

Implementasi Program Hidup Sehat di Desa Parparean I Melalui Sosialisasi Cuci Tangan yang Baik dan Benar

¹ Elisa Apprilia Vinayaka Rumahorbo, ² Shonrey A. Sitohang, ³ Rovandu Manik,
⁴ Citra Mutiara Dina, ⁵ Nasib H. Hutasoit, ⁶ Dr. Parsaoran Silalahi, S.Pt., M.Si
^{1,2,3,4,5,6}Universitas HKBP Nommensen Medan

Alamat Surat

Email: elisaappriliavinayaka.rumahorbo@student.uhn.ac.id*,
shonrey.sitohang@student.uhn.ac.id, rovandu.manik@student.uhn.ac.id,
citra.mutiara@student.uhn.ac.id, nasib.hutasoit@student.uhn.ac.id

Article History:

Diajukan: 23 Maret 2025

ABSTRAK

Program hidup sehat dan kebersihan merupakan bagian penting dalam upaya meningkatkan kualitas hidup masyarakat. Salah satu implementasi program ini adalah melalui sosialisasi cuci tangan yang baik dan benar di Desa Parparean I. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas sosialisasi mencuci tangan dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap kebersihan dan kesehatan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini meliputi penyuluhan, demonstrasi langsung, pembagian fasilitas cuci tangan, serta kampanye melalui media sosial dan alat peraga. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kesadaran dan perilaku hidup bersih di kalangan masyarakat, terutama dalam menurunkan angka kejadian penyakit menular. Dengan demikian, program ini dapat dijadikan sebagai model dalam penerapan pola hidup sehat di wilayah pedesaan.

Kata kunci: Program Hidup Sehat, Kebersihan, Cuci Tangan, Sosialisasi, Desa Parparean I

ABSTRACT

The healthy living and hygiene program plays a crucial role in improving people's quality of life. One implementation of this program is the socialization of proper handwashing in Parparean I Village. This study aims to analyze the effectiveness of handwashing socialization in raising public awareness of hygiene and health. The methods used in this research include counseling, direct demonstrations, the provision of handwashing facilities, and campaigns through social media and visual aids. The results indicate an increase in awareness and clean living behavior among the community, particularly in reducing the incidence of infectious diseases. Thus, this program can serve as a model for implementing healthy living habits in rural areas.

Keywords: Healthy Living Program, Hygiene, Hand Washing, Socialization, Parparean I Village

1. PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan faktor esensial dalam meningkatkan kesejahteraan masyarakat. Kebersihan, terutama kebiasaan mencuci tangan dengan baik dan benar. Menurut (Adista & Yulvia, 2021) Perilaku Sehat Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) yang merupakan salah satu Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Salah satu upaya preventif untuk mencegah penyebaran penyakit menular seperti diare dan infeksi saluran pernapasan. Salah satu aspek penting dalam menjaga kesehatan adalah kebersihan dan kebiasaan hidup sehat, namun kesadaran masyarakat terhadap kebersihan masih tergolong rendah, di wilayah pedesaan khususnya di desa parparean 1. anak-anak di Desa Parparean I, masih kurang dalam memahami pentingnya praktik sederhana dalam mencuci tangan. Sebagaimana diketahui, perilaku cuci tangan pakai sabun (CTPS) merupakan salah satu komponen kunci dari

perilaku hidup bersih dan sehat yang terbukti efektif dalam mencegah penyebaran berbagai penyakit menular, termasuk diare dan infeksi saluran pernapasan. Oleh karena itu, upaya untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman mengenai CTPS menjadi prioritas utama dalam program ini. Melalui interaksi langsung dengan anak-anak di wilayah sekolah, kami mendapatkan bahwa masih banyak anak-anak di Desa Parparean I yang belum sepenuhnya memahami pentingnya mencuci tangan dengan baik, dan bahkan belum menjadikannya sebagai kebiasaan sebelum makan. Padahal, tangan merupakan salah satu media utama dalam penyebaran kuman dan bakteri penyebab penyakit. Kami menyadari bahwa kebiasaan mencuci tangan sangat perlu dilakukan, meskipun tampak sederhana, kegiatan ini merupakan salah satu tindakan sanitasi paling mendasar yang memiliki dampak signifikan terhadap kesehatan. (Ervira et al., 2021) Mencuci tangan dengan sabun adalah salah satu tindakan sanitasi dengan membersihkan tangan dan jari-jemari menggunakan air dan sabun untuk membersihkan tangan dan memutuskan mata rantai kuman. Berdasarkan hasil interaksi dengan anak-anak di wilayah sekolah, program sosialisasi cuci tangan ini dirancang untuk meningkatkan pemahaman dan praktik kebersihan dalam kehidupan sehari-hari anak-anak di Desa Parparean I. Kami berupaya memberikan edukasi mengenai langkah-langkah yang benar dalam mencuci tangan sesuai standar kesehatan, serta mendampingi mereka secara langsung dalam praktik CTPS menggunakan sabun dan air mengalir.

