

Penyuluhan Dan Pelatihan Cuci Tangan Yang Baik Dan Benar Sebagai Upaya Untuk Merapkan Hidup Sehat Dan Bersih Di TK Mawar Sumberwaru

Eliyawati

Program Studi S1 Kebidanan dan Profesi Bidan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ibrahimy
istanameimei2013@gmail.com¹

Received:
29.01.2025

Revised:
13.02.2025

Accepted:
03.10.2025

Available online:
29.03.2025

Abstract. Washing your hands properly and correctly is a simple but more effective way to protect yourself from various diseases around you. Our hands often come into contact with surfaces and objects that are easily contaminated by germs, such as when handling doors, holding elevator buttons, and even holding money. These germs can move from our hands to our hands and will cause infections if not cleaned immediately and properly. With a six-step guide on how to wash your hands that is designed to remove germs properly and effectively from your hands. The Guidelines have been widely adopted by health institutions and organizations around the world, and have been shown to be effective in reducing the spread of disease. Lecturers of the Faculty of Health Sciences created a Soap Hand Washing Counseling program for preschool children with the aim of educating children about how important it is to wash hands using soap and how to. The way to wash your hands with soap is good and correct. This activity was attended by 40 children of early childhood age with an age range of 3 to 5 years at the Mawar Sumberwaru Early Childhood School. It is hoped that children after participating in counseling and handwashing practices, it is hoped that children of early childhood age can always maintain cleanliness, especially hand hygiene by diligently washing their hands with soap to avoid infectious diseases, bacteria and viruses. There is an increase in the level of knowledge of early childhood children after being given counseling and handwashing instruction increased before the counseling on handwashing using soap with soap, which can be seen from the smoothness and fluency of early childhood children to practice how to wash their hands with soap and answer questions given well by lecturers of the Faculty of Health Sciences Ibrahimy.

Keywords : Hand Washing, Children, Knowledge

Abstraks. Mencuci tangan dengan baik dan benar adalah merupakan cara yang sederhana akan tetapi lebih efektif untuk melindungi diri dari berbagai penyakit yang ada di sekitarnya. Tangan kita sering kali bersentuhan dengan permukaan dan benda yang mudah terkontaminasi oleh kuman, seperti halnya saat pegangan pintu, memegang tombol lift, dan bahkan pegang uang. Yang mana kuman-kuman ini dapat berpindah dari tangan ke tangan kita dan akan menyebabkan timbulnya infeksi jika tidak segera dibersihkan dengan baik dan benar. Kemudian WHO telah mengembangkan dengan adanya panduan enam langkah cara mencuci tangan yang dirancang untuk menghilangkan kuman secara baik dan efektif dari tangan. Yang mana panduan ini telah diadopsi secara luas oleh lembaga kesehatan dan organisasi di seluruh dunia, dan telah terbukti efektif untuk mengurangi penyebaran penyakit. Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan membuat program Penyuluhan Cuci Tangan Pakai Sabun untuk anak usia paud dengan tujuan untuk memberikan edukasi kepada anak mengenai betapa pentingnya untuk mencuci tangan dengan menggunakan sabun dan bagaimana cara untuk mencuci tangan pakai sabun secara baik dan benar. Kegiatan ini diikuti oleh anak usia paud sejumlah 40 orang dengan rentang usia 3 s/d 5 tahun di paud mawar sumberwaru di harapkan kepada anak. Setelah mengikuti penyuluhan dan praktek cuci tangan ini diharapkan anak usia paud dapat selalu menjaga kebersihan terutama kebersihan tangan dengan rajin mencuci tangan pakai sabun untuk menghindari dari penyakit infeksi, bakteri dan virus. Adanya peningkatan tingkat pengetahuan anak usia paud setelah diberikan penyuluhan dan praktek cuci tangan meningkat sebelum diberikan penyuluhan cuci tangan menggunakan sabun pakai sabun, yang mana hal ini dapat terlihat dari kelancaran dan kefasihan anak usia paud untuk mempraktikkan cara mencuci tangan pakai sabun dan menjawab pertanyaan yang diberikan dengan baik oleh dosen Fakultas ilmu Kesehatan Ibrahimy.

