



Penerapan Peningkatan Pengetahuan dan Perilaku Kebiasaan Cuci Tangan Melalui Metode Bermain Efektif di TK Al-Iman, Padi, Desa Bontomacinna, Kecamatan Gantarang, Kabupaten Bulukumba

Implementation of Increasing Knowledge and Behavior of Handwashing Habits Through Effective Play Methods at Al-Iman Kindergarten, Padi, Bontomacinna Village, Gantarang District, Bulukumba Regency

Susiani^{1*}, Tri Surya Ayu Lestari², Hera³, Ismatul Auliyah⁴, Nur Azila Putri⁵

^{1,2,3,4,5} Program Studi Kebidanan, Akademi Kebidanan Tahirah Al Baeti Bulukumba, Indonesia

*Penulis Korespondensi: susiani1909@gmail.com

Article History:

Naskah Masuk: 18 Oktober 2025;

Revisi: 22 November 2025;

Diterima: 29 Desember 2025;

Terbit: 31 Desember 2025.

Keywords: Children; Early Years; Education; Handwashing; Health.

Abstract. The age of 4-6 years is an age that is vulnerable to disease because it is at this age that children's motoric starts to be active. Without realizing it, what children do is often close to germs that can cause diseases such as flu, cough, diarrhea. Hand washing is the process of mechanically removing dirt and dust from the skin surface and reducing the number of microorganisms. The purpose of hand washing is to eliminate the number of microorganisms. This activity is carried out through the means of joint learning activities in the form of face-to-face in groups, given counseling, including: material and practice of wet hand washing with running water and soap and dry hand washing with a hand sanitaizer. The results of this activity were analyzed using a fun learning method. The data used is numerical data from the observation of hand washing skills checklist. From the test results there is an effect of providing counseling on hand washing techniques on the hand washing skills of kindergarten students. The habit of washing hands using soap from an early age, it is hoped that later they will become a generation that is aware of the importance of cleanliness, not only personal hygiene, but also environmental hygiene. Not only that, with this simple thing that is done regularly and purposefully, children will later learn to do other habits correctly. One way to prevent children from getting sick is by washing hands. This handwashing habit should be instilled since.

Abstrak

Usia 4-6 tahun merupakan usia yang rentan terhadap penyakit karena pada usia inilah motorik anak mulai aktif. Tanpa disadari, apa yang anak-anak lakukan seringkali dekat dengan kuman-kuman yang dapat menyebabkan penyakit seperti flu, batuk, diare. Mencuci tangan merupakan proses membuang kotoran dan debu secara mekanisme dari permukaan kulit dan mengurangi jumlah mikroorganisme. Tujuan cuci tangan adalah untuk menghilangkan jumlah mikroorganisme. Kegiatan ini dilakukan melalui sarana kegiatan belajar bersama dalam bentuk tatap muka dalam kelompok, penyuluhan diberikan, meliputi: materi dan praktik mencuci tangan basah dengan air mengalir dan sabun serta cuci tangan kering dengan hand sanitaizer. Hasil kegiatan ini dianalisis menggunakan metode pembelajaran yang menyenangkan (*fun learning*). Dari hasil uji terdapat pengaruh pemberian penyuluhan teknik mencuci tangan terhadap keterampilan mencuci tangan siswa TK. Kebiasaan cuci tangan menggunakan sabun sejak dini, diharapkan nantinya mereka akan menjadi generasi yang sadar akan pentingnya kebersihan, tidak hanya kebersihan diri sendiri, tapi juga kebersihan lingkungan. Tidak hanya itu, dengan hal sederhana yang dilakukan secara rutin dan terarah ini nantinya anak-anak akan belajar untuk melakukan kebiasaan-kebiasaan lain dengan benar. Salah satu cara untuk mencegah anak-anak terserang penyakit tersebut adalah dengan mencuci tangan. Kebiasaan mencuci tangan ini seharusnya memang ditanamkan sejak dini.

Kata Kunci: Anak; Cuci Tangan; Kesehatan; Pendidikan; Usia Dini.

1. PENDAHULUAN

Usia prasekolah merupakan masa penting dalam pembentukan kebiasaan hidup sehat anak. Anak usia 4–6 tahun termasuk dalam kelompok yang rentan terhadap berbagai penyakit infeksi seperti flu, batuk, dan diare. Hal ini disebabkan karena pada usia tersebut anak mulai

aktif secara motorik dan sering berinteraksi langsung dengan lingkungan sekitar tanpa menyadari bahaya kuman dan mikroorganisme yang menempel di tangan. Kurangnya kesadaran akan pentingnya kebersihan diri, khususnya kebersihan tangan, menjadi salah satu faktor utama penyebaran penyakit pada anak-anak usia dini (Rahmawati, F., & Inrayani, A. 2021).

