



### Perilaku Sadar Cuci Tangan Bagi Siswa

Astuti Ardi Putri

Universitas Dharma Indonesia, Jl. Lintas Sumatra km. 18 Kotobaru Sumatra Barat 27681

\*Email: astutiputri5842@gmail.com

#### ABSTRAK

Cuci tangan secara teratur dan menyeluruh dengan sabun dan air mengalir dengan 7 langkah dianjurkan oleh WHO karena dapat membunuh virus dan kuman penyakit. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk membantu permasalahan penularan penyakit melalui tangan di masyarakat khususnya anak-anak, melalui program perilaku sadar mencuci tangan yang benar secara kesehatan sebelum dan sesudah melakukan aktivitas bagi siswa SD Negeri Tiumang. Dampak dari pengetahuan dan pemahaman yang kurang tentang perilaku hidup bersih dan sehat dengan mencuci tangan menjadi salah satu faktor penyebab penyakit seperti diare, DBD, cacangan dan lain-lain. Manfaat dari pengenalan cara dan membiasakan cuci tangan sejak dini akan berpengaruh terhadap perilaku anak yaitu membangun kesadaran sehat pada anak. Metode yang digunakan yaitu melalui *forum group discussion* dan sosialisasi. Hasil yang diperoleh adalah kegiatan *forum group discussion* dan sosialisasi berjalan dengan baik dan peserta aktif mengikuti acara sosialisasi sampai selesai. *Forum group discussion* dan sosialisasi dilakukan dengan interaktif antara nara sumber dengan peserta. Kesimpulan dari kegiatan pengabdian masyarakat di SD Negeri Tiumang dapat berjalan dengan baik dan lancar. Peserta antusias dan dapat bekerjasama.

**Kata Kunci:** Pendidikan Dini, Cara Mencuci Tangan, Alat Mencuci Tangan

#### ABSTRACT

*Wash your hands regularly and thoroughly with soap and running water with 7 steps recommended by WHO because it can kill viruses and germs. The purpose of this activity is to help the problem of disease transmission through hands in the community, especially children, through a program of conscious behavior to wash hands properly in health before and after carrying out activities for SD Negeri Tiumang students. The impact of the lack of knowledge and understanding of clean and healthy living habits by washing hands is one of the factors causing diseases such as diarrhea, dengue fever, worms and others. The benefits of introducing how to and getting used to washing hands from an early age will affect children's behavior, namely building healthy awareness in children. The method used is through a group discussion forum and outreach. The results obtained were that the group discussion and socialization forum activities went well and active participants took part in the socialization event until it was finished. Group discussion forums and outreach are carried out interactively between resource persons and participants. The conclusion from the community service activities at SD Negeri Tiumang can run well and smoothly. Participants are enthusiastic and able to work together.*

**Keywords:** Early Education, How to Wash Hands, Hand Washing Tools

© 2021 ABDHARI

## A. PENDAHULUAN

Secara epidemiologi penyebaran penyakit berbasis lingkungan dikalangan anak sekolah di Indonesia masih tinggi. Sekolah adalah merupakan tempat yang paling penting sebagai sumber penularan penyakit infeksi pada anak sekolah (Achmadi, 2015). Permasalahan kesehatan anak usia sekolah diantaranya adalah penyakit menular, penyakit non infeksi, gangguan pertumbuhan, gangguan perkembangan dan perilaku. Penyakit yang cukup mengganggu dan berpotensi mengakibatkan keadaan bahaya hingga mengancam jiwa adalah penyakit menular pada anak sekolah. Misalnya, melalui bermain bisa menjadi faktor penyebab kuman menempel pada tubuh anak tersebut ketika bermain dan berkelompok dengan teman-temannya. Yang penularannya bisa melalui tangan masing-masing (Carr, 2014).

