

Pelatihan Pembuatan Sabun Cair Sederhana sebagai Upaya Peningkatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa Kelas 5 Sekolah Dasar Negeri Ngaliyan 3

Rizqi 'Aidah Istiqomah^{1*}, Shofi Ainia², Siti Yasmin³, Dian Tauhidah⁴

^{1*,2,3,4} Pendidikan Biologi, Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, Kota Semarang, Provinsi Jawa Tengah, Indonesia.

Corresponding Email: 23080860018@student.walisongo.ac.id^{1*}

Histori Artikel:

Dikirim 5 Mei 2026; *Diterima dalam bentuk revisi* 25 Juni 2026; *Diterima* 30 Juni 2026; *Diterbitkan* 10 September 2026. Semua hak dilindungi oleh Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) STMIK Indonesia Banda Aceh.

Abstrak

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman siswa mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), keterampilan mencuci tangan pakai sabun yang benar, serta kemampuan membuat sabun cair sederhana pada siswa kelas V SD Negeri Ngaliyan 3. Kegiatan ini dilatarbelakangi oleh masih terbatasnya pemahaman siswa tentang PHBS dan belum optimalnya penerapan kebiasaan cuci tangan pakai sabun akibat keterbatasan fasilitas pendukung, terutama ketersediaan sabun meskipun wastafel telah tersedia. Metode yang digunakan berupa pendekatan edukatif-interaktif melalui penyuluhan PHBS, praktik cuci tangan enam langkah, pelatihan pembuatan sabun cair sederhana, serta evaluasi menggunakan pretest dan posttest. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa sebesar 8% setelah intervensi. Selain itu, siswa memperoleh keterampilan praktis dalam mencuci tangan dengan benar dan membuat sabun cair yang dapat digunakan untuk mendukung kebersihan di lingkungan sekolah. Meskipun demikian, hasil evaluasi menunjukkan bahwa masih terdapat kesenjangan antara pengetahuan dan penerapan perilaku siswa dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, kegiatan ini memberikan manfaat jangka pendek berupa peningkatan pemahaman dan keterampilan siswa terkait PHBS, namun masih diperlukan pendampingan dan pembiasaan secara berkelanjutan agar perubahan perilaku sehat dapat diterapkan secara konsisten.

Kata Kunci: Cuci Tangan; Edukasi Kesehatan; Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS); Sabun Cair; Siswa Sekolah Dasar.

Abstract

This community service activity aimed to improve students' understanding of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS), proper handwashing skills using soap, and the ability to make simple liquid soap among fifth-grade students at SD Negeri Ngaliyan 3. This activity was motivated by the limited understanding of PHBS among students and the suboptimal implementation of handwashing habits with soap due to inadequate supporting facilities, particularly the lack of soap availability despite the presence of sinks. The methods used were an educational-interactive approach through PHBS counseling, six-step handwashing practice, simple liquid soap-making training, and evaluation using pretests and posttests. The results showed an 8% increase in students' understanding after the intervention. In addition, students gained practical skills in proper handwashing and in making liquid soap that could be used to support cleanliness in the school environment. However, the evaluation results also indicated that there was still a gap between students' knowledge and the implementation of healthy behaviors in daily life. Therefore, this activity provided short-term benefits in the form of improved understanding and skills related to PHBS, although continuous assistance and habituation are still needed to ensure consistent implementation of healthy behavior changes.

Keyword: Handwashing; Health Education; Clean and Healthy Living Behavior (PHBS); Liquid Soap; Elementary School Students.

