

Penyuluhan Kesehatan Cara Mencuci Tangan Pakai Sabun dengan Air Mengalir pada Siswa Taman Kanak-Kanak (TK) Negeri Pembina di Angkola Selatan

Rizka Novia Ramanda¹, Rizka Fadilah², Ronda Rohana³, Rosma Aliyah⁴, Salma Khairiyah⁵, Putri Surmaini⁶, Reska Charlina⁷, Zahra Ananda Putri⁸, Zelvina Anggreini⁹, Riani Finola Sari¹⁰, Siti Nur Aisyah Pane¹¹, Syarif Hidayat Syah¹², Munawir Hasibuan¹³, Widya Sari Ritonga¹⁴, Rahmad Syafii¹⁵, Meliana Nespi Ritonga¹⁶

psurmaini@gmail.com

^{1,2,3,4,5} Program Studi Kebidanan, ^{6,7,8,9} Program Studi Farmasi, ^{10,11,12,13} Program Studi Keperawatan, ^{14,15} Program Studi Kesehatan Masyarakat, ¹⁶ Program Studi Kewirausahaan Universitas Aufa Royhan, Kota Padang Sidempuan, Indonesia

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengedukasi anak-anak TK Negeri Pembina Angkola Selatan tentang pentingnya mencuci tangan yang bersih dan sehat. Metode yang dilakukan melalui penyuluhan, video pembelajaran, dan praktik langsung kepada 22 responden anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelumnya hanya 40% anak yang mencuci tangan sesuai protokol kesehatan, namun setelah intervensi, angka ini meningkat menjadi 73%. Secara kesimpulannya, pembiasaan mencuci tangan sesuai dengan standar WHO dapat berhasil dengan mengikuti tiga langkah, yaitu penyuluhan, penggunaan media pembelajaran audio visual, dan praktik langsung menggunakan air mengalir. Hal ini menunjukkan bahwa metode penyuluhan yang melibatkan berbagai pendekatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku mencuci tangan sesuai standar WHO.

Kata kunci : Hidup bersih dan sehat, cuci tangan yang benar, penyuluhan, audio visual, air mengalir

ABSTRACT

This research aims to educate the children of Pembina South Angkola State Kindergarten about the importance of washing clean and healthy hands. The method used was through counseling, learning videos, and direct practice for 22 child respondents. The research results showed that previously only 40% of children washed their hands according to health protocols, but after intervention, this figure increased to 73%. In conclusion, the habit of washing hands according to WHO standards can be successful by following three steps, namely counseling, using audio-visual learning media, and direct practice using running water. This shows that the education method which involves various approaches is effective in increasing knowledge and washing behavior hands according to WHO standards.

Keywords : Clean and healthy living, proper hand washing, counseling, audio visuals, running water.

1. PENDAHULUAN

Sejak munculnya wabah Covid-19 dari Wuhan, Cina pada Desember 2019, virus ini telah menjadi pandemi global yang masih berlangsung hingga saat ini. Menurut data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) per 17 Mei 2020, tercatat 4.535.731 kasus positif Covid-19 dan 307.537 kematian di seluruh dunia.

Saat ini, semua perhatian terfokus pada langkah-langkah pencegahan dari penularan virus yang belum memiliki vaksinnnya. Salah satu strategi efektifnya adalah dengan melakukan pencucian tangan sesuai dengan pedoman kesehatan berdasarkan standar WHO. Menurut regulasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2014, mencuci tangan dengan cara yang tepat merupakan salah satu aspek dari tiga pilar pembangunan kesehatan di Indonesia, yang meliputi gaya hidup sehat. Pilar lainnya mencakup pengaturan lingkungan yang bersih dan penyediaan layanan kesehatan yang adil dan dapat dijangkau oleh semua orang, yang dihadapi.

Upaya untuk mengedukasi cara yang tepat kepada anak-anak di sekolah TK agar senang mencuci tangan merupakan langkah yang sangat penting. Menurut Megawati dan rekan-rekan (2018: 40), pada usia ini, sistem kekebalan tubuh anak-anak belum sepenuhnya terbentuk, sehingga mereka rentan terhadap penyakit.

Langkah konkret dari upaya ini termasuk memberikan penyuluhan dan pengetahuan yang efektif, membentuk kebiasaan baik sejak dini, serta mengikutsertakan pendampingan dan praktik langsung melalui penggunaan video pembelajaran. Langkah-langkah ini sangat diperlukan untuk mencegah penyebaran COVID-19 yang semakin meluas.

Tujuan dari program penyuluhan mengenai cuci tangan yang baik dan benar di TK adalah agar para siswa dapat memahami dan mengimplementasikan teknik-teknik yang tepat dalam mencuci tangan. Setelah pelaksanaan program ini, diharapkan akan terjadi perubahan perilaku di masyarakat, khususnya di kalangan siswa, sehingga mereka akan senang mencuci tangan secara teratur dan sesuai prosedur.

