

## EDUKASI LANGKAH MENCUCI TANGAN PADA ANAK USIA SEKOLAH

Andry Sartika<sup>1)</sup>, Oktarianita<sup>2)\*</sup>, Padila<sup>3)</sup>

<sup>1,3)</sup>Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Bengkulu <sup>2)</sup>Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Bengkulu

\*Corresponding author: [oktarianita@umb.ac.id](mailto:oktarianita@umb.ac.id)

### Informasi Artikel

Terima : 18-12-2022

Revisi : 22-12-2022

Disetujui : 27-12-2022

### Kata Kunci:

Cuci Tangan, Anak Usia Sekolah

### ABSTRAK

Permasalahan perilaku kesehatan pada anak usia sekolah biasanya berkaitan dengan kebersihan perorangan salah satunya kebiasaan mencuci tangan. Anak sekolah sangat rentan terhadap penyakit. Perlu adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman pada remaja terutama tentang perilaku kebiasaan menjaga kebersihan diri. Pendidikan kesehatan menjadi langkah dalam mewujudkan penerapan perilaku bersih dan sehat. Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri 42 Kota Bengkulu. Kegiatan pengabdian dilakukan pertama dengan melakukan koordinasi kepada pihak sekolah, observasi mengenai kebiasaan perilaku PHBS siswa diketahui dari observasi bahwa siswa jarang mencuci tangan setelah beraktivitas, dan hanya menggunakan air saja, pengabdian dilanjutkan dengan penyampaian materi edukasi, praktik langsung dan senam bersama. Hasil setelah memberikan edukasi kesehatan tentang pentingnya mencuci tangan, langkah-langkah cuci tangan serta senam cuci tangan kegiatan berjalan dengan lancar, siswa mendengarkan apa yang disampaikan dan antusias dalam mengikuti setiap kegiatan. Adanya peningkatan pengetahuan, pemahaman dan motivasi siswa untuk mempraktikkan langkah cuci tangan dengan baik dan benar, siswa mampu memberikan jawaban yang tepat mengenai pentingnya mencuci tangan saat sesi tanya jawab.

### PENDAHULUAN

Pengetahuan siswa tentang definisi perilaku hidup bersih dan sehat merupakan indikator dalam mengukur pengetahuan dan pemahaman untuk menjaga tubuh tetap sehat dan upaya pencegahan terhadap penularan penyakit, seperti diare, flu hingga keracunan makanan (Permenkes RI Nomor 3, Tahun 2014).

Kebiasaan mencuci tangan sangat penting untuk dipraktikkan secara terus menerus dalam rangka mencegah penyakit. Cuci tangan yang baik dan benar dengan menggunakan air bersih yang mengalir dan memakai sabun menjadi indikator PHBS di sekolah (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Kondisi kesehatan anak dapat dipengaruhi oleh kebiasaan terutama

di sekolah yaitu pola makan anak, kebersihan kuku, kulit, rambut, mandi hingga jajan sembarangan (Kwureh, 2016). Anak usia sekolah termasuk usia yang rentan terkena berbagai penyakit. Kebiasaan mengonsumsi jajanan secara bebas, ditambah anak-anak tidak melakukan mencuci tangan menggunakan sabun sebelum makan mengakibatkan berbagai kuman penyebab penyakit mudah masuk ke dalam tubuh (Madanih et al., 2019).

Kurangnya kesadaran cuci tangan dengan teknik yang benar menjadi salah satu penyebab diare (Indrayani et al., 2019). Diare masih menjadi masalah utama 14,5% penyebab kematian (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Pentingnya dilakukan pengecekan dan promosi kesehatan terkait masalah kesehatan yang diakibatkan kurangnya menjaga *higiene* diri menghindari dampak buruk dan perilaku yang tidak baik (Nurvinanda, R., & Anggraini, 2021).

Unit Kesehatan di Sekolah (UKS) dan guru juga harus menginformasikan tentang cara mencuci tangan yang benar dengan metode interaktif dan menyenangkan serta menggunakan materi KIE (Komunikasi, Informasi, dan Edukasi), lagu dan tarian, atau pendekatan ramah anak lainnya (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020).

Kegiatan pengenalan senam cuci tangan merupakan kegiatan bermanfaat untuk memberikan informasi kepada siswa tentang cuci tangan, memberikan edukasi kesehatan terstruktur melalui media video serta menyegarkan fisik, mental serta untuk meningkatkan pemahaman, pengetahuan dan kepatuhan melakukan langkah cuci tangan. Sehingga pengabdian ini perlu dilakukan untuk memberikan pendidikan kesehatan berupa pemberian edukasi kesehatan dan praktik langsung langkah cuci tangan.

