat disebabkan oleh kurangnya pengetahuan tentang

<sup>1</sup> Gusti Lestari Handayani dan Abbasiah Abbasiah, “Hubungan Perilaku Kebersihan Perorangan dan Lingkungan Serta Status Gizi dengan Kejadian Infeksi pada Anak Usia Sekolah di Sekolah Dasar Kota Jambi,” *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi* 20, no. 1 (2020).

<sup>2</sup> Siti Aminah, Yayah Huliatunisa, dan Ina Magdalena, “Usaha Kesehatan Sekolah (Uks) Untuk Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Siswa Sekolah Dasar,” *Jurnal Jkft* 6, no. 1 (2021).

<sup>3</sup> Henico Putri Lina, “Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Siswa di SDN 42 Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang,” *Jurnal Promkes* 4, no. 1 (2016).

<sup>4</sup> Ayi Utari Listiadesti, Salman M. Noer, dan Yesi Maifita, “Efektivitas Media Vidio Terhadap Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun Pada Anak Sekolah: A Literature Review,” *Menara Medika* 3, no. 1 (2020), <https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menaramedika/article/view/2198/1>.

<sup>5</sup> Ita Nur Itsna, Woro Hapsari, dan Arriani Indrastuti, “Efektifitas Pendidikan Kesehatan Cuci Tangan Pakai Sabun (Ctps) Dengan Metode Demonstrasi Dan Booklet Pada Siswa Kelas VI SDN Kalisapu 04 Slawi,” *Bhamada: Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan (E-Journal)* 9, no. 1 (2018).

<sup>6</sup> Jaka Pradipta, *ANTIPANIK! buku panduan virus corona* (Elex Media Komputindo, 2020).

risiko kesehatan, minimnya fasilitas cuci tangan di sekolah, dan kurangnya pengawasan guru maupun orang tua.<sup>7</sup> Oleh karena itu, edukasi dan sosialisasi yang efektif menjadi penting untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan siswa. Metode edukasi yang melibatkan praktik langsung dan media visual terbukti membuat siswa lebih tertarik dan mudah mengingat enam langkah mencuci tangan.<sup>8</sup> Hal ini diperkuat oleh Wahyu yang menyatakan bahwa pendekatan edukatif-partisipatif mampu meningkatkan keterampilan siswa secara signifikan meskipun hanya dilakukan dalam satu kali pertemuan.<sup>9</sup> Dengan demikian, kegiatan pengabdian masyarakat yang berfokus pada edukasi CTPS di sekolah dasar memiliki urgensi tinggi sebagai upaya pencegahan penyakit menular dan pembentukan kebiasaan hidup bersih sejak dini.

Rasionalisasi kegiatan pengabdian ini terletak pada peran penting sekolah sebagai sarana pendidikan karakter dan kesehatan. Untuk mewujudkan PHBS yang efektif di lingkungan sekolah, dibutuhkan upaya sistematis dalam membangun kesadaran siswa serta penyediaan sarana prasarana pendukung.<sup>10</sup> Melalui pengabdian masyarakat berbasis edukasi langsung, pendekatan visual, dan partisipatif, diharapkan siswa tidak hanya memahami pentingnya CTPS secara teori, namun juga mampu mempraktikkannya secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini bukan hanya berdampak pada kesehatan individu siswa, namun juga berkontribusi dalam menciptakan lingkungan sekolah yang sehat dan terbebas dari penularan penyakit.

Dengan demikian, kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat memberikan manfaat nyata berupa peningkatan kesadaran, pengetahuan, dan keterampilan siswa terhadap praktik CTPS yang benar. Selain itu, kegiatan ini juga menjadi kontribusi akademik dalam mendukung program nasional PHBS, sekaligus sebagai wujud implementasi peran institusi pendidikan tinggi dalam menjawab permasalahan riil di masyarakat melalui kegiatan yang aplikatif dan berkelanjutan.

## METODE PENGABDIAN

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dengan pendekatan edukatif-partisipatif yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan siswa dalam menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), khususnya Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS). Objek kegiatan adalah siswa kelas 1 hingga kelas 6 SD Negeri 01 Paberasan, yang berada di wilayah Kecamatan Sampang, Kabupaten Cilacap. Pelaksanaan kegiatan dilakukan secara langsung di lingkungan sekolah, khususnya di ruang kelas dan area yang telah disediakan untuk praktik CTPS dengan melibatkan tim mahasiswa KKN dari Universitas

<sup>7</sup> Hartati Bahar dkk., *Penyuluhan kesehatan dengan pendekatan epidemiologi perilaku* (Guepedia, 2020).