Kata Kunci : Cuci Tangan, anak, Pengetahuan

1. PENDAHULUAN

Menurut Kholid (2014) pengetahuan adalah merupakan domain yang terpenting bagi terbentuknya suatu tindakan pada seseorang. Prilaku ini yang didasari oleh adanya pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh adanya pengetahuan. Yaitu Adanya sarana yaitu berupa wastafel, dengan menggunakan suatu Tindakan menggunakan sabun lap untuk

tangan hal tersebut yaitu pendukung dalam melakukan suatu Tindakan dan kegiatan untuk mencuci tangan. Peningkatan tindakan dalam mencuci tangan dengan sabun yaitu setelah dilakukan penyuluhan dan praktek menggunakan metode ceramah dan memutar video serta bernyanyi cara cuci tangan yang baik dan benar ada penyampaian informasi secara langsung dan gambar sehingga pesannya lebih melekat dalam ingatan anak usia paud. Yaitu sebagai Upaya Salah satu hal yang mempengaruhi pengetahuan adalah informasi hal yang di sampaikan dan untuk kemudahan dalam memperoleh informasi untuk membantu dan mempercepat seseorang dalam memperoleh pengetahuan dan informasi yang baru (Mubarak, 2015). Informasi yang dapat adalah diberikan melalui penyuluhan dan edukasi serta praktek untuk cuci tangan dengan sabun di mulai dari permukaan kulit seperti halnya handuk, gelas, pintu, dan lain-lain. Mencuci tangan yaitu memakai sabun dengan dipraktikkan secara baik, sistematis tepat dan benar merupakan cara yang termudah dan paling efektif dalam mencegah terhadap penyakit yang. Mencuci tangan dengan air bersih dan menggunakan sabun dapat lebih efektif untuk menghilangkan adanya kotoran dan debu secara mekanis dari permukaan kulit dan secara bermakna mengurangi jumlah mikroorganisme penyebab penyakit seperti virus, bakteri dan parasit lainnya pada kedua tangan. Mencuci tangan dengan menggunakan air bersih dan sabun akan lebih efektif untuk membersihkan kotoran dan telur cacing yang menempel pada permukaan kulit, kuku dan jari-jari pada kedua tangan (Desiyanto dan Djannah, 2016). Lima waktu untuk mencuci tangan dengan sabun yang dapat dilakukan yaitu banyak difokuskan pada kegiatan sehari-hari masyarakat misalnya sebelum makan dan sesudah makan atau setelah bermain, dan sesudah menggunakan kamar mandi, sesudah batuk atau bersin dan lainnya. Kegiatan enam langkah cuci tangan menurut ketentuan WHO ini yaitu berlangsung selama 40 sampai 60 detik, tidak kurang dan tidak lebih. Jika kurang dari waktu yang dianjurkan maka kuman yang ada pada permukaan kulit tidak akan mati dengan sempurna (proses desinfeksi) dengan sabun yang digunakan itu jika lebih dari waktu yang dianjurkan dapat menghilangkan kelembaban alami kulit sehingga terjadi iritasi pada kulit tangan karena prosedur ini akan sangat sering dilakukan secara terus menerus. Penting untuk mencegah iritasi kulit dengan waktu yang cukup dan memastikan kuman dipermukaan kulit mati dengan pemakaian sabun karena tangan adalah sumber penularan infeksi karena akumulasi kuman dari berbagai kegiatan yang mayoritas dilakukan oleh tangan kita dari waktu ke waktu. salah satu tindakan sanitasi dengan membersihkan tangan dan jari jemari menggunakan air dan sabun untuk membersihkan tangan dan memutuskan mata rantai kuman. Berdasarkan latar belakang di atas Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Ibrahimy sangat tertarik dan terpanggil untuk melakukan penyuluhan dan praktek cara mencuci tangan secara baik dan benar dengan sasaran anak usia paud yang rentang usianya 3 – 5 tahun di paud mawar desa merak yang mana desa tersebut adalah merupakan desa binaan dari Fakultas Ilmu Kesehatan Ibrahimy.