1. Pendahuluan

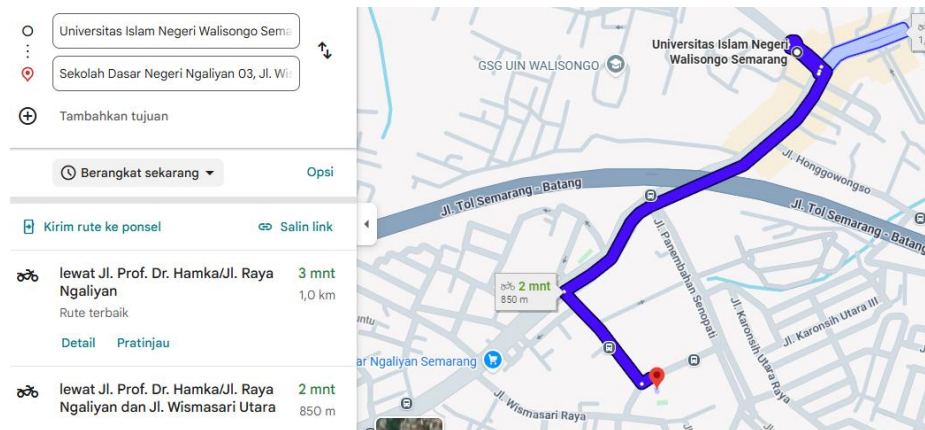
Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu upaya strategis dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat baik secara global maupun nasional. Program PHBS bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan masyarakat dalam menerapkan perilaku hidup sehat sehingga tercapai kondisi kesehatan yang optimal (Wikurendra, 2018). Salah satu indikator utama PHBS adalah kebiasaan mencuci tangan dengan sabun yang terbukti efektif dalam mencegah berbagai penyakit menular. Secara global dan nasional, praktik mencuci tangan dengan sabun masih tergolong rendah. Data menunjukkan bahwa di Indonesia, perilaku mencuci tangan masyarakat masih belum optimal, di mana hanya sekitar 17% anak usia sekolah dasar yang melakukan cuci tangan dengan sabun secara benar, dan hanya 18,5% masyarakat yang mencuci tangan pada lima waktu penting (Hasanah & Mahardika, 2020). Padahal, kebiasaan mencuci tangan dengan sabun dapat menurunkan angka kejadian diare (Rohmah & Syahrul, 2017). Selain diare, berbagai penyakit infeksi seperti ISPA dan infeksi cacing juga berkaitan erat dengan rendahnya kebersihan tangan (Nasution *et al.*, 2024). Hal ini menunjukkan bahwa mencuci tangan dengan sabun memiliki peran penting sebagai upaya pencegahan dalam menjaga kesehatan individu maupun masyarakat. Sekolah dasar merupakan fase penting dalam pembentukan perilaku hidup sehat pada anak. Pada usia ini, anak berada dalam tahap perkembangan di mana kebiasaan yang ditanamkan akan cenderung terbawa hingga dewasa (Wulandari, 2018). Oleh karena itu, penerapan PHBS di sekolah menjadi bagian penting dari pendidikan kesehatan. Sekolah juga merupakan lingkungan strategis untuk intervensi karena memiliki sistem pembelajaran yang terstruktur serta dapat menjangkau banyak anak secara efektif (Wikurendra, 2018). Melalui pendidikan kesehatan di sekolah, diharapkan siswa tidak hanya memahami konsep PHBS tetapi juga mampu mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari. Namun, secara teoritis masih ditemukan berbagai permasalahan terkait penerapan PHBS pada anak sekolah dasar. Praktik PHBS, khususnya kebiasaan mencuci tangan, masih tergolong rendah dan belum sesuai dengan standar yang benar (Sundari *et al.*, 2025). Banyak siswa yang hanya mengetahui pentingnya mencuci tangan secara umum, tetapi belum memahami langkah-langkah yang benar serta waktu-waktu penting untuk melakukannya (Safrudin *et al.*, 2026). Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan yang dimiliki siswa masih bersifat umum dan belum mendalam.

Temuan di lapangan menunjukkan bahwa meskipun fasilitas seperti wastafel telah tersedia, namun belum didukung oleh sarana yang memadai seperti ketersediaan sabun. Selain itu, siswa sebenarnya telah memiliki pengetahuan dasar mengenai PHBS. Namun demikian, pengetahuan tersebut belum sepenuhnya dipahami dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Perilaku siswa masih menunjukkan kebiasaan mencuci tangan hanya dengan air tanpa sabun, serta belum memahami langkah-langkah mencuci tangan yang benar (Safrudin *et al.*, 2026). Dari segi pemahaman, sebagian besar siswa belum mengetahui secara jelas pengertian PHBS, tujuan PHBS, maupun jenis-jenis PHBS. Kondisi ini menunjukkan bahwa pelaksanaan PHBS di sekolah belum berjalan secara optimal (Sundari *et al.*, 2025). Fenomena ini menunjukkan adanya kesenjangan antara pengetahuan dan praktik, di mana individu mengetahui suatu perilaku yang benar tetapi tidak menerapkannya. Pemahaman siswa masih bersifat permukaan dan belum aplikatif, sehingga belum mampu mendorong perubahan perilaku secara nyata (Ni, 2026). Dalam konteks kesehatan, perubahan perilaku tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan, tetapi juga oleh faktor kebiasaan, lingkungan, dan ketersediaan fasilitas (Gebrillia, 2025). Apabila permasalahan ini tidak ditangani, maka akan menimbulkan berbagai dampak negatif. Mencuci tangan tanpa sabun terbukti tidak efektif dalam menghilangkan kuman dan virus, sehingga risiko penyebaran penyakit tetap tinggi (Putri, 2020). Hal ini dapat menyebabkan meningkatnya kejadian penyakit infeksi di kalangan siswa serta menghambat optimalisasi program PHBS di sekolah. Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan intervensi yang tidak hanya berfokus pada peningkatan pengetahuan, tetapi juga pada penyediaan sarana pendukung agar perilaku hidup bersih dan sehat dapat diterapkan secara berkelanjutan. Pelatihan pembuatan sabun cair dipilih sebagai salah satu solusi karena keterbatasan ketersediaan sabun di sekolah menjadi salah satu hambatan utama dalam penerapan kebiasaan mencuci tangan