Tangan seringkali menjadi agen yang membawa kuman dan menyebabkan patogen berpindah dari satu orang ke orang lain, baik dengan kontak langsung ataupun kontak tidak langsung (menggunakan permukaan-permukaan lain seperti handuk, gelas) (Farich, 2012). Tangan yang bersentuhan langsung Dengan kotoran manusia dan binatang, ataupun cairan tubuh lain seperti ingus, dan makanan / minuman yang terkontaminasi saat tidak dicuci dengan sabun dapat memindahkan bakteri, virus, dan parasit pada orang lain yang tidak sadar bahwa dirinya sedang ditularkan (Verawati, 2012)

Mencuci tangan dengan sabun adalah salah satu cara paling efektif untuk mencegah penyakit Diare dan ISPA. Kedua penyakit itu menjadi penyebab utama kematian anak-anak (Depkes, 2015). Setiap tahun, sebanyak 3,5 juta anak-anak diseluruh dunia meninggal sebelum mencapai umur lima tahun karena penyakit Diare dan ISPA. Mencuci tangan dengan sabun juga dapat mencegah infeksi kulit, mata, cacing yang tinggal didalam usus, SARS, dan flu burung (Amirudin, 2014).

Dengan data tersebut menunjukkan bahwasanya masih banyak anak-anak yang menderita penyakit akibat tidak mencuci tangan. Menurut data *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2013, diare adalah penyebab kematian kedua pada anak dibawah 5 tahun. Secara global setiap tahunnya ada sekitar 2 miliar kasus diare dengan angka kematian 1.5 juta pertahun. Pada negara berkembang, anak-anak usia dibawah 3 tahun rata-rata mengalami 3 episode diare

pertahun. Setiap episodenya diare akan menyebabkan kehilangan nutrisi yang dibutuhkan anak untuk tumbuh, sehingga diare merupakan penyebab utama malnutrisi pada anak (WHO, 2016).

Dari beberapa data diketahui bahwa masih kurangnya kesadaran siswa untuk membiasakan mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah melakukan aktivitas dan kegiatan. Sebagian besar dari mereka masih menyepelkannya karena mereka beranggapan mencuci tangan hanya ketika tangan kotor saja. Tangan memainkan peranan penting dalam penularan penyakit (Anam, 2014). Tangan yang tidak bersih akibat lupa mencuci tangan dapat menjadi media penularan berbagai macam penyakit. Tangan yang kotor juga bisa menjadi sarang virus dan bakteri yang setelah menempel ditangan akan masuk kedalam tubuh melalui hidung, mulut dan anus. Berbagai patogen penyebab penyakit menular bisa menyebar melalui orang yang satu ke orang yang lainnya hanya melalui tangan. Penyebab tersebut termasuk infeksi virus yang mengakibatkan gangguan pencernaan ataupun pernafasan. Infeksi yang menyerang saluran pencernaan dan pernafasan bisa berakibat fatal, terutama pada anak-anak, lansia, maupun orang-orang dengan sistem imun lemah (Sani, 2016).

Berdasarkan permasalahan tersebutlah peneliti bermaksud untuk mengajukan usulan pengabdian masyarakat yang bertujuan untuk menyelesaikan masalah penularan penyakit melalui tangan yang kotor pada siswa melalui Program Sadar Cuci Tangan Bagi Siswa SD Negeri Tiumang. Melalui Program ini dapat membantu meningkatkan kesadaran siswa untuk selalu membiasakan mencuci tangan dengan sabun dan air yang mengalir setiap saat setelah melakukan aktivitas.

## B. METODE

### 1. *Forum Group Discussion* (FGD)

*Forum Group Discussion* salah satu metode yang peneliti gunakan, dengan adanya metode ini peneliti berharap mendapatkan data maupun informasi mengenai perilaku mencuci tangan siswa. Sehingga data yang di dapatkan dari FGD tersebut akan peneliti tindak lanjuti kepada siswa siswi dalam hal pengetahuan dan pemahaman mengenai cara mencuci tangan yang baik dan benar (Notoadmodjo, 2012).

