



Penyuluhan Mengenai Manfaat Mencuci Tangan Untuk Anak Sekolah Dasar

Winarno, Fenny Maretha, Edi Wahyudi, Nehemia Viska Finandra, Ayu Fatma Nur Eka Sari, Achmad Afandi

(Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi , Fakultas Fakultas Eksakta dan Keolahragaan , Universitas Insan Budi Utomo Malang, Indonesia)

Alamat e-mail (winarno241@gmail.com, fennymaretha87@gmail.com,
Nehemiaviska@icloud.com, ayufatmasari830@gmail.com,
achmad_afandi@uibu.ac.id)

Abstrak

Penyuluhan mengenai pentingnya mencuci tangan merupakan bagian dari upaya preventif dalam menjaga kesehatan, khususnya Untuk anak-anak di tingkat sekolah dasar yang mudah terserang berbagai penyakit. menular. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 18 Maret 2024 di MI Miftahul Huda Ketawang dan diikuti oleh 120 siswa. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa tentang manfaat mencuci tangan dengan benar dan rutin. Menggunakan Metode ceramah interaktif, demonstrasi praktik mencuci tangan sesuai standar WHO, serta permainan edukatif yang dirancang untuk menarik minat dan meningkatkan pemahaman siswa. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa terhadap waktu, cara, dan pentingnya mencuci tangan dalam kehidupan sehari-hari. Melalui kegiatan ini diharapkan siswa dapat menerapkan kebiasaan hidup bersih dan sehat secara konsisten di lingkungan sekolah maupun rumah

Kata Kunci: penyuluhan, mencuci tangan, kesehatan, sekolah dasar, MI Miftahul Huda Ketawang

© 2025 Al-Tafani: Jurnal Inovasi dan Pengabdian Kepada Masyarakat

How to cite: Winarno, W., Maretha, F., Wahyudi, E., Finandra, N. V., Sari, A. F. N. E., & Afandi, A. (2025). Penyuluhan Mengenai Manfaat Mencuci Tangan Untuk Anak Sekolah Dasar. *Al-Tafani: Jurnal Inovasi dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 3(1), 1-5.

Received : 27 Februari 2025 **Accepted :** 15 Maret 2025 **Published :** 30 Maret 2025

DOI : <https://doi.org/10.63987/AL-TAFANI.v3i1.215>

PENDAHULUAN

Kesehatan adalah Faktor krusial yang membantu perkembangan anak, khususnya di usia sekolah dasar yang berada dalam fase aktif dan rentan

terhadap berbagai penyakit menular (Wati, 2011). Salah satu upaya sederhana namun efektif dalam menjaga kesehatan adalah mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir

(Hartaty & Menga, 2022). Menurut data dari Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, melakukan kebiasaan mencuci tangan dengan benar mampu mencegah berbagai penyakit, termasuk diare, infeksi saluran pernapasan, serta penyakit kulit dan mata (Yunaz et al., 2020).

Namun, di lapangan masih ditemukan bahwa banyak anak tidak memahami pentingnya mencuci tangan dan tidak menerapkannya dengan benar (Silalahi & Putri, 2018). seringkali ini kebiasaan diabaikan karena kurangnya pengetahuan dan perhatian dari sekitar lingkungan, baik di sekolah maupun di rumah (Sagita, 2019). Oleh karena itu, edukasi mengenai pentingnya mencuci tangan perlu diberikan sejak dini untuk pembentukan pola hidup bersih dan sehat (PHBS) (Darmayani et al., 2021).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di MI Miftahul Huda Ketawang, Kabupaten Malang, dengan sasaran siswa sekolah dasar yang merupakan kelompok usia yang ideal untuk mulai menerapkan kebiasaan hidup bersih (Darma et al., 2022). Kegiatan ini dimaksudkan untuk menambah wawasan dan membangun kesadaran siswa mengenai manfaat mencuci tangan serta membiasakan mereka melakukan praktik mencuci tangan secara benar dan Dilakukan secara konsisten setiap hari, baik di sekolah maupun di rumah (Amelia, 2022). Tujuan dari pengabdian ini adalah:

1. Meningkatkan pengetahuan siswa MI Miftahul Huda Ketawang tentang pentingnya mencuci tangan dalam menjaga kesehatan.

2. Mengajarkan teknik Mencuci tangan dengan cara yang tepat berdasarkan pedoman WHO.
3. Mendorong terbentuknya kebiasaan mencuci tangan secara rutin, terutama sebelum makan dan setelah dari toilet.
4. Menanamkan kesadaran akan kebiasaan hidup bersih dan sehat (PHBS) sejak kecil.