Tujuan utamanya adalah untuk menanamkan kebiasaan baik ini sejak dulu, sehingga mereka memiliki rasa peduli yang tinggi terhadap kebersihan dan kesehatan diri sendiri. Dengan melatih kebiasaan anak-anak dalam kebersihan seperti mencuci tangan yang dapat meningkatkan rasa peduli terhadap kebersihan, oleh karena itu peserta KPPM yang melakukan pengabdian di desa Parparean I melaksanakan program cuci tangan kepada anak-anak sekolah dasar di mana peserta KPPM menjelaskan Langkah-Langkah yang benar dalam mencuci tangan sesuai dengan standar Kesehatan, selain menjelaskan secara teori para peserta KPPM juga melakukan praktik dengan mendampingi anak-anak secara langsung dalam mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir, menurut (Sagune et al., 2021) tangan merupakan bagian tubuh yang paling sering bersentuhan langsung dengan mulut dan hidung, terkesan sederhana, kebiasaan mencuci tangan memakai sabun sangat penting terhadap kesehatan anak yang dapat mencegah terjadinya penularan penyakit. (Sarashy et al., 2023). Peserta KPPM juga menjelaskan kapan saja mereka harus mencuci tangan, seperti sebelum makan, setelah bermain, dan setelah menggunakan toilet. Dampak positif dari kebiasaan mencuci tangan dengan adanya pelatihan dan pendampingan yang dilakukan peserta KPPM diharapkan anak-anak sekolah dasar yang ada di desa tersebut dapat mengikuti kebiasaan mencuci tangan dengan baik, sehingga dapat meningkatkan kesadaran terhadap hidup sehat dan kebersihan pada diri sendiri sehingga dapat mengurangi resiko penyebaran penyakit menular. Dengan dilakukannya kegiatan ini peserta KPPM mengharapkan program implementasi kebersihan dan hidup sehat melalui sosialisasi cuci tangan yang baik semoga dapat diwujudkan secara berkala.

2. METODE

Kegiatan ini menggunakan pendekatan metode pelaksanaan. Data diperoleh melalui observasi, wawancara dengan para siswa, serta dokumentasi terkait implementasi program di mana berbagai langkah dilakukan untuk memastikan data yang diperoleh dapat memberikan gambaran yang jelas dan mendalam mengenai implementasi program yang sedang berlangsung. Dalam proses pengumpulan data, dimulai dengan melakukan observasi secara langsung di lapangan untuk

melihat bagaimana program diterapkan dalam situasi nyata, kemudian dilanjutkan dengan melakukan wawancara mendalam bersama para siswa untuk menggali lebih banyak informasi mengenai pengalaman, pendapat, serta persepsi mereka terhadap program tersebut. Selain itu, kami juga mengumpulkan berbagai bentuk dokumentasi yang berkaitan dengan pelaksanaan program, seperti foto kegiatan, yang bertujuan untuk memberikan bukti konkret serta memperkuat analisis terhadap keberhasilan program. metode sosialisasi yang digunakan meliputi :

1. Sosialisasi kepada siswa : Edukasi mengenai pentingnya mencuci tangan serta praktik mencuci tangan yang benar. Dalam kegiatan ini, para siswa akan diajarkan tentang berbagai manfaat dari mencuci tangan, seperti mengurangi risiko infeksi dan menjaga kesehatan diri serta orang-orang di sekitar mereka.



Gambar 1. Penyuluhan & Demonstrasi

2. Pembagian sabun Cuci Tangan: Pengadaan sarana cuci tangan di sekolah dilakukan supaya mereka memiliki akses yang lebih baik untuk menjaga kebersihan tangan. Dengan menyediakan sabun dan air mengalir., diharapkan siswa dapat lebih rutin mencuci tangan, terutama sebelum dan setelah makan, serta setelah beraktivitas di luar kelas. Upaya ini tidak hanya bertujuan untuk mencegah penyebaran penyakit, tetapi juga untuk membentuk kebiasaan hidup sehat sejak dini di kalangan anak-anak.