Seperti yang umum diketahui, tangan merupakan bagian tubuh yang sering kali menjadi sarana penularan penyakit. Salah satunya, penyebaran COVID-19 dapat terjadi melalui tangan. Jika tangan terkontaminasi setelah bersentuhan dengan penderita, kemungkinan besar tangan akan menyentuh hidung, mata, atau mulut. Virus COVID-19 dapat masuk ke dalam paru-paru melalui jalur ini dan dapat menyebabkan kerusakan pada sistem pernapasan, yang pada akhirnya dapat mengakibatkan kesulitan bernafas dan bahkan gagal pernapasan pada individu dengan sistem kekebalan tubuh yang lemah.

Menurut WHO, mencuci tangan dengan sabun adalah langkah yang sangat dianjurkan untuk menjaga kesehatan (www.who.int). Riris (2009: 2-3) menjelaskan bahwa sabun efektif dalam membunuh kuman atau virus yang menempel di tangan. Oleh karena itu, upaya paling sederhana dalam menjaga gaya hidup sehat adalah dengan rajin mencuci tangan. Meskipun sering dianggap sepele oleh masyarakat, tindakan ini ternyata memiliki peran yang signifikan dalam upaya pencegahan COVID-19 (Ibrahim, dkk, 2020: 192).

Tangan merupakan bagian tubuh yang sering terkontaminasi dengan kotoran dan berbagai bibit penyakit. Saat kita memegang atau berjabat tangan dengan orang lain, kotoran dan berbagai mikroorganisme seperti telur cacing, virus, kuman,

dan parasit dapat menempel pada kulit tangan kita. Jika tidak membersihkan tangan sebelumnya, ini dapat menyebabkan penularan kepada orang lain saat berjabat tangan atau bahkan ketika menggunakan tangan yang tidak bersih untuk makan, yang dapat mengganggu sistem pencernaan. (Retno dkk, 2013: 123).

Menyampingkan transmisi melalui sentuhan, kotoran, serta berbagai virus umumnya juga bisa menempel pada benda-benda seperti gagang pintu, uang, peralatan makan, dan mainan. Jika kita menyentuh benda-benda tersebut tanpa mencuci tangan, ada risiko besar untuk tertular penyakit, termasuk virus. Oleh karena itu, mencuci tangan dengan benar dan sesuai dengan pedoman kesehatan sangatlah penting untuk mencegah virus dan penyakit masuk ke dalam tubuh manusia (Kushartanti, 2012: 2-3).

2. METODE PELAKSANAAN

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode penyuluhan atau ceramah serta demonstrasi langsung menggunakan air mengalir. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 25 Juni 2024 di TK Negeri Pembina Angkola Selatan. Evaluasi juga dilakukan untuk mengukur tingkat pengetahuan responden dan efektivitas metode yang digunakan. Evaluasi dilakukan dengan memberikan pertanyaan secara lisan dengan format tertutup kepada responden, yaitu sebelum dan setelah penyuluhan berlangsung, terkait pengetahuan mereka tentang cara mencuci tangan sesuai standar WHO. Dari hasil evaluasi ini akan dapat ditarik kesimpulan mengenai dampak signifikan dari kegiatan penyuluhan tersebut.

Untuk meningkatkan efektivitas dan ketepatan informasi, penyuluhan juga mengadopsi media pembelajaran audio visual mengenai prosedur mencuci tangan yang sehat.

Menurut Asmara (2015), penggunaan media audio visual dapat meningkatkan keberhasilan pembelajaran dibandingkan dengan tidak menggunakan media tersebut. Pendapat yang senada disampaikan oleh Hamdani dan Cheppy Riyana (2007: 8-11), yang menyarankan penggunaan strategi video pembelajaran karena kontennya memberikan pengetahuan yang komprehensif dan mudah dipahami oleh peserta didik.

Selama proses penyuluhan dan praktik, peserta yang terdiri dari anak-anak TK akan dipandu untuk melakukan enam langkah mencuci tangan yang benar sesuai dengan standar WHO. Langkah-langkah tersebut mencakup menggosok telapak tangan dengan sabun, bergantian menggosok punggung tangan kanan dan kiri, mensela-selai jari dengan sabun, membersihkan ujung jari dengan teliti, menggosok dan memutar ibu jari secara bergantian, dan terakhir, menggosok seluruh ujung jari pada telapak tangan secara perlahan dengan air mengalir.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan ini diselenggarakan di TK Negeri Pembina Angkola Selatan yang berlokasi di Jalan Simarpinggian, Kecamatan Angkola Selatan, Kabupaten Tapanuli Selatan. TK ini memiliki satu ruangan, dan jumlah responden yang terlibat dalam penyuluhan ini sebanyak 22 orang.