Tujuan yang ingin dicapai dalam *forum group discussion* ini adalah mengidentifikasi program cara mencuci tangan yang baik sesuai dengan kesehatan. Untuk mencapai tujuan kegiatan pengabdian ini ada 2 aktivitas utama yang ditempuh yaitu 1). Pemaparan teori cara mencuci tangan kepada audien. 2). Diskusi *focus group discussion* untuk menampung aspirasi audien. Tahap kedua ini adalah tahap pengisian kuesioner tentang pengetahuan cara mencuci tangan. Pemaparan tentang teknik mencuci tangan yang baik dan benar dilakukan selama 1 jam. Di lanjutkan dengan diskusi dan pengisian kuesioner. Peserta yang hadir dalam forum tersebut adalah kepala sekolah, guru di SD Negeri Tiumang yang dihadiri lebih kurang 15 orang. Kegiatan *forum group discussion* di harapkan dapat memberikan data dan informasi tentang prosedur dan pelaksanaan mencuci tangan.

## 2. Sosialisasi

Sosialisasi ini digunakan untuk memberikan pemahaman kepada siswa siswi Sekolah Dasar Tiumang. Dengan sosialisasi ini diharapkan siswa siswi paham mengenai cara mencuci tangan dengan sabun yang baik dan benar.

Dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian cara mencuci tangan yang baik dan benar membutuhkan alat-alat seperti kran air mengalir (galon), sabun cuci tangan, lap tangan kering. Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini berlangsung selama 2 hari dengan melibatkan guru-guru beserta siswa siswi sebanyak 30 orang.

Sosialisasi dilakukan dalam bentuk penyuluhan dan demonstrasi di SD Tiumang. Tahap pelaksanaannya 1) siswa di kumpulkan di lokasi yang telah disepakati. 2) nara sumber mensosialisasikan dan menjelaskan teori serta teknik cara mencuci tangan. 3) nara sumber mensosialisasikan manfaat dari mencuci tangan. 4) nara sumber mensimulasikan dan mencontohkan cara mencuci tangan pakai sabun dan air mengalir dengan cara mengikuti 7 langkah yang ditetapkan WHO.

## C. HASIL, PEMBAHASAN DAN DAMPAK

Peningkatan pengetahuan cara mencuci tangan yang baik dan benar merupakan salah satu

factor penting yang harus dilakukan kepada siswa sejak dini. Mengingat masih banyak kebiasaan siswa yang tidak membiasakan mencuci tangan setelah beraktivitas, sehingga banyak kebiasaan siswa yang tidak mencuci tangan setelah bermain, maupun mau makan makanan. Hal ini menunjukkan bahwa kebiasaan mencuci tangan belum ditanamkan kepada siswa sejak usia dini. Selain itu kalau kita lihat masih banyak juga perilaku siswa melakukan cuci tangan asal saja tidak menggunakan sabun dan air mengalir. Maka dari itu perlu adanya sosialisasi secara massal mengenai cara mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir kepada anak sekolah Dasar. Karena jika sejak usia dini sudah ditanamkan agar selalu mencuci tangan sebelum dan sesudah beraktivitas, maka hal tersebut akan menjadi kebiasaan yang baik bagi siswa.

Salah satu permasalahan yang ada di dunia saat ini adalah penyebaran virus, bakteri lewat tangan yang kotor/ tidak dicuci. Hal ini juga salah satu permasalahan yang memerlukan perhatian khusus terutama di Indonesia, maupun Negara di dunia. Karena Tangan memainkan peranan penting dalam penularan penyakit. Tangan yang tidak bersih akibat lupa cuci tangan dapat menjadi media penularan berbagai macam penyakit. Tangan yang kotor juga bisa menjadi sarang virus dan bakteri yang setelah menempel ditangan akan masuk kedalam tubuh melalui hidung, mulut dan anus. Berbagai patogen penyebab penyakit menular bisa menyebar melalui orang yang satu ke orang yang lainnya hanya melalui tangan. Penyebab tersebut termasuk infeksi virus yang mengakibatkan gangguan pencernaan ataupun pernafasan. Infeksi yang menyerang saluran pencernaan dan pernafasan bisa berakibat fatal, terutama pada anak-anak, lansia, maupun orang-orang dengan sistem imun lemah. Cuci tangan adalah cara paling mudah dan efektif untuk mencegah sejumlah penyakit.