Gambar 2. Penyediaan Fasilitas Cuci Tangan

3. Pendampingan: Penyebaran informasi melalui kegiatan edukatif di sekolah. dilakukan dengan menanyikan lagu enam langkah langkah "cara Mencuci Tangan" agar anak-anak lebih mudah memahami cara mencuci tangan dengan benar. Metode ini dibuat sederhana dan menyenangkan sehingga anak-anak tidak mudah bosan dan dapat mengingat langkah-langkahnya dengan baik.



Gambar 3. Pendamoingan

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pelaksanaan program kebersihan dan hidup sehat yang dilaksanakan oleh peserta KPPM pada tanggal 26 Februari 2025 menunjukkan dampak positif yang signifikan. Setelah implementasi program, kesadaran masyarakat mengenai pentingnya kebersihan tangan meningkat pesat. Anak-anak di sekolah menjadi lebih disiplin dalam mencuci tangan, dan banyak keluarga mulai menyediakan fasilitas cuci tangan di rumah mereka masing-masing.

Kegiatan ini dimulai dengan sosialisasi yang melibatkan pendampingan langsung kepada anak-anak untuk mempraktikkan cara mencuci tangan yang baik dan benar. Selain itu, peserta KPPM mengajarkan anak-anak dengan menggunakan lagu tentang cara mencuci tangan, sehingga proses belajar menjadi lebih menyenangkan dan mudah diingat. Hasilnya, angka penularan penyakit seperti diare mengalami penurunan yang signifikan, menunjukkan bahwa upaya ini tidak hanya berhasil meningkatkan kesadaran, tetapi juga berkontribusi pada kesehatan masyarakat secara keseluruhan.

4. SIMPULAN

Program sosialisasi mencuci tangan dengan baik dan benar di Desa Parparean I telah berhasil dilaksanakan dengan lancar dan sesuai rencana. Kegiatan ini melibatkan anak-anak di desa tersebut dalam praktik langsung mencuci tangan yang benar, disertai dengan edukasi yang menarik dan mudah dipahami. Setelah pelaksanaan program, terlihat perubahan positif di mana anak-anak mulai rutin menerapkan kebiasaan mencuci tangan dalam kehidupan sehari-hari mereka. Hal ini menunjukkan bahwa tujuan utama program, yaitu meningkatkan kesadaran akan pentingnya kebersihan tangan, telah tercapai dengan baik.

Selain itu, dampak positif dari program ini tidak hanya dirasakan oleh anak-anak tetapi juga oleh masyarakat secara umum. Kesadaran terhadap pentingnya menjaga kebersihan semakin meningkat, dan perilaku hidup sehat mulai menjadi bagian dari kebiasaan sehari-hari masyarakat desa. Keberhasilan ini menjadi bukti bahwa edukasi yang dilakukan secara berkelanjutan serta dukungan dari berbagai pihak sangat berpengaruh dalam menciptakan lingkungan yang lebih sehat. Dengan terlaksananya program ini secara baik, Desa Parparean I kini sudah meningkatkan upaya kualitas kesehatan masyarakat melalui langkah-langkah sederhana namun efektif seperti mencuci tangan.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Adista, N. F., & Yulvia, N. T. (2021). Pengaruh penyuluhan mencuci tangan dengan media poster terhadap praktik cuci tangan pada kelompok usia anak sekolah di kampung Pejaten Kramatwatu Serang. *Jurnal Riset Kebidanan Indonesia*, 5(2), 99–102. <https://doi.org/10.32536/jrki.v5i2.181>
- Ervira, F., Panadia, Z. F., Veronica, S., & Herdiansyah, D. (2021). Penyuluhan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) dan Pemberian Vitamin untuk Anak-Anak. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 4(1), 234–239. <https://www.unicef.org/indonesia/sites/unicef.org.indonesia/files/2020-05/Panduan-Praktis-untuk-Pelaku-Bisnis-dalam-mendukung-WASH-2020.pdf>
- Sagune, N. S. R., Engkeng, S., & Punuh, M. I. (2021). Pengaruh Penyuluhan Cuci Tangan Pakai Sabun terhadap Sikap Pencegahan Diare Pada Peserta Didik di SD GMIST Imanuel Ondong Kabupaten Sitaro. *Jurnal Kesmas*, 10(1), 23–30. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/32215>
- Sarashy, N. B. H., Cahyani, C. N., Fadhilah, L. N., Hanifah, S. Y., & Widiarini, R. (2023). Penyuluhan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) sebagai Upaya Peningkatan Kualitas Kesehatan di Lingkungan Sekolah. *APMa Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 87–94. <https://doi.org/10.47575/apma.v3i2.375>
- Hasibuan, A. Z., Yadi, H., Linda, R., Andjolie, T., Rawitri, K., & Wahyuni, S. (2023). Sosialisasi cuci tangan pakai sabun (CTPS) serta kesehatan gigi dan mulut di SD Negeri 102096 Desa Binjai Kecamatan Tebing Syahbandar. *Community Development Journal*, 4(6), 13239–13246
- Tsinallah, N., Hana, Zahran, A., & Fajrini, F. (2022). Peningkatan pengetahuan anak usia dini terhadap perilaku cuci tangan dengan penerapan media modern. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat 2022 Universitas Muhammadiyah Jakarta*, 148-UMJ-KS. Retrieved from <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>