<sup>8</sup> Arnika Dwi Asti, Elsa Dwi Yuliana, dan Irmawan Andri Nugroho, “Edukasi Cuci Tangan Untuk Meningkatkan PHBS Pada Siswa SDN 9 Kelapa Kabupaten Bangka Barat,” *Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 5, no. 1 (2025).

<sup>9</sup> Mesta Wahyu Nita dkk., “Pelatihan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) Sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Di Kalangan Siswa Sekolah Dasar,” *Jurnal Karya Inovasi Pengabdian Masyarakat (JKIPM)* 3, no. 1 (2025).

<sup>10</sup> Nova Muhami dkk., “Penyuluhan Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Tatanan Sekolah Di SDN 01 Langkapura,” *Jurnal Loyalitas Sosial: Journal of Community Service in Humanities and Social Sciences* 4, no. 1 (Mei 2022), <https://doi.org/10.32493/JLS.v4i1.p27-38>.

Jenderal Soedirman. Metode yang digunakan terdiri atas empat tahapan utama: (1) Sosialisasi PHBS, (2) Demonstrasi CTPS, (3) Praktik Langsung CTPS, dan (4) Pemantauan Lanjutan Pasca 7 Hari.

Kegiatan tahap 1 diawali dengan sosialisasi PBHS kepada seluruh siswa-siswi kelas 1 hingga 6 di SDN 01 Paberasan. Sosialisasi ini mencakup pengertian PHBS penunjang kebiasaan sadar yang dilakukan untuk menjaga kesehatan diri sendiri dan lingkungan, manfaat PHBS seperti pencegahan penyakit menular (diare, cacingan, ISPA, dan demam berdarah), peningkatan kualitas kesehatan individu dan lingkungan, serta pengurangan beban penyakit dimasyarakat. Selain itu, dijelaskan juga komponen PHBS diantaranya CTPS saat sebelum dan sesudah makan, makan-makanan sehat bergizi, penggunaan jamban sehat dan bersih, olahraga rutin, pengelolaan sampah dan kebersihan lingkungan, pengendalian vektor penyakit (nyamuk), dan pemeriksaan kesehatan berkala serta konsumsi obat cacing sesuai jadwal. Setelah kegiatan selesai, terdapat sesi diskusi untuk memastikan bahwa siswa memahami serta untuk mengamati antusiasme dan keterlibatan selama proses pembelajaran.

Kegiatan tahap 1 diawali dengan sosialisasi PBHS kepada seluruh siswa-siswi kelas 1 hingga 6 di SDN 01 Paberasan. Sosialisasi ini mencakup pengertian PHBS penunjang kebiasaan sadar yang dilakukan untuk menjaga kesehatan diri sendiri dan lingkungan, manfaat PHBS seperti pencegahan penyakit menular (diare, cacingan, ISPA, dan demam berdarah), peningkatan kualitas kesehatan individu dan lingkungan, serta pengurangan beban penyakit di masyarakat. Selain itu, dijelaskan juga komponen PHBS diantaranya CTPS saat sebelum dan sesudah makan, makan-makanan sehat bergizi, penggunaan jamban sehat dan bersih, olahraga rutin, pengelolaan sampah dan kebersihan lingkungan, pengendalian vektor penyakit (nyamuk), dan pemeriksaan kesehatan berkala serta konsumsi obat cacing sesuai jadwal. Setelah kegiatan selesai, terdapat sesi diskusi untuk memastikan bahwa siswa memahami serta untuk mengamati antusiasme dan keterlibatan selama proses pembelajaran.

Kegiatan tahap 1 diawali dengan sosialisasi PBHS kepada seluruh siswa-siswi kelas 1 hingga 6 di SDN 01 Paberasan. Sosialisasi ini mencakup pengertian PHBS penunjang kebiasaan sadar yang dilakukan untuk menjaga kesehatan diri sendiri dan lingkungan, manfaat PHBS seperti pencegahan penyakit menular (diare, cacingan, ISPA, dan demam berdarah), peningkatan kualitas kesehatan individu dan lingkungan, serta pengurangan beban penyakit di masyarakat. Selain itu, dijelaskan juga komponen PHBS diantaranya CTPS saat sebelum dan sesudah makan, makan-makanan sehat bergizi, penggunaan jamban sehat dan bersih, olahraga rutin, pengelolaan sampah dan kebersihan lingkungan, pengendalian vektor penyakit (nyamuk), dan pemeriksaan kesehatan berkala serta konsumsi obat cacing sesuai jadwal. Setelah kegiatan selesai, terdapat sesi diskusi untuk memastikan bahwa siswa memahami serta untuk mengamati antusiasme dan keterlibatan selama proses pembelajaran.

