



Edukasi Praktik Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) pada Anak untuk Mencegah Diare

Syahrini Mursaha¹, Zamli²

Program Studi Magister Kesehatan Masyarakat, Universitas Mega Buana Palopo
e-mail: syahrinimursaha@gmail.com¹, zamlizam2019@gmail.com²

Abstrak

Praktik CTPS pada anak masih belum optimal, terutama dalam penggunaan sabun, ketepatan langkah, dan durasi mencuci tangan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan keterampilan anak dalam melakukan CTPS melalui lagu interaktif di RA Al-Muyassar Miftahul Jannah. Kegiatan dilaksanakan pada 14 Juli 2026 dengan sasaran anak usia 4–6 tahun menggunakan pendekatan edutainment, bernyanyi dan menari, demonstrasi, serta praktik langsung. Evaluasi dilakukan melalui observasi partisipatif terhadap penggunaan sabun, ketepatan enam langkah CTPS, dan durasi mencuci tangan. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa 100% anak menggunakan sabun, sekitar 85–90% mampu mengingat dan melakukan enam langkah CTPS, serta lagu berdurasi 25–30 detik membantu mempertahankan durasi mencuci tangan. Poster CTPS juga dipasang sebagai media pengingat di area wastafel. Edukasi melalui lagu interaktif dapat menjadi metode menarik dalam membiasakan praktik CTPS pada anak usia prasekolah sebagai upaya pencegahan diare.

Kata Kunci: *CTPS, Lagu Interaktif, Edutainment, Anak Prasekolah, Diare.*

Abstract

However, proper handwashing practices among children remain suboptimal, particularly in soap use, correct handwashing steps, and duration. This community service activity aimed to improve children's skills in practicing HWS through interactive songs at RA Al-Muyassar Miftahul Jannah. The activity was conducted on July 14, 2026, involving children aged 4–6 years using an edutainment approach through singing, dancing, demonstrations, and direct practice. Evaluation was conducted through participatory observation of soap use, accuracy of the six handwashing steps, and handwashing duration. The results showed that 100% of children used soap, approximately 85–90% were able to remember and perform the six steps correctly, and the 25–30-second song helped maintain handwashing duration. An educational poster was also installed near the handwashing area as a visual reminder. Interactive song-based education can be an engaging method for developing regular handwashing practices among preschool children as an effort to prevent diarrheal disease.

Kata Kunci: *Handwashing With Soap, Interactive Song, Edutainment, Preschool Children, Diarrhea Prevention.*

PENDAHULUAN

Anak usia prasekolah merupakan kelompok yang penting dalam upaya pembentukan perilaku hidup bersih dan sehat karena pada periode ini berbagai

kebiasaan dasar mulai terbentuk dan berkembang. Lingkungan sekolah atau lembaga pendidikan anak usia dini dapat menjadi tempat yang strategis untuk memberikan pembelajaran kesehatan melalui kegiatan yang sesuai dengan tahap perkembangan anak. WHO menempatkan sekolah sebagai salah satu lingkungan penting untuk membangun pengetahuan, keterampilan, dan perilaku yang mendukung kesehatan anak (World Health Organization, 2021a, 2021b).

Salah satu perilaku kesehatan yang perlu dibiasakan sejak usia dini adalah Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS). Tangan dapat menjadi media perpindahan mikroorganisme dari berbagai permukaan, lingkungan, makanan, maupun toilet ke mulut. Kondisi tersebut menjadikan kebersihan tangan sebagai salah satu komponen penting dalam pencegahan penyakit infeksi. Pencegahan melalui CTPS menjadi semakin penting pada anak karena aktivitas bermain, kontak dengan benda di lingkungan sekitar, serta interaksi dengan teman sebaya meningkatkan peluang tangan bersentuhan dengan berbagai sumber kontaminasi.

Diare merupakan salah satu penyakit yang berkaitan dengan kondisi air, sanitasi, dan higiene. Intervensi yang mendorong praktik mencuci tangan terbukti memiliki manfaat terhadap penurunan kejadian diare. Tinjauan sistematis dan meta-analisis menunjukkan bahwa intervensi WASH, termasuk intervensi higiene tangan, dapat menurunkan risiko penyakit diare pada populasi anak dan masyarakat di negara berpendapatan rendah dan menengah (Staniford & Schmidtke, 2020). WHO juga menempatkan promosi cuci tangan sebagai salah satu intervensi penting dalam pencegahan diare dan peningkatan kesehatan masyarakat (World Health Organization, 2015).

Meskipun demikian, keberadaan fasilitas cuci tangan tidak secara otomatis menjamin anak melakukan CTPS dengan benar. Perilaku mencuci tangan dipengaruhi oleh ketersediaan air dan sabun, akses terhadap fasilitas, pengetahuan, kebiasaan, norma sosial, serta bentuk edukasi yang diberikan. Penelitian pada lingkungan sekolah menunjukkan bahwa intervensi perubahan perilaku, penguatan fasilitas, pengingat visual, dan pendekatan yang melibatkan anak dapat meningkatkan praktik mencuci tangan (Talaat et al., 2019).

