

Peningkatan Kesadaran Pentingnya Mencuci Tangan Melalui *Project-Based Learning* Sebagai Upaya Pencegahan Diare

¹⁾Ohan Burhanudin*, ²⁾Abdullah Arif, ³⁾Sri Sulasminingsih

^{1,2,3}Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, Indonesia
e-mail Korespondensi: ohan_burhanudin@upn.ac.id

INFORMASI ARTIKEL	ABSTRAK
Kata Kunci: Kesadaran Cuci Tangan Project-Based Learning Pencegahan Diare	Angka kejadian penyakit diare masih tinggi di Indonesia. Penyakit ini sebagian besar diderita anak-anak, khususnya anak usia sekolah. Salah satu langkah dasar yang dapat dilakukan adalah dengan menerapkan praktik mencuci tangan yang efisien. Project Based Learning (PjBL) ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa kelas 8 SMP Darul Ilmi tentang pentingnya mencuci tangan sebagai upaya pencegahan diare. Peserta kegiatan ini berjumlah 39 dengan 22 siswi perempuan dan 17 siswa laki laki. Metode kegiatan yang diterapkan dalam kegiatan ini adalah metode edukasi yang melibatkan siswa dalam diskusi dan praktik langsung tentang pentingnya mencuci tangan dan cara mencuci tangan yang benar. Evaluasi hasil kegiatan dilakukan dengan menggunakan kuesioner pretest dan posttest. Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan siswa dari rata-rata tahu di pretest hanya 29 orang menjadi rata-rata tahu 34 orang di posttest. Terdapat peningkatan pengetahuan siswa tentang pentingnya pencegahan diare dengan menerapkan cara mencuci tangan yang benar.
Keywords: Awareness Handwashing Project-Based Learning Prevention Diarrhea	ABSTRACT The incidence of diarrhea remains high in Indonesia. This disease predominantly affects children, especially school-aged children. One fundamental step to prevent this is by implementing effective handwashing practices. This Project-Based Learning (PjBL) aims to increase the knowledge of 8th-grade students at SMP Darul Ilmi about the importance of handwashing as a preventive measure against diarrhea. There are 39 participants in this activity, consisting of 22 female students and 17 male students. The method used in this activity is an educational approach involving students in discussions and hands-on practice regarding the importance of handwashing and the correct way to wash hands. Evaluation of the activity results was conducted using pretest and posttest questionnaires. Results showed an increase in students' knowledge, with an average of 29 students demonstrating knowledge in the pretest, rising to 34 in the posttest. There was an increase in students' understanding of the importance of diarrhea prevention by adopting proper handwashing techniques. This is an open access article under the CC-BY-SA license.



I. PENDAHULUAN

Mencuci tangan merupakan suatu perilaku yang dapat mendukung hidup bersih dan sehat serta terhindar dari penyakit, salah satunya diare. Hal ini telah diakui secara luas oleh berbagai organisasi kesehatan global dan juga relevan dengan nilai Pancasila, khususnya sila kedua tentang kemanusiaan yang adil dan beradab yang mengajak kita menjaga kesehatan demi kebaikan bersama. Diare merupakan masalah yang masih sangat sering dialami oleh masyarakat, terutama pada remaja dan anak-anak. Salah satu cara yang efektif untuk menghambat transmisi bakteri adalah melalui kegiatan mencuci tangan karena dengan mencuci tangan maka risiko terkena diare ikut menurun (Putri et al., 2024). Kurangnya kesadaran akan pentingnya menjaga diri,



khususnya kebersihan tangan, menjadi faktor risiko signifikan dalam penularan penyakit diare. Oleh karena itu, meningkatkan kesadaran siswa sejak dini mengenai praktik mencuci tangan yang benar sangatlah penting (Jhon, 2022).

Dalam konteks edukasi dan pendidikan kewarganegaraan, diperlukan pendekatan yang efektif untuk mengajarkan pentingnya kebersihan tangan yang merupakan bagian dari tanggung jawab kita sebagai warga negara Indonesia yang peduli terhadap kebersihan diri dan lingkungan sekitar. Project Based Learning merupakan salah satu pendekatan yang dapat mengedukasi siswa melalui kegiatan edukasi dan praktik langsung. Dengan melibatkan siswa dalam kegiatan praktik pengajaran, mereka tidak hanya belajar tentang teori tetapi juga dapat menerapkan pengetahuan yang telah dipaparkan (Herawati & Widiastuti, 2016).

Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran siswa kelas 8 SMP Darul Ilmi mengenai pentingnya mencuci tangan sebagai upaya mencegah risiko penularan penyakit, terutama diare, melalui penerapan pendekatan PJBL yang diintegrasikan dengan metode edukasi. Dalam Islam, menjaga kebersihan adalah sebagian dari iman, sementara dalam ajaran Katolik, kita diajarkan untuk menjaga diri dan orang lain sebagai wujud cinta kasih (Moussadecq et al., 2023). Kegiatan edukasi ini sejalan dengan prinsip-prinsip agama yang mengajarkan kebersihan dan cinta kasih. Dengan melaksanakan kegiatan yang berfokus pada praktik mencuci tangan yang benar dan efisien, diharapkan siswa dapat memahami akibat dari kebersihan yang tidak memadai serta dapat mempraktikkan langkah-langkah mencuci tangan dengan efisien (Djelamu & Silaban, 2025). Melalui pendekatan ini, diharapkan siswa tidak hanya mendapatkan pengetahuan saja tetapi juga mengubah perilaku mereka untuk mencegah penyakit, terutama diare, di lingkungan mereka.

II. MASALAH

Sebelum melakukan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM), telah dilakukan penelusuran terlebih dahulu mengenai beberapa jurnal yang sesuai dengan tema yang diangkat yaitu Curtis, V. Cairncross, S. 2003. *Pengaruh Cuci Tangan Pakai Sabun Terhadap Risiko Diare Di Komunitas: Tinjau Sistematis*. Penyakit Menular (Akib, 2023).

Dalam jurnal ini dijelaskan bahwa salah satu cara yang efektif untuk menghambat transmisi bakteri adalah melalui kegiatan mencuci tangan karena dengan mencuci tangan maka risiko terkena diare ikut menurun. Namun dalam implementasinya masih sangat rendah. Oleh sebab itu, diperlukan kesadaran sejak dini untuk menerapkan praktik mencuci tangan dalam kehidupan sehari-hari.

Diare merupakan salah satu penyakit yang sangat umum terjadi bukan hanya di masyarakat, tetapi juga mencapai seluruh dunia. Dan untuk pencegahan diare diperlukan suatu tindakan kebersihan yang harus dibiasakan yaitu dengan mencuci tangan secara tepat dan benar (Jhon, 2023).

Mencuci tangan merupakan tindakan sederhana namun sangat efektif dalam mencegah penularan penyakit, termasuk diare. Menurut CDC (Centers for Disease Control and Prevention/Pusat Pengendalian Dan Pencegahan Penyakit) mencuci tangan dengan sabun pada air mengalir dapat menghilangkan mikroorganisme penyebab penyakit yang dapat mengkontaminasi tubuh atau makanan (Ahmad & Yamin, 2023). Kebiasaan mencuci tangan yang baik melibatkan teknik yang tepat, yaitu mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir selama minimal 20 detik, terutama setelah buang air besar, sebelum makan, dan setelah kontak dengan benda-benda yang terkontaminasi.

Upaya untuk mencegah diare melalui mencuci tangan juga harus didukung oleh program pendidikan kesehatan yang efektif. Selain pentingnya mencuci tangan itu sendiri, edukasi mengenai cara mencuci tangan yang benar juga menjadi faktor kunci dalam pencegahan diare. Program edukasi yang mengajarkan cara mencuci tangan yang tepat dapat meningkatkan kesadaran masyarakat dan mengubah perilaku kebersihan individu. Menurut (Ahmad & Yamin, 2023), kampanye edukasi yang mengajarkan teknik mencuci tangan yang benar dan pentingnya mencuci tangan pada waktu yang tepat dapat menghasilkan perubahan yang signifikan dalam kebiasaan kebersihan masyarakat.

III. METODE

Pengabdian ini menggunakan metode kuantitatif karena menyajikan data berupa perbandingan hasil sebelum edukasi (pretest) dan sesudah edukasi (posttest) untuk mendapatkan hasil yang sesuai dengan target yang sudah ditentukan. Kegiatan edukasi ini dilaksanakan di Lembaga SMP Darul Ilmi Depok. Kegiatan edukasi ini dilaksanakan pada hari Jum'at tanggal 25 Oktober 2024 dari pukul 07.30-09.30 di SMP Darul Ilmi