2. METODE KEGIATAN

Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Ibrahimy melakukan kegiatan pengabdian kepada Masyarakat yang mana hal ini sasarannya adalah anak usia paud yang berkisar usia 3 s/d 5 tahun di PAUD Mawar sumber waru yang di ikuti oleh 40 Orang anak usia paud dengan metode kegiatan sebagai berikut

1. Menperkenalkan diri
2. Melakukan tanya jawab seputar cara mencuci tangan
3. Melakukan ceramah (Cuci Tangan dengan 6 Langkah)
4. Melakukan Praktek Cara Cuci tangan menggunakan air bersih dan dengan menggunakan sabun
5. Memutar video dan mengajari dengan cara bernyanyi untuk cuci tangan 6 langkah.
6. Mengevaluasi setelah diberikan penyuluhan dan tingkat pengetahuan dari anak paud
7. Menutup kegiatan
8. Memberikan snack untuk mereka sebagai apresiasi dari kami karena mereka telah bersedia dan dengan penuh semangat mengikuti kegiatan penyuluhan ini dari awal hingga akhir.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam pelaksanaan kegiatan terdiri dari 1 dosen penanggung jawab yaitu dosen Fakultas ilmu Kesehatan Ibrahimy yang bertempat di PAUD Mawar desa Sumberwaru yang mana merupakan desa binaan dari Fakultas ilmu kesehatan Ibrahimy Berikut uraian kegiatan yang dilakukan dan lokasi pada saat melakukan kegiatan penyuluhan dan pelatihan cara cuci tangan 6 langkah secara efektif baik dan benar tabel kegiatan sebagai berikut:

Tabel 1 Kegiatan Pengabdian

NO.	KEGIATAN	HASIL	ALOKASI WAKTU
1.	Registrasi	Identitas	2 menit*
2.	Pengisian biodata anak Paud	Nilai rekap	10 menit
3.	Pemberian penyuluhan		15 menit
4.	Praktek cuci tangan		25 menit*
4.	Tanya Jawab		20 menit
5.	Evaluasi	Nilai rekap	10 menit
6.	Rekapitulasi Hasil penyuluhan pretest dan post test cara mencuci tangan 6 langkah .	Resume hasil pemeriksaan	50 menit

Catatan: * Alokasi waktu kegiatan



Gambar 1. Penyuluhan pada kegiatan pengabdian

Gambar 1 dilakukan pengenalan dan tanya jawab seputar tentang cuci tangan 6 langkah menggunakan sabun pada anak usia 3 s/d 5 tahun di PAUD Mawar desa sumberwaru setelah dilakukan pengenalan dan tanya jawab dilanjutkan dengan penjelasan dan penyuluhan tentang 6 langkah efektif cara melakukan cuci tangan secara baik dan benar.



Gambar 2. Mengajari dan praktek cara melakukan cuci tangan

Gambar 2 dilakukan praktek dan bernyanyi cara melakukan cuci tangan 6 langkah yaitu 1. menggosok kedua telapak tangan dengan menempelkan masing-masing telapak tangan hingga sabun berada di seluruh permukaan tangan 2. Menggosok kedua punggung tangan atau tangan bagian luar secara bergantian, seperti telapak tangan kanan berada di atas lalu gosok punggung tangan kiri, demikian sebaliknya, telapak tangan kiri menggosok punggung tangan kanan 3. Menggosok sela-sela jari dengan cara menyilangkan jari tangan kanan dengan jari tangan kiri secara bergantian 4. Menggosok bagian dalam tangan dan punggung jari dengan posisi jari saling mengunci satu dengan yang lain 5. Membersihkan ibu jari dengan cara menggosok secara memutar dalam genggam tangan kanan. Lakukan secara bergantian 7. Membersihkan juga bagian kuku dan ujung jari, lalu gosokkan pada telapak tangan yang lain.



Gambar 3. Evaluasi kegiatan pengabdian Masyarakat

Gambar 3 menggambarkan kegiatan evaluasi kegiatan tentang cara melakukan cuci tangan 6 langkah dengan di temani oleh kepala sekolah PAUD Mawar desa Sumberwaru.



Gambar 4. Memberikan Hadiah kepada siswa dan siswi PAUD Mawar desa Sumberwaru

Gambar 4 memberikan hadiah kepada siswa dan siswi anak PAUD di desa Sumberwaru sebagai apresiasi dalam mengikuti penyuluhan dan praktek secara baik dan semangat dari awal sampai akhir kegiatan.