Mencuci tangan merupakan salah satu perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yang paling sederhana namun efektif dalam mencegah penularan penyakit. Kegiatan mencuci tangan dengan benar dapat menghilangkan kotoran, debu, serta mikroorganisme dari permukaan kulit, sehingga dapat memutus rantai penularan penyakit menular. Kebiasaan ini sebaiknya ditanamkan sejak dini agar menjadi perilaku yang melekat hingga dewasa (Hapsari, R., & Wulandari, S. 2020).

Berdasarkan data jurnal Internasional WHO, frekuensi anak mencuci tangan tidak benar 56%, sedangkan dari data *Survey Health Service Programme* terdapat 15% anak tidak cuci tangan dengan benar. Data di Jawa Timur sebanyak 23,7% anak mencuci tangan tidak benar (Saptiningsih, 2014).

Mencuci tangan dengan air bersih dan sabun karena apabila menggunakan air yang tidak bersih, banyak mengandung kuman dan bakteri penyebab penyakit sehingga kuman berpindah ke tangan. Pada saat makan, kuman dengan cepat masuk ke dalam tubuh, yang dapat menimbulkan penyakit. Sabun dapat membersihkan kotoran dan membunuh kuman, karena tanpa sabun kotoran dan kuman masih tertinggal di tangan (Saputri & Suryati, 2019).

Mencuci tangan yang benar dapat mengurangi risiko terserang penyakit seperti diare hingga 47% dan anak-anak juga terhindar dari penyakit lain seperti batuk dan flu. Anak-anak yang terbiasa menjaga kebersihan diri akan menjadi generasi muda yang sehat, aktif, serta berprestasi (Juliawan, Mirayanti, & Parwati, 2019).

Namun, pada kenyataannya masih banyak anak usia taman kanak-kanak (TK) yang belum memahami pentingnya mencuci tangan serta belum memiliki keterampilan mencuci tangan yang benar. Oleh karena itu, diperlukan metode pembelajaran yang menarik dan sesuai dengan tahap perkembangan anak agar pesan kesehatan dapat tersampaikan dengan baik. Salah satu metode yang efektif adalah metode bermain, karena bermain merupakan cara belajar yang menyenangkan dan alami bagi anak-anak. Melalui permainan, anak dapat belajar sambil melakukan, memahami konsep kebersihan, serta membentuk perilaku positif secara bertahap (Piaget, J 2013).

Pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku kebiasaan mencuci tangan melalui metode bermain pada anak usia 4–6 tahun. Dengan pendekatan ini

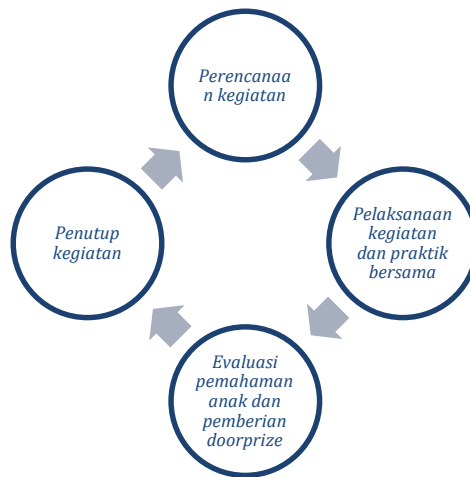
diharapkan anak tidak hanya memahami pentingnya mencuci tangan, tetapi juga mampu mempraktikkannya dalam kehidupan sehari-hari. Kebiasaan mencuci tangan sejak dini diharapkan dapat membentuk generasi yang sadar akan pentingnya kebersihan diri dan lingkungan, serta mampu mencegah terjadinya berbagai penyakit yang disebabkan oleh kurangnya perilaku hidup bersih (Sari, N. P., & Lestari D. 2020).

2. METODE

Kegiatan ini menerapkan metode pembelajaran yang menyenangkan (*fun learning*) dengan cara penyuluhan yang dikemas dalam nyanyian yang diperagakan, kemudian memperagakan aksi cuci tangan dengan baik dan benar, lalu praktek bersama dalam cuci tangan pakai sabun, dan menceritakan kembali pengalaman yang dirasakan oleh anak-anak. Kegiatan ini dilakukan pada 2 Mei 2025 yang melibatkan kelompok bermain TK Al-Iman. Peserta terdiri dari 13 anak usia dini bertempat di TK Al-Iman, Padi, Desa Bontomacinna, Kecamatan Gantarang, Kabupaten Bulukumba.