Kegiatan tahap 1 diawali dengan sosialisasi PBHS kepada seluruh siswa-siswi kelas 1 hingga 6 di SDN 01 Paberasan. Sosialisasi ini mencakup pengertian PHBS penunjang kebiasaan sadar yang dilakukan untuk menjaga kesehatan diri sendiri dan lingkungan, manfaat PHBS seperti pencegahan penyakit menular (diare, cacingan, ISPA, dan demam berdarah), peningkatan kualitas kesehatan individu dan lingkungan,

serta pengurangan beban penyakit di masyarakat. Selain itu, dijelaskan juga komponen PHBS diantaranya CTPS saat sebelum dan sesudah makan, makan-makanan sehat bergizi, penggunaan jamban sehat dan bersih, olahraga rutin, pengelolaan sampah dan kebersihan lingkungan, pengendalian vektor penyakit (nyamuk), dan pemeriksaan kesehatan berkala serta konsumsi obat cacing sesuai jadwal. Setelah kegiatan selesai, terdapat sesi diskusi untuk memastikan bahwa siswa memahami serta untuk mengamati antusiasme dan keterlibatan selama proses pembelajaran.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Sosialisasi PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat)



**Gambar 1.** Proses Sosialisasi PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat)

Kesehatan pada hakikatnya merupakan salah satu bentuk investasi terhadap diri sendiri, di mana seringkali kita luput dalam menjaga kesehatan diri kita sendiri. Salah satu upaya dalam penerapan Perilaku Hidup Sehat dan Bersih dalam kehidupan sehari-hari kita ialah penerapan kegiatan mencuci tangan dengan menggunakan sabun. Upaya mencuci tangan dengan sabun dinilai lebih efektif dalam mencegah tingkat penyebaran kuman dan bakteri pada tubuh melalui tangan (73%), dibandingkan dengan penggunaan hand sanitizer (60%).<sup>11</sup> Budaya mencuci tangan dengan menggunakan sabun sendiri pada dasarnya harus ditanamkan pada anak-anak sedari dini. Hal ini bertujuan meningkatkan kesadaran masyarakat kita tentang pentingnya menjaga kesehatan diri sedari dini, dengan menerapkan kegiatan PHBS mencuci tangan menggunakan sabun. Perlu adanya penyuluhan yang dilakukan oleh kita sebagai orang dewasa terhadap anak-anak kita tentang pentingnya mewujudkan terciptanya salah satu komponen PHBS, yakni Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS).

<sup>11</sup> ANISSA SYAFIRA, "Pengaruh Penyuluhan Mencuci Tangan Dengan Media Poster Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Cuci Tangan Pada Siswa Kelas V Sd Negeri 091666 Naga Bayu" (PhD Thesis, UIN Surmatra Utara Medan, 2024), <http://repository.uinsu.ac.id/23638/>.

Kegiatan sosialisasi dilakukan di SDN 01 Paberasan, Kecamatan Sampang, Kabupaten Cilacap, Jawa Tengah pada Juli 2025. Diketahui sebelum dilaksanakannya kegiatan sosialisasi kegiatan PHBS mencuci tangan menggunakan sabun, siswa/i SDN 01 Paberasan rata-rata belum mengenal tentang budaya mencuci tangan dengan menggunakan sabun yang merupakan salah satu penerapan dari PHBS. Siswa/i yang menduduki kelas 5 dan 6 sebelumnya sudah mengenal PHBS, namun belum secara mendalam tentang PHBS itu sendiri. Sosialisasi dilakukan dengan tujuan agar siswa/i SDN 01 Paberasan dapat mulai menerapkan PHBS, terutama kegiatan mencuci tangan sebelum ataupun sesudah makan, dimana ini merupakan salah satu upaya dalam mewujudkan budaya hidup sehat pada masyarakat Indonesia.

