

**PENYULUHAN TENTANG MENCUCI TANGAN YANG BAIK DAN BENAR  
MEMAKAI SABUN PADA ANAK DI SEKOLAH TK PERGURUAN SARIPUTRA DI  
KOTA PADANGSIDIMPUAN**

Natar Fitri Napitupulu, Mastiur Napitupulu, Ulfah Hidayah Almadany, Eky Maryo Harahap,  
Alwi Badaruddin

Universitas Aufa Royhan Di Kota Padangsidimpuan  
([fitri.natar@gmail.com](mailto:fitri.natar@gmail.com), 081225171988)

**ABSTRAK**

Salah satu bentuk upaya dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat adalah cuci tangan menggunakan sabun (CPTS). Tangan merupakan salah satu media penularan penyakit, sehingga tangan dengan mudah menularkan penyakit kepada orang lain. Cuci tangan pakai sabun berguna meningkatkan personal hygiene sehingga terhindar dari berbagai penyakit. CPTS jauh lebih efektif membunuh kuman, bakteri, dan virus dibandingkan dengan mencuci tangan dengan air saja. Mencuci tangan dengan sabun (CTPS) dikenal juga sebagai salah satu upaya pencegahan penyakit. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan praktik cuci tangan pakai sabun yang baik dan benar pada anak sekolah TK di Sekolah Perguruan Sariputra. Kegiatan pengabdian masyarakat ini diikuti oleh anak sekolah TK sebanyak 25 orang. Kegiatan ini dilakukan dengan menyampaikan materi penyuluhan dengan menggunakan alat demonstrasi berupa poster dan demonstrasi cuci tangan pakai sabun. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diterima antusias oleh siswa. Seluruh peserta kegiatan menyatakan pengabdian masyarakat ini sangat bermanfaat karena dapat menambah wawasan pengetahuan dan praktik cuci tangan pakai sabun yang benar sehingga berpengaruh terhadap kebiasaan dalam kehidupan sehari-hari.

**Kata Kunci: Mencuci, Tangan, Sabun, Personal Hygiene.**

**ABSTRACT**

*One form of effort to implement clean and healthy living behavior is washing hands with soap (CPTS). Hands are a medium for transmitting disease, so they can easily transmit disease to other people. Washing your hands with soap is useful for improving personal hygiene to avoid various diseases. CPTS is much more effective at killing germs, bacteria and viruses compared to washing hands with water alone. Washing hands with soap (CTPS) is also known as an effort to prevent disease. This community service aims to increase the knowledge and practice of good and correct hand washing with soap among kindergarten school children at Sariputra College School. This community service activity was attended by 25 kindergarten school children. This activity was carried out by delivering educational material using demonstration tools in the form of posters and demonstrations of washing hands with soap. This community service activity was received enthusiastically by students. All activity participants stated that this community service was very useful because it could increase their knowledge and practice of washing hands with soap correctly so that it had an impact on habits in daily life.*

**Keywords: Washing, Hands, Soap, Personal Hygiene.**

## 1. PENDAHULUAN

Kuman penyebab penyakit dapat menyerang kapanpun dan dimanapun. Kuman dapat muncul dimana saja, entah ketika anak bermain, saat bepergian, atau bahkan di rumah. Mereka dapat menempel di permukaan barang-barang yang anak gunakan, atau bahkan dapat menempel pada bagian tubuh, termasuk tangan. Cara untuk mencegah masuknya kuman tersebut salah satunya adalah dengan cuci tangan pakai sabun (CPTS), CPTS adalah salah satu tindakan santasi dengan membersihkan tangan dan jari menggunakan air dan sabun (Kemenkes, 2014). Selain itu, untuk mencegah penyakit menular dari tangan yang disebabkan oleh kuman. Sehingga kita harus menerapkan kebiasaan 6 langkah CPTS (Cuci Tangan Pakai Sabun) dengan baik dan benar.

Perilaku Sehat Cuci Tangan Pakai Sabun (CPTS) adalah salah satu dari Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), saat ini masih kurang diperhatikan oleh dunia, karena masalah praktik perilaku cuci tangan tidak hanya menjadi permasalahan di negara berkembang, tetapi terjadi juga di negara maju. Salah satu penyebab dari kurangnya kebiasaan mencuci tangan pakai sabun ini adalah masyarakat masih lupa atau tidak memperdulikan untuk melakukan perilaku cuci tangan dan kebiasaan cuci tangan masih rendah untuk dilakukan (Depkes, 2007).