Proses penyuluhan dengan cara memperagakan 6 langkah cuci tangan sambil bernyanyi. Pada proses penyuluhan dan praktik, peserta yang terdiri dari para anak-anak TK ini akan dituntun untuk mempraktekkan 6 (enam) langkah cuci tangan yang baik dan benar menurut WHO. Langkah dimaksud adalah pertama telapak tangan digosok dengan sabun, kedua menggosok punggung telapak tangan secara bergantian kanan dan kiri, ketiga mensela-selai jari jemari juga dengan sabun, keempat ujung jari dicuci dengan bersih, kelima menggosok dan memutar ibu jari secara bergantian, dan yang keenam adalah letakkan semua ujung jari pada telapak tangan dan bersihkan dengan digosok secara perlahan menggunakan air mengalir. Kegiatan cuci tangan dengan sabun dilakukan berulang sebanyak 6 kali agar anak-anak mudah memahami langkah-langkah tersebut sembari mempraktekkan.

Mengukur tingkat pengetahuan dan efektivitas dari metode yang digunakan dilakukan dengan melakukan tanya jawab yang dilakukan secara lisan dengan cara menceritakan kembali proses dan waktu yang tepat untuk cuci tangan serta bagian apa yang menarik bagi anak-anak untuk memunculkan antusiasme anak-anak dalam menjawab pertanyaan lalu diakhiri dengan praktek langsung dengan mencuci tangan pakai sabun dan air mengalir, lalu mengeringkan dengan kertas tisu. *Doorprize* diberikan kepada anak-anak yang dapat menjawab pertanyaan dengan benar agar lebih semangat.



Gambar 1. Diagram Alur Metode Kegiatan.

3. HASIL

Kegiatan edukasi cuci tangan dengan metode *fun learning* dilaksanakan pada tanggal 2 Mei 2025 di TK Al-Iman, Desa Padi, Kecamatan Gantarang, Kabupaten Bulukumba. Kegiatan ini diikuti oleh 13 anak usia 4–6 tahun. Kegiatan diawali dengan pengenalan, penyampaian tujuan kegiatan, dan penjelasan singkat mengenai pentingnya mencuci tangan.

Sebelum kegiatan edukasi dilakukan, hasil observasi menunjukkan bahwa sebagian besar anak-anak di TK Al-Iman sudah memiliki kebiasaan mencuci tangan, namun belum melakukannya dengan benar. Sebagian besar anak mencuci tangan hanya dengan air tanpa menggunakan sabun, dan sering kali melewatkan beberapa bagian penting seperti sela-sela jari dan punggung tangan. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun anak-anak sudah terbiasa mencuci tangan, mereka belum memahami tujuan dan cara mencuci tangan yang benar.

Setelah diberikan penyuluhan dengan metode bermain sambil belajar (*fun learning*) yang dikemas melalui nyanyian, peragaan, dan praktik langsung, terjadi perubahan yang cukup signifikan pada perilaku anak-anak. Mereka mulai memahami bahwa mencuci tangan yang benar harus menggunakan sabun dan air mengalir untuk menghilangkan kuman dan kotoran.

Saat kegiatan praktik berlangsung, anak-anak tampak antusias memperagakan enam langkah mencuci tangan sesuai pedoman WHO. Mereka menyebutkan bahwa sabun digunakan agar tangan menjadi bersih dan wangi. Ketika sesi tanya jawab dilakukan, hampir semua anak mampu menjawab bahwa mencuci tangan sebaiknya dilakukan sebelum makan, setelah bermain, dan setelah dari toilet — serta harus selalu menggunakan sabun.

Hasil pengamatan menunjukkan peningkatan kemampuan anak dalam melakukan langkah mencuci tangan dengan benar dan meningkatnya kesadaran akan pentingnya penggunaan sabun. Anak-anak juga terlihat lebih disiplin dan saling mengingatkan teman-temannya untuk mencuci tangan dengan sabun setelah beraktivitas.

Sebanyak 13 anak yang terdiri dari 9 laki-laki dan 4 perempuan mengikuti penyuluhan mencuci tangan pakai sabun (CTPS) dengan baik dan benar. Sebanyak 2 anak sudah dapat melakukan CTPS dengan baik dan benar sebelum dilakukan penyuluhan dan sebanyak 13 anak dapat melakukan CTPS dengan baik dan benar sehingga terjadi peningkatan 6 kali lipat dari sebelum penyuluhan dan 1 anak lainnya masih membutuhkan bimbingan.

