



Sosialisasi PHBS dan Cara Melakukan CTPS Kepada Siswa/I di SD 7 Nisam Aceh Utara

PHBS Socialization and How to Do CTPS to Students at SD 7 Nisam North Aceh

Dian Rahayu^{1*}, Gelva Irayana², Kiki Asrifa Dinen³, Ulyy Fitria⁴

^{1,2,3,4} Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Prodi Kesehatan Masyarakat, Universitas Abulyatama, Indonesia

*Korespondensi Penulis : dianrahayu_fikes@abulyatama.ac.id

Article History:

Received: Januari 15, 2025;

Revised: Februari 28, 2025;

Accepted: Maret 16, 2025;

Published: Maret 18, 2025

Keywords: PHBS, Washing Hands with Soap (CTPS), Socialization, Children's Health, Elementary School

Abstract: Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is one of the preventive efforts in maintaining individual health, with washing hands with soap (CTPS) as one of its main aspects. Elementary school children are among the groups that are vulnerable to disease due to lack of awareness of cleanliness, so socialization is needed to increase their understanding of the importance of CTPS. This study aims to socialize PHBS and how to do CTPS to students of SD 7 Nisam, North Aceh, through interactive educational methods. The activities were carried out by presenting material using PowerPoint, interactive discussions, direct practice of the six steps of CTPS according to WHO standards, and evaluation through questionnaires before and after the activity. The results of the activity showed that the method applied succeeded in increasing students' understanding of the importance of washing hands with soap. Students were more enthusiastic in participating in activities when given an interesting approach that was appropriate for their age. In addition, the involvement of teachers and schools in providing supporting facilities contributed to the success of this program. With this socialization, it is hoped that students can apply the habit of washing their hands independently and consistently, both at school and at home, so that it can reduce the incidence of infectious diseases related to hand hygiene.

Abstrak

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu upaya preventif dalam menjaga kesehatan individu, dengan mencuci tangan pakai sabun (CTPS) sebagai salah satu aspek utamanya. Anak-anak sekolah dasar termasuk kelompok yang rentan terhadap penyakit akibat kurangnya kesadaran akan kebersihan, sehingga diperlukan sosialisasi untuk meningkatkan pemahaman mereka mengenai pentingnya CTPS. Penelitian ini bertujuan untuk mensosialisasikan PHBS dan cara melakukan CTPS kepada siswa/siswi SD 7 Nisam, Aceh Utara, melalui metode edukatif yang interaktif. Kegiatan dilakukan dengan pemaparan materi menggunakan PowerPoint, diskusi interaktif, praktik langsung enam langkah CTPS sesuai standar WHO, serta evaluasi melalui kuesioner sebelum dan sesudah kegiatan. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa metode yang diterapkan berhasil meningkatkan pemahaman siswa terkait pentingnya mencuci tangan dengan sabun. Siswa lebih antusias dalam mengikuti kegiatan ketika diberikan pendekatan yang menarik dan sesuai dengan usia mereka. Selain itu, keterlibatan guru dan pihak sekolah dalam menyediakan fasilitas pendukung turut berkontribusi dalam keberhasilan program ini. Dengan adanya sosialisasi ini, diharapkan siswa dapat menerapkan kebiasaan mencuci tangan secara mandiri dan konsisten, baik di sekolah maupun di rumah, sehingga dapat menurunkan angka kejadian penyakit menular yang berkaitan dengan kebersihan tangan.

Kata kunci: PHBS, Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS), Sosialisasi, Kesehatan Anak, Sekolah Dasar

1. PENDAHULUAN

Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan perilaku yang harus diterapkan oleh setiap individu dalam kehidupan sehari-hari untuk menjaga kesehatan dan mencegah penyakit. Salah satu aspek utama dari PHBS adalah kebiasaan mencuci tangan dengan sabun (CTPS) yang terbukti efektif dalam mengurangi risiko penyebaran berbagai penyakit menular, seperti diare,

infeksi saluran pernapasan akut (ISPA), dan penyakit kulit. Kebiasaan ini perlu ditanamkan sejak usia dini agar menjadi bagian dari gaya hidup yang berkelanjutan (Parlaungan *et al.*, 2023).