Setelah dilaksanakannya sosialisasi terkait CTPS dalam upaya menerapkan PHBS pada siswa/i SDN 01 Paberasan, terlihat antusiasme dari para sisa/i untuk mengenal lebih jauh bagaimana penerapan PHBS dalam kehidupan mereka sehari-hari. CTPS sendiri merupakan salah satu komponen dari PHBS yang paling dekat dengan anak-anak. Maka dari itu, pelaksanaan sosialisasi terkait CTPS merupakan salah satu langkah awal yang tepat bagi anak-anak, dimana komponen ini yang paling dekat dengan mereka serta mudah dipahami penyampainya guna meningkatkan kesadaran mereka akan pentingnya menjaga kesehatan sedari dini.

Kegiatan ini memberikan dampak nyata bagi siswa/i SDN 01 Paberasan, yaitu meningkatnya pengetahuan dan keterampilan siswa dalam melakukan CTPS. Sebelum kegiatan, mayoritas siswa berkisar 75% tidak memahami urutan langkah mencuci tangan yang benar dan belum membiasakan diri melakukannya. Setelah kegiatan, terjadi peningkatan partisipasi dan keterampilan secara signifikan hingga 90%. Hal ini selaras dengan temuan<sup>12</sup> yang melaporkan bahwa pemberdayaan komunitas sekolah melalui model *school community empowerment* mampu meningkatkan keterampilan CTPS siswa dari 0% menjadi 87,5% dan pada kader dokter kecil dari 0% menjadi 100% dalam kategori baik. Kondisi sebelum dan sesudah intervensi di SDN 01 Paberasan juga menunjukkan tren yang sama, di mana pembiasaan dilakukan lebih konsisten pasca kegiatan. Teori perubahan perilaku menyatakan bahwa keterlibatan aktif dan penguatan dari lingkungan sekolah menjadi kunci keberlanjutan perilaku sehat.

---

<sup>12</sup> Cecep Kosasih, "Effect of school community empowerment model towards handwashing implementation among elementary school students in Dayeuhkolot subdistrict," *Kesmas: National Public Health Journal*, 2017, <https://www.academia.edu/download/91882560/e31b82eaa4dc862e188efcfae282982bb53f.pdf>.

### **Demonstrasi CTPS (Cuci Tangan Pakai Sabun)**



**Gambar 2.** Proses Demonstrasi CTPS (Cuci Tangan Pakai Sabun)

Setelah dilakukan penyampaian materi sosialisasi PHBS dan tata cara cuci tangan pakai sabun yang baik dan benar, selanjutnya dilakukan kegiatan demonstrasi yang dicontohkan oleh rekan-rekan KKN untuk memperkuat pemahaman siswa mengenai tata cara CTPS yang baik dan sistematis. Mahasiswa KKN Unsoed mendemonstrasikan CTPS kepada siswa, lalu siswa mengikuti gerakan yang dilakukan oleh mahasiswa KKN. Pertama, basuh tangan dengan air mengalir, ratakan sabun dengan kedua telapak tangan. Kedua, gosok kedua telapak tangan. Ketiga, gosok kedua punggung tangan. Keempat, hadapkan telapak tangan dengan telapak tangan, kemudian gosokkan pada sela-sela jari tangan secara bergantian. Kelima, posisikan telapak tangan saling terjalin atau mengunci. Keenam, gosokkan dengan cara memutar pada ibu jari kanan dengan menggunakan tangan kiri dan sebaliknya. Ketujuh, kuncupkan tangan kanan, lalu gerakan memutar pada telapak tangan kiri dan sebaliknya. Lalu, bilas dengan air yang mengalir dan keringkan.

Pada saat demonstrasi para siswa begitu antusias memperhatikan gerakan CTPS yang dicontohkan oleh rekan-rekan KKN, namun sebagian besar siswa masih belum hafal langkah-langkahnya secara menyeluruh. Untuk mempermudah siswa menghafalkan langkah-langkah gerakan cuci tangan pakai sabun secara sistematis, rekan-rekan KKN menggunakan metode mengajar menggunakan lagu anak-anak berjudul naik becak yang dimodifikasi liriknya menggunakan langkah-langkah CTPS supaya siswa mudah untuk mengingatnya.

Memberikan edukasi berupa tindakan cuci tangan sambil melakukan gerak dan diiringi lagu sangat efektif dan mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan siswa/siswi dalam menerapkan kegiatan cuci tangan dengan benar, yang sejalan dengan pendapat dari Marliyana.<sup>13</sup> Bahwa metode yang tepat dapat memfasilitasi siswa dalam memperoleh pengetahuan dan keterampilan dengan

<sup>13</sup> Marliyana Marliyana, Nurhayati Nurhayati, dan Zunaya Riyan Amela, “Implementasi cuci tangan dengan menggunakan metode gerak dan lagu pada anak sekolah dasar di SDN 02 Cahaya Mas,” *JOURNAL of Public Health Concerns* 5, no. 2 (2025).

baik. Aktivitas ini tidak hanya meningkatkan kemampuan siswa dalam mencuci tangan, tetapi juga memperkuat sikap positif anak terhadap pentingnya menjaga kebersihan.

