Didaktik : Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang,
ISSN Cetak : 2477-5673 ISSN Online : 2614-722X
Volume 12 Nomor 02, Juni 2026

PENGABDIAN KKN-T UTM DALAM MEMBANGUN KESADARAN HIDUP BERSIH DAN SEHAT MELALUI EDUKASI CUCI TANGAN PAKAI SABUN BAGI SISWA MI NURUL ULUM II TEJA BARAT PAMEKASAN

Fatimah Azzahroh[1], Aprilia Dwiyanti[2], Cindy Nur Miristianti[3], Aditya Dyah Puspitasari[4], Ade Cyntia Pritasari[5], Ana Naimatul Jannah[6]
PGSD FKIP Universitas Trunojoyo Madura
[1]fazzahroh128@gmail.com, [2]apriliadwiyanti28@gmail.com,
[3]miristianticindynur@gmail.com, [4]aditya.dyahpuspitasari@trunojoyo.ac.id ,
[5]ade.cyntiapritasari@trunojoyo.ac.id, [6]ana.naimatuljannah@trunojoyo.ac.id,

ABSTRACT

The Trunojoyo University Madura's Thematic Community Service Program (KKN-T) was held at MI Nurul Ulum II Teja Barat, Pamekasan, with the aim of raising awareness of healthy living through hand washing education for elementary school students. This education is part of the implementation of Clean and Healthy Living Behaviors (PHBS), which is important to instill from an early age to prevent the spread of disease. The implementation method includes preparation and execution stages. In the preparation stage, the team prepared learning media in the form of educational videos, information boards on hand washing steps according to WHO guidelines, simple experiments on the role of soap in killing "germs," and a mini photo booth with a PHBS theme. The implementation stage was carried out through interactive counseling, video screenings, educational song singing activities, hand washing practice, and simple experiments using water and talcum powder. The results of the activity showed an increase in students' understanding and awareness of the importance of washing their hands properly. The students were enthusiastic and able to practice the six steps of hand washing according to WHO guidelines. This activity succeeded in fostering clean and healthy living behaviors in the school environment and supported the habit of PHBS from an early age.
Keywords: KKN-T, PHBS, hand washing education, elementary school students.

ABSTRAK

Kegiatan pengabdian Kuliah Kerja Nyata Tematik (KKN-T) Universitas Trunojoyo Madura dilaksanakan di MI Nurul Ulum II Teja Barat, Pamekasan, dengan tujuan menumbuhkan kesadaran hidup sehat melalui edukasi cuci tangan bagi siswa sekolah dasar. Edukasi ini menjadi bagian dari penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang penting ditanamkan sejak dini untuk mencegah penyebaran penyakit. Metode pelaksanaan meliputi tahap persiapan dan pelaksanaan. Pada tahap persiapan, tim menyiapkan media pembelajaran berupa

video edukatif, papan informasi langkah mencuci tangan sesuai panduan WHO, eksperimen sederhana tentang peran sabun dalam membasmi “kuman,” serta photobooth mini bertema PHBS. Tahap pelaksanaan dilakukan melalui penyuluhan interaktif, pemutaran video, kegiatan bernyanyi lagu edukatif, praktik mencuci tangan, dan eksperimen sederhana menggunakan air dan bedak tabur. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman dan kesadaran siswa terhadap pentingnya mencuci tangan dengan benar. Siswa tampak antusias dan mampu mempraktikkan enam langkah mencuci tangan sesuai panduan WHO. Kegiatan ini berhasil menumbuhkan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah serta mendukung pembiasaan PHBS sejak usia dini.

Kata Kunci: KKN-T, PHBS, Edukasi Cuci Tangan, Siswa Sekolah Dasar

A. Pendahuluan

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah kebiasaan yang dilakukan secara sadar dan berkelanjutan dalam kehidupan sehari-hari untuk menjaga tubuh tetap sehat dan bugar (Yunaz dkk., 2020). PHBS mencakup berbagai aspek, seperti menjaga kebersihan diri, mengatur pola makan, berolahraga secara rutin, dan menjaga kebersihan lingkungan. Kebiasaan ini penting dilakukan agar individu dapat terhindar dari penyakit dan tetap produktif dalam menjalani aktivitas sehari-hari.