## METODE KEGIATAN

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di SD Negeri 42 Taman remaja dengan menggunakan metode ceramah menampilkan video sebagai media menyampaikan pesan kesehatan cuci tangan. Kegiatan dilaksanakan pada bulan September-November 2021 yang diikuti oleh anak SD N 42. Kegiatan pengabdian di mulai dengan menampilkan video cuci tangan, materi edukasi cuci tangan dengan langkah yang benar, selanjutnya praktik senam cuci tangan dan tanya jawab.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat dilaksanakan di dilaksanakan di SD Negeri 42. Tahapan kegiatan pengabdian masyarakat:

1) Persiapan

Persiapan pengabdian diawali dengan melakukan observasi untuk menganalisis situasi dan berkoordinasi mengenai waktu pelaksanaan kegiatan.



**Gambar 1.** Melakukan observasi dan penentuan jadwal penyuluhan dengan pihak sekolah

2) Edukasi

Pendidikan kesehatan berupa pemberian edukasi kepada anak sekolah tentang cuci tangan. Kegiatan di mulai dengan berdoa dilanjutkan dengan penyampaian materi promosi melalui *power point* dan menampilkan video edukasi, mempraktikkan cara mencuci tangan. Adapun informasi kesehatan yang diberikan adalah pentingnya mencuci tangan, langkah-langkah cuci tangan. Tim pengabdian memberikan penjelasan dan contoh yang diikuti siswa.



**Gambar 2.** Penyampaian Materi Edukasi

Selanjutnya praktik mencuci tangan bersama. Mempraktikkan langsung membuat seseorang dapat memahami apa yang dilihatnya sehingga dapat memotivasi mereka untuk ikut melakukan hal yang sama.



**Gambar 3. Basahi tangan dengan air mengalir, gosok sabun pada telapak tangan kemudian usap dan gosok kedua telapak tangan dengan lembut arah memutar.**



**Gambar 4. Usap dan gosok kedua punggung tangan secara bergantian**



**Gambar 5. Gosok sela-sela jari tangan hingga bersih, Bersihkan ujung jari secara bergantian dengan posisi saling mengunci lalu Gosok dan putar kedua ibu jari secara bergantian.**



**Gambar 6. Letakkan ujung jari ke telapak tangan kemudian gosok perlahan. Bilas dengan air bersih dan keringkan.**

Membiasakan diri mencuci tangan dapat menjadi salah satu upaya promotif dan preventif. Keefektifan mencuci tangan enam langkah dibuktikan dengan hasil penelitian Rizkia et al., (2020) lebih dari

80% pada kelompok yang mencuci tangan menggunakan metode 6 langkah dapat eliminasi bakteri *Bacillus sp.*

Pentingnya mencuci tangan sebagai pencegahan penyakit diare, maka setiap orang perlu membiasakan diri terutama sebelum menyiapkan makanan sebelum mau makan dan setelah aktivitas (buang air besar). Kesadaran dan motivasi yang didapat akan mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat untuk hidup sehat, di dukung dengan adanya informasi, sarana, prasarana kesehatan (Suharti, 2020).

Perilaku cuci tangan yang kurang baik dikarenakan masih rendahnya pengetahuan siswa/i tentang pentingnya cuci tangan, belum tersedianya alat cuci tangan ditempat belajar, sehingga tidak mau membiasakan cuci tangan. Selain melalui pembelajaran di sekolah oleh guru, juga dapat dilakukan oleh orang tua saat anak-anak sudah di rumah. Pembiasaan dapat dilakukan dengan berbagai langkah.

Orang tua dan guru memiliki peranan yang bisa mempengaruhi sikap positif anak yang dapat menunjang terhadap pemahaman anak tentang suatu penyakit termasuk tindakan cuci tangan pakai sabun yang sangat membantu dalam mencegah terjadinya penyakit (Syantut, 2018).

Setelah bermain dan sebelum makan, anak tidak mencuci tangannya dengan benar, hanya mencuci telapak tangan, bagian punggung tangan dan jari tangan. Jika perilaku cuci tangan seperti ini terus dibiarkan, tanpa adanya perbaikan pengetahuan mengakibatkan resiko terserang berbagai penyakit (Padila P et al., 2020).

Sama halnya dengan penelitian Pratiwi B A et al., (2021) yang mana diperoleh informasi bahwa hanya sebagian santri yang mencuci tangan saat hendak makan. Perilaku santri yang belum paham mengenai *Personal hygiene* dan belum bisa menjaga diri dengan baik.