dengan sabun. Melalui pelatihan ini, siswa tidak hanya memperoleh keterampilan membuat sabun cair secara mandiri, tetapi juga dapat memanfaatkan hasil sabun yang dibuat untuk digunakan di lingkungan sekolah sebagai pendukung praktik PHBS sehari-hari. Intervensi ini diharapkan mampu menghubungkan aspek pengetahuan, keterampilan, dan ketersediaan fasilitas secara terpadu. Oleh karena itu, kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman siswa sekolah dasar mengenai PHBS melalui edukasi kesehatan, meningkatkan keterampilan siswa dalam menerapkan langkah-langkah mencuci tangan dengan sabun yang benar, serta melatih siswa membuat sabun cair sebagai upaya mendukung ketersediaan sarana kebersihan di lingkungan sekolah (Rosmawati, 2025). Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di kalangan masyarakat, terutama anak sekolah dasar, melalui kegiatan edukasi PHBS dan pelatihan sabun. Dengan demikian, diharapkan tercipta generasi yang peduli terhadap kesehatan dan menerapkan gaya hidup sehat. Manfaat dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan anak-anak mengenai perilaku hidup bersih dan sehat yang dapat diaplikasikan baik di lingkungan sekolah maupun di lingkungan sekitar.

2. Metode

Kegiatan ini merupakan bentuk pengabdian kepada masyarakat yang diterapkan dengan menggunakan pendekatan edukatif dan interaktif, bertujuan untuk memastikan pemahaman siswa secara maksimal terkait Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Kegiatan dimulai dengan tahap persiapan berupa penyusunan materi edukasi PHBS yang disesuaikan dengan tingkat pemahaman siswa kelas V sekolah dasar, mencakup pengertian PHBS, pentingnya mencuci tangan, bahaya kuman, serta langkah-langkah mencuci tangan yang benar menggunakan media PowerPoint (PPT). Selain itu, disusun instrumen pretest dan posttest berupa 10 butir soal pilihan ganda untuk mengukur tingkat pengetahuan siswa mengenai PHBS, pentingnya mencuci tangan, langkah cuci tangan yang benar, serta hubungan penggunaan sabun dengan pencegahan penyakit. Instrumen soal telah divalidasi oleh dosen untuk memastikan kesesuaian isi dan tingkat pemahaman siswa sekolah dasar, di mana setiap jawaban benar diberikan skor 1 dan jawaban salah diberikan skor 0, kemudian hasil nilai dihitung dalam bentuk persentase tingkat pemahaman siswa. Sebelum penyampaian materi, dilakukan pretest dalam bentuk pertanyaan sederhana untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal siswa terkait PHBS dan mencuci tangan. Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan penyampaian materi melalui ceramah interaktif yang disertai tanya jawab dan diskusi singkat, dengan penyampaian materi secara bertahap mulai dari konsep PHBS hingga penerapannya dalam kehidupan sehari-hari. Selanjutnya, diberikan penjelasan mengenai tata cara mencuci tangan yang benar menggunakan enam langkah yang diiringi dengan kegiatan menyanyikan lagu mencuci tangan bersama, serta pelatihan pembuatan sabun cair sederhana. Setelah seluruh rangkaian kegiatan selesai, dilakukan posttest menggunakan instrumen soal yang serupa dengan pretest untuk mengukur peningkatan pemahaman siswa setelah diberikan edukasi. Hasil pretest dan posttest kemudian dibandingkan untuk melihat perubahan tingkat pengetahuan siswa terhadap PHBS dan praktik mencuci tangan yang benar. Kegiatan diakhiri dengan evaluasi melalui diskusi dan pemberian umpan balik terhadap hasil yang diperoleh siswa. Kegiatan Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 13 Maret 2026 pukul 07.30 - 11.00 WIB di Sekolah Dasar Negeri Ngaliyan 3, Kota Semarang, Provinsi Jawa Tengah.