Upaya promosi kesehatan tentang peningkatan perilaku cuci tangan pakai sabun masih sangat penting untuk dilaksanakan untuk menekan penularan penyakit, apalagi di kondisi cuaca yang tidak menentu yang mengakibatkan perkembangan bakteri dan virus meningkat dan mudah menular ke setiap orang

sehingga perlu perilaku yang sehat supaya bisa menghentikan penularan.

Sekolah Perguruan Sariputra merupakan salah satu sekolah yang berdiri di Kota Padangsidempuan. Sekolah ini terdiri dari Taman Kanak-kanak (TK), Sekolah Dasar (SD), dan Sekolah Menengah Pertama (SMP). Dalam kegiatan penyuluhan ini diutamakan pada siswa TK yang berjumlah 25 orang. Sekolah sangat mendukung atas kegiatan yang dilakukan dikarenakan pengetahuan anak yang kurang dalam mencuci tangan yang baik dan benar. Kegiatan yang dilakukan dibantu dengan menggunakan media Poster yang diletakkan di setiap area cuci tangan. Sarana tempat cuci tangan yang disediakan sekolah untuk tetap mematuhi protokol kesehatan walau pandemi telah berlalu.

## 2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan penyuluhan dilaksanakan di Sekolah Perguruan Sariputra bagian TK Kota Padangsidempuan. Sebelum memulai kegiatan, terlebih dahulu dilakukan koordinasi dan meminta izin kepada kepala sekolah beberapa hari sebelum kegiatan berlangsung. Kegiatan dilaksanakan diluar ruangan dengan jumlah siswa 25 orang siswa/siswi. Dosen melibatkan mahasiswa dalam melakukan edukasi tentang CPTS dan demonstrasi menggunakan poster. Tetapi sebelum melakukan edukasi, siswa diminta untuk mempraktikkan CPTS dengan metode yang diketahui oleh siswa. Kegiatan dilaksanakan pada hari Selasa, 30 November 2023. Jenis kegiatan ini adalah penyuluhan kesehatan menggunakan metode ceramah, yaitu menyampaikan materi edukasi Cuci Tangan yang baik dan benar Pakai Sabun.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan yang diberikan kepada siswa/siswi TK Perguruan Sariputra diharapkan untuk meningkatkan frekuensi kegiatan mencuci tangan dan meningkatkan kualitas kebersihan siswa sebelum memasuki pembelajaran dalam kelas. Adapun isi materi yang disampaikan kepada siswa/siswi sebagai berikut:

- a. Pengertian dan Tujuan Cuci tangan pakai sabun (CPTS)
- b. Cara yang tepat mencuci tangan pakai sabun yang baik dan benar menurut WHO
- c. Demonstrasi CPTS secara langsung dengan alat bantu poster.

Respon yang baik dari siswa/siswi saat diberikan materi tentang edukasi cuci tangan. Siswa/siswi mendengar dan memperhatikan tentang materi yang disampaikan, mengikuti gerakan demonstrasi CPTS dengan baik, kegiatan berjalan dengan lancar dilihat dari antusias siswa/siswi saat memperagakan cuci tangan dengan sabun dan air mengalir secara langsung.

Tangan merupakan salah satu media penularan penyakit, sehingga tangan dengan mudah menularkan penyakit kepada orang lain. Cara untuk mencegah penularan penyakit salah satunya adalah dengan mencuci tangan. Cuci tangan pakai sabun berguna meningkatkan personal hygiene sehingga terhindar dari berbagai penyakit. CPTS jauh lebih efektif membunuh kuman, bakteri, dan virus dibandingkan dengan mencuci tangan dengan air saja. Mencuci tangan dengan sabun (CPTS) dikenal juga sebagai salah satu upaya pencegahan penyakit yang mudah menular melalui tangan. Mencuci

tangan pakai sabun dan air mengalir selama 40-60 detik merupakan cara yang efektif dalam mencegah penyakit dan penyebaran kuman. Adapun langkah-langkah mencuci tangan yang baik dan benar adalah sebagai berikut:

- a. Basahi dan berikan sabun pada tangan, gosok kedua telapak tangan secara lembut dengan arah memutar
- b. Usap dan gosok juga kedua punggung tangan secara bergantian
- c. Gosok sela-sela jari tangan hingga bersih
- d. Bersihkan ujung jari secara bergantian dengan posisi saling mengunci
- e. Gosok dan putar kedua ibu jari secara bergantian
- f. Letakkan ujung jari ke telapak tangan lalu gosok perlahan. Bilas dengan air bersih dan keringkan (Kemenkes RI, 2023)

Mencuci tangan disarankan menggunakan sabun dan air mengalir, karena dengan memakai sabun dapat menghilangkan kotoran dan penyakit yang berada di tangan. Mencuci tangan dengan memakai sabun yang dilaksanakan secara baik dan benar merupakan cara yang efektif untuk mencegah tertular penyakit (Kemenkes RI, 2022).

