

ARTIKEL PENGABDIAN MASYARAKAT

Penyuluhan Kesehatan Tentang Cuci Tangan Dengan Enam Langkah Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Peserta Didik TK Sudirejo II Medan Kota

Tri Nur Khotimah, Pinta Pudiyantri Siregar

Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Email: pinta.pudiyantri@umsu.ac.id

Abstrak: Perilaku cuci tangan merupakan tindakan yang dilakukan dengan tujuan memutuskan mata rantai penyebaran penyakit. Cuci tangan menggunakan air mengalir saja tidak dapat memutuskan penyebaran penyakit kepada orang lain. Cuci tangan menggunakan air bersih yang mengalir dan sabun selama 40 hingga 60 detik merupakan cara yang paling terbaik. Mencuci tangan menggunakan sabun bermanfaat dalam mengurangi mikroorganisme yang menempel pada tangan agar dapat mengurangi angka penularan kuman penyakit kepada orang lain ataupun lingkungan sekitar yang kemungkinan ditularkan melalui tangan tersebut. Cuci tangan menggunakan sabun dengan baik dan benar penting untuk dibudayakan, hal ini juga di dukung oleh World Health Organization(WHO) dimana terdapat hari peringatan mencuci tangan dengan sabun pada tanggal 15 Oktober. Tujuan kegiatan ini dilakukan agar meningkatkan tingkat pengetahuan siswa/i Taman Kanak Kanak (TK) Al-Habibie di kelurahan Sudirejo II Kecamatan Medan Kota. Metode : Kegiatan ini dilakukan dengan menggunakan poster cuci tangan dan mempraktekkan langsung cara mencuci tangan yang [PS1]baik dan benar. Hasil : Terdapat peningkatan pengetahuan cara mencuci tangan yang baik dan benar pada siswa/i Taman Kanak Kanak (TK) Al-Habibie di Kelurahan Sudirejo II Kecamatan Medan Kota

Kata kunci: *Penyuluhan, Cuci Tangan, Pengetahuan, Sikap*

PENDAHULUAN

Anak-anak merupakan generasi penerus bangsa, sehingga perlu kita jaga dan tanamkan sejak dini Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Anak-anak dapat berpotensi sebagai agen perubahan dalam mempromosikan PHBS di lingkungan sekolah, keluarga ataupun masyarakat. Penerapan PHBS pada anak-anak sejak dini dapat meningkatkan kemampuan dan pengetahuan sebagai upaya pencegahan penyakit, meningkatkan hidup yang sehat dan mendikan lingkungan yang sehat.¹

Salah satu strategi yang dapat dilakukan untuk pencegahan penyakit yaitu dengan mencuci tangan. Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No.3 pada Tahun 2014, cuci tangan merupakan salah satu unsur dari tiga pilar dalam pembangunan Indonesia pada bidang kesehatan yaitu pola hidup yang sehat. Sedangkan pilar lainnya yaitu mengkondisikan lingkungan yang sehat serta menyediakan pelayanan representative dan terjangkau untuk semua kalangan.⁴

Perilaku cuci tangan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu pengetahuan dan sikap. Definisi pengetahuan adalah keluaran proses sensoris terutama mata dan telinga terhadap suatu objek. Sedangkan sikap adalah respon tertutup dari seorang terhadap objek-objek tertentu atau rangsangan yang terdapat secara internal ataupun eksternal yang manifestasinya tidak tidak bisa dilihat secara langsung, namun dapat dilihat melalui perlakuan tertutup tersebut.⁸

Sebagaimana telah menjadi pengetahuan umum, tangan merupakan anggota tubuh yang rentan sebagai pembawa atau menularkan penyakit. Tangan adalah bagian tubuh yang paling sering terkena kotoran sebagai bibit penyakit. Mikroorganisme yang menempel pada tangan kita dapat menular atau

berpindah tempat ke tangan orang lain jika berjabat tangan, selain itu saat kita makan dengan tangan yang tercemar kotoran, maka akan masuk ke sistem pencernaan dan mengganggu pencernaan.^{4,8}

Selain transmisi melalui tangan, kotoran atau kuman dapat menempel pada barang-barang seperti gagang pintu, alat makan, uang, mainan dan lainnya. Apabila barang-barang tersebut dipegang dan setelah itu tidak dibersihkan maka sangat mungkin apat menularkan penyakit termasuk virus. Maka mencuci tangan yang baik dan benar merupakan tindakan yang sangat penting dilakukan sebagai upaya pencegahan penyakit.⁴

Mencuci tangan menggunakan air mengalir saja kecil kemungkinannya untuk memindahkan kuman yang berada di permukaan kulit. Jadi, sangat dianjurkan mencuci tangan menggunakan sabun karena mengandung sneyawa lemak yang disebut dengan amphiphiles yang mirip dengan lipid yang dimiliki oleh virus. Ketika sabun bersentuhan dengan zat tersebut, sabun akan mengikat dan mengakibatkan pelepasan zat berlemak tersebut.⁵

Penyuluhan merupakan kegiatan yang dilakukan untuk mentransfer ilmu berupa serangkaian kegiatan interaksi dan komunikasi yang sesuai dengan menggunakan media tertentu dalam rangka pengembangan potensi fisik, social, sikap, emosi dan pengetahuan dalam memelihara kesehatan semaksimal mungkin. Penyuluhan tentang bagaimana cara mencuci tangan yang baik dan benar sebagai upaya peningkatan pengetahuan dan sikap terhadap pencegahan penyakit pada sekolah.