Gambar 1. Map Lokasi Kegiatan

3. Hasil dan Pembahasan

3.1 Hasil

Kegiatan pelatihan pembuatan sabun cair sederhana dan edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Ngalyan 3 telah dilaksanakan dengan baik dan lancar. Kegiatan ini memberikan dampak positif terhadap pengetahuan siswa terkait pentingnya menjaga kebersihan diri, khususnya kebiasaan mencuci tangan. Materi edukasi disampaikan dalam satu kali pertemuan yang mencakup pengenalan PHBS, pentingnya mencuci tangan menggunakan sabun, bahaya kuman, serta langkah-langkah mencuci tangan yang benar. Sebelum kegiatan dimulai, siswa mengerjakan pretest untuk mengetahui tingkat pemahaman awal mereka. Selanjutnya, materi disampaikan melalui ceramah interaktif yang disertai tanya jawab dan diskusi singkat sehingga siswa dapat lebih memahami materi yang diberikan. Pada saat penyampaian materi, siswa terlihat aktif dan antusias dalam menjawab pertanyaan serta mengikuti jalannya kegiatan.



Gambar 2. Pengisian Pre Test



Gambar 3. Pemaparan Materi PHBS

Kegiatan dilanjutkan dengan penjelasan mengenai tata cara mencuci tangan yang benar menggunakan enam langkah, yang disampaikan secara runtut dan jelas kepada siswa. Setiap langkah dijelaskan mulai dari menggosok telapak tangan, punggung tangan, sela-sela jari, hingga bagian kuku dan ibu jari. Untuk memudahkan siswa dalam memahami dan mengingat urutan tersebut, penjelasan diiringi dengan lagu mencuci tangan yang dinyanyikan bersama, sehingga suasana pembelajaran menjadi lebih menyenangkan dan interaktif. Selain itu, siswa juga mengikuti pelatihan pembuatan sabun cair sederhana dengan bimbingan langsung dari pemateri. Pada kegiatan ini, siswa diperkenalkan dengan bahan-bahan yang digunakan serta tahapan pembuatan sabun cair secara sederhana. Proses pembuatan dijelaskan langkah demi langkah, mulai dari pencampuran bahan hingga sabun siap digunakan. Melalui kegiatan ini, siswa memperoleh pengalaman baru serta pemahaman terkait pentingnya penggunaan sabun dalam menjaga kebersihan tangan.



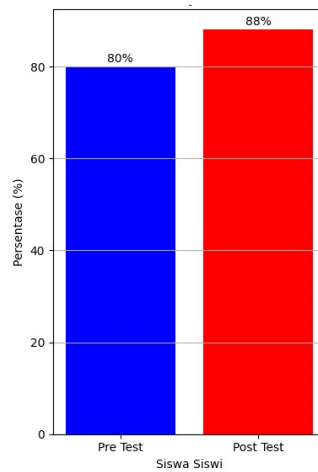
Gambar 4. Kegiatan Pembuatan Sabun

Setelah seluruh rangkaian kegiatan selesai, siswa mengerjakan posttest yang berisi pertanyaan terkait materi yang telah disampaikan. Kegiatan kemudian diakhiri dengan evaluasi melalui diskusi bersama, di mana siswa diberikan umpan balik untuk memperkuat pemahaman mereka terhadap materi PHBS yang telah dipelajari.



Gambar 5. Pengisian Post Test

Pada kegiatan edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) kepada siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Ngaliyan 3, seluruh siswa mengikuti kegiatan dengan antusias. Berdasarkan hasil pretest, tingkat pemahaman awal siswa mencapai 80% yang termasuk dalam kategori tinggi. Namun, saat dilakukan pendalaman materi, sebagian siswa masih belum mengetahui secara jelas mengenai pengertian, tujuan, dan kepanjangan dari PHBS. Selain itu, siswa juga belum memahami langkah-langkah mencuci tangan yang baik dan benar. Di lingkungan sekolah, fasilitas seperti wastafel sudah tersedia, namun belum dilengkapi dengan sabun sehingga praktik PHBS belum optimal.



