



MEMBANGUN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA MURID SD MELALUI SOSIALISASI SANITASI LAYAK

BUILDING CLEAN AND HEALTHY LIVING BEHAVIORS IN ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS THROUGH PROPER SANITATION SOCIALIZATION

Wina Mustikaati^{1*}, Rika Putri Pertiwi², Elsa Frida Nurbaiti³, Hilma Fauziah⁴

¹²³⁴ Universitas Pendidikan Indonesia, Purwakarta, Indonesia,

¹winamustika@upi.edu, ²rikapertiwiputri11@upi.edu, ³elsafrida30@upi.edu, ⁴hilmafauziah28@upi.edu

Article History:

Received: October 26th, 2025

Revised: December 10th, 2025

Published: December 15th, 2025

Abstract: *contains issues and focus of community service* Proper sanitation facilities and clean living habits are essential foundations for maintaining the health of elementary school students. However, many schools still face limitations in hygiene infrastructure, making children more vulnerable to diseases caused by poor sanitation. This community service program, carried out at SDN 1 Nagrikidul, aimed to improve students' understanding and daily habits related to Clean and Healthy Living Behavior (PHBS), especially proper handwashing with soap (CTPS). The activities included interactive health education, short discussions, demonstrations of correct handwashing steps, and the provision of supporting facilities such as hand soap, hand towels, and instructional posters. The results showed a clear improvement in students' knowledge and their ability to perform proper handwashing. Students became more enthusiastic, were able to recall key information, and began practicing CTPS more consistently. The availability of hygiene facilities also played an important role in supporting the sustainability of these behaviors. This program demonstrates that combining education with hands-on practice and adequate sanitation facilities can effectively build a culture of clean and healthy living among elementary school students.

Keywords: *Clean and Healthy Living Behavior (PHBS), school sanitation, handwashing, elementary students, community service.*

Abstrak

Sanitasi yang layak dan kebiasaan hidup bersih merupakan fondasi penting dalam menjaga kesehatan murid sekolah dasar. Namun, masih banyak sekolah yang menghadapi keterbatasan fasilitas kebersihan, sehingga murid rentan terhadap penyakit yang disebabkan oleh buruknya hygiene. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di SDN 1 Nagrikidul dengan tujuan meningkatkan pemahaman serta kebiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), khususnya praktik cuci tangan pakai sabun (CTPS). Metode pelaksanaan mencakup sosialisasi interaktif, diskusi singkat, demonstrasi langkah CTPS yang benar, serta penyediaan fasilitas pendukung

seperti sabun, lap tangan, dan poster panduan. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman murid terkait pentingnya kebersihan diri, serta perbaikan dalam keterampilan mereka melakukan CTPS secara benar. Murid menjadi lebih antusias, mampu mengulang langkah-langkah CTPS, dan mulai membangun kebiasaan mencuci tangan dengan lebih tepat. Penyediaan sarana kebersihan juga berperan besar dalam menjaga keberlanjutan perilaku tersebut. Kegiatan ini membuktikan bahwa edukasi yang dikombinasikan dengan praktik langsung dan fasilitas yang memadai dapat menjadi strategi efektif untuk membentuk budaya hidup bersih di lingkungan sekolah dasar.

Kata Kunci: PHBS, sanitasi sekolah, CTPS, siswa sekolah dasar, pengabdian masyarakat.

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) memiliki peran yang sangat penting dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Penerapan pola hidup bersih dan sehat perlu ditanamkan sejak usia dini, terutama pada anak-anak tingkat sekolah dasar, karena pada masa ini merupakan fase awal pembentukan karakter serta kebiasaan yang akan melekat hingga mereka dewasa. Anak yang sejak dini dibiasakan untuk menjaga kebersihan diri dan lingkungan serta menerapkan perilaku sehat cenderung memiliki tingkat kesadaran yang lebih tinggi terhadap pentingnya kesehatan. (Handayani, Hartaty & Menga dalam Mulyawan, dkk 2025)