Taman Kanak-Kanak (TK) merupakan langkah yang tepat. Langkah-langkah ini dapat berupa pemberian informasi pengetahuan dan praktek langsung tentang bagaimana cara mencuci tangan yang baik dan benar dengan enam langkah. Selain itu dapat pula ditampilkan sebuah poster agar dapat menarik perhatian anak-anak.

Tujuan penyuluhan ini dilakukan agar dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa/i Taman Kanak Kanak (TK). Selain itu, diharapkan pula anak-anak tersebut dapat memahami bagaimana cara mencuci tangan yang baik dan benar dan dapat mempraktekkannya sebagai kebiasaan sehari-hari untuk meningkatkan kebersihan diri dan lingkungan sebagai upaya pencegahan penyebaran penyakit.

METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada hari Selasa, 30 Agustus 2022 di Taman Kanak Kanak (TK) Al-Habibi Jalan Tanjung Bunga 2 No 61 Kelurahan Sudirejo II Kecamatan Medan Kota. Edukasi dan penyuluhan ini ditargetkan kepada seluruh siswa/i TK Al-Habibi yang berjumlah 12 peserta.

Kegiatan yang dilaksanakan yaitu edukasi tentang bagaimana cara mencuci tangan yang baik dan benar dengan enam langkah menggunakan poster dan mempraktekkan cara mencuci tangan. Pada pelaksanaan edukasi, anak-anak antusias mendengarkan edukasi yang disampaikan dan dapat menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diajukan. Asupan zat gizi pada anak yang tidak adekuat dapat berakibat pada terganggunya pertumbuhan dan perkembangan anak. Tidak terpenuhinya zat gizi dalam tubuh anak dapat berpengaruh terhadap sistem kekebalan tubuh yang apabila sistem kekebalan tubuh melemah maka anak akan rentan terkena penyakit.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan kesehatan tentang mencuci tangan dengan enam langkah di TK Al-Habibi Sudirejo II telah terlaksana dengan baik mulai dari tahap persiapan hingga tahap evaluasi. Kegiatan ini dihadiri oleh 12 peserta. Kegiatan ini dilakukan atas izin Lurah Sudirejo II, dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Foto bersama Lurah Sudirejo II dengan tim lain dari Program Studi Pendidikan Dokter UMSU

Kegiatan ini dapat terlaksana dengan informasi-informasi yang diberikan oleh Kepala Lingkungan setempat. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan memberikan informasi mengenai cara mencuci tangan dengan enam langkah dengan baik dan benar. Dengan pengetahuan-pengetahuan yang telah disampaikan dapat meningkatkan kemampuan dalam mencegah penyebaran penyakit sehingga dapat hidup yang lebih bersih dan sehat. Kegiatan penyuluhan ini dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Kegiatan Edukasi Cuci Tangan dengan Sabun di TK Al-Habibi Sudirejo II

Kegiatan ini berjalan dengan baik karena peserta antusias dalam mengikuti kegiatan dari awal sampai akhir. Hal ini dapat dilihat dari keaktifan peserta dalam menjawab pertanyaan-pertanyaan dan dapat mempraktekkannya secara langsung. Kegiatan ini dapat dilihat pada Gambar 2. Dalam kegiatan ini, terdapat tim yang terdiri dari 8 orang fasilitator dari program Studi Pendidikan Dokter Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.



Gambar 3. Siswa/i TK Al-Habibi mempraktekkan cara mencuci tangan

Berdasarkan WHO, definisi cuci tangan adalah tindakan atau prosedur membersihkan tangan menggunakan air mengalir dan sabun atau cairan antiseptic (Hand Rub). Tujuan cuci tangan menurut Susiati yaitu untuk menghilangkan mikroorganisme atau kuman yang menempel pada tangan, mencegah infeksi silang, menjaga kondisi tetap steril, pelindung terhadap infeksi dan memberikan rasa bersih dan segar. Cuci tangan diindikasikan berdasarkan Kemenkes RI tahun 2022 yaitu sebelum makan, sesudah buang air kecil, sebelum menjamah makanan, sebelum menyusui dan sesudah beraktifitas.⁶