Tujuan penerapan PHBS adalah menumbuhkan kesadaran masyarakat untuk secara sukarela melakukan perilaku yang dapat menjaga dan meningkatkan kesehatan (Muhani dkk., 2022). Kesadaran tersebut tidak muncul secara instan, melainkan perlu dibentuk melalui pembiasaan sejak dini di lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat. Dengan adanya pemahaman dan kebiasaan yang konsisten, perilaku hidup sehat diharapkan menjadi bagian dari gaya hidup sehari-hari, bukan hanya sekadar kewajiban. Penerapan PHBS juga tidak hanya menjadi tanggung jawab individu, tetapi memiliki dampak luas terhadap peningkatan kualitas kesehatan masyarakat secara keseluruhan. Konsistensi dalam menerapkan PHBS akan membentuk masyarakat yang sehat, produktif, dan memiliki daya tahan terhadap berbagai ancaman penyakit (Rini dkk., 2022).

Upaya pembiasaan tersebut perlu dimulai sejak usia sekolah

dasar karena pada tahap ini anak-anak sedang berada dalam masa pembentukan karakter dan kebiasaan. Salah satu perilaku sederhana namun sangat penting untuk diajarkan adalah kebiasaan mencuci tangan dengan benar menggunakan air bersih dan sabun. Tangan merupakan bagian tubuh yang paling mudah terpapar kotoran serta menjadi media utama penyebaran berbagai bibit penyakit (Aisy, 2024). Hal ini sejalan dengan pendapat Darwis dkk. (2022) yang menyatakan bahwa tangan merupakan bagian tubuh yang paling rentan menjadi perantara penyebaran kuman, bakteri, dan virus yang tidak dapat dilihat dengan mata telanjang. Oleh karena itu, pembiasaan mencuci tangan sejak dini menjadi langkah penting dalam menanamkan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak-anak.

Pembiasaan cuci tangan harus dilakukan pada waktu yang tepat, seperti sebelum dan setelah makan, setelah buang air besar atau kecil, setelah bersin atau batuk, serta setelah melakukan aktivitas yang dapat membuat tangan terkena debu, kotoran, atau bahan pencemar lainnya (Ababil dkk., 2020). Menurut World Health Organization (WHO), terdapat enam langkah penting dalam mencuci tangan yang benar, yaitu: pertama, membasahi kedua telapak tangan hingga pergelangan dengan air mengalir, lalu mengambil sabun dan menggosok kedua telapak secara lembut; kedua, menggosok punggung tangan secara bergantian; ketiga, membersihkan sela-sela jari hingga bersih; keempat, membersihkan ujung jari dengan posisi saling mengunci; kelima, menggosok dan memutar ibu jari secara bergantian; keenam, menggosok ujung jari pada telapak tangan lalu membersihkan pergelangan tangan sebelum membilasnya dengan air mengalir.

Melihat kenyataan tersebut, mahasiswa Kuliah Kerja Nyata Tematik (KKN-T) Universitas Trunojoyo Madura melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema *"Edukasi Cuci Tangan sebagai Upaya Membangun Kesadaran Hidup Sehat pada Siswa MI Nurul Ulum 2 Teja Barat Pamekasan."* Kegiatan ini diharapkan mampu meningkatkan pemahaman siswa tentang pentingnya mencuci tangan, membiasakan perilaku hidup bersih, serta mendukung program

pemerintah dalam menciptakan sekolah sehat dan ramah anak.

B. Metode Penelitian

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada tanggal 1 Oktober 2025 di MI Nurul Ulum II Teja Barat, Kabupaten Pamekasan. Sasaran kegiatan adalah siswa kelas tinggi yaitu kelas IV, V, dan VI dengan total peserta 50 siswa. Seluruh siswa digabung dalam satu kelas besar untuk menciptakan suasana pembelajaran yang aktif, interaktif, dan menyenangkan. Pelaksanaan kegiatan ini terbagi menjadi dua tahap utama, yaitu (1) tahap persiapan dan (2) tahap pelaksanaan.