Gambar 6. Grafik Hasil Pre Test dan Post Test

Setelah dilakukan penyampaian materi dan pelatihan pembuatan sabun cair sederhana, terjadi peningkatan hasil belajar siswa yang ditunjukkan melalui nilai posttest yang meningkat sebesar 8% dibandingkan dengan pretest. Selama kegiatan berlangsung, siswa terlihat aktif dalam mengikuti pembelajaran, terutama saat sesi tanya jawab dan saat menyanyikan lagu langkah-langkah mencuci tangan. Melalui kegiatan ini, diharapkan siswa tidak hanya memperoleh pemahaman tentang cara mencuci tangan yang benar serta bahaya kuman pada tangan dan kuku, tetapi juga mampu menerapkan pengetahuan tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Sasaran dari kegiatan ini adalah siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Ngaliyan 3 yang berada di Kecamatan Ngaliyan, Kota Semarang, Provinsi Jawa Tengah, dengan jumlah sebanyak 27 siswa. Siswa kelas V yang berusia sekitar 10–11 tahun merupakan kelompok yang berada pada tahap perkembangan kognitif operasional konkret (Susanto *et al.*, 2024), sehingga sudah mampu memahami konsep sederhana yang berkaitan dengan kesehatan dan kebersihan diri. Pada kegiatan ini, siswa diberikan materi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang mencakup pengertian, tujuan, pentingnya mencuci tangan menggunakan sabun, bahaya kuman, serta langkah-langkah mencuci tangan yang benar, dan kegiatan juga dilengkapi dengan pelatihan pembuatan sabun cair sederhana sebagai bentuk pengenalan keterampilan praktis yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Tujuan utama dari sasaran ini adalah siswa diharapkan dapat mengenal dan membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat serta memahami pentingnya penggunaan sabun dalam menjaga kebersihan tangan di lingkungan sekolah maupun di rumah.

3.2 Pembahasan

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa sebesar 8% setelah diberikan edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), praktik mencuci tangan, dan pelatihan pembuatan sabun cair sederhana. Peningkatan ini menggambarkan adanya manfaat jangka pendek dalam memperkuat pemahaman siswa, terutama mengenai pentingnya PHBS dan penggunaan sabun dalam mencuci tangan. Pendidikan kesehatan pada siswa sekolah dasar dapat membantu meningkatkan pengetahuan apabila disampaikan dengan metode yang sesuai dengan karakteristik peserta didik (Mulyadi *et al.*, 2018). Peningkatan sebesar 8% tersebut perlu ditafsirkan secara proporsional karena nilai awal pretest siswa sudah tergolong tinggi, yaitu 80%. Kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian siswa telah memiliki pengetahuan dasar mengenai PHBS sebelum kegiatan dilaksanakan, sehingga ruang peningkatan nilai secara keseluruhan menjadi relatif terbatas. Hasil ini lebih tepat dimaknai sebagai penguatan pemahaman siswa, bukan sebagai bukti bahwa satu kali pertemuan telah mampu membentuk perubahan perilaku PHBS secara berkelanjutan. Pelatihan berbasis pengalaman langsung tetap relevan karena dapat membantu menumbuhkan kemandirian dan kesadaran siswa dalam menjaga kebersihan diri maupun lingkungan (AF'idah, 2025).

Tabel 1. Persentase Hasil Pretest dan Posttest pada Setiap Butir Soal

Soal	Pretest	Posttest
1	53,8%	80,7%
2	100%	100%
3	92,3%	100%
4	7,6%	69,2%
5	92,3%	96,1%
6	96,1%	100%
7	88,4%	84,6%
8	88,4%	84,6%
9	88,4%	96,1%
10	92,3%	96,1%

