



Pelatihan Cuci Tangan yang Benar untuk Anak-Anak Usia Sekolah di Blang Miro, Kecamatan Simpang Tiga

Satria Safirza^{*1}

¹Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Abulyatama, Aceh Besar, 23374, Indonesia.

*Email korespondensi: satria.safirza_fk@abulyatama.ac.id¹

Diterima 23 Agustus 2023; Disetujui 29 Agustus 2023; Dipublikasi 12 September 2023

Abstract: *The implementation of good personal hygiene, especially the habit of washing hands properly, is one of the effective steps in preventing the spread of infectious diseases. This research aims to enhance the understanding of school-aged children in Blang Miro Village, Simpang Tiga District, about the importance of proper handwashing. The methods used in this activity were lectures, discussions, and hands-on practice. The evaluation results show that children experienced an increase in knowledge and awareness of the importance of washing hands with soap. The conclusion of this activity is that education about hand hygiene can be an effective preventive measure in maintaining the health of school children.*

Keywords: *Hand Washing, Personal Hygiene, School Children.*

Abstrak: Penerapan personal hygiene yang baik, khususnya kebiasaan mencuci tangan dengan benar, merupakan salah satu langkah efektif dalam mencegah penyebaran penyakit menular. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman anak-anak usia sekolah di Desa Blang Miro, Kecamatan Simpang Tiga, tentang pentingnya mencuci tangan dengan benar. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah ceramah, diskusi, dan praktik langsung. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa anak-anak mengalami peningkatan pengetahuan dan kesadaran akan pentingnya mencuci tangan dengan sabun. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah bahwa edukasi tentang kebersihan tangan dapat menjadi langkah preventif yang efektif dalam menjaga kesehatan anak-anak sekolah.

Kata kunci : *Cuci Tangan, Personal Hygiene, Anak Sekolah.*

Penerapan personal hygiene yang buruk dapat menyebabkan berbagai penyakit bagi tubuh. Sementara itu penerapan personal hygiene yang benar memiliki manfaat yaitu dapat mempertahankan perawatan diri, baik secara sendiri maupun dengan bantuan, dapat melatih hidup bersih dan sehat dengan memperbaiki gambaran atau persepsi terhadap

kebersihan dan kesehatan, dan menciptakan penampilan yang sesuai dengan kebutuhan kesehatan. Salah satu contoh penerapan personal hygiene adalah mencuci tangan pakai sabun (CTPS) (Zulfa & Patricia, 2023).

Kebersihan Tangan adalah Proses yang secara mekanik melepaskan kotoran debris dari kulit tangan dengan menggunakan sabun biasa

dan air mengalir. Flora Transien dan flora residen pada kulit adalah Flora transien pada tangan diperoleh melalui kontak dengan pasien, petugas kesehatan lain dan permukaan lingkungannya (misalnya meja periksa, lantai atau toilet).

Organisme ini tinggal di lapisan luar kulit dan terangkat dengan melakukan kebersihan tangan menggunakan sabun dan air mengalir. Flora residen tinggal dilapisan kulit yang lebih dalam serta di dalam folikel rambut, dan tidak dapat dihilangkan seluruhnya, bahkan dengan pencucian dan pembilasan keras dengan sabun dan air bersih mengalir.

Untungnya, pada sebagian besar kasus flora residen kemungkinan kecil terikat dengan penyakit infeksi yang menular melalui udara, seperti flu burung. Tangan atau kuku dari petugas kesehatan dapat terkolonisasi pada lapisan dalam oleh organisme yang menyebabkan infeksi seperti S.Aureus, batang Gram negatif atau ragi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Cuci tangan pakai sabun yang dipraktikkan secara tepat dan benar merupakan cara termudah dan efektif untuk mencegah berjangkitnya penyakit. Mencuci tangan dengan air dan sabun dapat lebih efektif menghilangkan 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 dan sabun dapat lebih efektif membersihkan kotoran dan telur cacing yang menempel pada

permukaan kulit, kuku dan jari-jari pada kedua tangan.

Lima waktu cuci tangan dengan sabun yang dapat dilakukan terutama di masa pandemi ini lebih banyak difokuskan pada kegiatan sehari-hari masyarakat misalnya sesudah makan atau berkebun, sesudah menggunakan kamar mandi, sesudah batuk atau bersin dan lainnya.

Kegiatan enam langkah cuci tangan menurut ketentuan WHO ini berlangsung 40 sampai 60 detik, tidak kurang dan tidak lebih. Jika kurang dari waktu yang dianjurkan maka kuman yang ada pada permukaan kulit tidak mati dengan sempurna (proses desinfeksi) dengan sabun yang digunakan sementara 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 (Ervira et al., 2021).

KAJIAN PUSTAKA

Pentingnya Personal Hygiene dalam Mencegah Penyakit

Personal hygiene merupakan faktor utama dalam menjaga kesehatan dan mencegah berbagai penyakit menular (Zulfa & Patricia, 2023). Kebiasaan mencuci tangan dengan benar dapat mengurangi risiko infeksi saluran pernapasan hingga 20% dan infeksi saluran pencernaan hingga 40% (WHO, 2020). Selain itu, penelitian menunjukkan bahwa edukasi kebersihan tangan yang diberikan kepada anak-anak usia sekolah dapat meningkatkan kesadaran dan kebiasaan hidup sehat (CDC,

2021).