- Rahayu, V. H., Prasasti, A., Hermawati, A., Pradwika, H. A., & Lageni, I. B. (2022). Sosialisasi mencuci tangan yang baik dan benar di SDN Barengkok 01. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat 2022 Universitas Muhammadiyah Jakarta*, 110-UMJ-KS. Retrieved from <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>
- Kusuma, S. A., Nafii, F., Al Awali, S. A., & Amin, N. L. (2021). Mengedukasi cara mencuci tangan yang benar, pemasangan poster kesehatan, dan pembagian vitamin di kampung pemulung Ciputat. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat 2021 Universitas Muhammadiyah Jakarta*, 53-UMJ-KKN. Retrieved from <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>
- Hardanto, K. F., Hatta, A. C., & Rahmadani, M. (2021). Sosialisasi sanitasi total berbasis masyarakat pilar 2 : Cuci tangan pakai sabun dengan air mengalir dan bantuan alat kesehatan pada masa pandemi Covid-19. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat 2021 Universitas Muhammadiyah Jakarta*, 163-UMJ-KKN. Retrieved from <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>
- Astirin, O. P., Ramadhan, D. A., & Utomowati, R. (2021). Optimalisasi peran masyarakat dalam mekanisme pencegahan infeksi Covid-19 dalam program KKN melalui program pendidikan dan kesehatan di kawasan Kabupaten Kulonprogo dan Bantul. *Jurnal SEMAR*, 10(1), 45-50. Retrieved from <https://jurnal.uns.ac.id/jurnal-semar>
- Herdiansyah, D., Elvira, F., Panadia, Z. F., & Veronica, S. (2021). Edukasi cuci tangan pake sabun (CTPS) dan pemberian vitamin pada anak-anak. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat 2021 Universitas Muhammadiyah Jakarta*, 07-UMJ-KS. Retrieved from <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>
- Andriyansyah, M. F., Amy, R. D., Margarettha, V., & Indah, M. M. (2020). Kampanye pentingnya himbauan mencuci tangan melalui media pamflet di masa pandemi Covid-19. *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat*, 1(4), 294-299.
- Prayogo, D. I., Widyasari, A., Azizah, N., & Fauziah, M. (2022). Penyuluhan kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dan cara cuci tangan pakai sabun. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat 2022 Universitas Muhammadiyah Jakarta*, 131-UMJ-KS. Retrieved from <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>
- Nurpratiwi, E., Maulida, R., Syahdiani, S., & Hendrawati, T. Y. (2021). Pengabdian masyarakat cara cuci tangan dengan baik dan benar serta pembagian sabun cuci tangan pada era pandemi di Cirendeuy Tangerang Selatan. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat 2021 Universitas Muhammadiyah Jakarta*, 29-UMJ-KKN. Retrieved from <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>.
- Ambarwati, A. S., Aini, A. I., Budiarto, D. A., Haenisa, N. N., & Andriyani, L. (2021). Edukasi perilaku hidup bersih dan sehat (cuci tangan pakai sabun) untuk mencegah transmisi COVID-19. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat 2021 Universitas Muhammadiyah Jakarta*, 41-UMJ-KKN. Retrieved from <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>.