Dengan melakukan cuci tangan pakai sabun (CPTS) yang baik dan benar, diharapkan dapat mengurangi penularan penyakit yang disebabkan oleh rendahnya higienitas. Setelah melakukan cuci tangan, disampaikan waktu yang tepat untuk mencuci tangan. Centers for Disease Control and Prevention (CDC) dan kementerian kesehatan memberikan saran waktu yang penting untuk mencuci tangan sebagai berikut:

- a. Sebelum, saat, dan sesudah menyiapkan makanan
- b. Sebelum dan setelah makan
- c. Setelah buang air
- d. Setelah batuk dan bersin
- e. Setelah menyentuh sampah
- f. Setelah beraktivitas seperti bermain, belajar, menyentuh hewan.

#### 4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan penyuluhan yang dilakukan dosen dengan melibatkan mahasiswa dengan sasaran siswa/siswi TK Perguruan Sariputra mengenai pentingnya mencuci tangan yang baik dan benar dengan sabun dan air mengalir dapat dilaksanakan dengan sangat baik. Kegiatan penyuluhan ini dirispon sangat baik oleh kepala sekolah serta guru-guru Sekolah TK Perguruan Sariputra. Hasil dari kegiatan ini telah meningkatkan pengetahuan siswa/siswi TK Perguruan Sariputra tentang pentingnya mencuci tangan yang baik dan benar dengan menggunakan sabun dan air mengalir.

Kegiatan ini mendapat respon yang baik oleh kepala sekolah, guru Tk serta siswa/siswi. Hal ini dibuktikan dengan antusias kepala sekolah, guru Tk dalam mendampingi selama acara berlangsung, serta siswa/siswi TK sangat bersemangat mendengarkan serta mampu dalam mendemostrasikan mencuci tangan yang baik dan benar dengan sabun dan air mengalir. Kegiatan ini dapat dilanjutkan dengan materi pencegahan penyakit diare pada siswa/siswa TK.

#### 5. REFERENSI

Kemendes RI (2023), Pentingnya Cuci Tangan: Manfaat, Langkah, dan Momen yang Tepat. [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/2425/pentingnya-cuci-tangan-](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2425/pentingnya-cuci-tangan-)

[manfaat-langkah-dan-momen-yang-tepat](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/139/pentingnya-cuci-tangan-untuk-kesehatan). Diakses pada 11 Desember 2023  
Kemendes RI (2022), Pentingnya Cuci Tangan untuk Kesehatan. [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/139/pentingnya-cuci-tangan-untuk-kesehatan](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/139/pentingnya-cuci-tangan-untuk-kesehatan). Diakses pada 11 Desember 2023

Kemendes RI (2022), Tahukah Sobat Sehat Bahwa Budaya Cuci Tangan Bisa Menyelamatkan Bangsa. [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/1662/tahukah-sobat-sehat-bahwa-budaya-cuci-tangan-bisa-menyelamatkan-bangsa](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1662/tahukah-sobat-sehat-bahwa-budaya-cuci-tangan-bisa-menyelamatkan-bangsa) Diakses pada 11 Desember 2023

Siti Meiranda H. R. Dkk (2022). Penyuluhan Tentang Pentingnya Cuci Tangan Pakai Sabun Dalam Rangka Peningkatan Personal Hygiene Pada Anak di TK Tursina Jaya Kelurahan Sitingjak. Jurnal Pengabdian Masyarakat AuFa, 4(3), 153-157

Khodijah T. D. Dkk. (2022) Penyuluhan Hidup Bersih dan Sehat “Edukasi Cuci Tangan Pakai Sabun (CPTS) Melalui Media Poster dan Banner Pada Masa Pandemi Covid-19”. Jurnal Pengabdian Masyarakat AuFa, 4(1).

Annik Megawati, Ema Dwi Hastuti, Dessy Erliani Mugita Sari (2018). Peningkatan Kualitas Kesehatan Anak Dengan Penerapan Cara Mencuci Tangan Yang Benar dan Pengenalan Tentang Obat Kepada Anak Usia Dini. Jurnal Pengabdian Kesehatan STIKES Cendekia Utama Kudus, 1(1)

## 6. DOKUMENTASI KEGIATAN