Analisis hasil pretest dan posttest menunjukkan bahwa peningkatan paling menonjol terjadi pada soal nomor 4, yaitu dari 7,6% pada pretest menjadi 69,2% pada posttest, dengan peningkatan sebesar 61,6%. Peningkatan ini menunjukkan bahwa materi pembuatan sabun cair merupakan pengetahuan baru bagi sebagian besar siswa. Melalui praktik langsung, siswa memperoleh pengalaman konkret mengenai bahan, tahapan pembuatan, dan manfaat sabun cair dalam mendukung kebersihan di sekolah. Kegiatan pembuatan sabun cuci tangan relevan dengan upaya pencegahan penyakit menular di lingkungan sekolah karena sabun menjadi salah satu sarana pendukung dalam penerapan PHBS (Afidah, 2025). Menurut Octavina *et al.*, (2025) pelatihan pembuatan sabun cuci tangan dapat menjadi bentuk edukasi kesehatan yang menghubungkan pengetahuan siswa dengan praktik kebersihan sehari-hari. Persentase jawaban benar pada soal nomor 7 menunjukkan sedikit perubahan dari 88,4% pada pretest menjadi 84,6% pada posttest. Selisih sebesar 3,8% tersebut menunjukkan adanya variasi pemahaman pada butir soal tertentu, terutama karena persentase jawaban benar pada pretest sudah cukup tinggi. Hasil kegiatan ini juga memperlihatkan adanya kesenjangan antara pengetahuan dan perilaku atau *knowledge-behavior gap*. Nilai awal siswa yang tergolong tinggi belum sepenuhnya diikuti oleh penerapan praktik mencuci tangan yang benar, terutama penggunaan sabun dalam kehidupan sehari-hari. Kondisi ini menunjukkan bahwa pengetahuan yang dimiliki siswa belum selalu diikuti oleh penerapan perilaku sehat secara konsisten. Pendidikan kesehatan cuci tangan berperan penting dalam mendukung peningkatan perilaku PHBS pada siswa apabila diberikan sebagai bagian dari pembiasaan perilaku sehat di sekolah (Wati & Ridlo, 2020). Edukasi yang disertai praktik dan pendampingan diperlukan agar siswa tidak hanya memahami materi, tetapi juga terbiasa menerapkannya melalui penguatan berulang. Maulina *et al.*, (2024) menekankan bahwa kegiatan cuci tangan pakai sabun (CTPS) pada siswa sekolah dasar perlu didukung oleh edukasi, praktik, dan pendampingan agar kebiasaan mencuci tangan dapat diterapkan secara lebih konsisten.

Praktik mencuci tangan dalam kegiatan ini menjadi bagian penting karena siswa dapat mempelajari langkah-langkah mencuci tangan secara langsung. Edukasi mencuci tangan pakai sabun pada siswa sekolah dasar dapat membantu meningkatkan pemahaman karena materi disampaikan melalui kegiatan yang dekat dengan aktivitas sehari-hari mereka (Diapharina *et al.*, 2023). Menurut Dewi *et al.*, (2022) edukasi cuci tangan enam langkah dapat menjadi salah satu upaya penerapan PHBS pada anak sekolah dasar. Temuan serupa dilaporkan oleh Sumi *et al.*, (2025), bahwa edukasi PHBS mampu meningkatkan pengetahuan siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat. Edukasi kesehatan yang disampaikan dengan metode yang tepat dapat menjadi langkah awal untuk mendorong perubahan perilaku ke arah yang lebih baik, terutama apabila dilakukan secara berulang dan disertai praktik yang mudah diterapkan oleh siswa (Rusdiyana, 2019). Praktik enam langkah mencuci tangan dalam kegiatan ini menjadi strategi yang sesuai karena siswa tidak hanya mendengarkan materi, tetapi juga mempraktikkan langsung perilaku kebersihan yang diajarkan. Penggunaan sabun menjadi komponen penting dalam praktik PHBS karena mencuci tangan dengan air saja belum cukup untuk menghilangkan kotoran dan mikroorganisme secara optimal. Praktik mencuci tangan dengan bahan pembersih terbukti berpengaruh terhadap penurunan jumlah kuman

pada tangan (Desiyanto & Djannah, 2013). Situmorang *et al.*, (2023) menyatakan bahwa mencuci tangan secara menyeluruh dengan sabun dan air dapat membantu menghilangkan kontaminan secara efektif. Dalam konteks SD Negeri Ngaliyan 3, fasilitas wastafel sebenarnya telah tersedia, tetapi belum didukung oleh ketersediaan sabun yang memadai. Pelatihan pembuatan sabun cair sederhana menjadi relevan karena tidak hanya berfungsi sebagai kegiatan keterampilan, tetapi juga sebagai upaya mendukung ketersediaan sarana PHBS di lingkungan sekolah. Kegiatan ini didukung oleh pendekatan edukatif, interaktif, dan partisipatif melalui ceramah, tanya jawab, lagu mencuci tangan, praktik enam langkah cuci tangan, serta pelatihan pembuatan sabun cair sederhana. Pendekatan tersebut membantu siswa lebih aktif mengikuti kegiatan dan memudahkan mereka menghubungkan materi PHBS dengan praktik sehari-hari. Pendidikan kesehatan pada siswa bertujuan membentuk pengetahuan, sikap, dan perilaku sehat secara bertahap, sehingga memerlukan penguatan yang berkelanjutan (A'yun *et al.*, 2020). Kegiatan cuci tangan pakai sabun (CTPS) pada siswa sekolah dasar juga perlu didukung oleh edukasi, praktik, dan pendampingan agar siswa tidak hanya memahami materi, tetapi juga terbiasa menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari (Maulina *et al.*, 2024). Kegiatan ini masih terbatas karena hanya dilakukan dalam satu kali pertemuan dan evaluasinya berfokus pada pretest-posttest, sehingga belum menggambarkan konsistensi perilaku mencuci tangan siswa setelah kegiatan selesai. Program serupa perlu dilanjutkan melalui pemantauan kebiasaan mencuci tangan, penyediaan sabun secara rutin, penguatan pesan PHBS, serta keterlibatan guru dalam membiasakan cuci tangan pakai sabun (CTPS) di lingkungan sekolah.