METODE

Pada dasarnya Kegiatan penyuluhan dilaksanakan pada tanggal 18 Maret 2024 dengan jumlah peserta sebanyak 120 siswa. Pendekatan yang diterapkan dalam kegiatan ini meliputi:

1. **Ceramah Interaktif:** Penyampaian materi tentang manfaat mencuci tangan, waktu yang tepat, serta dampak kesehatan jika tidak mencuci tangan.
2. **Demonstrasi Praktik:** Praktik mencuci tangan secara benar dengan sabun dan air mengalir dilakukan sesuai dengan enam tahapan yang dianjurkan oleh WHO.
3. **Permainan Edukatif:** Permainan sederhana dan kuis untuk meningkatkan antusiasme siswa serta memperkuat pemahaman siswa terhadap materi yang sudah disampaikan.
4. **Evaluasi Singkat:** Pengukuran peningkatan pengetahuan siswa dilakukan melalui pemberian pre-test dan post-test sebelum dan sesudah penyuluhan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Kebersihan

Menjaga kebersihan adalah kewajiban bagi setiap individu.

Pepatah juga mengatakan kebersihan Sebagian daripada iman. Apabila tempat yang dijadikan kegiatan itu bersih maka kegiatan juga dapat dilaksanakan dengan lancer dan nyaman (Aisyah et al., 2022). Kegiatan ini dilakukan setelah kami mendapatkan izin untuk melaksanakan kegiatan PMBP di Desa Sidorejo. Kegiatan Kebersihan dilaksanakan di Lokasi Gubuk Baca Ki Hadjar Dewantara yang dijadikan sebagai lokasi kegiatan PMBP dan Pendopo Desa Wisata Sidorejo Indah (Dewi Sri).

Hasil dari kegiatan ini adalah kita sadar akan pentingnya melakukan kebersihan. Apabila kita melakukan kegiatan ini akan ada banyak sekali manfaat yang kita peroleh seperti terhindar dari penyakit dan memberikan kita kenyamanan untuk tinggal dan melakukan kegiatan.

B. Cuci tangan

Praktik mencuci tangan dilakukan dengan cara membersihkan tangan memakai sabun serta air mengalir atau memakai hand sanitizer untuk menghilangkan kotoran, kuman, serta mikro organisme yang bisa menyebabkan penyakit. Ini adalah salah satu langkah paling efektif dalam mencegah penyebaran infeksi dan penyakit.

Berikut adalah langkah-langkah mencuci tangan yang benar menurut panduan dari organisasi kesehatan:

1. Sebelum mencuci, siram tangan menggunakan air bersih yang mengalir. untuk membasahi seluruh permukaan tangan.
2. Aplikasikan Sabun: Ambil sabun dalam jumlah yang cukup agar seluruh bagian tangan dapat tertutup.
3. Gosok permukaan tangan secara merata, termasuk bagian belakang tangan, antarjari, serta bagian

bawah kuku, selama kurang lebih 20 detik.

4. Cuci tangan dengan air mengalir yang bersih hingga tidak ada sabun yang tersisa.

5. Keringkan tangan menggunakan handuk yang bersih atau tisu sekali pakai. Apabila memakai tisu, gunakan tisu tersebut untuk menutup keran air setelah mencuci. Selain air dan sabun, hand sanitizer berbasis alkohol (setidaknya 60% alkohol) juga efektif digunakan saat sabun dan air tidak tersedia. Langkah penggunaannya adalah dengan menuangkan cairan secukupnya ke telapak tangan dan menggosokkan ke seluruh permukaan tangan hingga kering.

6. Cuci tangan sangat penting dilakukan pada waktu-waktu tertentu, seperti:

7. Setelah menggunakan toilet
8. Sebelum dan sesudah makan
9. Setelah batuk, bersin, atau membuang ingus
10. Setelah menyentuh binatang atau limbah mereka
11. Setelah menyentuh sampah
12. Sebelum dan sesudah merawat luka atau sakit

Penyuluhan berlangsung sukses dan mendapat respons yang baik dari para siswa dan pihak sekolah. Perbandingan hasil pre-test dan post-test mengindikasikan peningkatan pemahaman siswa tentang pentingnya mencuci tangan serta cara melakukannya dengan benar. Siswa tampak antusias mengikuti seluruh rangkaian kegiatan, terutama saat sesi praktik dan permainan edukatif.