Pemberian penyuluhan kesehatan dapat memengaruhi perubahan

pengetahuan dan sikap seseorang (Sartika A. et al., 2021). Pemberian pendidikan kesehatan dapat dilakukan dengan metode dan media yang berbeda (Notoatmodjo, 2012).

Sejalan dengan hasil pengabdian yang pernah dilakukan Suharti, 2020, tingkat pengetahuan tentang mencuci tangan enam langkah pada anak PAUD sayang ibu Bandar Lampung sebelum dan setelah pemberian pendidikan kesehatan tingkat pengetahuan tentang 6 langkah mencuci tangan sebelum dan setelah pemberian pendidikan kesehatan.

Kebiasaan mencuci tangan perlu untuk dibiasakan agar anak menjadi tahu, mau kemudian mampu untuk menerapkan perilaku tersebut yang dapat mencegah penularan infeksi terutama pada masa pandemic Covid-19 (Ningrum, S. et al., 2021).

Menurut Wu S. et al., (2022) Program intervensi secara efektif meningkatkan persepsi kerentanan penyakit guru, mengurangi kolonisasi bakteri total tangan anak-anak ( $p < 0,001$ ), dan memperbaiki lingkungan kebersihan tangan ( $p < 0,01$ ).

Pada pelaksanaan pengabdian ini materi disampaikan melalui mempraktikkan langsung dengan bantuan video dalam mempraktikkan mencuci tangan dapat membantu tim dalam menyampaikan materi yang mudah dipahami dan menarik untuk diikuti karena bersifat *audiovisual*, seseorang akan lebih mudah memahami dan mempraktikkan yang disampaikan.

Saat melakukan kegiatan anak-anak sangat antusias. Mereka mengikuti setiap langkah-langkah cuci tangan yang baik dan benar yang dicontohkan, saat disuruh kedepan mereka semua mengangkat tangan dan mempraktikkan dengan benar dihadapan temannya yang lain. Metode yang diajarkan yaitu belajar sambil bermain serta diikuti gerakan diiringi musik menyemangati penyuluhan yang dilakukan agar siswa-siswi SDN 42 Taman Remaja itu tidak merasakan bosan. Bermain yang kami

maksud disini acara tambahan yang kami selingi di sela-sela acara.

Metode gerak dan lagu (*dance*) lebih efektif digunakan dalam metode belajar anak, salah satunya dalam belajar mencuci tangan menggunakan *dance*. *Handwashing dance* yang dilakukan lewat tarian dan senandung adalah metode dalam mencuci tangan. Melalui ini, anak-anak tetap dapat mempelajari teknik mencuci tangan sekaligus bersenang-senang (Indrayani et al., 2019).

### 3) Diskusi tanya-jawab



Gambar 7. Sesi Tanya Jawab

Sesi tanya jawab untuk mengetahui hasil informasi yang disampaikan. Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui pemahaman materi.

Tanya jawab dilakukan setelah diberikannya pendidikan kesehatan yang dapat mengetahui sejauh mana pemahaman seseorang. Seperti kegiatan yang dilakukan oleh Oktarianita et al., (2021) bahwa setelah diberikan penyuluhan terlihat remaja bisa memberikan jawaban yang tepat saat sesi tanya jawab. Kuesioner yang dibagikan dapat diselesaikan siswa-siswi dengan jawaban benar, diketahui ada peningkatan pengetahuan sebelum-setelah dilakukan edukasi.

### 4) Senam Cuci Tangan



Gambar 8. Siswa mengikuti senam cuci tangan

Senam cuci tangan merupakan gerakan sehat bersama dengan mensosialisasikan

langkah mencuci tangan.

5) Penutupan

Akhir kegiatan kita berfoto bersama. Menyuarakan salam sehat, mencegah lebih baik daripada megobati.



Gambar 9. Foto Bersama Anak SD N 42

Kegiatan foto bersama menutup rangkaian kegiatan pengabdian. Kegiatan ini bertujuan agar siswa mendapatkan informasi dan wawasan pentingnya mencuci tangan sehingga nantinya siswa mau, dan mampu menerapkan kebiasaan baik untuk menjaga diri tetap sehat.

## PENUTUP

Kegiatan ini memberikan kesimpulan:

- a) Adanya peningkatan pemahaman dan pengetahuan langkah cuci tangan dengan baik dan benar, dapat dilihat dari siswa mempraktikkan cuci tangan sesuai langkah dengan baik.
- b) Adanya antusias dalam mengikuti setiap kegiatan dari penyampaian materi, praktik hingga pelaksanaan senam bersama.