Cuci tangan pakai sabun (CTPS) adalah salah satu tindakan sanitasi dengan membersihkan tangan dan jari-jemari menggunakan air dan sabun sehingga menjadi bersih (Nurhajati, 2015). Cuci tangan pakai sabun adalah proses membuang kotoran dan debu secara mekanis dari kulit kedua belah tangan dengan memakai air dan sabun, cuci tangan pakai sabun merupakan cara yang sederhana, mudah, dan bermanfaat untuk mencegah berbagai penyakit penyebab kematian, yang dapat dicegah dengan cuci tangan yang benar, seperti penyakit Diare dan ISPA yang sering menjadi penyebab kematian anakanak. Demikian juga penyakit Hepatitis, Thypus dan Flu Burung (Umaroh *et al.*, 2016). Masyarakat menganggap CTPS tidak penting, mereka cuci tangan pakai sabun ketika tangan berbau, berminyak dan kotor. Hasil penelitian oleh kemitraan pemerintah dan swasta tentang CTPS menunjukkan bahwa pengetahuan masyarakat tentang CTPS sudah tinggi, namun praktik di lapangan masih rendah.

Tangan adalah bagian tubuh kita yang paling banyak tercemar kotoran dan bibit penyakit. Ketika memegang sesuatu, dan berjabat tangan, tentu ada bibit penyakit yang melekat pada kulit tangan kita. Telur cacing, virus, kuman dan parasit yang mencemari tangan, akan tertelan jika kita tidak mencuci tangan dulu sebelum makan atau memegang makanan. Dengan cara demikian umumnya penyakit cacing menulari tubuh kita. Di samping itu, bibit penyakit juga dapat melekat pada tangan kita setelah memegang uang, memegang pintu kamar mandi, memegang gagang telepon umum, memegang mainan, dan bagian-bagian di tempat umum (Raksanagara, 2015).

Pentingnya membudayakan cuci tangan pakai sabun secara baik dan benar juga didukung oleh World Health Organization (WHO) hal ini dapat terlihat dengan diperingatinya hari cuci tangan pakai sabun sedunia setiap tanggal 15 Oktober. Setiap tahun rata-rata 100 ribu anak meninggal dunia karena Diare. WHO menyatakan cuci tangan memakai sabun dapat mengurangi angka diare hingga 47%. Penyebab utama diare adalah kurangnya perilaku hidup bersih dan sehat dimasyarakat, salah satunya kurangnya pemahaman mengenai cara mencuci tangan pakai sabun secara baik dan benar menggunakan air bersih yang mengalir (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan data Riskesdas (2018), perilaku cuci tangan pakai sabun dan air bersih pada umur ≥ 10 tahun dengan benar 49,8%, ini meningkatkan dari tahun 2013 sekitar 1%. Sedangkan proporsi paling rendah mencuci tangan adalah anak usia 10-14 tahun, hal ini berarti anak-anak tersebut masih ada yang duduk di sekolah dasar.

Anak-anak usia sekolah dasar termasuk kelompok yang paling rentan terhadap penyakit akibat kurangnya kesadaran akan kebersihan. Sering kali, mereka melakukan kontak dengan berbagai benda yang berpotensi mengandung kuman, seperti meja, buku, alat tulis, dan fasilitas

umum lainnya. Jika tidak diimbangi dengan kebiasaan mencuci tangan yang benar, maka risiko penularan penyakit semakin meningkat. Oleh karena itu, penting untuk memberikan edukasi yang tepat kepada mereka mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri, terutama dalam hal mencuci tangan (Pradipta, 2020).

Sekolah sebagai lembaga pendidikan memiliki peran penting dalam membentuk kebiasaan sehat pada siswa-siswinya. Selain memberikan ilmu pengetahuan, sekolah juga menjadi tempat di mana anak-anak belajar tentang perilaku hidup bersih dan sehat. Namun, dalam kenyataannya, masih banyak siswa yang kurang memahami pentingnya mencuci tangan dengan benar, baik sebelum makan, setelah menggunakan toilet, maupun setelah beraktivitas di luar ruangan (Utami *et al.*, 2020).

Beberapa faktor yang menyebabkan rendahnya kesadaran siswa dalam menerapkan CTPS adalah kurangnya pemahaman mengenai dampak kesehatan dari tangan yang kotor, keterbatasan fasilitas cuci tangan di sekolah, serta minimnya pengawasan dari guru dan orang tua. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi dan sosialisasi yang lebih intensif agar siswa dapat memahami pentingnya PHBS dan CTPS dalam kehidupan sehari-hari (Bahar *et al.*, 2020).

Melalui kegiatan sosialisasi ini, siswa akan diberikan pemahaman mengenai konsep dasar PHBS, manfaat CTPS, serta teknik mencuci tangan yang benar sesuai dengan standar yang ditetapkan oleh organisasi kesehatan, seperti WHO dan Kementerian Kesehatan. Dengan pendekatan yang interaktif dan menarik, diharapkan siswa lebih mudah memahami dan termotivasi untuk menerapkan kebiasaan ini secara konsisten (Elly *et al.*, 2022).