Dengan demikian, kegiatan edukasi melalui metode bermain terbukti berhasil meningkatkan pengetahuan dan perilaku kebersihan anak-anak, khususnya dalam kebiasaan mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir.

4. DISKUSI

Kegiatan edukasi cuci tangan dengan metode *fun learning* yang dilakukan di TK Al-Iman menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran yang menyenangkan dan interaktif sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan serta perilaku kebersihan pada anak usia dini. Anak-anak usia 4–6 tahun berada pada tahap perkembangan kognitif praoperasional menurut teori Piaget, di mana proses belajar berlangsung melalui aktivitas konkret seperti bermain, meniru, bernyanyi, dan melakukan secara langsung. Oleh karena itu, metode yang melibatkan nyanyian, gerakan, dan praktik langsung menjadi cara yang tepat untuk menanamkan kebiasaan mencuci tangan.

Selama kegiatan, terlihat antusiasme anak-anak yang tinggi dalam mengikuti nyanyian serta memperagakan enam langkah mencuci tangan sesuai pedoman WHO. Pengulangan praktik sebanyak enam kali membantu anak-anak mengingat urutan langkah dengan lebih baik. Hal ini sejalan dengan penelitian Sari & Lestari (2022) yang menunjukkan bahwa penggunaan metode bermain edukatif dapat meningkatkan pemahaman konsep kebersihan pada anak prasekolah secara signifikan.

Selain itu, kegiatan tanya jawab secara lisan dan menceritakan kembali pengalaman mencuci tangan juga membantu melatih kemampuan anak dalam mengingat serta memahami waktu yang tepat untuk mencuci tangan. Anak-anak mampu menjelaskan bahwa mencuci tangan dilakukan sebelum makan, setelah bermain, dan setelah dari toilet. Ini menunjukkan adanya peningkatan pemahaman terhadap pentingnya menjaga kebersihan diri.

Pemberian *doorprize* terbukti menjadi salah satu bentuk motivasi positif yang efektif. Anak-anak tampak lebih bersemangat untuk menjawab pertanyaan dan mengikuti kegiatan hingga akhir. Hal ini sesuai dengan pendapat Hurlock (2011) bahwa pemberian penghargaan sederhana pada anak usia dini dapat memperkuat perilaku positif dan menumbuhkan minat belajar.

Faktor pendukung utama keberhasilan kegiatan ini adalah keterlibatan aktif guru dan suasana pembelajaran yang menyenangkan. Anak-anak lebih mudah menerima pesan kesehatan ketika disampaikan melalui permainan, lagu, dan aktivitas kelompok dibandingkan dengan ceramah biasa. Menurut Rahmawati & Indrayani (2021) metode edukasi yang menggunakan pendekatan bermain dapat meningkatkan efektivitas penyuluhan kesehatan anak karena sesuai dengan karakteristik belajar anak usia dini yang cenderung aktif dan eksploratif.

Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan anak tentang pentingnya mencuci tangan, tetapi juga membentuk kebiasaan positif yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Apabila kegiatan seperti ini dilakukan secara rutin dan berkelanjutan, maka diharapkan anak-anak akan tumbuh menjadi individu yang sadar kebersihan diri dan lingkungan sejak dini.

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini sudah dilakukan sesuai tahap yang direncanakan dari awal. Kegiatan ini dilakukan bersama anak-anak Tk, tim Dosen dan Mahasiswa. Pada Gambar 2 dan Gambar 3 adalah jalannya kegiatan yang dilakukan pada saat



Gambar 2. Penyuluhan tentang peningkatan pengetahuan dan perilaku kebiasaan cuci tangan.



Gambar 3. Foto bersama anak-anak Tk Al-Iman dalam penerapan peningkatan pengetahuan dan perilaku kebiasaan cuci tangan.



Gambar 4. Salah satu anak memperagakan langsung langkah-langkah cuci tangan.

Pada gambar 4 adalah kegiatan salah satu anak TK Al-Iman sedang memperagakan enam langkah mencuci tangan yang benar sesuai pedoman WHO dengan metode bermain sambil bernyanyi. Kegiatan ini dilakukan secara berulang agar anak-anak lebih mudah mengingat dan mempraktikkan setiap langkah mencuci tangan dengan benar.