## DAFTAR PUSTAKA

Indrayani, E., Mutoharoh, S., & Asti, A. D. (2019). Metode Senam Cuci Tangan Menurut UNICEF Pada Anak Usia Prasekolah di Kecamatan Puring. *The 9 th University Research Colloquium 2019 Universitas Muhammadiyah Purworejo*, 52–61.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Panduan Cuci Tangan Pakai Sabun. In *Unicef* (hal. 34).  
[https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir\\_519d41d8cd98f00/files/Panduan\\_CTPS2020\\_1636.pdf](https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Panduan_CTPS2020_1636.pdf)

Kementerian Kesehatan Republik

Indonesia. (2021). Profil Kesehatan Indonesia 2020. In *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

<https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-Tahun-2020.pdf>

Kwureh, H. N. (2016). Hubungan Jenis Kelamin, Pengetahuan, Sikap dan Peran Guru Dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Siswa SD Negeri 25 Begori Kecamatan Serawai Kabupaten Sintang. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan: Wawasan Kesehatan*, 2(2), 61-75.

Madanih, R., Anjari, S. D., & Mutholib, A. (2019). Penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dengan 7 langkah cara mencuci tangan yang efektif di Sekolah Paud Mawar Kelurahan Sawah Baru, Ciputat, Tangerang Selatan. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, 24 September, 1–6.  
<http://jurnal.umj.ac.id/index.php/se-mnaskat>

Ningrum, S., Sulistyorini, L., & Septiyono, E. A. (2021). Explorasi Perilaku Mencuci Tangan Anak Usia Sekolah Dalam Pencegahan Infeksi Covid-19 Di Banyuwangi, Jawa Timur. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 12(2), 200-207.  
<http://dx.doi.org/10.26751/jikk.v12i2.910>

Notoatmodjo, S. (2012). *Pendidikan dan Ilmu Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.

Nurvinanda, R., & Anggraini, R. B. (2021). Skrining Kesehatan Pada Anak Usia Sekolah Di Sdn 19 Mendobarat. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 4(01), 66–70.

<https://scholar.archive.org/work/lyjo>

- erjc25g3xaxielo6w3o3wu/access/w  
 ayback/http://ejournalmalahayati.ac.i  
 d/index.php/kreativitas/article/down  
 load/2892/pdf
- Oktarianita, O., Nurhayati, N., & Amin, M. (2021). Edukasi Kesehatan Remaja. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bumi Rafflesia*, 4(2), 564–573. <https://doi.org/https://doi.org/10.36085/jpmbr.v4i2.1509>
- Padila P, Andri., J., Harsismanto., Andrianto., M. B., & Admaja., R. D. (2020). Pembelajaran Cuci Tangan Tujuh Langkah Melalui Metode Demonstrasi Pada Anak Usia Dini. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 2(2), 112–118. <https://doi.org/https://doi.org/10.31539/joting.v2i2.1395>
- Permenkes RI Nomor 3. (2014). *Permenkes No. 3 tahun 2014 tentang Sanitasi Total Berbasis Masyarakat* (Vol. 3). <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/116706/permenkes-no-3-tahun-2014>
- Pratiwi, B., Oktarianita, O., Febriawati, H., Wati, N., & Kartini, N. (2021). Pendidikan Kesehatan terhadap Personal Higiene Santri. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 3(1), 17-24. <https://doi.org/https://doi.org/10.31539/jka.v3i1.2379>
- Rizkia, A. W., Putra, A. E., & Nurhayati, N. (2020). Perbandingan Persentase Eliminasi Bakteri pada Cuci Tangan Enam Langkah dan Empat Langkah. *JIKESI Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, 1(2), 214–220. <https://doi.org/10.25077/jikesi.v1i2.152>
- Sartika A., Oktarianita O, & Padila P. (2021). Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang PKPR. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 3(1), 171–176. <https://doi.org/https://doi.org/10.31539/joting.v3i1.2192>
- Suharti, S. (2020). Pendidikan Kesehatan Tentang 6 Langkah Cuci Tangan di PAUD Sayap Ibu Bandar Lampung. *ANDASIH Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 1(2), 1–6. <http://jurnal.umitra.ac.id/index.php/ANDASIH/article/view/437>
- Syantut, K. A. (2018). *Mendidik Buah Hati di Rumah dalam Rumahku Madrasah Pertamaku*, terj. Iman Martin. Maskana Media.
- Wu, S., Wang, R. S., Huang, Y. N., Wan, T. T., Tung, T. H., & Wang, B. L. (2022). Effect of Hand Hygiene Intervention in Community Kindergartens: A Quasi-Experimental Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(22), 14639. <https://doi.org/10.3390/ijerph192214639>