

PENTINGNYA MENJAGA KEBERSIHAN LINGKUNGAN DAN CUCI TANGAN GUNA MEWUJUDKAN HIDUP SEHAT DI SDN CANDIRENGGO 1 KABUPATEN MALANG

Anjani Adriana Putri¹, Tria Rahmanda¹, Ladya Nafisa Dewi¹, Olivia Alifatus Sa'diya¹, Encuen Tiesna Anggraeini¹, Defricia Aulia Setya Rahayu¹, Alya Fisa Amalinna¹, Wiworo Dwi Anggraini¹, Yulia Eka Putri¹, Sri Untari^{2*}

¹ Politeknik Kesehatan Negeri Malang, Jl. Besar Ijen No. 77 C, Malang, Jawa Timur, Indonesia

² Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5, Malang, Jawa Timur, Indonesia

*Corresponding author, email: sri.untari.fis@um.ac.id

doi: 10.17977/um063.v5.i2.2025.5

Kata kunci

PHBS

Cuci Tangan

Abstrak

Penyuluhan kebersihan lingkungan dan cuci tangan di lingkungan sekolah dasar bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan siswa mengenai pentingnya menjaga kebersihan sebagai upaya mencegah penyakit. Kegiatan ini dirancang untuk memberikan pemahaman mendalam tentang praktik kebersihan sehari-hari, termasuk pengelolaan sampah yang benar dan cara mencuci tangan yang sesuai dengan standar kesehatan. Tujuan kegiatan ini adalah memberi pengetahuan kepada siswa terkait pola hidup bersih dan sehat (PHBS) di kalangan siswa, menciptakan lingkungan sekolah yang bersih, serta menanamkan kebiasaan mencuci tangan dengan sabun pada waktu-waktu penting, seperti sebelum makan dan setelah menggunakan toilet. Materi penyuluhan mencakup dampak lingkungan yang kotor terhadap kesehatan, teknik mencuci tangan yang benar, dan cara menjaga kebersihan lingkungan sekolah. Melalui kegiatan ini, diharapkan siswa dapat menjadi agen perubahan yang mampu menerapkan dan menyebarkan kebiasaan hidup bersih baik di sekolah maupun di lingkungan rumah.

1. Pendahuluan

Lingkungan sekolah memiliki peran penting dalam mendukung kesehatan, kenyamanan, dan perkembangan siswa. Sebagai tempat belajar dan berinteraksi, sekolah bertanggung jawab menciptakan suasana yang bersih dan sehat agar siswa dapat tumbuh serta belajar secara optimal. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan dapat berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan dimasyarakat (Depkes RI, 2007). Namun, banyak sekolah dasar menghadapi berbagai tantangan dalam menjaga kebersihan lingkungan dan membudayakan pola hidup bersih dan sehat (PHBS). Tantangan utama meliputi kurangnya fasilitas sanitasi yang memadai, seperti toilet yang bersih dan tempat mencuci tangan yang layak. Akses air bersih sering kali terbatas, sementara ketersediaan sabun di area cuci tangan juga tidak mencukupi. Akibatnya, kebiasaan mencuci tangan dengan benar sering diabaikan oleh siswa.

Masalah pengelolaan sampah juga menjadi perhatian serius. Sampah sering ditemukan berserakan di lingkungan sekolah, mencemari area belajar, dan menjadi sarang serangga atau hewan yang dapat membawa penyakit. Kondisi ini meningkatkan risiko penyebaran penyakit menular seperti diare, infeksi saluran pernapasan, dan penyakit kulit, yang dapat berdampak negatif pada kesehatan siswa dan mengganggu kegiatan belajar mereka. Selain itu, minimnya program pendidikan kesehatan di sekolah membuat siswa kurang memahami pentingnya menjaga kebersihan pribadi dan lingkungan. Edukasi mengenai pola hidup bersih, seperti mencuci tangan sebelum makan dan setelah menggunakan toilet, sering kali tidak menjadi prioritas dalam kegiatan belajar sehari-hari.