Untuk mencegah penularan penyakit harus ada beberapa metode yang bisa digunakan, misalnya cara mencuci tangan dengan memakai sabun dan air yang mengalir. Supaya lebih efektif perlu adanya pendidikan kesehatan mengenai cara yang benar dalam mencuci tangan, sehingga siswa mempunyai pengetahuan mengenai cara mencuci tangan yang benar. Maka dari itu peneliti melakukan pengabdian mengenai cara mencuci tangan yang benar pada siswa SD Negeri Tiumang. Harapannya dengan adanya

pengabdian ini bisa membuat siswa paham bagaimana cara mencuci tangan yang benar.

Dalam pelaksanaannya ada 2 metode yang digunakan untuk memberi pemahaman kepada guru maupun siswa dalam hal perilaku mencuci tangan. Metode yang digunakan adalah *forum group discussion* (FGD) dan sosialisasi langsung kepada siswa-siswi SD Nengri Tiumang. Berikut adalah salah satu metode yang digunakan untuk menjangkau pemahaman guru tentang cara mencuci tangan yang baik dan benar.

### 1. *Forum Discussion Group* (FGD)

Pada tahap pemahaman perilaku cara mencuci tangan peneliti telah melakukan beberapa metode, adapun metode pertama yang akan dilakukan adalah *forum group discussion* (FGD). Dimana dalam kegiatan FGD ini yang terlibat secara langsung adalah guru, hal ini dilakukan supaya ada pemahaman terlebih dahulu kepada guru mengenai perilaku cara mencuci tangan. Mengingat guru adalah panutan untuk dipercaya dan diikuti. Maka dari itu konsep peneliti mengenai pengabdian ini lebih mendahulukan pemahaman perilaku mencuci tangan guru terlebih dahulu, sehingga jika guru bisa memahami tentang cara mencuci tangan dengan benar maka akan sangat mudah sekali untuk menerapkan peraturan tersebut kepada muridnya. Dari kegiatan yang telah dilakukan masih banyak sekali guru yang belum memahami cara mencuci tangan dengan baik dan benar, hal ini terlihat dari pengetahuan guru yang belum banyak mengerti mengenai metode cara mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir. Dalam Kesehatan langkah mencuci tangan itu ada 7 langkah. Dari 7 cara mencuci tangan yang baik dan benar secara kesehatan mayoritas guru SD Tiumang masih banyak yang belum mengetahuinya, dan mereka lebih banyak mengetahui mencuci tangan itu pada saat kotor saja.

Berdasarkan hal tersebutlah maka sangatlah penting untuk dilakuakn sosialisasi atau peningkatan pengetahuan cara mencuci tangan yang baik dan benar secara kesehatan bagi guru dan siswa Sekolah Dasar. Dengan adanya sosialisasi atau peningkatan pengetahuan diharapkan akan memberikan dampak positif bagi lingkungan di SD Negri Tiumang Khususnya bagi Guru Dan Siswa.

Ketika pemahaman guru tentang cara mencuci tangan yang baik meningkat maka secara tidak langsung ada dampak positif di lingkungan sekolah, dimana guru pasti akan menyalurkan pengetahuannya kepada siswanya supaya membiasakan mencuci tangan selama beraktivitas disekolah.