5. KESIMPULAN

Sebanyak 13 anak yang terdiri dari 9 laki-laki dan 4 perempuan mengikuti penyuluhan mencuci tangan pakai sabun (CTPS) dengan baik dan benar. Sebanyak 2 anak sudah dapat melakukan CTPS dengan baik dan benar sebelum dilakukan penyuluhan dan sebanyak 13 anak dapat melakukan CTPS dengan baik dan benar sehingga terjadi peningkatan 6 kali lipat dari sebelum penyuluhan dan 1 anak lainnya masih membutuhkan bimbingan. Kegiatan ini diharapkan dapat dipraktekkan secara terus-menerus hingga menjadi kebiasaan yang baik, sehingga dapat menjadi generasi yang menerapkan pola hidup bersih dan sehat salah satunya dengan kegiatan cuci tangan pakai sabun dan air mengalir.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Tim pelaksana pengabdian mengucapkan terima kasih kepada Kepala Sekolah dan seluruh guru TK Al- Iman atas kerja sama dan dukungan penuh selama kegiatan berlangsung. Terima kasih juga disampaikan kepada anakanak yang telah mengikuti kegiatan dengan semangat dan antusiasme tinggi. Ucapan terima kasih yang tulus juga ditujukan kepada institusi dan pihak-pihak yang telah memberikan dukungan moral, material, dan administratif sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR REFERENSI

- Bangun, H. A., Sinaga, L. R. V., Manurung, J., Asnawati, & Siregar, R. N. (2020). Sosialisasi cuci tangan pakai sabun di PAUD dan taman kanak-kanak Sekolah Sinar Mentari Desa Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang Sumatera Utara. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 1(1), 59–68.
- Diaz, A. S., Ginting, K. A., Ritonga, R. R., Tampubolon, R. E., & Purba, S. U. (2025). Edukasi kesehatan: Mencuci tangan yang efektif untuk anak usia dini di TK Al-Shafa Kabupaten Deli Serdang. *Jurnal Pengmas Kestra (JPK)*, 5(1), 160–165. <https://doi.org/10.35451/rmkjs636>
- Herwanti, B., Febriani, C. A., & Ekasari, F. (2021). Pengaruh edukasi metode bernyanyi dan video animasi cuci tangan pakai sabun terhadap kemampuan mencuci tangan dengan benar pada siswa-siswi taman kanak-kanak. *Holistik: Jurnal Kesehatan*, 15(4), 647–654. <https://doi.org/10.33024/hjk.v15i4.5647>
- Mardiawati, D., Handayuni, L., Maisharoh, Frista, T. E., Marsela, P., Yuniar, M., & Naftalia, A. (2020). Edukasi dan demonstrasi cuci tangan untuk meningkatkan PHBS pada anak di taman kanak-kanak (TK). *Jurnal Abdidas*, 1(6), 735–741. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v1i6.153>
- Marlina, E. D., & Syaripah, R. (2024). Pendidikan kesehatan tentang mencuci tangan pada anak usia dini di TK Al-Husnayain Kota Bekasi. *Segantang Lada: Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 2(1), 12–18. <https://doi.org/10.53579/segantang.v2i1.166>
- Rotinsulu, R. A. J. (2025). Peningkatan pengetahuan melalui media audio visual tentang cara mencuci tangan yang baik dan benar pada siswa taman kanak-kanak Katolik St. Fransiskus Xaverius Pineleng. *Masyarakat Mandiri: Jurnal Pengabdian dan Pembangunan Lokal*, 2(3), 237–247. <https://doi.org/10.62951/masyarakatmandiri.v2i3.1950>
- Suganda, A., Ardianty, S., & Iswari, M. F. (2021). Pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode bernyanyi terhadap pelaksanaan cuci tangan pakai sabun pada anak TK Negeri Cempaka. *Jurnal Masker Medika*, 9(1). <https://doi.org/10.52523/maskermedika.v9i1.446>
- Suprpto, R., Hayati, M., Nurbaity, S., Anggraeni, F., Haritsatama, S., Sadida, T. Q., Firoh, A., & Pratama, F. A. (2020). Pembiasaan cuci tangan yang baik dan benar pada siswa taman kanak-kanak (TK) di Semarang. *Jurnal Surya Masyarakat*, 2(2), 139–145. <https://doi.org/10.26714/jsm.2.2.2020.139-145>
- Tirtasari, S., Novendy, Dzahabiyah, T. Y., & Hidayat, K. P. (2025). Edukasi dan praktik cuci tangan sebagai langkah pencegahan penyakit infeksi pada anak usia dini. *Jurnal Serina Abdimas*, 3(2), 437–444. <https://doi.org/10.24912/jsa.v3i2.34934>
- Yuhara, N. A. (2021). Menanamkan kebiasaan cuci tangan pakai sabun pada anak usia dini. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat: Kesehatan (JPKMK)*, 1(1).