Kesehatan anak di usia sekolah dasar (SD) adalah modal penting untuk masa depan bangsa. Pada usia ini, anak-anak mulai membentuk kebiasaan, termasuk cara mereka menjaga kebersihan dan kesehatan. Oleh karena itu penting bagi sekolah menyediakan fasilitas sanitasi yang layak. Menurut Kemendikbud 2017 fasilitas sanitasi yang kurang dapat berpengaruh terhadap perilaku hidup bersih dan sehat disekolah. Namun demikian, masih banyak sekolah memiliki masalah sanitasi dan kebersihan yang kurang baik. Kondisi ini meningkatkan resiko penyebaran penyakit menular seperti diare, infeksi saluran pernapasan, hingga penyakit kulit yang disebabkan oleh kurangnya kebersihan pribadi dan lingkungan, sebagaimana dikemukakan oleh Jannah, Wibowo, Arvianto (2025). Penyakit-penyakit tersebut mengancam kesehatan sekaligus mengganggu kehadiran serta hasil belajar murid dan bahkan dapat memengaruhi pertumbuhan mereka. Fakta ini menegaskan bahwa kita perlu fokus dan serius dalam mendidik anak tentang perilaku hidup bersih dan sehat sejak dini.

Berdasarkan laporan UNICEF dan WHO (2023), sekitar 419 juta penduduk dunia masih melakukan praktik buang air besar sembarangan, yang berkontribusi terhadap meningkatnya penyebaran penyakit berbasis air akibat buruknya sanitasi. Di Indonesia, Kementerian Kesehatan mencatat bahwa diare masih termasuk penyebab utama kematian pada anak usia dini, yang sebagian besar dipicu oleh perilaku hidup yang belum bersih. Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menunjukkan bahwa sekitar 30% masyarakat di wilayah pedesaan belum memiliki akses terhadap sanitasi yang layak, sementara diare masih menjadi salah satu penyakit dengan angka kejadian tertinggi pada anak, khususnya di daerah dengan kondisi sanitasi yang tidak memadai (Kementerian Kesehatan, 2016 dalam Mulyawan, dkk., 2025). Kondisi tersebut mencerminkan bahwa kualitas lingkungan serta kebiasaan higiene masyarakat masih belum optimal secara menyeluruh.

Fakta tersebut menegaskan bahwa anak usia sekolah dasar berada pada kelompok yang sangat berisiko terhadap dampak buruk sanitasi dan perilaku kebersihan yang kurang baik, baik

dari sisi kebersihan pribadi maupun lingkungan sekolah (Mulyawan, dkk 2025). Oleh karena itu, sosialisasi PHBS, kegiatan edukasi kesehatan, serta kampanye kebiasaan mencuci tangan pakai sabun menjadi langkah preventif yang sangat penting untuk dilakukan sejak dini. Intervensi melalui sosialisasi dan pendidikan perilaku hidup sehat di sekolah dasar tidak hanya berdampak langsung pada peningkatan status kesehatan siswa, tetapi juga menjadi dasar dalam membentuk budaya hidup bersih yang berkelanjutan di lingkungan keluarga dan masyarakat.

Sejalan dengan upaya pencegahan tersebut, peran sanitasi air dan kebiasaan Mencuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) menjadi aspek yang sangat mendasar dalam memutus rantai penularan penyakit. Meskipun pemerintah telah berupaya menyediakan fasilitas sanitasi, data Profil Sanitasi Sekolah Tahun 2022 Kemendikbudristek menunjukkan bahwa ketersediaan fasilitas di sekolah masih menghadapi berbagai kendala. Capaian sanitasi sekolah yang memadai di Indonesia masih tergolong rendah, dengan hanya tiga dari lima satuan pendidikan jenjang SD atau setara dengan sekitar 4,1 juta anak yang telah memiliki akses terhadap layanan sanitasi dasar. Keterbatasan sarana tersebut turut memengaruhi perilaku siswa dalam menerapkan kebiasaan hidup bersih. Oleh karena itu, perhatian khusus perlu diberikan kepada siswa usia sekitar 10 tahun yang masih belum mahir dalam melakukan CTPS secara benar, mengingat pada usia tersebut anak tergolong aktif dan rentan terhadap penyakit (Pratami & Nugraheni, 2024). Kesenjangan antara ketersediaan fasilitas dan kebiasaan yang dilakukan siswa menunjukkan bahwa upaya edukasi saja belum cukup. Diperlukan intervensi yang lebih komprehensif melalui kombinasi antara penguatan pengetahuan, praktik langsung secara berulang, serta penyediaan sarana pendukung yang memadai.