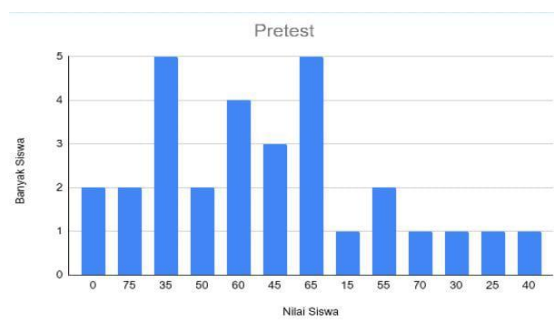


tepatnya di ruangan kelas 8 dengan jumlah siswa/i yang hadir 39 orang. Kegiatan edukasi ini dibagi menjadi beberapa tahap diantaranya pengisian pretest, penyampaian materi, praktik 6 tahap langkah mencuci tangan dengan air dan handsanitizer, sesi tanya jawab, pengisian posttest, dan kegiatan akhir berupa penyerahan sertifikat kepada SMP Darul Ilmi dan sesi dokumentasi. Alat, bahan dan media yang kami gunakan diantaranya power point (PPT) materi penyuluhan, handphone, laptop, infokus, mic, *sound system*, serta snack dan hadiah berupa handsanitizer dan lap tangan kepada siswa/i yang aktif selama kegiatan edukasi berlangsung.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

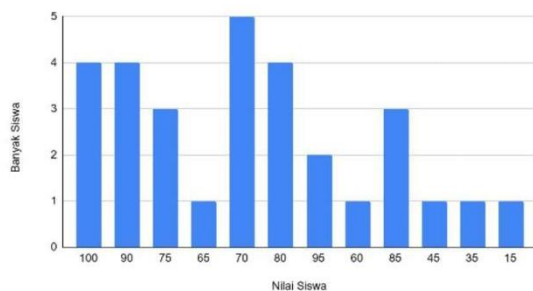
Sebelum edukasi dilaksanakan berupa penyampaian materi mengenai pentingnya mencuci tangan sebagai salah satu upaya pencegahan diare, siswa/i diminta untuk mengerjakan pretest (gambar 3). Berikut ini grafik hasil pretest.



Gambar 1. Hasil pre-test(Putra, 2023)

Berdasarkan grafik diatas jelas menunjukkan bahwa masih rendahnya pengetahuan siswa/i SMP Darul Ilmi mengenai pentingnya mencuci tangan sebagai upaya pencegahan diare. Hal ini dibuktikan dengan hasil pretest yaitu sebelum mendapatkan pengetahuan tentang edukasi, rata-rata skor berada di angka 47.

Namun setelah diberikan pengetahuan mengenai pentingnya mencuci tangan, lalu siswa/i diminta untuk mengerjakan posttest (gambar 2), ternyata terdapat peningkatan yang signifikan yang dibuktikan dengan tingginya angka atau skor yang diperoleh yaitu dari awalnya 47 menjadi 77 yang dapat dilihat pada grafik berikut:



Gambar 2. Hasil Post-test(Seputra & Amboningtyas, 2022)

Pembahasan

Diare merupakan salah satu masalah kesehatan global yang masih menjadi penyebab utama angka kesakitan dan kematian, terutama di negara berkembang. Penyakit ini dapat disebabkan oleh infeksi bakteri, virus, atau parasit yang masuk ke tubuh melalui konsumsi makanan atau air yang terkontaminasi. Salah satu faktor penting yang berperan dalam penularan penyakit diare adalah kebersihan tangan, terutama dalam konteks mencuci tangan dengan sabun.

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), mencuci tangan dengan sabun adalah langkah sederhana yang dapat mencegah penyebaran berbagai penyakit, termasuk diare. meskipun dikatakan sebagai langkah sederhana, namun kesadaran dalam implementasinya masih sangat rendah. Orang tua yang seharusnya menjadi tokoh utama yang dapat menjadi pembelajaran bagi anak malah yang paling sering menyepelekan praktik mencuci tangan dalam kehidupan sehari-hari. Oleh sebab itu sekolah harus mampu menjadi wadah pembelajaran mengenai pentingnya mencuci tangan(Seputra & Amboningtyas, 2022).

Perlu kita sadari praktik sederhana ini memiliki pengaruh yang sangat besar dalam kehidupan kita. Dengan mencuci tangan dapat menghilangkan kuman dan merupakan upaya dalam pencegahan diare.

Meningkatkan kesadaran tentang pentingnya mencuci tangan tidak hanya menjadi tanggung jawab individu, tetapi juga masyarakat secara keseluruhan. Program edukasi, kampanye kesehatan, serta peran media dalam menyebarkan informasi yang relevan dapat menjadi langkah strategis untuk meningkatkan kepedulian masyarakat. Jika kebiasaan mencuci tangan ini diterapkan secara konsisten, maka dampaknya akan terlihat signifikan dalam menekan angka penyakit diare dan penyakit menular lainnya.



Gambar 3. Pengerjaan pre-test



Gambar 4. Pengerjaan posttest



Gambar 5. Sesi tanya jawab

V. SIMPULAN

Dari pembahasan di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan siswa-siswi kelas 8 SMP Darul Ilmi tentang pentingnya mencuci tangan serta mereka dapat menerapkan tahapan mencuci tangan

yang benar sebagai upaya pencegahan diare.