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan dilakukan untuk memastikan kegiatan berjalan lancar dan seluruh media pembelajaran siap digunakan. Adapun langkah-langkah yang dilakukan meliputi:

a. Menyiapkan materi edukatif dengan tema *"Cuci Tangan Pakai Sabun, Lindungi Tubuh dari Kuman"* yang disampaikan dalam bentuk video pembelajaran singkat agar lebih menarik bagi siswa sekolah dasar.
b. Membuat papan informasi edukatif berisi enam langkah mencuci tangan yang benar sesuai panduan World Health Organization (WHO). Papan ini digunakan sebagai media visual saat penyuluhan berlangsung.
c. Menyiapkan bahan dan alat eksperimen sederhana untuk memperlihatkan bagaimana sabun dapat mengusir "kuman".
d. Membuat photobooth mini bertema PHBS dari bahan sederhana. Photobooth ini digunakan untuk kegiatan dokumentasi serta meningkatkan antusiasme siswa dalam mengikuti kegiatan.

2. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan dimulai dengan sosialisasi dan edukasi mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri melalui penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), khususnya kebiasaan mencuci tangan pakai sabun. Kegiatan diawali dengan penyuluhan interaktif yang

membahas lima topik utama, yaitu:

a. Pengertian kuman dan bakteri.
b. Penyebab munculnya kuman di sekitar kita.
c. Dampak negatif kuman terhadap kesehatan tubuh.
d. Waktu-waktu penting untuk mencuci tangan.
e. Langkah mencuci tangan yang benar sesuai panduan WHO.

Setelah sesi penyuluhan, siswa diajak menyanyikan lagu edukatif berisi 6 langkah mencuci tangan. Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan menampilkan papan informasi yang telah dibuat untuk memperkuat pemahaman visual siswa terhadap cara mencuci tangan yang benar. Selanjutnya dilakukan eksperimen sederhana tentang sabun dan kuman sebagaimana telah disiapkan pada tahap persiapan. Melalui eksperimen ini, siswa dapat menyaksikan secara langsung bagaimana sabun mampu “mengusir” bedak yang mewakili kuman di air, sehingga menumbuhkan pemahaman ilmiah yang mudah dicerna. Setelah eksperimen, kegiatan dilanjutkan dengan praktik langsung mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir yang dipandu sesuai enam langkah WHO. Pada tahap akhir, seluruh siswa berfoto bersama di photobooth mini bertema PHBS sebagai bentuk apresiasi dan dokumentasi kegiatan.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di lingkungan sekolah bertujuan meningkatkan derajat kesehatan seluruh warga sekolah melalui berbagai upaya pencegahan penyakit. Kegiatan ini melibatkan seluruh unsur sekolah, mulai dari guru, peserta didik, hingga masyarakat sekitar yang memiliki peran dalam menciptakan lingkungan sekolah yang sehat (Dewi, 2022). Menurut Harahap dkk., (2023) pemahaman yang baik tentang PHBS merupakan langkah awal penting untuk mencegah timbulnya berbagai penyakit, terutama pada anak usia sekolah dasar. Salah satu bentuk perilaku PHBS yang sederhana namun sangat efektif diterapkan di sekolah adalah mencuci tangan dengan sabun dan air bersih yang mengalir. Walau tampak sepele, kebiasaan mencuci tangan dengan

benar dapat memberikan dampak besar terhadap kesehatan karena tangan merupakan media utama penyebaran kuman penyebab penyakit. Kuman dapat berpindah melalui sentuhan tangan dengan makanan, minuman, maupun benda di sekitar yang kemudian masuk ke dalam tubuh melalui mulut.

Berdasarka hasil pelaksanaan kegiatan edukasi di MI Nurul Ulum II Teja Barat Pamekasan, ditemukan adanya perubahan pengetahuan dan sikap siswa sebelum dan sesudah penyuluhan. Sebelum kegiatan dilakukan, sebagian besar siswa belum mengetahui secara lengkap waktu-waktu penting untuk mencuci tangan serta langkah-langkah mencuci tangan yang benar. Namun, setelah dilakukan penyuluhan dan praktik langsung, siswa menunjukkan pemahaman yang jauh lebih baik. Mereka mampu menyebutkan waktu yang tepat untuk mencuci tangan, seperti sebelum makan, setelah buang air, dan setelah beraktivitas di luar ruangan, serta memahami enam langkah mencuci tangan sesuai panduan WHO. Temuan ini sejalan dengan pendapat Natsir (dalam Anggraini et al., 2022) yang menyatakan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan responden setelah mendapatkan penyuluhan kesehatan tentang PHBS dibandingkan sebelum penyuluhan dilakukan. Peningkatan pemahaman siswa juga didukung oleh penggunaan media visual dan audio yang menarik. Penggunaan video edukatif dan papan informasi terbukti membantu siswa memahami isi materi secara lebih jelas. Hal ini sejalan dengan pendapat Adji Syaifullah (dalam Nurfadhillah et al., 2022) yang menjelaskan bahwa media visual berperan penting dalam pembelajaran karena membantu memperkuat daya ingat, memperjelas konsep, serta menghubungkan materi dengan pengalaman nyata dalam kehidupan sehari-hari.