Menanggapi kebutuhan ini, program pengabdian masyarakat kami dilaksanakan di SDN 1 Nagrikidul yang terletak di Jalan KK. Singawinata RT 10 / RW 10, Nagrikidul, Purwakarta, Jawa Barat untuk membantu membangun kebiasaan hidup sehat melalui fokus pada sanitasi air yang layak. Intervensi kami meliputi tiga pilar: sosialisasi interaktif, praktik CTPS secara langsung, dan penyediaan fasilitas kebersihan (seperti sabun, lap tangan, dan poster panduan). Artikel ilmiah ini disusun untuk melaporkan secara rinci bagaimana kegiatan ini dilaksanakan dan untuk menganalisis dampaknya terhadap pemahaman dan perubahan kebiasaan sehat murid SDN 1 Nagrikidul. Harapannya, hasil temuan ini dapat menjadi panduan praktis bagi pihak sekolah dan komunitas lain yang ingin menerapkan program serupa.

METODE

Kegiatan ini dilaksanakan dengan menggunakan metode ceramah interaktif yang dikombinasikan dengan diskusi partisipatif serta demonstrasi langsung. Narasumber menyampaikan materi mengenai pentingnya kesehatan dan sanitasi layak, disertai dengan sesi tanya jawab, berbagi pengalaman, dan praktik langsung cara mencuci tangan dengan langkah yang benar. Pemilihan metode ini bertujuan untuk menciptakan komunikasi dua arah yang efektif, meningkatkan pemahaman peserta, serta menumbuhkan kesadaran dan motivasi dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Jumlah peserta dalam kegiatan ini berasal dari empat kelas, yaitu dua kelas V SD dan dua kelas VI SD sebagai responden sosialisasi.

HASIL

Pelaksanaan program sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan sanitasi di SDN 1 Nagrikidul menunjukkan hasil yang cukup positif. Pada pilar pertama, yaitu peningkatan pengetahuan melalui sosialisasi interaktif tentang sanitasi air, pengenalan kuman, serta langkah-langkah Mencuci Tangan Pakai Sabun (CTPS), siswa menunjukkan antusiasme yang tinggi. Hal ini terlihat dari keaktifan siswa dalam sesi tanya jawab serta kemampuan mereka mengulang kembali inti materi yang disampaikan, seperti pentingnya penggunaan sabun dan air mengalir dalam mencuci tangan. Pemanfaatan media PowerPoint yang bersifat visual turut membantu siswa dalam memahami materi yang diberikan.

Pada pilar kedua, yaitu praktik langsung CTPS, seluruh siswa mengikuti kegiatan demonstrasi yang kemudian dilanjutkan dengan praktik mandiri di fasilitas cuci tangan sekolah. Hasil observasi menunjukkan adanya peningkatan keterampilan siswa dalam melakukan langkah-langkah CTPS secara lebih benar. Pada awal kegiatan, sebagian besar siswa hanya mencuci telapak tangan, namun setelah dilakukan pembimbingan, hampir seluruh siswa sudah mampu mencuci punggung tangan, sela-sela jari, serta ibu jari sesuai dengan prosedur yang dianjurkan.

Pada pilar ketiga, yaitu penyediaan sarana pendukung, dilakukan pengadaan sabun cuci tangan secara memadai, penyediaan lap tangan, serta pemasangan poster panduan CTPS di setiap titik cuci tangan. Setelah sarana tersebut tersedia, siswa terlihat lebih aktif memanfaatkan fasilitas cuci tangan. Lingkungan sekitar fasilitas juga tampak lebih bersih dan tertata dibandingkan kondisi awal sebelum intervensi dilakukan.

Namun demikian, masih ditemukan beberapa kendala, seperti kecenderungan sebagian siswa untuk mempercepat proses mencuci tangan serta kurang konsistennya penggunaan sabun pada beberapa kesempatan.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan Sosialisasi



Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan Demontrasi Sanitasi

PEMBAHASAN

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan siswa melalui sosialisasi interaktif sejalan dengan konsep PHBS yang menekankan pada pembentukan kesadaran individu sebagai dasar perubahan perilaku (Kusumanti dkk., 2021). Sosialisasi yang dilakukan menggunakan metode visual dan partisipatif terbukti efektif dalam membantu siswa memahami pentingnya sanitasi dan CTPS. Hal ini sesuai dengan teori bahwa pembelajaran yang melibatkan media visual dan interaksi langsung lebih mudah diterima oleh siswa sekolah dasar.