Partisipasi aktif siswa yang hampir 95% dalam mengikuti demonstrasi merupakan indikator bahwa metode kreatif mampu menarik minat belajar. Studi Mufida dan Moses menegaskan bahwa metode interaktif seperti ini memberikan peningkatan signifikan pada domain keterampilan dan sikap.<sup>14</sup> Dampak terhadap mitra terlihat dari meningkatnya keterampilan teknis siswa sebanyak hampir 85% secara langsung dan kecepatan mereka menghafal urutan langkah.

### **Praktik CTPS (Cuci Tangan Pakai Sabun)**



**Gambar 3** Proses Praktik CTPS (Cuci Tangan Pakai Sabun) oleh Siswa.

Praktik Cuci Tangan Pakai Sabun atau CTPS yang dilakukan di SD Negeri 1 Paberasan diawali dengan pengenalan gerakan langkah-langkah CTPS menggunakan lagu anak-anak berjudul naik becak yang dimodifikasi liriknya sesuai dengan urutan CTPS yang benar, dimulai dengan

“Gosok telapak tangan

Punggung tangannya juga

Masuk ke sela sela

Dua tangan mengunci

Jempol kanan dan kiri

Kuncupkan jari jari

Bilas... Bilas...

Bebas dari bakteri”

Sembari menyanyikan lagu tersebut, rekan-rekan KKN juga memperagakan langkah-langkah CTPS yang diikuti oleh para siswa. Selanjutnya dipilihlah beberapa siswa yang merupakan perwakilan dari berbagai kelas diminta untuk maju ke depan dan mendemonstrasikan kembali langkah-langkah CTPS

<sup>14</sup> Nurlela Mufida dan Moses Glorino Rumambo Pandin, “The Effect Of Hand Hygiene Intervention On The Knowledge And Skills Level Of School Children,” *medRxiv*, Cold Spring Harbor Laboratory Press, 2022, 2022–01.

secara individu, sebagai bentuk evaluasi pemahaman sekaligus pelatihan keberanian dan kemandirian dalam mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat. Setelahnya di lakukanlah praktik cuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir dengan mengaplikasikan langkah-langkah CTPS oleh seluruh siswa SD Negeri 1 Paberasan. ke Melalui kegiatan ini, proses sosialisasi dan demonstrasi CTPS terbukti efektif, hal ini didukung oleh Safitri yang menyatakan bahwa Metode bernyanyi mampu menumbuhkan minat dan menguatkan daya tarik pembelajaran, menciptakan proses pembelajaran lebih humanis dan menyenangkan dan sebagai jembatan dalam mengingat materi pembelajaran serta mendorong motivasi belajar.<sup>15</sup> Sebagian besar siswa telah menunjukkan kemampuan mengingat dan mempraktikkan tahapan CTPS dengan cukup baik, yang menandakan bahwa pesan kesehatan yang disampaikan mulai tertanam dalam pemahaman mereka.

Metode edukasi kreatif seperti lagu atau permainan terbukti meningkatkan daya ingat dan keberlanjutan perilaku sehat. Hasil observasi pasca-kegiatan menunjukkan bahwa 87% siswa mampu mengingat minimal 5 dari 7 langkah CTPS tanpa bantuan, dan 76% siswa melakukan langkah secara urut dan benar. Dampak bagi mitra terlihat pada peningkatan keterampilan motorik halus, keberanian tampil, dan rasa percaya diri siswa dalam mempraktikkan CTPS di depan umum. Selain itu, keterlibatan aktif siswa dari kelas 1 hingga 6 menunjukkan bahwa metode ini dapat menjangkau rentang usia yang luas, sehingga potensial untuk diadaptasi dalam program PHBS di sekolah lain.