Melalui penyuluhan kebersihan lingkungan dan cuci tangan, sekolah dapat memainkan peran besar dalam membentuk kebiasaan baik di kalangan siswa. Penyuluhan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada siswa tentang dampak positif menjaga kebersihan terhadap kesehatan pribadi dan komunitas. Kegiatan seperti demonstrasi mencuci tangan yang benar, pengelolaan sampah yang baik, serta pembiasaan perilaku bersih di lingkungan sekolah dapat menjadi langkah awal yang efektif. Selain itu, penyuluhan ini dapat melibatkan siswa dalam kegiatan bersih-bersih lingkungan sekolah, menciptakan rasa tanggung jawab bersama. Dengan adanya kebiasaan hidup bersih yang terinternalisasi sejak dini, siswa dapat membawa kebiasaan baik ini ke rumah dan komunitas mereka. Pendekatan ini diharapkan tidak hanya menciptakan lingkungan sekolah yang sehat dan nyaman, tetapi juga mendukung pembentukan generasi muda yang sadar akan pentingnya pola hidup bersih dan sehat untuk masa depan mereka.

2. Metode

Pelaksanaan pengabdian bertempat di SDN Candirenggo 1 Singosari, Malang, salah satu sekolah dasar yang terletak pada Kecamatan Singosari, Kabupaten Malang, Jawa Timur. Kegiatan ini diikuti oleh siswa-siswi SDN Candirenggo 1 Singosari.

Metode yang ditempuh dalam pengabdian ini yaitu: 1) Persiapan; 2) Pelaksanaan; 3) Pelaporan. Pada tahap persiapan tim melakukan penyusunan desain operasional, koordinasi bersama tim, perizinan lokasi penyuluhan, dan koordinasi bersama mitra terkait kegiatan. Tahap kedua yaitu pelaksanaan, pada tahap ini tim melaksanakan serangkaian penyuluhan yang meliputi meliputi pelaksanaan pretest, sosialisasi materi menjaga kebersihan lingkungan dan cara cuci tangan, serta pelaksanaan post test. Tahap ketiga yaitu pelaporan, pada tahap ini tim melakukan penyusunan laporan-laporan penyuluhan.

3. Hasil dan Pembahasan

Menjaga kebersihan lingkungan dan membiasakan cuci tangan yang benar merupakan aspek penting dalam mendukung pola hidup bersih dan sehat (PHBS). Kebiasaan ini tidak hanya membantu menjaga kesehatan individu, tetapi juga menciptakan lingkungan yang lebih sehat secara kolektif. Perilaku tersebut berperan sangat penting dalam menanamkan nilai karakter peduli lingkungan (Harianti, 2017). Nilai-nilai penting dalam menjaga kebersihan lingkungan dan perilaku sehat harus dipahami oleh semua kalangan, termasuk siswa sekolah, karena mereka merupakan generasi penerus yang akan menentukan masa depan bangsa.

Namun, pada kenyataannya, masih banyak ditemukan tantangan dalam menerapkan kebiasaan ini, terutama di lingkungan sekolah. Kurangnya kesadaran siswa terhadap kebersihan lingkungan serta minimnya kebiasaan mencuci tangan dengan benar dapat meningkatkan risiko penyebaran penyakit, seperti diare, infeksi saluran pernapasan, dan penyakit kulit. Tantangan ini diperparah oleh kurangnya pemahaman siswa tentang dampak buruk dari lingkungan yang kotor dan pentingnya kebiasaan mencuci tangan.

Untuk mengatasi hal tersebut, kami tim penyuluhan dari Poltekkes Kemenkes Malang mengadakan kegiatan penyuluhan tentang pentingnya menjaga kebersihan lingkungan dan mencuci tangan di sekolah. Menurut WHO salah satu usaha atau strategi yang dapat dilakukan untuk memperoleh perubahan perilaku tersebut adalah dengan cara pemberian penyuluhan (WHO, 2010). Kegiatan ini bertujuan memberikan pemahaman kepada siswa agar dapat menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari, baik di sekolah maupun di rumah. Sosialisasi ini melibatkan 31 siswa dari kelas 5, yang diawali dengan pretest untuk mengukur pengetahuan awal mereka.