Gambar 1 Penayangan video edukasi cara mencuci tangan yang benar



Gambar 2 Papan informasi langkah cuci tangan



Selain itu, kegiatan ini juga diselingi dengan lagu edukatif bertema “Cara Mencuci Tangan” yang dinyanyikan bersama siswa. Melalui lagu tersebut, siswa lebih mudah menghafal dan mengingat urutan langkah mencuci tangan dengan benar. Hasil ini didukung oleh penelitian Maryam et al. (2025) yang menunjukkan bahwa pendekatan interaktif melalui lagu dapat meningkatkan pemahaman sekaligus menumbuhkan ketertarikan siswa terhadap penerapan perilaku hidup bersih dan sehat.

Gambar 3 Penayangan lagu edukatif 6 langkah cuci tangan



Pada tahap selanjutnya, siswa juga diperlihatkan eksperimen sederhana tentang sabun dan kuman menggunakan wadah air dan bedak tabur. Eksperimen ini membuat siswa memahami secara nyata bagaimana sabun dapat “mengusir” kuman di tangan. Pengalaman belajar seperti ini memberikan kesan mendalam karena menggabungkan aspek pengetahuan, keterampilan, dan sikap dalam satu kegiatan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rohmah, dkk., 2025) yang membuktikan bahwa adanya peningkatan antusiasme dan kesadaran siswa terhadap pentingnya menjaga kebersihan tangan.

Gambar 4 Kegiatan eksperimen kuman dan sabun



Pada tahap berikutnya, siswa melakukan praktik mencuci tangan pakai sabun. Mereka tampak sangat antusias dan bersemangat, bahkan sambil bernyanyi saat melakukannya. Hal ini menunjukkan bahwa siswa telah memahami langkah-langkah cuci tangan yang baik dan benar. Sehingga dengan adanya praktik yang dilakukan secara langsung dapat menumbukan dan meningkatkan pemahaman dan ingatan siswa yang berefek pada kesadaran siswa akan pentingya menjaga kebersihan diri khususnya terkait cara mencuci tangan yang baik dan benar dalam kehidupan sehari-hari.

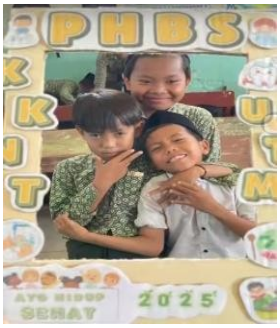
Gambar 5 Praktik langsung cuci tangan pakai sabun



Penelitian yang dilakukan oleh Writanaya, S., dkk. (2024) dengan judul "Edukasi Cara Mencuci Tangan yang Baik dan Benar di Sekolah Dasar Negeri 67 Kota Bengkulu" yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, pemahaman, dan kebiasaan cuci tangan siswa. Hasil penelitian menunjukan bahwa dengan adanya edukasi cara mencuci tangan yang baik dan benar, maka siswa dapat mengetahui dan memahami langkah-langkah terkait mencuci tangan yang baik dan benar berdasarkan pada materi yang disampaikan.

Sebagai penutup kegiatan, diadakan photobooth mini bersama seluruh siswa dan siswi MI Nurul Ulum 2. Sesi ini menjadi momen yang berkesan dan menyenangkan, di mana para siswa dapat berfoto bersama dengan ekspresi gembira setelah mengikuti kegiatan edukatif tersebut. Selain menjadi dokumentasi kegiatan, photobooth mini ini juga berfungsi untuk mempererat hubungan antara siswa dan tim pelaksana kegiatan. Melalui kegiatan ini, diharapkan pesan penting tentang kebersihan dan kesehatan dapat terus diingat serta diterapkan oleh siswa dalam kehidupan sehari-hari, baik di rumah maupun di lingkungan sekolah.