Gambar 5. Foto Bersama

Gambar ke 5 Foto Bersama dengan Kepala sekolah Paud dan seluruh peserta Penyuluhan dan kemudian acara kegiatan di tutup dengan baik dan tertip.



Gambar 6. Pemberian cendramata

Gambar ke 6 dilanjutkan pemberian cendramata kepada kepala sekolah PAUD Mawr dengan ucapan terima kasih telah memberikan tempat dan waktunya untuk mengikuti kegiatan Penyuluhan dan praktek Cuci Tangan 6 langkah secara tepat dan Efektif.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pemaparan di atas dapat di simpulkan bahwa pengabdian Masyarakat yang dilaksanakan oleh Dosen Fakultas ilmu Kesehatan ibrahimy dengan judul penyuluhan dan praktek tentang cuci tangan yang di ikuti oleh siswa PAUD desa Sumberwaru sangat di sampbut antusias dan dapat terlihat dari antusias dan pemahaman dari siswa dan siswi PAUD itu sendiri serta guru yang mendampingi.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Ilmu kesehatan Ibrahimi dan pihak sekolah PAUD MAWAR Desa Sumberwaru dan kepada pengasuh pondok pesantren salafiyah syafi'iyah sukorejo situbondo yang telah memberi dukungan financial dan membantu terlaksanya kegiatan pengabdian masyarakat ini terhadap pengabdian ini dengan baik dan sempurna dan kepada seluruh guru-guru serta mahasiswa FIK Ibrahimi Yang ikut serta dalam Kegiatan Ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Azmidillah MR. (2017). Pendidikan Kesehatan Menggunakan Metode Ceramah dan Media Leaflet Terhadap Perilaku Cuci Tangan di SDN Sungai Bahadangan Kecamatan Banjang Kabupaten HSU. Program Studi S1 Keperawatan.
2. Adityo Susilo, C, dkk. 2020. Coronavirus Disease 2019: Tinjauan Literatur Terkini. Jurnal Penyakit Dalam Indonesia, 7
3. Cordita, R.N., Soleha, T.U., dan Mayasari, D. 2019. Perbandingan Efektivitas Mencuci Tangan Menggunakan Hand Sanitizer dengan Sabun Antiseptik pada Tenaga Kesehatan di Ruang ICU RSUD Dr. H. Abdul Moeloek. Jurnal Agromedicine,
4. Desiyanto, F. A., & Djannah, S. N. 2013. Efektivitas Mencuci Tangan Menggunakan Cairan Pembersih Tangan Antiseptik (Hand Sanitizer) Terhadap Jumlah Angka Kuman.
5. Jurnal Kesehatan Masyarakat (Journal of Public Health), 7(2) : 75–82.
6. Fadli, A. 2020. Mengenal Covid-19 Dan Cegah Penyebarannya Dengan "PeduliKementerian Kesehatan Republik Indonesia. Hasil Utama Riskesdas 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan; 2018.

7. Pradana, K. Aditya, dkk. 2021. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Animasi Lagu Anak-anak Terhadap Pengetahuan Cuci Tangan Pakai Sabun
8. Kemenkes. (2016) Pedoman Umum Program Indonesia Sehat Dengan Pendekatan Keluarga. Kementerian Kesehatan RI.
9. Kholid A. (2014) Promosi Kesehatan : Dengan Pendekatan Teori Perilaku, Media dan Aplikasinya untuk Mahasiswa dan Praktisi Kesehatan. Jakarta: Rajawali Pers.
10. Mubarak W.I., 2011. Promosi Kesehatan untuk Kebidanan. Jakarta: Salemba Medika
11. Notoatmodjo, S., (2012). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
12. Rastini N dkk, (2018). Perbedaan Penggunaan Metode Ceramah Dengan Metode Ceramah Kombinasi Media Video Terhadap Pengetahuan Dan Tindakan Cuci Tangan Pakai Sabun. Jurnal Kesehatan Lingkungan Vol.8 No.1 Mei 2018: 13 – 22.
13. Yustisa PF. (2014) Efektivitas Penggunaan Media Cetak dan Media Elektronika Dalam Promosi Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Perubahan Sikap Siswa SD. J Kesehatan Lingkungan