Standar Mencuci Tangan yang Benar

Menurut World Health Organization (WHO), mencuci tangan harus dilakukan dengan enam langkah standar yang mencakup semua bagian tangan, mulai dari telapak tangan hingga ujung jari (WHO, 2020). Proses ini harus dilakukan selama 40-60 detik menggunakan sabun dan air mengalir untuk memastikan efektivitas dalam membunuh kuman dan patogen penyebab penyakit (Kementerian Kesehatan RI, 2021).

Dampak Kurangnya Kesadaran Kebersihan Tangan

Kurangnya kesadaran akan pentingnya kebersihan tangan dapat menyebabkan berbagai penyakit seperti diare, influenza, dan infeksi kulit (UNICEF, 2020). Sebuah studi oleh Widyaningsih (2019) menunjukkan bahwa anak-anak sekolah dasar yang tidak memiliki kebiasaan mencuci tangan dengan benar lebih rentan terkena penyakit saluran pencernaan dan infeksi pernapasan. Oleh karena itu, pelatihan dan edukasi mengenai cuci tangan sangat diperlukan untuk membentuk kebiasaan hidup bersih sejak dini.

Efektivitas Program Edukasi Kebersihan Tangan

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa program edukasi mengenai kebersihan tangan, terutama yang dilakukan di lingkungan sekolah, dapat meningkatkan kesadaran dan kepatuhan dalam mencuci tangan (Sari & Rahmatika,

2021). Studi lainnya menyatakan bahwa metode pembelajaran interaktif seperti praktik langsung dan simulasi lebih efektif dibandingkan hanya menggunakan metode ceramah dalam meningkatkan kesadaran anak-anak terhadap pentingnya mencuci tangan (Yusuf & Handayani, 2022).

Peran Guru dan Orang Tua dalam Menanamkan Kebiasaan Cuci Tangan

Penggunaan obat yang tepat dan rasional adalah aspek penting dalam pelayanan kesehatan. Menurut World Health Organization (WHO), penggunaan obat yang rasional terjadi ketika pasien menerima obat yang sesuai dengan kebutuhan klinis mereka, dalam dosis yang memenuhi kebutuhan mereka, untuk periode waktu yang tepat, dan dengan biaya yang terjangkau. Namun, praktik penggunaan obat yang tidak bijak dan tidak rasional masih menjadi masalah global, termasuk di Indonesia. Salah satu isu utama adalah resistensi antimikroba yang disebabkan oleh penggunaan antibiotik yang tidak tepat.

Penelitian menunjukkan bahwa peran orang tua dan guru sangat penting dalam membentuk kebiasaan mencuci tangan yang baik di kalangan anak-anak (Yusuf & Handayani, 2022). Orang tua bertanggung jawab memastikan anak-anak menerapkan kebersihan tangan di rumah, sedangkan guru bertugas memberikan edukasi dan contoh yang baik di sekolah. Menurut Departemen Kesehatan RI (2022), program sekolah sehat yang melibatkan guru, siswa, dan orang tua dapat meningkatkan kepatuhan anak-anak dalam mencuci tangan secara

signifikan

METODE PELAKSANAAN

Tahap Persiapan

Kegiatan yang dilakukan pada tahap persiapan adalah :

1. Survei tempat pelaksanaan kegiatan
2. Pengurusan administrasi dan perijinan tempat pengabdian masyarakat
3. Persiapan materi penyuluhan.

Tahap Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat akan dilakukan setelah persiapan dan perizinan selesai. Kegiatan ini akan dilakukan di desa Blang Miro, Kec. Simpang Tiga, Aceh Besar. Dalam pelaksanaan kegiatan ini sasaran anak usia sekolah di Blang Miro akan dijelaskan materi berupa pentingnya mencuci tangan dengan benar, setelah pemberian materi selesai kemudian peserta diberikan kesempatan bertanya dan diberikan waktu 60 menit untuk sesi tanya jawab, bagi masyarakat yang bertanya diberikan hadiah/doorsprise.

Pembuatan Laporan Pengabdian

Laporan pengabdian dibuat sebagai bentuk hasil akhir dari kegiatan pengabdian yang telah dilakukan agar nantinya manfaat dari pengabdian itu benar-benar tercapai.

Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi merupakan tahapan yang dilakukan untuk menilai kegiatan secara keseluruhan dan meninjau kembali apakah terdapat kekurangan-kekurangan selama

kegiatan. Tahap evaluasi ini bertujuan agar kegiatan yang dilakukan dapat berjalan dengan efektif dan sesuai dengan yang diharapkan. Tahap evaluasi difokuskan terhadap kemampuan anak usia sekolah melakukan cuci tangan yang baik dan benar untuk mencegah terjadinya penyakit.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema “Pelatihan cuci tangan yang benar untuk anak-anak usia sekolah di desa Blang Miro Kec. Simpang Tiga” yang diikuti 20 masyarakat dengan baik dan lancar sesuai dengan harapan.

Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan dalam bentuk ceramah dan diskusi tanya jawab terperinci.

1. Pelaksanaan Pengabdian
2. Pembukaan

Pembukaan kegiatan diawali oleh kepala desa beserta dengan pengenalan tim penyuluhan.

3. Penyampaian Materi

Materi pengabdian masyarakat disampaikan kepada peserta mengenai Pelatihan Cuci Tangan yang benar untuk Anak-anak usia sekolah di Desa Blang Miro Kec. Simpang Tiga. Materi yang disampaikan ± 40 Menit.

4. Diskusi/ Tanya Jawab

Setelah selesai penyampaian materi kepada masyarakat, dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab.

5. Penutup

Kegiatan pengabdian masyarakat

diakhiri dengan melakukan foto bersama dengan Masyarakat.



Gambar 1. Penutup

Output

Output yang diperoleh dari kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu anak usia sekolah di desa Blang Miro lebih meningkat kesadaran untuk mencuci tanganssss.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Kegiatan penyuluhan kepada Anak usia sekolah memberikan pengetahuan tentang cara cuci tangan yang benar.
2. Kegiatan penyuluhan ini dilakukan dengan metode ceramah dan diskusi tanya jawab.
3. Peningkatan pengetahuan masyarakat tentang Pelatihan Cuci Tangan yang Benar untuk Anak-anak usia Sekolah di Blang Miro Kec. Simpang Tiga.

Saran

Berdasarkan hasil kegiatan "Pelatihan Cuci Tangan yang Benar untuk Anak-anak Usia Sekolah di Blang Miro, Kec. Simpang Tiga", dapat disimpulkan bahwa:

1. Peningkatan Kesadaran dan Pengetahuan

Kegiatan ini berhasil meningkatkan pemahaman anak-anak usia sekolah mengenai pentingnya mencuci tangan dengan benar. Sebelum pelatihan, banyak peserta yang belum mengetahui teknik mencuci tangan yang sesuai standar WHO. Setelah pelatihan, mereka lebih memahami dan mampu mempraktikkan kebiasaan mencuci tangan dengan sabun secara benar.

2. Efektivitas Metode Pelatihan

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini, yaitu ceramah, diskusi interaktif, dan praktik langsung, terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran serta keterampilan mencuci tangan peserta. Pemberian materi secara sistematis, disertai dengan sesi tanya jawab dan demonstrasi langsung, memberikan hasil yang lebih optimal dibandingkan metode pembelajaran pasif.

3. Dampak Positif terhadap Kebiasaan Anak-anak

Kegiatan ini menunjukkan bahwa anak-anak mulai memiliki kesadaran untuk menerapkan kebiasaan mencuci tangan di kehidupan sehari-hari, baik sebelum dan sesudah makan, setelah bermain, maupun setelah menggunakan toilet. Ini menjadi langkah awal dalam membangun pola hidup sehat sejak dini.

4. Perlunya Edukasi Berkelanjutan

Meskipun pelatihan ini memberikan dampak positif, keberlanjutan edukasi tentang kebersihan tangan masih diperlukan. Partisipasi aktif guru dan

orang tua dalam menanamkan kebiasaan mencuci tangan akan memperkuat dampak jangka panjang dari program ini.

Dengan demikian, kegiatan ini memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan kesadaran dan keterampilan mencuci tangan yang benar di kalangan anak-anak sekolah, yang pada akhirnya dapat membantu mengurangi risiko penyebaran penyakit menular.

DAFTAR PUSTAKA

- Ervira, F., Panadia, Z. F., Veronica, S., & Herdiansyah, D. (2021). Penyuluhan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) dan Pemberian Vitamin untuk Anak-Anak. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 4(1), 234–239.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Panduan Kebersihan Tangan*. https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Panduan_CT_PS2020_1636.pdf
- Zulfa, V., & Patricia, A. (2023). Pengetahuan dan Sikap Cuci Tangan Pakai Sabun pada Mahasiswa Institut Teknologi Sumatera. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 309–316.
- WHO. (2020). *Guidelines on Hand Hygiene in Health Care: First Global Patient Safety Challenge Clean Care is Safer Care*.
- UNICEF. (2020). *Panduan Praktis untuk Pelaku Bisnis dalam Mendukung WASH 2020*.
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC). (2021). *Handwashing: Clean Hands Save Lives*.
- Departemen Kesehatan RI. (2022). *Pedoman Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Lingkungan Sekolah*.
- Widyaningsih, R. (2019). *Pengaruh Kebiasaan Cuci Tangan terhadap Kesehatan Anak Sekolah Dasar*.
- Sari, N. M., & Rahmatika, A. (2021). *Edukasi Cuci Tangan dalam Upaya Pencegahan Penyakit Menular pada Anak Sekolah Dasar*.
- Yusuf, M., & Handayani, T. (2022). *Penerapan Personal Hygiene di Sekolah sebagai Upaya Pencegahan Infeksi Saluran Pernapasan Masyarakat Kesehatan*, 7(1), 1–5.