Edukasi kepada anak usia dini perlu disesuaikan dengan karakteristik perkembangan mereka. Metode yang hanya mengandalkan ceramah cenderung kurang sesuai karena anak prasekolah lebih mudah belajar melalui pengalaman konkret, permainan, gerakan, gambar, lagu, dan pengulangan. Penelitian mengenai program pendidikan higiene pada anak menunjukkan bahwa kegiatan yang dirancang sesuai usia dapat meningkatkan pengetahuan dan kualitas praktik kebersihan tangan (Murphy et al., 2020). Pendekatan yang menggabungkan demonstrasi dan aktivitas interaktif juga dilaporkan dapat membantu meningkatkan keterampilan mencuci tangan anak (Özcan et al., 2020).

Lagu dapat digunakan sebagai salah satu media edukasi karena memungkinkan anak mengingat informasi melalui pengulangan kata, irama, dan gerakan. Penelitian mengenai sumber edukasi *A Germ's Journey* menunjukkan

bahwa kombinasi materi edukasi, termasuk lagu, dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku mencuci tangan pada anak usia muda (Willmott et al., 2020). Penggunaan pengingat visual seperti poster dapat membantu mempertahankan perhatian anak terhadap perilaku kebersihan tangan dalam lingkungan sekolah (Saxena et al., 2021).

Hasil observasi awal di RA Al-Muyassar Miftahul Jannah menunjukkan bahwa fasilitas CTPS telah tersedia, tetapi praktik anak masih perlu diperkuat, khususnya dalam penggunaan sabun, ketepatan enam langkah CTPS, dan durasi mencuci tangan. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya metode edukasi yang sederhana, menyenangkan, mudah diikuti, dan dapat langsung dipraktikkan oleh anak. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan lagu interaktif “6 Langkah Cuci Tangan” yang dikombinasikan dengan demonstrasi, gerakan, dan praktik langsung. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan keterampilan anak dalam melakukan CTPS sekaligus membangun kebiasaan mencuci tangan sebagai salah satu upaya pencegahan diare.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan secara tatap muka di RA Al-Muyassar Miftahul Jannah pada 14 Juli 2026 dengan sasaran anak usia 4–6 tahun. Identifikasi permasalahan dilakukan melalui observasi, survei pendahuluan, dan wawancara dengan kepala sekolah serta guru, yang menunjukkan bahwa fasilitas Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) telah tersedia, tetapi praktik anak belum optimal, terutama dalam penggunaan sabun, ketepatan enam langkah, dan durasi mencuci tangan. Intervensi dilakukan menggunakan pendekatan edutainment, multisensori, dan learning by doing melalui lagu interaktif “6 Langkah Cuci Tangan”, demonstrasi, bernyanyi dan gerakan, serta praktik langsung di wastafel menggunakan air mengalir dan sabun.

Guna memastikan tujuan program tercapai sesuai dengan karakteristik audiens (anak usia 4-6 tahun), tim pengabdian menggunakan kombinasi beberapa strategi edukasi, yaitu:

1. Pendekatan edutainment (*education and entertainment*), yaitu menciptakan suasana belajar yang santai, penuh tawa, dan bebas tekanan.
2. Pendekatan multisensori (bernyanyi dan menari), yaitu penggunaan lagu sebagai medium penyampaian lirik berima yang memuat 6 langkah CTPS. Fasilitator memperagakan gerakan tubuh yang merepresentasikan cara menggosok tangan secara teatral agar mudah ditiru oleh anak.

Learning by Doing (simulasi dan praktik langsung), yaitu anak-anak tidak hanya mendengarkan dan menonton, tetapi dilibatkan secara langsung untuk mempraktikkan gerakan tersebut di bawah air mengalir, sehingga tercipta memori otot (*muscle memory*).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahapan persiapan yang telah dijadwalkan berhasil diselesaikan sesuai target waktu tanpa adanya hambatan manajerial yang berarti. Pihak RA Al-Muyassar Miftahul Jannah, melalui Kepala Sekolah memberikan dukungan penuh dengan memberikan alokasi waktu khusus pada jam efektif belajar (pukul 08.00–11.00) agar seluruh anak dapat berpartisipasi tanpa mengganggu kurikulum inti mereka.

Persiapan media juga berjalan lancar. Lagu “6 Langkah Cuci Tangan” berhasil direkam/disiapkan menggunakan melodi dasar yang riang. Poster edukasi visual yang didesain secara khusus untuk kegiatan ini berhasil dicetak dengan baik, sehingga menjamin daya tahan media, meskipun dipasang di area basah. Pemilihan ilustrasi pada poster menggunakan desain vektor anak kecil yang lucu, penggunaan warna-warna primer yang mencolok, dan teks lirik yang dicetak besar agar menarik atensi visual anak secara maksimal.