Penerapan praktik langsung pada pilar kedua memperkuat temuan bahwa perubahan perilaku kesehatan tidak cukup hanya melalui pemberian informasi, tetapi harus disertai dengan latihan berulang. Hasil ini sejalan dengan penelitian Suharmanto dkk. (2020), Taufiq dkk. (2022), serta Mukodri dan Dewi (2023) yang menegaskan bahwa pembiasaan CTPS pada anak usia sekolah dasar memerlukan metode demonstrasi langsung dan pendampingan rutin. Usia 10 tahun merupakan masa krusial dalam pembentukan kebiasaan, sehingga praktik langsung menjadi strategi yang tepat untuk membangun keterampilan motorik dan kebiasaan higienis.

Meskipun terdapat peningkatan keterampilan, masih ditemukannya kebiasaan siswa yang terburu-buru dalam mencuci tangan dan kurang disiplin dalam penggunaan sabun menunjukkan bahwa perubahan perilaku memerlukan proses yang berkelanjutan. Temuan ini memperkuat teori bahwa edukasi kesehatan harus dilakukan secara terus-menerus dengan penguatan yang konsisten agar dapat membentuk kebiasaan jangka panjang.

Pada pilar ketiga, penyediaan sarana pendukung terbukti menjadi faktor penentu keberlanjutan perilaku sehat. Hal ini sesuai dengan konsep sanitasi dasar yang menekankan

pentingnya ketersediaan fasilitas air bersih, jamban, dan sarana pembuangan limbah sebagai prasyarat terciptanya lingkungan sehat (Prastiti, 2021). Ketersediaan fasilitas CTPS yang lengkap dan mudah diakses di SDN 1 Nagrikidul mendorong siswa untuk lebih aktif menerapkan kebiasaan mencuci tangan. Dengan demikian, hasil kegiatan ini menguatkan bahwa keberhasilan penerapan PHBS di sekolah sangat ditentukan oleh kombinasi antara pengetahuan, praktik langsung, dan dukungan sarana yang memadai sebagaimana diamanatkan dalam Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di SDN 1 Nagrikidul berhasil memberikan dampak positif terhadap peningkatan pemahaman dan kebiasaan murid mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, terutama dalam praktik cuci tangan pakai sabun (CTPS). Sosialisasi yang disampaikan dengan cara interaktif membuat murid lebih mudah menangkap pesan mengenai pentingnya sanitasi dan kebersihan diri. Hal ini terlihat dari kemampuan murid dalam mengulang kembali materi yang disampaikan serta antusiasme mereka selama sesi tanya jawab.

Demonstrasi dan praktik langsung yang dilakukan bersama-sama terbukti sangat membantu murid memahami setiap langkah CTPS dengan benar. Pada awal kegiatan banyak murid yang hanya mencuci telapak tangan saja, namun setelah diberikan pendampingan, mereka mulai mengikuti seluruh langkah secara lengkap, termasuk membersihkan sela-sela jari dan punggung tangan. Meskipun demikian, beberapa tantangan seperti kebiasaan mencuci tangan terlalu cepat dan ketidakteraturan penggunaan sabun masih ditemukan, sehingga diperlukan pembiasaan berulang dan pengawasan dari pihak sekolah.

Penyediaan sarana pendukung seperti sabun, lap tangan, dan poster panduan CTPS juga menjadi faktor penting yang membantu murid mempertahankan kebiasaan bersih tersebut. Dengan tersedianya fasilitas yang layak dan mudah dijangkau, murid memiliki dorongan tambahan untuk menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari.

Secara keseluruhan, kegiatan ini menunjukkan bahwa kombinasi antara edukasi, praktik langsung, dan penyediaan sarana sanitasi dapat menjadi pendekatan yang efektif dalam membentuk perilaku hidup bersih pada murid sekolah dasar. Program serupa sangat direkomendasikan untuk diterapkan secara berkelanjutan agar kebiasaan sehat yang terbentuk dapat terus dipertahankan dan memberikan manfaat jangka panjang bagi kesehatan dan lingkungan sekolah.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah berperan dalam terselenggaranya kegiatan sosialisasi dengan judul “Membangun Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Murid SD melalui Sosialisasi Sanitasi Layak”. Ucapan terima kasih disampaikan kepada pihak sekolah dasar yang telah memberikan kesempatan, izin, serta fasilitas selama pelaksanaan kegiatan sosialisasi. Terima kasih juga disampaikan kepada para guru dan seluruh murid yang telah berpartisipasi secara aktif dan antusias dalam mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Penghargaan setinggi-tingginya diberikan kepada tim pelaksana yang telah

bekerja sama dengan penuh tanggung jawab dan dedikasi. Tidak lupa, penulis juga mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, baik secara langsung maupun tidak langsung, sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik dan lancar.