Terdapat enam prosedur dalam mencuci tangan yaitu sebagai berikut : a) lepaskan semua benda yang berada pada tangan, baik itu cincin atau jam tangan b) buka kran air dan basahi tangan lalu tuangkan sabun cair ke telapak tangan secukupnya c) lakukan gerakan tangan dengan meratakan sabun pada telapak tangan d) kedua punggung telapak tangan saling menumpuk secara bergantian kanan dan kiri e) gosok telapak tangan dan sela sela jari dengan gerakan menyilang f)bersihkan ujung kuku dengan menggosok memutar secara bergantian pada telapak tangan kanan dan kiri g) bersihkan ibu jari secara bergantian h) jari-jari tangan posisikan seperti mengerucut dan putar kedalam beralaskan telapak tangan secara bergantian kanan dan kiri i) bilas kedua tangan dengan air mengalir k) keringkan kedua tangan menggunakan tissue

tangan tersebut dilakukan selama 40-60 detik.⁶



Gambar 4. Langkah-langkah mencuci tangan menurut WHO

Kebiasaan dalam mencuci tangan sangat penting untuk di edukasikan dan dipraktekkan secara terus menerus agar berdampak efektif dalam upaya pencegahan penyakit. Terdapat dua komponen penting yang harus di upayakan agar kebiasaan dalam mencuci tangan menggunakan sabun tetap dipertahankan, komponen tersebut yaitu komponen teknis (hardware) dan komponen non-teknis (software). Komponen-komponen hardware dapat berupa tersedia air bersih, sabun dan sarana yang tepat. Sedangkan komponen-komponen non-teknis yaitu informasi atau pengetahuan mencuci tangan, motivasi dan konteks sosial.

Edukasi mengenai cara mencuci tangan dengan enam langkah ini tidak hanya dapat memberikan informasi saja, namun juga dapat meningkatkan kemampuan melalui bimbingan yang telah diberikan kepada siswa/i TK Al-Habibi agar dapat menerapkannya dengan baik dalam kehidupannya sehari-hari, sehingga dapat merubah pola hidup menjadi lebih bersih dan sehat agar terhindar dari berbagai penyakit. Kegiatan ini diharapkan dapat memberi contoh yang baik dan siswa/i TK Al-Habibi dapat menerapkannya ke lingkungan baik sekolah ataupun dirumah.

Cuci tangan merupakan tindakan atau prosedur yang dilakukan guna untuk menghindari diri dari penularan berbagai penyakit. Terdapat enam prosedur dalam mencuci tangan yang baik dilakukan pada saat-saat tertentu. Kegiatan edukasi dan penyuluhan mengenai cara mencuci tangan yang baik dan benar dengan enam langkah berjalan dengan lancar, siswa/i TK Al-Habibi sangat antusias dalam mengikuti kegiatan ini dari awal sampai akhir dengan baik sehingga dapat bermanfaat dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam menjaga kesehatan kehidupansehari-hari.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT. Penulis sangat berterimakasih kepada pihak-pihak yang terlibat dalam kegiatan ini dengan guna meningkatkan pengetahuan dalam upaya pencegahan penyakit sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan ini dengan baik. Penulis ucapkan banyak terimakasih kepada Dosen Pembimbing Lapangan yang telah berbaik hati membimbing dari awal kegiatan sampai akhir kegiatan, dan penulis sangat berterimakasih kepada Kepala lurah Sudirejo II dan perangkat sekolah TK Al-Habibi yang telah mengizinkan dan membantu mensukseskan kegiatan edukasi serta kepada tim yang telah bekerja sama untuk melancarkan kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) ini, semoga kita semua selalu dalam lindungan Allah SWT. Aamiin.

REFERENSI

1. Sari RS, Devitria G, Ginting GV, et al. Meningkatkan pengetahuan cara mencuci tangan dan penggunaan masker yang benar melalui penyuluhan kesehatan pada anak. *Jurnal Masyarakat mandiri*. 2021;5(2):405-413.
2. Bestfy anitasari, sofyan, darmawati, nurul baslia 25. :25-29.
3. Manopo SDG, Umboh EM, Engkeng S, Mulyana H. SABUN TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP

PADA PESERTA DIDIK. *Jurnal Kesmas*. 2020;9(1):52-57.

4. Habit G, Suprpto R, Hayati M, et al. Pembiasaan Cuci Tangan yang Baik dan Benar pada Siswa Taman Kanak-Kanak (TK) di Semarang. *Jurnal Surya Masyarakat*. 2020;2(2):139-145.
5. Hasanah U, Mahardika DR. Edukasi Prilaku Cuci Tangan Pakai Sabun Pada Anak Usia Dini Untuk Pencegahan Transmisi Penyakit.
6. Purba IE, Munthe SA, Bangun HA, et al. ENAM LANGKAH MENCUCI TANGAN YANG BENAR DALAM PENCEGAHAN PENULARAN VIRUS COVID 19. *Jurnal Abdimas Mutiara*. 2021;2(3):14-24
7. Kemenkes, Gerakan Masyarakat Sehat U. Panduan cuci tangan pakai sabun. *Kesehat Lingkungan*. 2020:34. <https://kesmas.kemkes.go>
8. Octa A. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Terhadap [ps2]Perilaku Cuci Tangan Pada Masyarakat Kelurahan Pegirian. *J PROMKES*.2019;7(1):1. doi:10.20473/jpk.v7.i1.2019.1-1