Tabel 1:

Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin di TK Negeri Pembina Angkola Selatan

Karakteristik	Frekuensi	Presentase(%)
Laki-Laki	10	46,0
Perempuan	12	54,0
JUMLAH:	22	100

Berdasarkan data pada Tabel 1, mayoritas responden adalah anak perempuan, yakni 12 anak

(54%), sedangkan anak laki laki berjumlah 10 anak (46%).

Tabel 2.
Distribusi responden berdasarkan pemahaman dan kebiasaan mencuci tangan di TK Negeri Pembina Angkola Selatan

Kebiasaan	Frekuensi	Presentase(%)
Kebiasaan Baik	8	35,0
Kebiasaan tidak Baik	14	65,0
JUMLAH:	22	100

Berdasarkan Tabel 2 di atas, dapat dilihat bahwa hanya 8 dari total 22 anak (35,0%) yang memiliki kebiasaan mencuci tangan dengan benar. Sebaliknya, 14 anak lainnya (65,0%) terbiasa tidak melakukan hal tersebut dengan baik.

Dari data tersebut, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar anak di TK Negeri Pembina Angkola Selatan belum memahami cara yang benar dalam mencuci tangan sesuai dengan pedoman yang dianjurkan oleh Badan Kesehatan Dunia (WHO). Hal ini juga mengindikasikan bahwa anak-anak pada usia ini mungkin belum sepenuhnya menyadari pentingnya mencuci tangan secara teratur dan menggunakan sabun dalam 6 langkah seperti yang dijelaskan sebelumnya.

Dari tabel tersebut juga dapat disimpulkan bahwa meskipun anak-anak usia dini sudah membentuk kebiasaan mencuci tangan, belum tentu kebiasaan ini sesuai dengan standar kesehatan yang benar. Jika tidak ada penyuluhan yang tepat, kebiasaan mencuci tangan ini mungkin tidak memenuhi standar kesehatan yang dianjurkan. Hal ini berpotensi membuat anak-anak hanya gemar mencuci tangan tanpa memperhatikan kebersihan yang benar, sehingga masih ada kemungkinan kuman tetap menempel.

Pembiasaan mencuci tangan sesuai dengan standar kesehatan dapat dilakukan dengan

berbagai cara. Selain melalui pengajaran di sekolah oleh guru, orang tua juga dapat melaksanakannya ketika anak-anak berada di rumah. Peran orang tua sangatlah krusial, sebagaimana Khalid Ahmad Syantut (2018: 8) menyatakan bahwa orang tua adalah sekolah atau madrasah bagi anak-anak ketika mereka berada di rumah. Sebagai pelaksana fungsi sekolah, orang tua dapat mentransfer pengetahuan serta nilai-nilai baik kepada anak-anak. Dengan konsep ini, orang tua memiliki peran yang sangat penting dalam memberikan pengajaran dan membimbing praktik menjaga kebersihan tangan sesuai dengan langkah-langkah kesehatan. Selain itu, mereka juga memiliki peran signifikan dalam memastikan kehidupan sehat dengan menjaga kebersihan tangan dari potensi penyakit di lingkungan keluarga sejak usia dini.

Jika hal ini berhasil dilakukan, anak-anak akan memiliki pemahaman yang baik tentang cara mencuci tangan yang sehat dan benar. Namun, terkadang orang tua kurang menyadari atau bahkan belum mengerti secara menyeluruh tentang prosedur mencuci tangan yang sesuai dengan standar kesehatan. Kondisi ini tentu menjadi faktor krusial dan dapat dianggap sebagai sikap yang tidak mendukung kebiasaan mencuci tangan sesuai dengan standar kesehatan (Riyanti, 2008). Menyadarkan orang tua akan hal ini merupakan tugas yang tidak mudah dan memerlukan waktu serta komitmen dari berbagai pihak.

Tabel 3.
Pengetahuan dan praktek responden setelah dilakukan penyuluhan di TK Negeri Pembina Angkola Selatan

Pengetahuan dan Praktek	Frekuensi	Presentase (%)
Paham	15	73,0
Tidak paham	7	27,0
Jumlah	22	100

Berdasarkan Tabel 3 di atas, sebelum penyuluhan dilakukan 65,0% anak tidak familiar dengan cara mencuci tangan sesuai protokol WHO. Namun, setelah penyuluhan menggunakan video pembelajaran tentang cara mencuci tangan dengan standar yang tepat, termasuk praktik menggunakan air mengalir, terjadi peningkatan yang signifikan. Sebanyak 73,0% anak dapat mengerti dan menerapkan teknik mencuci tangan sesuai dengan aturan yang benar setelah sesi penyuluhan tersebut.