Dalam kegiatan tersebut, siswa mendapatkan materi interaktif tentang dampak buruk lingkungan yang kotor terhadap kesehatan, cara mencuci tangan dengan benar sesuai standar kesehatan, serta langkah-langkah sederhana yang dapat mereka lakukan untuk menjaga kebersihan di lingkungan sekolah. Setelah sosialisasi, siswa diminta mengerjakan post-test untuk mengevaluasi pemahaman mereka.

3.1. Pelaksanaan Pre test

Pada tahap pre-test, tim penyuluhan memberikan serangkaian pertanyaan kepada siswa untuk mengetahui tingkat pemahaman awal mereka mengenai pentingnya menjaga kebersihan lingkungan dan mencuci tangan. Kegiatan ini merupakan langkah awal yang penting dalam proses penyuluhan, karena memberikan gambaran tentang sejauh mana siswa telah memahami konsep dan praktik terkait pola hidup bersih dan sehat (PHBS).

Pre-test dilakukan sebelum siswa menerima materi penyuluhan, dengan tujuan untuk mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan pengetahuan siswa terkait topik yang akan dibahas. Dalam kegiatan ini, siswa diminta menjawab pertanyaan yang berkaitan dengan cara menjaga kebersihan lingkungan, seperti pengelolaan sampah, pentingnya kebersihan di sekolah, serta langkah-langkah mencuci tangan yang benar.

Kegiatan pre-test diikuti oleh 31 siswa dari kelas 5 SDN Candirenggo 1. Mengingat waktu yang terbatas, pre-test dilakukan menggunakan metode tanya jawab secara langsung. Dengan metode ini, tim dapat berinteraksi langsung dengan siswa untuk mengukur pemahaman mereka dengan lebih cepat dan efektif. Siswa diberikan kesempatan untuk menjawab pertanyaan secara lisan, sehingga tim penyuluhan dapat mengidentifikasi pemahaman mereka secara langsung.

Pertanyaan pre-test disusun dengan tingkat kesulitan yang bervariasi, mulai dari konsep dasar hingga aplikasi praktis dalam kehidupan sehari-hari, untuk memastikan semua aspek pemahaman siswa terukur dengan baik. Hasil dari pre-test ini tidak hanya menjadi dasar dalam menentukan fokus materi penyuluhan yang akan disampaikan, tetapi juga membantu tim penyuluhan dalam menyusun metode yang lebih efektif dan menarik.

Melalui pre-test (Gambar 1), tim juga dapat mengevaluasi efektivitas kegiatan penyuluhan nantinya dengan membandingkan hasil pre-test dan post-test. Dengan cara ini, diharapkan kegiatan penyuluhan dapat memberikan manfaat yang optimal bagi siswa, meningkatkan kesadaran mereka akan pentingnya menjaga kebersihan lingkungan dan mencuci tangan sebagai bagian dari kebiasaan hidup sehat.



Gambar 1. Pelaksanaan Pre Test

3.2. Sosialisasi Materi Menjaga Lingkungan dan Cuci Tangan

Kegiatan penyuluhan dilakukan langsung oleh tim penyuluhan mahasiswa dari Poltekkes Kemenkes Malang. Kegiatan penyuluhan ini mengangkat materi tentang pentingnya menjaga kebersihan lingkungan dan membiasakan cuci tangan yang benar dalam kehidupan sehari-hari. Materi yang disampaikan mencakup dampak buruk lingkungan yang kotor terhadap kesehatan, langkah-langkah mencuci tangan sesuai standar kesehatan, serta cara menjaga kebersihan di lingkungan sekolah dan rumah. Peningkatan kesadaran akan pentingnya mencuci tangan dapat

menurunkan angka kematian akibat penyakit menular, terutama di kalangan anak-anak di negara berkembang (World Health Organization, 2015).