#### Praktik CTPS setelah 7 hari



**Gambar 4.** Praktik CTPS langsung oleh siswa setelah 7 hari dari pemberian sosialisasi.

Berdasarkan hasil kunjungan pada hari ketujuh setelah pelaksanaan sosialisasi, terlihat bahwa 84% siswa masih secara konsisten melakukan praktik cuci tangan pakai sabun (CTPS) sebelum memulai aktivitas, baik di dalam maupun di luar kelas. Meskipun kegiatan sosialisasi hanya dilakukan satu kali, siswa tetap menunjukkan kepatuhan dalam menjalankan perilaku tersebut, yang menandakan adanya

<sup>15</sup> Elrika Rahma Safitri, Tri Kesuma Dewi, dan Immawati Immawati, “Implementasi Metode Bernyanyi Terhadap Pengetahuan Cuci Tangan Anak Usia Sekolah (6-12 TAHUN),” *Jurnal Cendikia Muda* 5, no. 2 (2025).

pemahaman yang tertanam mengenai pentingnya menjaga kebersihan tangan. Hal ini menjadi indikasi bahwa pendekatan edukatif yang diberikan mampu membentuk rutinitas positif dalam keseharian siswa.

Selain kebiasaan CTPS, 92% siswa menunjukkan respons positif terhadap media edukasi yang digunakan, yakni lagu sebagai pengingat dalam penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Mayoritas siswa telah menghafal lagu tersebut, yang diciptakan secara khusus untuk memudahkan mereka mengingat langkah-langkah CTPS. Penggunaan lagu terbukti efektif dalam menyampaikan pesan kesehatan secara ringan dan menyenangkan, sehingga lebih mudah diterima dan diingat oleh siswa sekolah dasar.

Lebih lanjut, guru dan siswa sesekali mengulang lagu tersebut bersama, terutama pada momen-momen tertentu seperti sebelum kegiatan bersama atau saat ada pengingat dari guru. Walaupun frekuensi pengulangan hanya sekitar 2–3 kali per minggu, pengulangan ini tetap berkontribusi dalam memperkuat ingatan serta mananamkan kebiasaan positif secara bertahap. Keberhasilan ini mengindikasikan bahwa pendekatan edukatif melalui metode kreatif seperti lagu, yang didukung oleh keterlibatan aktif guru, dapat meningkatkan daya serap informasi serta membentuk perilaku hidup bersih secara berkelanjutan. Hasil ini juga sejalan dengan penelitian Nita et al. yang menyatakan bahwa pendekatan edukatif-partisipatif mampu meningkatkan keterampilan siswa secara nyata, bahkan ketika dilakukan dalam satu kali pertemuan.

Kebiasaan yang bertahan hingga 7 hari menunjukkan tanda awal pembentukan habit yang baik, rata-rata waktu pembentukan kebiasaan berkisar 18–66 hari. Studi di Ethiopia melaporkan bahwa pembiasaan mencuci tangan di sekolah secara konsisten mampu menurunkan kejadian diare sebesar 23% dan ISPA sebesar 19%. Penelitian di Indonesia sendiri juga membuktikan bahwa intervensi WASH di sekolah dapat menurunkan ketidakhadiran siswa antara 26–58%, yang menjadi indikator manfaat jangka panjang baik dari sisi kesehatan maupun prestasi belajar. Dengan demikian, hasil ini mengindikasikan potensi besar program CTPS berbasis media kreatif untuk memberikan dampak positif yang berkelanjutan.

Selain hasil yang terlihat dalam jangka pendek, implementasi CTPS melalui pendekatan kreatif berbasis lagu di SDN 01 Paberasan memiliki potensi menciptakan dampak jangka panjang pada pembentukan perilaku hidup bersih siswa. Kebiasaan yang dibentuk sejak usia sekolah dasar akan lebih mudah bertahan hingga dewasa karena perilaku tersebut telah menjadi bagian dari rutinitas sehari-hari. Studi perilaku kesehatan menunjukkan bahwa pembiasaan yang dilakukan secara konsisten selama minimal 21 hari berpeluang lebih dari 80% untuk bertahan menjadi kebiasaan permanen. Dengan demikian, jika program ini dilanjutkan secara berkesinambungan, maka kebiasaan mencuci tangan dengan sabun berpotensi mengurangi risiko penyakit menular secara signifikan di kalangan siswa.

Dari sisi guru, keterlibatan aktif mereka dalam mengulang lagu dan memantau CTPS di sekolah memberikan penguatan tambahan terhadap keberlanjutan program. Guru bukan hanya menjadi fasilitator, tetapi juga role model yang menunjukkan perilaku hidup bersih kepada siswa. Dengan adanya keterlibatan guru, monitoring perilaku siswa dapat dilakukan secara rutin, bahkan di luar waktu kegiatan formal.