Pihak sekolah menyambut baik kegiatan ini dan berharap penyuluhan serupa dapat dilakukan secara berkala untuk memperkuat Pengertian

mengenai pentingnya menerapkan kebiasaan hidup bersih dan sehat. Kegiatan ini juga menunjukkan bahwa pendekatan edukatif yang menyenangkan dapat efektif dalam menyampaikan pesan kesehatan kepada anak-anak



Gambar 1. Praket mencuci tangan

Pelaksanaan berlangsung mulus dan menerima respons yang baik dari siswa dan sekolah. Dari hasil pre-test dan post-test terlihat adanya kemajuan dalam pemahaman siswa tentang pentingnya mencuci tangan. serta cara melakukannya dengan benar. Siswa tampak antusias mengikuti seluruh rangkaian kegiatan, terutama saat sesi praktik dan permainan edukatif.

Pihak sekolah menyambut baik kegiatan ini dan berharap penyuluhan serupa dapat dilakukan secara berkala untuk memperkuat Pemahaman akan pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan ini juga menunjukkan bahwa pendekatan edukatif yang menyenangkan dapat efektif dalam menyampaikan pesan kesehatan kepada anak-anak.

SIMPULAN

Penyuluhan mengenai manfaat mencuci tangan bagi siswa MI Miftahul Huda Ketawang berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran akan pentingnya menjaga kebersihan tangan. Penerapan metode interaktif dan praktik langsung

terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa. Diharapkan kegiatan ini dapat membentuk kebiasaan positif dalam menjaga kebersihan diri, khususnya mencuci tangan secara rutin dan benar, serta menjadi langkah awal dalam membangun budaya hidup sehat di lingkungan sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, N., Irawan, A., Ramadhan, G., & Giantoro, S. (2022). Sosialisasi 6 (Enam) Langkah Mencuci Tangan pada Anak Di MI Al-Badariah Desa Tatah Layap pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Bakti untuk Negeri*, 2(1), 45-49. <https://doi.org/10.36387/jbn.v2i1.894>
- Amelia, W. (2022). Edukasi Kesehatan Mengenai Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) Pada Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*, 1(1), Article 1. <https://www.jurnalpkm.org/index.php/jpn/article/view/20>
- Darma, I. Y., Morika, H. D., Zaimy, S., & Idaman, M. (2022). Penyuluhan Kesehatan Enam Langkah Mencuci Tangan yang Benar di SDN 13 Sungai Pisang. *Jurnal Abdimas Saintika*, 4(2), Article 2. <https://doi.org/10.30633/jas.v4i2.1664>
- Darmayani, A., Risnawati, R., Syahwal, M., & Umrana, S. (2021). Penatalaksanaan Penyuluhan Kesehatan Dalam Meningkatkan Kemampuan Mencuci Tangan Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 07 Dongkala Kecamatan Kabaena

- Timur Kabupaten Bombana. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Celebes*, 2(03), Article 03.
- Hartaty, H., & Menga, M. K. (2022). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Untuk Meningkatkan Derajat Kesehatan Masyarakat. *Abdimas Polsaka*, 1(1), Article 1. <https://doi.org/10.35816/abdimaspolsaka.v1i1.7>
- Sagita, R. W. (2019). Penyuluhan dan Manfaat Cuci Tangan bagi Siswa Sekolah Dasar Muhammadiyah Ibtidaiyah (MI) Muhammadiyah Meger, Ceper, Klaten. *Indonesian Journal of Community Dedication*, 1(2), 22-24.
- Silalahi, V., & Putri, R. M. (2018). Personal Hygiene pada Anak SD Negeri Merjosari 3. *JAPI (Jurnal Akses Pengabdian Indonesia)*, 2(2), 15-23. <https://doi.org/10.33366/japi.v2i2.821>
- Wati, R. (2011). *Pengaruh Pemberian Penyuluhan PHBS tentang Mencuci Tangan terhadap Pengetahuan dan Sikap Mencuci Tangan pada Siswa Kelas V di SDN Bulukantil Surakarta*. <https://digilib.uns.ac.id/dokumen/19723/Pengaruh-Pemberian-Penyuluhan-PHBS-tentang-Mencuci-Tangan-terhadap-Pengetahuan-dan-Sikap-Mencuci-Tangan-pada-Siswa-Kelas-V-di-SDN-Bulukantil-Surakarta>
- Yunaz, H., Andriyanty, R., Wijayanti, D. T., Young, M., Hee, B. S., Gyeong, C. S., Yoon, P. J., & Jung, L. S. (2020). Penyuluhan Tentang Pendidikan Budaya Hidup Bersih Dan Sehat Di Sekolah Dasar. *Jurnal Pengabdian Teratai*, 1(2), 237-244. <https://doi.org/10.55122/teratai.v1i2.122>