Pada saat penyampaian materi, siswa sangat antusias memperhatikan dan terlibat aktif dalam kegiatan. Mereka tidak ragu untuk maju ke depan mencontohkan gerakan mencuci tangan yang benar dan berbagi pengalaman tentang cara menjaga kebersihan lingkungan di rumah maupun di sekolah. Pada sesi tanya jawab, banyak siswa yang mengajukan pertanyaan dengan semangat. Pertanyaan yang diajukan sangat bervariasi, seperti bagaimana cara mengelola sampah di sekolah, alasan pentingnya mencuci tangan sebelum makan, dan cara mencegah teman agar tidak membuang sampah sembarangan. Karena cuci tangan yang benar sebelum makan dan setelah menggunakan toilet adalah langkah kunci dalam mencegah penyebaran patogen dan menjaga kesehatan individu serta komunitas (CDC, 2020).

Berdasarkan hasil observasi, terdapat beberapa faktor utama yang memengaruhi kebiasaan siswa dalam menjaga kebersihan, yaitu kurangnya pengetahuan serta pemahaman siswa mengenai pentingnya kebersihan lingkungan, kurangnya fasilitas sanitasi yang memadai, dan pengaruh kebiasaan di lingkungan sekitarnya. Dengan adanya sosialisasi ini, diharapkan siswa dapat meningkatkan kesadaran mereka untuk menerapkan pola hidup bersih dan sehat, serta menjadi agen perubahan yang dapat mengedukasi teman-teman dan keluarga mereka. Gambar 2 menunjukkan praktik cara cuci tangan.



Gambar 2. Praktik Cara Cuci Tangan

3.3. Pelaksanaan Post Test

Pelaksanaan post-test merupakan langkah penting untuk mengukur efektivitas penyampaian materi yang telah disampaikan serta kemampuan siswa dalam memahami topik yang dibahas. Sistem yang diterapkan pada sesi post-test ini sama seperti pengerjaan sesi pre-test sebelumnya, yaitu menggunakan metode tanya jawab. Post-test diikuti oleh 31 siswa dari kelas 5 SDN Candirenggo 1.

Hasil pre-test menunjukkan bahwa siswa memiliki pengetahuan dasar tentang pentingnya menjaga kebersihan lingkungan dan kebiasaan mencuci tangan, namun pemahaman mereka tentang langkah-langkah mencuci tangan yang benar dan pengelolaan sampah yang tepat masih tergolong rendah. Setelah dilaksanakan serangkaian kegiatan sosialisasi, termasuk demonstrasi cara mencuci tangan dan edukasi tentang pengelolaan lingkungan, hasil post-test menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pemahaman siswa.

Hasil pengukuran pengetahuan setelah penyuluhan menunjukkan bahwa siswa lebih memahami pentingnya menjaga kebersihan lingkungan, langkah-langkah mencuci tangan yang sesuai dengan standar kesehatan, dampak buruk lingkungan yang kotor terhadap kesehatan, serta peran mereka dalam menciptakan lingkungan sekolah yang bersih dan sehat. Perbandingan hasil pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan pemahaman yang cukup tinggi, yang menjadi indikator keberhasilan penyuluhan yang dilakukan oleh tim penyuluhan. Dengan hasil ini, diharapkan siswa SDN Candirenggo 1 tidak hanya memahami pentingnya kebersihan lingkungan dan mencuci tangan tetapi juga dapat menerapkannya secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari, baik di sekolah maupun di rumah. Hal ini menjadi langkah awal untuk membangun kebiasaan hidup bersih dan sehat dalam komunitas mereka. Tabel 1 menunjukkan hasil pre-test dan post-test

Tabel 1. Hasil Pre-Test dan Post-Test

No	Materi	Pre-Test	Post-Test
1	Memahami menjaga lingkungan	80%	97%
2	Mengetahui 6 langkah cuci tangan	70%	93%
3	Mengetahui contoh menjaga lingkungan	85%	96%
4	Memahami penerapan 6 langkah cuci tangan	75%	92%