DAFTAR REFERENSI

- Jannah, D. N., M. S. Wibowo, dan B. Arvianto. "Peningkatan Pemahaman Hygiene dan Sanitasi Siswa Siswi Konsentrasi Keahlian Kuliner SMK Negeri 6 Semarang." *Jurnal Dimastik* 3, no. 1 (2025): 8–16. <https://doi.org/10.26623/dimastik.v3i1.10822>.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. *Profil Sanitasi Sekolah Tahun 2017*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah, 2017.
- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. *Profil Sanitasi Sekolah Tahun 2022*. Jakarta: Pusat Data dan Teknologi Informasi, 2022.
- Kusumanti, I., H. M. Sitindaon, F. Nurfatharani, dan A. Istiqomah. "Peningkatan Implementasi Sanitasi Lingkungan melalui Pelatihan bagi Siswa Sekolah Dasar di Bogor (Improved Environmental Sanitation Implementation through Training for Elementary School Students in Bogor)." 2021.
- Mukodri, D. M. L., dan U. Dewi. "Peningkatan Perilaku Hidup Bersih melalui Edukasi Cuci Tangan Pakai Sabun pada Murid Sekolah Dasar Negeri 003 Mantang Baru, Kabupaten Bintan." *J-ABDI: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat* 5, no. 1 (2023). <https://doi.org/10.53625/jabdi.v5i1.10349>.
- Mulyawan, G., S. Saputra, R. Z. Al Fauzan, D. P. Sari, Rohim, dan D. A. Maulia. "Sosialisasi Gerakan Pola Hidup Sehat dan Bersih Sejak Dini untuk Meningkatkan Kesadaran Pentingnya Hidup Sehat." *Jurnal Hasil Pengabdian Masyarakat (JURIBMAS)* 4, no. 1 (2025): 256–261. <https://doi.org/10.62712/juribmas.v4i1.532>.
- Prastiti, L. "Penyuluhan Sanitasi Higiene dan PHBS pada Masyarakat Kawasan Candi Batujaya sebagai Dasar Membangun Desa Wisata yang Bersih dan Sehat." *Jurnal Abditek: Jurnal Pengabdian Masyarakat Fakultas Teknik* 1, no. 01 (2021): 22–31.
- Pratami, A. R., dan N. Nugraheni. "Pengenalan Kebiasaan Cuci Tangan dengan Sabun sebagai Inisiatif Kesehatan di Sekolah Dasar." *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial* 1, no. 10 (2024): 25–33. <https://doi.org/10.5281/zenodo.11121819>.
- Suharmanto, S., N. Utami, A. Setiorini, S. Rahmawati, W. Rudiyanto, K. N. Berawi, P. R. A. Sangging, dan R. Z. Oktarlinna. "Peningkatan Pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan Keterampilan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) pada Siswa SDN 9 Teluk Pandan Pesawaran." *JPM Ruwa Jurai* 5, no. 1 (2020): 22–25. <https://doi.org/10.23960/jpmrj.v5i1.2797>.

Taufiq, S., F. Agustina, M. J. Fauzi, dan Y. Yusnidaryani. "Edukasi, Simulasi dan Demonstrasi Cuci Tangan Pakai Sabun dan Menyikat Gigi pada Siswa Sekolah Dasar." *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)* (2022). <https://doi.org/10.36565/jak.v7i1.704>.

Ubaidillah, M., N. S. Sukaesih, S. A. T. Nur, A. M. Putri, I. F. Putra, M. A. Saputra, dan A. N. Puspito. "Pengembangan Generasi Sehat melalui Edukasi dan Implementasi Program Sanitasi serta Pola Hidup Sehat di MI Annidham Jember." *AJAD: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat* 5, no. 1 (2025): 48–56.