Selain memberikan edukasi kepada siswa, sosialisasi ini juga bertujuan untuk meningkatkan peran serta guru dan tenaga kependidikan dalam menciptakan lingkungan sekolah yang sehat. Dengan adanya kesadaran bersama, sekolah dapat menjadi tempat yang mendukung penerapan PHBS, termasuk dengan menyediakan fasilitas cuci tangan yang memadai dan menerapkan kebijakan kesehatan yang baik (Suhartinah *et al.*, 2025).

Kegiatan ini diharapkan dapat memberikan dampak jangka panjang dalam meningkatkan kualitas kesehatan siswa serta mengurangi angka kejadian penyakit menular di lingkungan sekolah. Dengan penerapan kebiasaan mencuci tangan yang baik, siswa tidak hanya melindungi diri sendiri, tetapi juga orang-orang di sekitarnya, termasuk keluarga dan teman-temannya.

Penelitian ini dilaksanakan di SD 7 Nisam, Aceh Utara, yang dipilih sebagai lokasi penelitian karena sekolah ini memiliki potensi besar untuk meningkatkan kesadaran siswa mengenai PHBS dan CTPS. Dengan adanya sosialisasi ini, diharapkan SD 7 Nisam dapat menjadi contoh sekolah yang menerapkan pola hidup bersih dan sehat secara optimal.

2. METODE

Subjek dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah siswa/ siswi SD 7 Nisam, Aceh Utara. Kegiatan dilaksanakan di SD tersebut yang terletak di Kec. Nisam, Kabupaten Aceh Utara, Aceh pada hari Senin, 08 Juli 2024, pukul 09.00 – 11:30 WIB. Metode yang dilakukan adalah dengan metode edukatif. Sebuah pendekatan dalam pengabdian kepada masyarakat yang mengandung unsur pendidikan. Alat yang digunakan adalah PowerPoint (PPT), spanduk untuk materi edukasi tentang PHBS dan CTPS, projector untuk menampilkan PPT.

Selain edukatif dengan pemaparan materi, juga diakan diskusi dan sesi tanya jawab. Diskusi dan sesi tanya jawab menjadi komponen krusial dalam memastikan pemahaman siswa terhadap informasi yang disampaikan. Mereka didorong untuk bertanya tentang pentingnya mencuci tangan, waktu yang tepat untuk melakukannya, dan dampak negatif jika tidak melakukan kebiasaan ini. Evaluasi pemahaman siswa dilakukan melalui kuesioner sederhana sebelum dan sesudah kegiatan. Selain itu, guru dan orang tua juga diberikan pengarahan untuk mendukung penerapan kebiasaan CTPS, baik di sekolah maupun di rumah. Dengan demikian, kegiatan ini berperan sebagai langkah berkelanjutan dalam membangun perilaku hidup sehat di kalangan siswa.

Siswa/i juga diajarkan praktek mencuci tangan langsung. Kegiatan praktik langsung dilaksanakan untuk mengajarkan siswa cara menerapkan enam langkah cuci tangan pakai sabun (CTPS) sesuai standar yang direkomendasikan oleh WHO. Dalam sesi ini, tim pelaksana memberikan demonstrasi langkah-langkah CTPS, mulai dari membasahi tangan hingga mengeringkannya menggunakan alat yang tersedia di sekolah. Setelah itu, siswa dipandu untuk melakukan praktik tersebut secara bergantian dengan bimbingan dari guru dan tim pelaksana. Metode ini bertujuan untuk mengembangkan keterampilan motorik siswa dalam mencuci tangan dengan benar serta memastikan bahwa setiap langkah dipahami dengan baik.

Setelah kegiatan tersebut dilakukan evaluasi. Dalam pelaksanaan program pengabdian dalam bentuk pelatihan ini terdapat 3 kriteria yang akan menjadi tolak ukur dasar pencapaian dari kegiatan pelatihan. Tolak ukur keberhasilan dari pelaksanaan kegiatan adalah dengan melaksanakan kegiatan sesuai dengan waktu dan jumlah pertemuan yang telah ditentukan sehingga perlu adanya kerjasama yang baik antara pelaksana dengan peserta.

Tolak ukur keberhasilan dari pihak peserta antara lain adalah peserta mampu mempraktekkan atau menerapkan secara individu dan mengetahui metode yang digunakan untuk memanfaatkan penyuluhan PHBS dan CTPS.