**Gambar 1. Kegiatan *Forum Group Discussion* dengan Masyarakat dan Guru**

Pada pelaksanaan *Forum Group Discussion* yang telah dilakukan pada beberapa guru menyampaikan bahwa pemahaman siswa belum merata tentang langkah mencuci tangan secara kesehatan. Maka dari itu perlu adanya sosialisasi khusus kepada siswa. Selain itu pada kegiatan FGD juga diutarakan bahwa perlu adanya peningkatan pengetahuan atau pemahaman kepada siswa tentang langkah mencuci tangan yang baik dan benar. Maka harapannya kedepan bisa mengimplementasikan cara mencuci tangan secara kesehatan dengan benar, setidaknya dilingkungan sekolah maupun di rumah.

### 2. *Sosialisasi Perilaku Siswa dalam Mencuci tangan*

Selain *Forum Group Discussion* metode yang digunakan pada kegiatan ini adalah metode sosialisasi kepada siswa-siswi mengenai cara mencuci tangan yang baik dan benar. Mengingat sasaran dalam pelaksanaan pengabdian ini adalah guru dan siswa maka 2 metode tadi harus dijalankan atau dilakukan kepada guru dan siswa. Tujuan diadakan 2 metode ini adalah untuk menjangkau pemahaman guru dan siswa dalam cara mencuci tangan yang baik dan benar. Sehingga ketika penyampaian materi tentang cara mencuci tangan sesuai dengan kebutuhan.

Dalam pelaksanaan kegiatan sosialisasi yang telah dilakukan bahwa pemahaman siswa mengenai cara mencuci tangan belum

merata, sehingga perlu adanya peningkatan pengetahuan kepada siswa terutama dalam hal langkah-langkah mencuci tangan yang benar. Salah satu peningkatan yang bias dilakukan adalah dengan cara sosialisasi kepada siswa secara langsung mengenai cara mencuci tangan yang baik dan benar. Dalam pelaksanaan sosialisasi bias diberikan materi mengenai 7 langkah cara mencuci tangan yang baik dan benar secara kesehatan.

Pengajaran ataupun pendidikan dalam cara mencuci tangan merupakan pendidikan karakter yang harus ditanamkan kepada anak-anak usia dini. Sehingga dengan adanya pendidikan tersebut, maka akan tertanam bahwa pendidikan berkarakter sangatlah penting. Harapannya dengan adanya pendidikan yang berkarakter kepada anak-anak usia dini bias membawa dampak yang signifikan kepada orang tua atau masyarakat.

Pada tahapan sosialisasi yang telah dilakukan kepada siswa-siswi Sekolah Dasar Negeri Tiumang diikuti dengan sangat antusias serta disambut baik oleh Kepala Sekolah maupun guru. Mengingat kegiatan ini sangatlah penting bagi anak-anak usia dini terutama dalam hal pengetahuan cara mencuci tangan yang baik dan benar. Beberapa guru tersebut juga mengatakan bahwa kegiatan ini seharusnya dilakukan sejak usia dini dan jika perlukan seharusnya dimasukkan kedalam mata pelajaran, sehingga anak-anak bias lebih memahami mengenai langkah-langkah cara mencuci tangan yang baik dan benar secara kesehatan.



**Gambar 2. Kegiatan Sosialisasi dan praktek cuci tangan dengan siswa-siswi**

Dengan adanya sosialisasi kepada siswa-siswi SD Negeri Tiumang ini harapannya dapat meningkatkan pengetahuan anak-anak tentang cara mencuci tangan yang baik dan benar baik di sekolah maupun

dirumah. Dengan menumbuhkan pendidikan cara mencuci tangan yang baik sejak dini harapannya adalah akan muncul generasi-generasi yang sehat dan berkarakter.

Jika mengacu mengenai cara mencuci tangan yang baik dan benar menurut WHO, ada 7 langkah untuk mencegah infeksi virus, kuman, dan bakteri.