4. Kesimpulan

Kegiatan edukasi dan pelatihan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) melalui ceramah interaktif, praktik enam langkah cuci tangan, dan pelatihan pembuatan sabun cair sederhana mampu meningkatkan pemahaman siswa, yang ditunjukkan oleh peningkatan nilai posttest sebesar 8% dibandingkan pretest. Namun, hasil kegiatan juga menunjukkan adanya kesenjangan antara pengetahuan dan perilaku (*knowledge-behavior gap*), sehingga peningkatan pemahaman siswa belum sepenuhnya diikuti oleh penerapan perilaku mencuci tangan yang benar secara konsisten. Oleh karena itu, kegiatan ini lebih tepat dimaknai sebagai upaya awal dalam memperkuat pemahaman dan kesadaran siswa mengenai pentingnya PHBS. Keberlanjutan program diperlukan melalui pemantauan kebiasaan mencuci tangan, penyediaan sabun dan sarana CTPS, penguatan edukasi PHBS secara rutin, serta keterlibatan guru dalam membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah.

5. Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Sekolah Dasar Negeri Ngaliyan 03, khususnya siswa-siswi kelas 5, atas partisipasi, dukungan, dan kerja sama yang telah diberikan. Kehadiran serta kontribusi mereka sangat berarti dalam penyusunan artikel ini.

6. Daftar Pustaka

A'yun, S. Q., Suminar, E., & Maulani, F. E. (2020). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat. *Indonesian Journal of Professional Nursing*, 1(2), 6. <https://doi.org/10.30587/ijpn.v1i2.2289>.

- Afidah, B. M., Furwanti, C., Maharani, T., & Rahayu, W. D. (2025). Pelatihan pembuatan sabun cuci tangan herbal sebagai upaya pencegahan penyakit menular di sekolah dasar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat "ADAPTASI"*, 1(1), 1–8.
- Desiyanto, F. A., & Djannah, S. N. (2013). Efektivitas mencuci tangan menggunakan cairan pembersih tangan antiseptik (hand sanitizer) terhadap jumlah angka kuman. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 75–82.
- Dewi, P. I. S., Astriani, N. M. D. Y., & Pratama, A. A. (2022). Perilaku cuci tangan enam langkah pada anak sekolah dasar sebagai salah satu upaya perilaku hidup bersih dan sehat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6, 1026–1029. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v6i2.8772>.
- Diapharina, N. A., Hermawan, N. S. A., & Aziza, N. (2023). Efektivitas media permainan ular tangga terhadap pengetahuan cuci tangan pakai sabun (CTPS) dalam upaya pencegahan diare pada siswa SDN 02 Lambu Kibang Tahun 2023. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4, 6300–6309.
- Gebrillia, R. G. (2025). Analisis perilaku hidup bersih dan sehat terhadap kualitas hidup masyarakat. *Jurnal Kesehatan dan Sains Medis*, 1(1), 1–8.
- Hasanah, U., & Mahardika, D. R. (2020). Edukasi perilaku cuci tangan pakai sabun pada anak usia dini untuk pencegahan transmisi penyakit. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, 1–9.
- Maulina, N., Sawitri, H., & Nadira, C. S. (2024). Penyuluhan kesiapan, edukasi dan pendampingan praktek cuci tangan pakai sabun pada siswa SDN 10 Lhokseumawe. *Auxilium: Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 2(2), 42. <https://doi.org/10.29103/auxilium.v2i2.18214>.
- Mulyadi, M. I., Warjiman, & Chrisnawati. (2018). Efektivitas pendidikan kesehatan dengan media video terhadap tingkat pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI)*, 3. <https://doi.org/10.51143/jksi.v3i2.111>.
- Nasution, S. B., Syahputra, G., & Purba, M. O. (2024). Penyuluhan sanitasi lingkungan rumah dan riwayat penyakit infeksi sebagai faktor resiko stunting pada balita. *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia (JAMSI)*, 4(6), 1817–1824. <https://doi.org/10.54082/jamsi.1409>.
- Ni, T. S. (2026). The extension of buddhist sunday school in developing the character of the boung Buddhist generation. *JKIP: Jurnal Kajian Ilmu Pendidikan*, 7(3), 1077–1086.
- Octavina, C., Fachri, R. F., Akbar, S. A., & Arisa, I. I. (2025). Inovasi produk sabun cuci tangan dari garam laut sebagai upaya peningkatan kesehatan dan mendukung kewirausahaan di SDN 61 Kota Banda Aceh. *Parta: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6, 65–73.
- Putri, V. S., Kartini, & Furqani, A. (2020). Pencegahan penyebaran covid-19. *Jurnal Binakes*, 1, 25–32. <https://doi.org/10.35910/binakes.v1i1.358>.
- Rohmah, N., & Syahrul, F. (2017). Hubungan kebiasaan cuci tangan dan penggunaan jamban sehat dengan kejadian diare balita. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 5, 95–106. <https://doi.org/10.20473/jbe.v5i1>.
- Rosmawati, E., Maulidya, S., Yunus, Z. A. I., Rahmadina, N., Oktaviana, A. W., Nusa, M., & Akbar, N. (2025). Implementasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) cuci tangan dan gosok gigi.