Pelaksanaan edukasi kesehatan secara rutin dan berkelanjutan sangat diperlukan karena akan berpotensi memberikan dampak positif dan membentuk memori dasar konsep terhadap peningkatan pengetahuan dan kesadaran tentang implementasi pentingnya mencuci tangan yang efisien sebagai upaya pencegahan diare untuk optimalisasi derajat kesehatan di antara siswa-siswi kelas 8 SMP Darul Ilmi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur kami panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, sehingga kami dapat menyelesaikan artikel ilmiah ini dengan baik dan tepat waktu.

Kami menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, cukup sulit bagi kami untuk menyelesaikan artikel ilmiah ini. Karena itu, kami mengucapkan terima kasih kepada :

1. Kepala pusat MKWK UPN “Veteran” Jakarta: Dra. Aniek Irawatie, M.Si
2. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan: Desmawati, SKP, Mkep., Sp. Mat., Ph.D
3. Kepala Program Studi D3 Keperawatan: Ns. Laksita Barbara S.Kep, MKep
4. Dosen Mata Kuliah Pancasila Kelas 01: Ohan Burhanudin, M.Pd
5. Dosen Mata Kuliah Kewarganegaraan Kelas 01: Abdullah Arif, S.Fil, M.Phil
6. Dosen Mata Kuliah Pendidikan Bela Negara Kelas 01: Ir. Sri Sulasminingsih, MSi
7. Dosen Mata Kuliah Pendidikan Agama Islam Kelas 01: Suhaidi, M.Pdi
8. Dosen Mata Kuliah Pendidikan Agama Katolik Kelas 02: Rm. Andreas Bramantyo, SS, Mhum
9. Dosen Mata Kuliah Bahasa Indonesia Kelas 01: Indah Rini Wulandari, S.S, M.Si
10. Kepala SMP Darul Ilmi: Lia Kamelia, S.Pdi
11. Guru Bimbingan dan Konseling SMP Darul Ilmi: Dian, S.Pd
12. Siswa-Siswi SMP Darul Ilmi yang ikut berpartisipasi dalam pelaksanaan Project ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, M., & Yamin, M. (2023). *Edukasi Tentang Stunting Pada Balita Dalam Rangka Peningkatan Pengetahuan Pada Ibu di Desa Tetewatu*.
- Akib, K. (2023). *Penataan Arsip Pemerintah Desa Untuk Meningkatkan Pelayanan Publik*.
- Djelamu, L. M., & Silaban, D. I. (2025). *Pemanfaatan Facebook Sebagai Sarana Informasi Di Kantor Desa Watoone*. 3(2).
- Herawati, I., & Widiastuti, Y. (2016). ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PRESTASI BELAJAR AKUNTANSI. *Journal of Accounting and Business Education*, 1(3). <https://doi.org/10.26675/jabe.v1i3.6028>
- Jhon, Y. (2022). *Upaya Guru Dalam Mengatasi Rendahnya Minat Baca Siswa Di Perpustakaan MTS Muhammadiyah Al-Fatah Nangahale*.
- Jhon, Y. (2023). *Upaya Guru Dalam Mengatasi Rendahnya Minat Baca Siswa Di Perpustakaan Mts Muhammadiyah Al-Fatah Nangahale*.
- Moussadecq, A., Muryasari, D., Darmawan, A., Nursyanto, I., & Artaye, K. (2023). *Pelatihan Desain Grafis Bagi Siswa-Siswi SMA Negeri 5 Bandar Lampung*. 2.
- Putra, Y. (2023). Pelatihan Sertifikasi Kompetensi SDM Pariwisata Di Hotel Saka Medan Tahun 2022. *ARembeN: Jurnal Pengabdian Multidisiplin*, 1(1), 5–12.
- Putri, A., Wulansari, D., Novitasari, D., Suhendri, D., Erika Pratama, F., Setiawan, I., Oktavianti Putri, R., Ma'mun, S., Kulsum, U., Viola, V., & Priyansah, S. (2024). Upgrading Produk Label Kemasan Sebagai Upaya Pengembangan Daya Tarik Pemasaran Pada Umkm Rengginang di Desa Perpat, Belitung. *Jumat Ekonomi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 91–94. <https://doi.org/10.32764/abdimasekon.v4i2.3521>



Seputra, A., & Amboningtyas, D. (2022). *Pemberdayaan Masyarakat Untuk Meningkatkan Pendapatan Dalam Budidaya Stroberi*.