Kenaikan persentase pengetahuan anak-anak ini dapat disebabkan oleh penggunaan media tertentu dalam penyuluhan, yaitu video pembelajaran dan praktik langsung menggunakan air mengalir. Variasi ini menjadi faktor utama dalam meningkatkan pemahaman mereka terhadap materi mencuci tangan. Dari Tabel 3 di atas, juga terlihat bahwa membangun kebiasaan perilaku sehat seperti mencuci tangan pada anak usia dini seharusnya menjadi tanggung jawab bersama, terutama orang tua. Cara yang paling efektif adalah dengan melakukan praktik langsung di rumah menggunakan air mengalir.

Menurut Kementerian Kesehatan RI (Depkes 2007), anak-anak usia dini, baik di tingkat pra sekolah (TK) maupun sekolah dasar (SD/MI), merupakan target utama

dalam upaya menerapkan gaya hidup sehat. Hal ini disebabkan karena anak-anak pada usia ini sangat aktif, sering berkumpul, dan bermain bersama teman-temannya, sehingga sering kali kurang memperhatikan kebersihan tubuh, terutama mencuci tangan. Kondisi ini membuat mereka rentan terhadap penyakit. Oleh karena itu, penting untuk terus mendorong pembiasaan pola hidup sehat sejak dini pada anak-anak, termasuk kebiasaan seperti mencuci tangan dengan sabun, merawat kebersihan kuku, dan menjaga kebersihan lingkungan sekitar.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Sebagian besar anak-anak usia dini, terutama di TK Negeri Pembina Angkola Selatan, belum menjalankan perilaku mencuci tangan yang benar dan sehat, yaitu sekitar 65,0%. Hanya sekitar 35% yang sudah mengikuti standar kesehatan. Namun, setelah dilakukan pendekatan edukatif berupa ceramah dengan media video pembelajaran dan praktik langsung, terjadi peningkatan signifikan. Sekitar 73,0% anak telah berhasil mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir.

Pentingnya mengajarkan kebersihan dan kesehatan fisik, termasuk kebiasaan mencuci tangan secara teratur dengan sabun dan air mengalir, adalah tanggung jawab bersama antara sekolah dan orang tua. Orang tua diharapkan turut berperan dalam memberikan pemahaman kepada anak tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat, termasuk cara mencuci tangan yang benar dan efektif.

5. REFERENSI

- Asmara, A. P. (2015). Pembuatan media pembelajaran berbasis audio visual untuk pengembangan koloid. *JURNAL ILMIAH DIDAKTIKA: Media Ilmiah Pendidikan dan Pengajaran*, 15(2), 156-178.
- Ibrahim, I., Kamaluddin, K., Mintasrihardi, M., Junaidi, A. M., & Abd Gani, A. (2020). Penanggulangan bencana virus corona melalui sosialisasi kepada anak usia dini di Desa Rempe, Kecamatan Seteluk, Sumbawa Barat. *Selaparang Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 3(2), 191-195.
- Megawati, A., Hastuti, E. D., & Sari, D. E. M. (2018). Meningkatkan Kualitas Kesehatan Anak Melalui Penerapan Cara Mencuci Tangan yang Tepat dan Pengenalan Tentang Obat pada Anak Usia Dini. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*.
- PERMENKES. (2014). Diakses pada 1 Juni 2020, dari http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk_hukum/PMK%20No.%203%20ttg%20Sanitasi%20Total%20Berbasis%20Masyarakat.pdf
- Purwandari, R., & Ardiana, A. (2015). Hubungan antara kebiasaan mencuci tangan dengan kasus diare pada anak usia sekolah di Kabupaten Jember. *Jurnal Keperawatan*, 4(2).
- Ambarwati, E. R., & Prihastuti, P. (2019). Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) dalam Mencuci Tangan dengan Sabun dan Air Mengalir sebagai Upaya untuk Memasyarakatkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Sejak Dini. *Celebes Abdimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 45-52.
- Syantut, Khalid Ahmad. (2018). Pendidikan Anak di Rumah: Rumahku Madrasah Pertamaku, diterjemahkan oleh Iman Martin, Maskana Media

6. DOKUMENTASI KEGIATAN

Gambar 1.
Foto Saat Penyampaian Materi



Sumber : Dokumentasi Pribadi

Gambar 2:
Foto Saat Nonton Bersama Video 6 Langkah Cara Mencuci Tangan yang Baik dan Benar



Sumber : Dokumentasi Pribadi

Gambar 3.
Foto Praktik Cuci Tangan



Sumber : Dokumentasi Pribadi

Gambar 5:
Foto Pemberian hadiah



Sumber : Dokumentasi Pribadi

Gambar 4.
Foto Bersama



Sumber : Dokumentasi Pribadi