Pendekatan ini sesuai dengan prinsip edukasi partisipatif, di mana keberhasilan program tidak hanya ditentukan oleh pemberian materi, tetapi juga oleh keterlibatan semua pihak dalam prosesnya.

Dampak positif juga terlihat pada lingkungan sekolah secara keseluruhan. Dengan semakin banyak siswa yang sadar akan pentingnya kebersihan tangan, risiko penyebaran penyakit menular di sekolah dapat ditekan. Hal ini tidak hanya berdampak pada kesehatan individu, tetapi juga pada kelancaran proses belajar-mengajar. Ketidakhadiran siswa karena sakit dapat berkurang, sehingga kontinuitas pembelajaran lebih terjaga. Pihak sekolah dapat memanfaatkan keberhasilan ini sebagai pijakan untuk mengembangkan program PHBS lainnya, misalnya kampanye makan jajanan sehat atau menjaga kebersihan lingkungan sekolah.

Selain itu, metode pembelajaran berbasis lagu yang digunakan dalam sosialisasi CTPS terbukti mampu memadukan unsur pendidikan dan hiburan, sehingga materi lebih mudah diingat dan diterapkan oleh siswa. Lagu sederhana dengan lirik yang disesuaikan menjadi media pengingat alami, yang bahkan dapat digunakan siswa di luar sekolah, misalnya di rumah atau di lingkungan bermain. Efek ini dapat menjangkau keluarga siswa, di mana anak-anak mungkin akan mengajarkan lagu dan kebiasaan CTPS kepada orang tua atau saudara mereka, sehingga pesan kesehatan menyebar lebih luas di masyarakat.

Jika dilihat dari perspektif pengabdian kepada masyarakat, kegiatan ini memberikan kontribusi nyata dalam meningkatkan kapasitas kesehatan masyarakat di tingkat akar rumput. Melalui kegiatan sederhana namun berdampak seperti CTPS berbasis lagu, pesan kesehatan menjadi lebih inklusif, mudah diakses, dan tidak memerlukan biaya besar untuk implementasi berkelanjutan. Strategi ini dapat direplikasi di sekolah-sekolah lain di wilayah berbeda dengan penyesuaian sesuai budaya lokal. Dengan demikian, keberhasilan di SDN 01 Paberasan dapat menjadi model percontohan bagi pengembangan program serupa di daerah lain

## KESIMPULAN

Kegiatan sosialisasi dan demonstrasi Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) di SDN 01 Paberasan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa mengenai praktik CTPS yang benar sebagai bagian dari Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Hasil pengamatan setelah tujuh hari menunjukkan bahwa sebagian besar siswa masih melaksanakan CTPS secara konsisten. Penggunaan metode edukatif berupa lagu yang dimodifikasi dengan langkah-langkah mencuci tangan membantu siswa dalam mengingat dan mempraktikkan tahapan CTPS secara benar. Kegiatan ini juga mendapat respon positif dari guru dan siswa, yang mendorong terbentuknya kebiasaan hidup bersih secara berkelanjutan.

Pengetahuan dan keterampilan siswa agar tetap terjaga dan meningkatkan kebiasaan Cuci Tangan Pakai Sabun di SDN 01 Paberasan, disarankan agar sekolah secara rutin mengadakan kegiatan pengulangan sosialisasi dan praktik CTPS. Penyediaan fasilitas cuci tangan yang memadai, seperti tempat cuci dengan sabun dan air mengalir dilingkungan sekolah, sangat diperlukan sebagai pendukung utama agar siswa dapat melaksanakan CTPS dengan mudah setiap saat. Peran aktif guru dalam memberikan pengingat dan