Tolak ukur keberhasilan dari pihak pelaksana adalah mampu memberikan penjelasan serta bantuan yang dapat membantu peserta yang mengalami kesulitan dalam melakukan praktik

dilapangan bersama guru. Selain itu, keberhasilan tim pelaksana juga dapat diukur dari pelayanan yang baik dalam melakukan komunikasi pada saat pelaksanaan kegiatan serta kesesuaian jumlah kehadiran tim pelaksana yang sesuai dengan jumlah pertemuan yang telah ditentukan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Kegiatan sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) melalui Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) di SD 7 Nisam, Aceh Utara, berhasil melibatkan 100 siswa dari berbagai tingkatan kelas. Antusiasme siswa terlihat jelas saat mereka mengikuti setiap tahapan kegiatan, mulai dari presentasi, praktik langsung, hingga diskusi interaktif. Materi mengenai enam langkah CTPS yang sesuai dengan standar WHO disampaikan dengan cara yang menarik, menggunakan media visual dan permainan edukatif. Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini diawali dengan penentuan program oleh seluruh anggota kelompok, yang kemudian memutuskan untuk melaksanakan sosialisasi PHBS dan CTPS di SD 7 Nisam, Aceh Utara, dengan penyampaian materi kepada seluruh siswa. Program ini disusun dengan bekerja sama dengan petugas kesehatan dan guru, serta melalui proses perencanaan konsep pelaksanaan yang matang. Sosialisasi ini akhirnya dilaksanakan pada hari Senin, 8 Juli 2024, di SD 7 Nisam, Aceh Utara.

Pencapaian dan Manfaat Program Pada sosialisasi PHBS dan cara melakukan CTPS kepada siswa/siswi di SD 7 Nisam Aceh Utara ini dilakukan untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman mengenai pentingnya melakukan CTPS. Dengan adanya pemberian edukasi ini, diharapkan siswa/i yang mendapatkan edukasi ini dapat memotivasi mereka tentang pentingnya kesadaran dalam meningkatkan CTPS. pemahaman tentang CTPS serta dapat mengaplikasikannya di kehidupan mereka sehari-hari dan program ini dapat berjalan lancar sesuai dengan yang telah direncanakan.



Gambar 1. Foto Kegiatan

Pembahasan

Hasil dari kegiatan ini menunjukkan bahwa metode interaktif yang diterapkan, termasuk kombinasi presentasi, praktik langsung, dan diskusi, sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa tentang pentingnya Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS). Anak-anak di usia sekolah dasar cenderung lebih mudah menerima informasi ketika disampaikan dengan cara yang menyenangkan dan sesuai dengan tingkat pemahaman mereka. Media seperti PPT berperan penting dalam menarik perhatian siswa, sementara praktik langsung memungkinkan mereka untuk menguasai keterampilan teknis dengan lebih baik. Peningkatan keterampilan mencuci tangan yang terlihat menunjukkan bahwa sosialisasi ini memberikan dampak positif dalam membangun kebiasaan sehat.

Dukungan dari guru sebagai pendamping sehari-hari sangat berkontribusi dalam mempertahankan penerapan CTPS di sekolah. Di sini, guru tidak hanya berperan sebagai pengawas, tetapi juga sebagai motivator yang mendorong siswa untuk menjadikan CTPS bagian dari rutinitas harian mereka. Namun, keberhasilan kegiatan ini juga sangat bergantung pada ketersediaan fasilitas yang memadai. Pihak sekolah telah menyediakan sarana seperti wastafel, sabun, dan tisu yang mendukung pelaksanaan CTPS. Fasilitas ini menjadi elemen kunci untuk memastikan bahwa kebiasaan mencuci tangan dapat dilakukan dengan mudah oleh siswa. Untuk menjaga keberlanjutan program ini, perlu dilakukan perbaikan fasilitas secara berkala, termasuk memastikan ketersediaan sabun dan air bersih (Kartika *et al.*, 2016).

Keterlibatan orang tua juga menjadi faktor penting dalam memperkuat kebiasaan ini di luar sekolah. Sosialisasi yang melibatkan orang tua, baik secara langsung maupun melalui media komunikasi sekolah, dapat membantu memperluas dampak program ini. Dengan kolaborasi yang baik antara pihak sekolah, siswa, dan orang tua, diharapkan kebiasaan CTPS tidak hanya diterapkan di lingkungan sekolah, tetapi juga di rumah dan dalam masyarakat (Panggabean & Sitompul, 2021). Melalui hasil dan pembahasan ini, dapat disimpulkan bahwa program sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) melalui CTPS di SD 7 Nisam memberikan manfaat signifikan dalam meningkatkan pemahaman dan perilaku siswa terkait pentingnya kebersihan tangan. Keberlanjutan program dengan melibatkan berbagai pihak menjadi langkah vital untuk mencapai tujuan jangka panjang, yakni menciptakan generasi yang lebih sehat dan sadar akan pentingnya PHBS..

4. SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil sosialisasi yang dilakukan di SD 7 Nisam, Aceh Utara, dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini memberikan dampak positif dalam meningkatkan pemahaman

dan kesadaran siswa tentang pentingnya mencuci tangan dengan sabun (CTPS). Metode interaktif yang menggabungkan pemaparan materi, diskusi, dan praktik langsung terbukti efektif dalam membantu siswa memahami serta mempraktikkan enam langkah CTPS dengan benar.

Dukungan dari guru dan pihak sekolah sangat berperan dalam mendukung keberhasilan kegiatan ini, terutama dalam penyediaan fasilitas seperti wastafel, sabun, dan air bersih. Selain itu, keterlibatan orang tua juga penting untuk memastikan bahwa kebiasaan mencuci tangan tidak hanya diterapkan di sekolah tetapi juga di rumah.

Keberlanjutan program ini perlu diperhatikan dengan meningkatkan fasilitas sanitasi dan mengadakan edukasi berkala agar perilaku hidup bersih dan sehat dapat menjadi bagian dari keseharian siswa. Dengan adanya sosialisasi ini, diharapkan anak-anak dapat lebih sadar akan pentingnya kebersihan tangan, sehingga dapat mencegah berbagai penyakit menular dan menciptakan lingkungan yang lebih sehat.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Kepala Sekolah, para guru, dan seluruh staf SD 7 Nisam, Aceh Utara atas dukungan dan kerjasama yang luar biasa dalam pelaksanaan program sosialisasi ini. Kami juga menyampaikan apresiasi kepada para siswa/i yang menunjukkan antusiasme luar biasa dalam mengikuti setiap kegiatan. Semoga kegiatan ini menjadi langkah awal dalam menciptakan lingkungan sekolah yang sehat dan membentuk generasi yang peduli akan pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

DAFTAR PUSTAKA

- Bahar, H., Lestari, H., Ratu, A., DS, A. S., Rezkillah, A. R., & Astian, S. (2020). *Penyuluhan kesehatan dengan pendekatan epidemiologi perilaku*. Guepedia.
- Elly, N., Asmawati, A., Simanjuntak, B. Y., Wahyudi, A., Yuniarti, Y., AB, S. S., & Wiyono, S. (2022). Pemberdayaan multigenerasi untuk meningkatkan perilaku cuci tangan pakai sabun dan berjemur sebagai upaya pencegahan penularan COVID-19. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 6(4), 2700–2720.
- Kartika, M., Widagdo, L., & Sugihantono, A. (2016). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku cuci tangan pakai sabun pada siswa Sekolah Dasar Negeri Sambiroto 01 Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(5), 339–346.
- Nurhajati, N. (2015). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) masyarakat Desa Samir dalam meningkatkan kesehatan masyarakat. *Publiciana*, 8(1), 107–126.
- Panggabean, F. I., & Sitompul, M. (2021). Peranan orang tua terhadap kepatuhan cuci tangan pakai sabun pada anak usia sekolah selama masa pandemi. *CHMK Nursing Scientific Journal*, 5(2), 56–65.
- Parlaungan, J., Loihala, M., Tambunan, S. G., Mensen, R., & Tarmani, R. S. A. (2023). *Pendidikan kesehatan melalui 8 (delapan) pesan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada guru TK/PAUD*. Penerbit Nem.

- Pradipta, J. (2020). *ANTIPANIK! Buku panduan virus corona*. Elex Media Komputindo.
- Raksanagara, A. (2015). Perilaku hidup bersih dan sehat sebagai determinan kesehatan yang penting pada tatanan rumah tangga di Kota Bandung. *Jurnal Sistem Kesehatan*, 1(1).
- Riskesdas. (2018). *Laporan hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas)*. Kemenkes RI.
- Suhartinah, S., Nurlaili, N., & Haryaka, U. (2025). Manajemen kepala sekolah dalam peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat siswa sekolah dasar pada sekolah program kampanye sekolah sehat. *JIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 8(2), 2285–2293.
- Umaroh, A. K., Hanggara, H. Y., & Choiri, C. (2016). Gambaran perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di wilayah kerja Puskesmas Bulu Kabupaten Sukoharjo bulan Januari-Maret 2015. *Jurnal Kesehatan*, 9(1), 25–31.
- Utami, I., Khansa, A. M., & Devianti, E. (2020). Analisis pembentukan karakter siswa di SDN Tangerang 15. *Fondatia*, 4(1), 158–179.