- a. Basahi tangan dan tuangkan sabun ditelapak tangan
- b. Telungkupkan kedua telapak tangan dan gosokkan sabun yang telah dituangkan
- c. Letakkan telapak tangan kanan diatas punggung tangan kiri dengan jari yang terjalin dan ulangi untuk sebaliknya
- d. Letakkan telapak tangan kanan ke telapak tangan kiri dengan jari saling terkait
- e. Tangan kanan dan kiri saling menggenggam dan jari bertautan agar sabun mengenai kuku dan pangkal jari
- f. Gosok ibu jari kiri dengan menggunakan tangan kanan dan sebaliknya
- g. Gosok jari-jari tangan kanan yang terenggam ditelapak tangan kiri dan sebaliknya
- h. Bilas dan keringkan (Depkes, 2014).

#### **D. SIMPULAN**

Berdasarkan pelaksanaan pengabdian yang telah dilakukan ada beberapa hal yang perlu diperhatikan, diantaranya adalah mengenai pemahaman tentang cara mencuci tangan yang baik dan benar secara kesehatan yang belum dipahami oleh siswa secara merata maupun guru. Sehingga perlu adanya pelaksanaan sosialisasi untuk pemahaman kepada siswa dan guru tentang cara mencuci tangan yang baik dan benar dengan metode 7 langkah. Pada tahap fokus *group discussion* sebagian guru sudah ada yang memahami mengenai langkah mencuci tangan, akan tetapi masih ada guru yang belum memahami hal tersebut. Sedangkan untuk kegiatan sosialisasi yang telah dilakukan masih banyak siswa yang belum memahami mengenai 7 langkah mencuci tangan yang baik dan benar secara kesehatan. Maka dari itu diperlukan alat peraga dan praktek yang membantu untuk memahami cara mencuci tangan, sehingga dengan adanya alat peraga dan mempraktekkan

siswa bisa untuk memahami cara mencuci tangan yang baik dan benar secara kesehatan.

Dengan adanya beberpa kegiatan yang telah dilakukan di SD Negeri Tiumang bisa membantu guru dan siswa dalam memahami bagaimana cara mencuci tangan yang baik dan benar melalui 7 langkah. Dengan adanya pemahaman tersebut maka akan tertanam kepada siswa mengenai pentingnya menjaga kesehatan diri.

#### **E. UCAPAN TERIMAKASIH**

Terima kasih kami ucapkan kepada kepala Sekolah SD Negeri Tiumang yang telah memberikan izin dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini, Terima kasih juga kepada Guru dan siswa yang telah memfasilitasi pengabdian masyarakat ini dan bersedia menerima pendidikan kesehatan khususnya tentang cara mencuci tangan yang baik benar.

#### **F. DAFTAR RUJUKAN**

- [1] Achmadi. (2015). *Kesehatan Masyarakat Teori Dan Aplikasi*. Jakarta: Rajawali Pers.
- [2] Amirudin. (2014). *Surveilans Kesehatan Masyarakat*. Bogor: PT Penerbit IPB Press.
- [3] Anam. (2014). *7 Langkah Cara Mencuci Tangan Yang Benar*. Jakarta: World Health Organizing.
- [4] Carr. (2014). *Kesehatan Masyarakat Epidemiologi*. Jakarta: EGC.
- [5] Depkes. (2014). *Hari Cuci Tangan Pakai Sabun Sedunia*. Jakarta: Depertemen Kesehatan RI.
- [6] Depkes. (2015). *Pemberastasan Penyakit Diare*. Jakarta: Depkes RI.
- [7] Farich. (2012). *Manajemen Pelayanan Kesehatan Masyarakat*. Yogyakarta: Gosien Publising Sleman.
- [8] Notoadmodjo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta.
- [9] Sani. (2016). Hubungan Pengetahuan Sehat Sakit Dengan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat. *Kesmadaska*, 2 (2), 12–18.
- [10] Verawati. (2012). *Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- [11] WHO. (2016). *Daarrhoeal Disease*. Jakarta: World Health Organization.