Jurnal Inovasi Penelitian dan Pengabdian Masyarakat, 5(2), 330–340.
<https://doi.org/10.53621/jippmas.v5i2.627>.

Rusdiyana. (2019). Pengaruh edukasi terhadap pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) siswa Kelas V SDN Cindai Alus 1 Kabupaten Banjar. *Jurnal Wabana-Bio*, 19, 1–9.

Safrudin, B., S, A. P., Maulidya, C., M, D. S., P, D. L. P., Syavira, E., M, G. A., G, M. R., Z, N. D. R., Fauziah, N., Lestari, S. D., Pradana, S., Tankeke, & A, M. K. (2026). Pendidikan kesehatan dalam cuci tangan langkah sederhana untuk cegah penyakit di SMK Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda. *Jurnal Akademik Pengabdian Masyarakat (J-APM)*, 4(1), 557–563.
<https://doi.org/10.61722/japm.v4i1.8448>.

Situmorang, T. S. R., Johan, R. B., Permatasari, A. E., & Purnamasari, A. (2023). Cuci tangan pakai sabun sebagai upaya gerakan perilaku hidup sehat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Anfa (JPM-A)*, 5(3), 82–86.

Sumi, S. S., Yusnaeni, Nurafriani, & Sugarni, M. (2025). Upaya peningkatan pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat untuk menciptakan generasi peduli sehat pada anak di SD Negeri 1 Laangke. *Jurnal Pengabdian Nasional (JPN) Indonesia*, 6(1), 190–195.
<https://doi.org/10.35870/jpni.v6i1.1186>.

Sundari, W., Nurofiat, A., Rahmadhani, A. A., Handriani, R., Khoeriah, N. S., G, N. R., Andini, A. D., & Febriana, N. (2025). Peningkatan PHBS melalui penyuluhan cuci tangan pakai sabun (CTPS) pada pekerja pabrik makanan ringan Kahiji Snack Kota Tasikmalaya. *Sevaka: Hasil Kegiatan Layanan Masyarakat*, 3(2), 56–63. <https://doi.org/10.62027/sevaka.v3i2.371>.

Susanto, A. H., Wulandari, M. D., & Darsinah. (2024). Optimalisasi pembelajaran anak usia sekolah dasar melalui pemahaman teori perkembangan kognitif jean piaget. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 9(4), 689–706. <https://doi.org/10.23969/jp.v9i4.17102>.

Wati, P. D. C. A., & Ridlo, I. A. (2020). Perilaku hidup bersih dan sehat pada masyarakat di Kelurahan Rangkah Kota Surabaya. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, 8(1), 47–58. <https://doi.org/10.20473/jpk.V8.I1.2020.47-58>.

Wikurendra, E. A. (2018). Pengaruh penyuluhan cuci tangan pakai sabun terhadap sikap mencuci tangan siswa. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*, 7(2), 64–69.
<https://doi.org/10.33475/jikmh.v7i2.21>.

Wulandari, D. R., & Pertiwi, W. E. (2018). Pengetahuan dan peran orangtua terhadap perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa SD di Kecamatan Kramatwatu Serang. *Jurnal Dunia Kesmas*, 7, 225–232. <https://doi.org/10.33024/jdk.v7i4.1091>.