Pencapaian luar biasa dalam kegiatan pengabdian ini sejalan dan mengafirmasi berbagai literatur dan kajian teori terkini di bidang promosi kesehatan dan keperawatan komunitas anak. Menurut pedoman operasional pembinaan PHBD dari Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat, intervensi pada anak usia dini haruslah bersifat partisipatif dan multi-indrawi.

Penggunaan metode edutainment berhasil membuktikan efektivitasnya dalam menembus filter kognitif egosentris anak prasekolah. Anak-anak tidak merasa sedang diceramahi tentang ancaman kesehatan (diare), melainkan merasa sedang diajak bermain. Emosi positif (kegembiraan) yang dihasilkan dan aktivitas bernyanyi terbukti mampu menurunkan sekresi hormon stres (kortisol) dan meningkatkan sekresi hormon bahagia (endorfin dan dopamin). Dalam kondisi neurologis yang positif ini, proses engramping (perekaman jejak memori di otak) terkait lirik dan urutan gerak motorik CTPS terjadi jauh lebih cepat dan menetap lama (Fitriani, 2022).

Secara spesifik mengenai efektivitas pengendalian infeksi diare, keberhasilan memperpanjang durasi gosok cuci tangan melalui media lagu (menjadi minimal 20 detik) memenuhi kaidah mikrobiologi standar yang direkomendasikan oleh CDC (2024) dan WHO (2023). Sabun yang berikatan dengan lemak pelindung patogen membutuhkan waktu untuk memutus ikatan kimia selular bakteri dan virus enterik penyebab diare. Dengan durasi yang dipertahankan melalui lagu, efikasi dekontaminasi mekanis dan kimiawi di permukaan tangan anak mencapai tingkat optimal, sehingga memutus jalur transmisi fekal-oral secara signifikan (Lestari dan Wijaya, 2023; Wulandari dan Santoso, 2025).

SIMPULAN

Kegiatan PkM di RA Al-Muyassar Miftahul Jannah menunjukkan bahwa praktik Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) anak masih perlu diperkuat, terutama

dalam penggunaan sabun, ketepatan langkah, dan durasi mencuci tangan. Edukasi interaktif melalui lagu “6 Langkah Cuci Tangan” menjadi metode yang efektif dan menarik dalam membantu anak memahami serta mempraktikkan CTPS dengan benar. Selain itu, pemasangan poster langkah-langkah CTPS di area wastafel menjadi media pengingat berkelanjutan yang mendukung pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- CDC. (2024). Handwashing in Communities: Clean Hands Save Lives. Centers for Disease Control and Prevention
- Fitriani, S. (2022). Promosi Kesehatan Berbasis Sekolah: Strategi, Implementasi, dan Evaluasi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Lestari, D. P., & Wijaya, K. (2023). Hubungan Praktik Cuci Tangan Pakai Sabun dengan Kejadian Diare pada Anak Balita: Sebuah Tinjauan Sistematis. *Jurnal Epidemiologi dan Kesehatan Lingkungan*, 8(1), 112-120.
- Murphy, H. M., et al. (2020). School-based, blacklight handwashing program can improve handwashing quality and knowledge among pre-school aged children. *International Journal of Environmental Research and Public Health*.
- Özcan, A., Ozdil, K., Kaya, S. S., & Sezer, F. (2020). Hand washing in primary school students using “demonstration, puzzle, dance, song”: A nursing project based on multifaceted skills training. *Journal of Continuing Education in Nursing*, 51(4), 158-166.
- Saxena, D., et al. (2021). Nudging handwashing among primary school students in the Philippines: Evidence from a cluster randomized trial. *Journal of Environmental Health*
- Staniford, L. J., & Schmidtke, K. A. (2020). A systematic review of hand-hygiene and environmental-disinfection interventions in settings with children. *BMC Public Health*, 20, 195.
- Talaat, M., Afifi, S., Dueger, E., et al. (2019). Effects of hand hygiene campaigns on incidence of diarrheal and respiratory illnesses in schools. *American Journal of Infection Control*.
- Willmott, M., Nicholson, A., Busse, H., MacArthur, G. J., Brookes, S., & Campbell, R. (2020). Improving young children's handwashing behaviour and understanding of germs: The impact of A Germ's Journey educational resources in schools and public spaces. *BMC Public Health*.
- World Health Organization. (2015). Preventing diarrhoea through better water, sanitation and hygiene: Exposures and impacts in low- and middle-income countries. WHO
- World Health Organization. (2021a). WHO guideline on school health services. WHO.
- World Health Organization. (2021b). Making every school a health-promoting school: Implementation guidance. WHO.
- WHO. (2023). Diarrhoeal disease Fact Sheet. World Health Organization

Wulandari, R., & Santoso, B. (2025). Penerapan Pendidikan Kesehatan Berbasis Edutainment dalam Meningkatkan Kepatuhan Personal Hygiene Anak Taman Kanak-Kanak. *Jurnal Keperawatan Anak*, 10(3), 201-209.