Gambar 6 Kegiatan photobooth PHBS mini bersama siswa



Secara keseluruhan, kegiatan edukasi cuci tangan ini berhasil menumbuhkan kesadaran dan pemahaman siswa tentang pentingnya hidup bersih dan sehat. Tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membentuk perilaku positif yang diharapkan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, baik di sekolah maupun di rumah.

E. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian tentang edukasi cuci tangan bagi siswa MI Nurul Ulum II Teja Barat Pamekasan

berjalan dengan baik dan mendapat respon positif. Melalui media video, papan informasi, lagu, dan eksperimen sederhana, siswa lebih memahami pentingnya mencuci tangan serta mampu mempraktikkan langkah yang benar. Kegiatan ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah.

Kegiatan pengabdian ini dapat ditingkatkan melalui pendampingan berkelanjutan agar kebiasaan mencuci tangan siswa tetap terjaga. Penelitian lanjutan juga dapat dilakukan untuk menilai efektivitas media edukasi yang digunakan serta melibatkan guru dan orang tua agar perilaku hidup bersih dan sehat terus diterapkan di rumah maupun di sekolah

DAFTAR PUSTAKA

Ababil, M. A., dkk. (2024). Edukasi Mencuci Tangan sebagai Bentuk Kesadaran Hidup Sehat pada Anak di Sekolah Dasar Dagen Karanganyar. *JGEN: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *2*(2), 198-201. https://doi.org/10.60126/jgen.v2i2.364

Anggraeni, D.T.M & Rosaline, M.D. (2022). Peningkatan Kesadaran PHBS Cuci Tangan dengan Benar pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Masyarakat (Pkm), 5*(4), 1172-1179. https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i4.5399

Darwis, A. M., dkk. (2022). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Melalui Pemilihan Duta Sekolah Cuci Tangan Pakai Sabun (Dulah CTPS) Di SDN 81 Kalukubodo. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM), 5*(7), 2615- 0921.

Dewi, L. (2022). Literatur Review: Hubungan Pengetahuan, Sikap Terhadap Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah Dasar. *Jurnal „Aisyiyah Medika, 7*(2), 215–229.

Harahap, Y. W., dkk. (2023). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Sekolah di SD Negeri Ujung Gurap Tahun 2022. ABDIGERMAS: *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada*

Masyarakat Bidang Kesehatan, 1(1), 18–23.

Lestari, S. R. P., dkk. (2024). Membangun Kesadaran Siswa untuk Mencuci Tangan Melalui Eksperimen Sabun dan Merica. *PROCEEDINGS UIN SUNAN GUNUNG DJATI BANDUNG, 5*(7), 1-7.

Maryam, S.D., dkk. (2025). Pemahaman PHBS Pada Anak SD Melalui Edukasi Cuci Tangan, Sikat Gigi, dan Pembuatan Sabun. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara (JPkMN), 6*(4), 4788-4794. http://doi.org/10.55338/jpkmn.v6i4.6818

Muhani, N., dkk. (2022). Penyuluhan Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Tatanan Sekolah di SDN 01 Langkapura. *Jurnal Loyalitas Sosial, 4*(1), 27–38.

Nurfadhillah, S., Nurfalah, K., Amanda, M., Kauniyah, N., & Anggraeni, R.W. (2021). Penerapan Media Visual Untuk Siswa Kelas V Di SDN Muncul 1. *Jurnal Edukasi dan Sains, 3*(2), 225-242. https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/edisi

Rini, Z. R., Purwanti, K. Y., & Minardo, J. (2022). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa Sekolah Dasar. Ngudi Waluyo Empowerment: *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 1*(2), 80–84.

Rohmah, D. N., dkk. (2025). Penerapan Metode Eksperimen Lada Kabur untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Cuci Tangan di SDN 2 Wates. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, *3*(5), 1909–1913. https://doi.org/10.59837/jpmba.v3i5.2588

Writanaya, S., dkk. (2024). Edukasi Cara Mencuci Tangan yang Baik dan Benar di Sekolah Dasar Negeri 67 Kota Bengkulu. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat, 5*(1), 61-65

Yunaz, H., dkk. (2020). Penyuluhan Tentang Hidup Bersih dan Sehat Bagi Murid Sekolah Dasar. *Jurnal Pengabdian Teratai, 1*(2), 237–244