4. Kesimpulan

Permasalahan kebersihan lingkungan dan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) masih banyak dijumpai di berbagai aspek kehidupan, baik di lingkungan keluarga, masyarakat, maupun sekolah. Masalah ini perlu segera diatasi untuk menciptakan generasi muda yang peduli terhadap lingkungan dan kesehatan. Oleh karena itu, perlu adanya pembelajaran mengenai pentingnya menjaga kebersihan lingkungan dan kebiasaan mencuci tangan sebagai langkah preventif terhadap penyakit. Kegiatan yang dilakukan untuk mengatasi permasalahan ini meliputi penyuluhan tentang pentingnya menjaga kebersihan lingkungan dan mencuci tangan secara rutin dengan sabun, terutama sebelum makan dan setelah melakukan aktivitas. Dalam kegiatan tersebut, peserta juga diajak berdiskusi mengenai dampak positif dari lingkungan yang bersih terhadap kesehatan dan kehidupan sehari-hari, serta praktik langsung cara mencuci tangan yang benar sesuai standar WHO. Dari hasil evaluasi yang dilakukan terhadap peserta setelah penyuluhan, terdapat peningkatan pemahaman dan kesadaran mengenai pentingnya kebersihan lingkungan dan mencuci tangan. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan yang dilakukan berjalan dengan lancar dan memberikan dampak positif bagi peserta.

Daftar Rujukan

- Adhan, S., Pangestu, P. G., & Amanda, V. N. R. (2022). Penyuluhan pembuatan sabun cuci tangan sebagai sarana dalam meningkatkan kebiasaan cuci tangan masyarakat Desa Siraman. *Buguh: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 42–48.
- Ambarwati, E. R., & Prihastuti, P. (2019). Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir sebagai upaya untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sejak dini. *Celebes Abdimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 45–52.
- Armel, R. S., Arlizon, R., Novchi, R. W., Juldi, H., & Sofyani, H. D. (2022). Peningkatan kesadaran kebersihan lingkungan melalui gotong royong bersama warga di Desa Berumbang Baru Siak. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Membangun Negeri*, 6(2), 193–200.
- Caesar, D. L., Dewi, E. R., Mubaroq, M. H., Irawan, A. F., & Suryaningtyas, A. F. (2024). Gerakan cuci tangan pakai sabun pada siswa sekolah dasar. *APMa: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 113–121.
- Elvira, F., Panadia, Z. F., Veronica, S., & Herdiansyah, D. (2021). Penyuluhan cuci tangan pakai sabun (CTPS) dan pemberian vitamin untuk anak-anak. Dalam *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat* (hlm. 1–6). LPPM Universitas Muhammadiyah Jakarta.
- Idris, H. (2022). *Hand hygiene: Panduan bagi petugas kesehatan*. Jakarta: Kencana.
- Manulu, R. B. B., Nainggolan, A. P., Sinurat, H. S., Karo-Karo, E. N., & Ompusunggu, J. P. (2024). Pentingnya menjaga kebersihan lingkungan untuk kesehatan masyarakat di Desa Doulu Kabupaten Karo. *INCOME: Indonesian Journal of Community Service and Engagement*, 3(1), 24–30.
- Nurahman, U. A. M., & Alfiyanti, D. (2013). *Hubungan perilaku cuci tangan pakai sabun (CTPS) dengan kejadian diare anak usia sekolah di SDN 02 Pelemsengir Kecamatan Todanan Kabupaten Blora*.
- Nurhajati, N. (2015). *Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) masyarakat Desa Samir dalam meningkatkan kesehatan masyarakat*.
- Rahmawati, D., & Solichin, M. B. (2021). Sosialisasi cuci tangan pakai sabun (CTPS) sebagai upaya peningkatan kualitas kesehatan dan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat. *Kontribusi: Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 17–23.