mengulang media edukasi, misalnya melalui lagu-lagu seperti “Naik becak” yang sudah dimodifikasi sangat membantu dalam memperkuat ingatan dan memotivasi siswa agar konsisten menerapkan CTPS, serta keterlibatan orang tua dirumah dalam mendukung kebiasaan cuci tangan secara rutin sehingga tercipta budaya hidup bersih di lingkungan keluarga.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aminah, Siti, Yayah Huliatunisa, dan Ina Magdalena. “Usaha kesehatan sekolah (uks) untuk meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) siswa sekolah dasar.” *Jurnal Jkft* 6, no. 1 (2021).
- Asti, Arnika Dwi, Elsa Dwi Yuliana, dan Irmawan Andri Nugroho. “Edukasi Cuci Tangan Untuk Meningkatkan PHBS Pada Siswa SDN 9 Kelapa Kabupaten Bangka Barat.” *Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 5, no. 1 (2025).
- Bahar, Hartati, Hariati Lestari, Andi Ratu, Ayu Septiana DS, Albrina Roza Rezkillah, dan Sri Astian. *Penyuluhan kesehatan dengan pendekatan epidemiologi perilaku*. Guepedia, 2020.
- Handayani, Gusti Lestari, dan Abbasiah Abbasiah. “Hubungan Perilaku Kebersihan Perorangan dan Lingkungan Serta Status Gizi dengan Kejadian Infeksi pada Anak Usia Sekolah di Sekolah Dasar Kota Jambi.” *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi* 20, no. 1 (2020).
- Itsna, Ita Nur, Woro Hapsari, dan Arriani Indrastuti. “Efektifitas pendidikan kesehatan cuci tangan pakai sabun (ctps) dengan metode demonstrasi dan booklet pada siswa kelas VI SDN Kalisapu 04 Slawi.” *Bhamada: Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan (E-Journal)* 9, no. 1 (2018).
- Kosasih, Cecep. “Effect of school community empowerment model towards handwashing implementation among elementary school students in Dayeuhkolot subdistrict.” *Kesmas: National Public Health Journal*, 2017. <https://www.academia.edu/download/91882560/e31b82eaa4dc862e188efcfae282982bb53f.pdf>.
- Lina, Henico Putri. “Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) siswa di SDN 42 Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang.” *Jurnal Promkes* 4, no. 1 (2016).
- Listiadesti, Ayi Utari, Salman M. Noer, dan Yesi Maifita. “Efektivitas Media Vidio Terhadap Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun Pada Anak Sekolah: A Literature Review.” *Menara Medika* 3, no. 1 (2020). <https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menaramedika/article/view/2198/1>.
- Marliyana, Marliyana, Nurhayati Nurhayati, dan Zunaya Riyana Amela. “Implementasi cuci tangan dengan menggunakan metode gerak dan lagu pada anak sekolah dasar di SDN 02 Cahaya Mas.” *JOURNAL of Public Health Concerns* 5, no. 2 (2025): 87–94.
- Mufida, Nurlela, dan Moses Glorino Rumambo Pandin. “The Effect Of Hand Hygiene Intervention On The Knowledge And Skills Level Of School Children.” *medRxiv*, Cold Spring Harbor Laboratory Press, 2022, 2022–01.
- Muhani, Nova, Christin Angelina Febriani, Dhiny Easter Yanti, Aulyya Rahmah, Echa Rafika, Fadhilah Amanda Sari, Ghina Gabrilla Yusuf, Renna Oktavia Rudi, dan Yolandha Adinda Pratiwi. “Penyuluhan Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Tatapan Sekolah Di SDN 01 Langkapura.” *Jurnal Loyalitas Sosial: Journal of Community Service in Humanities and Social Sciences* 4, no. 1 (Mei 2022). <https://doi.org/10.32493/JLS.v4i1.p27-38>.
- Nita, Mesta Wahyu, Sevi Lestari, Yuli Supriani, Ika Ratna Rosanti, Tauhid Tauhid, Fitri Fatimawati, Atiqotul Maula Alfarihah, dan Opan Arifudin. “Pelatihan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) Sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Di Kalangan Siswa Sekolah Dasar.” *Jurnal Karya Inovasi Pengabdian Masyarakat (JKIPM)* 3, no. 1 (2025).
- Pradipta, Jaka. *ANTIPANIK! buku panduan virus corona*. Elex Media Komputindo, 2020.

Dwi Astarani Aslindar, Nazwa Agni Oktavia, Aisyah Bersa Valencia Yahya, Kamelia Nur Maylani, Cahya Widya Wati, Jitanaya Kumoro Prameswari, Imas Siti Rohmah: Efektivitas Sosialisasi dan Demonstrasi Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) Sebagai Edukasi PHBS bagi Siswa Sekolah Dasar di Desa Paberasan

Safitri, Elrika Rahma, Tri Kesuma Dewi, dan Immawati Immawati. "Implementasi Metode Bernyanyi Terhadap Pengetahuan Cuci Tangan Anak Usia Sekolah (6-12 Tahun)." *Jurnal Cendikia Muda* 5, no. 2 (2025).

Syafira, Anissa. "Pengaruh Penyuluhan Mencuci Tangan Dengan Media Poster Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Cuci Tangan Pada Siswa Kelas V Sd Negeri 091666 Naga Bayu." PhD Thesis, UIN Surmatra Utara Medan, 2024. <http://repository.uinsu.ac.id/23638/>.