

**EDUKASI 6 LANGKAH CUCI TANGAN YANG BAIK DAN BENAR DI TK  
HARAPAN BERSAMA DESA PINTU PADANG  
KECAMATAN ANGKOLA SELATAN  
TAHUN 2024**

**Devi Yunita Siregar<sup>1</sup>, Atika Suarni<sup>2</sup>, Akhmad Ziyaul Haqqi<sup>3</sup>, Dina Syah Putri<sup>4</sup>,  
Dinda Pratiwi<sup>5</sup>, Sheyla Pachira<sup>6</sup>, Maisaroh Harahap<sup>7</sup>, Lola Pebrianthy<sup>8</sup>,**

<sup>1</sup> Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Program Sarjana, Fakultas Kesehatan

<sup>2</sup> Program Studi Farmasi Program Sarjana, Fakultas Kesehatan

<sup>3,4,5,6,7</sup> Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Kesehatan

<sup>8</sup> Dosen Program Studi Kebidanan Program Profesi, Fakultas Kesehatan

Universitas Aufa Royhan di Kota Padangsidempuan

([deviyunitasiregar22@gmail.com](mailto:deviyunitasiregar22@gmail.com) ,082362012530)

**ABSTRAK**

Cuci tangan dianggap sebagai salah satu langkah yang paling penting untuk mengurangi penularan mikroorganisme dan mencegah infeksi. Perilaku cuci tangan yang baik dan benar akan dapat membantu menurunkan risiko penyakit menular salah satunya penyakit diare. Penyuluhan enam langkah cuci tangan yang baik dan benar ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada siswa mengenai pentingnya mencuci tangan pakai sabun dan cara mencuci tangan pakai sabun yang baik dan benar. Penyuluhan ini menggunakan metode ceramah dan demonstrasi enam langkah cuci tangan yang dilakukan oleh mahasiswa dan siswa TK Harapan Bersama Desa Pintu Padang. Penyuluhan ini dilaksanakan di TK Harapan Bersama Desa Pintu Padang pada hari Senin 3 Juni 2024. Adapun media yang digunakan berupa poster dan video enam langkah cuci tangan. Hasil dari kegiatan penyuluhan ini dilanjutkan dengan memberikan evaluasi kepada siswa yaitu tanya jawab seputar materi yang disampaikan. Kegiatan penyuluhan ini berjalan dengan baik. Siswa yang mengikuti terlihat bersemangat dan antusias dalam mengikuti kegiatan, serta dapat mendemonstrasikan enam langkah cuci tangan yang baik dan benar.

**Kata kunci : Cuci tangan, enam langkah, siswa.**

**ABSTRACT**

*Hand washing is considered one of the most important steps to reduce the transmission of microorganisms and prevent infections. Good and correct hand washing behavior will help reduce the risk of infectious diseases, one of which is diarrhea. This training on the six steps for good and correct hand washing aims to educate students about the importance of washing their hands with soap and how to wash their hands with soap properly and correctly. This counseling uses the lecture method and emphasizes hand washing exercises carried out by students of Harapan Bersama Kindergarten in Pintu Padang Village. This counseling was held at Harapan Bersama Kindergarten in Pintu Padang Village on Monday 3 June 2024. The media used were posters and videos of hand washing exercises. The results of this counseling activity are followed by providing evaluations to students, namely questions and answers regarding the material presented. This outreach activity went well. The students who took part looked excited and enthusiastic in participating in the activity, and were able to demonstrate the six steps for good and correct hand washing.*

**Keywords : Hand washing, six steps, students.**

**1. PENDAHULUAN**

Cuci tangan dianggap merupakan salah satu langkah yang paling penting untuk mengurangi penularan mikroorganisme dan mencegah infeksi

selama lebih dari 150 tahun. Perilaku cuci tangan yang baik dan benar akan dapat membantu menurunkan risiko penyakit menular. Tangan merupakan salah satu jalur utama masuknya kuman penyakit ke dalam tubuh. Hal tersebut

dikarenakan tangan adalah anggota tubuh yang paling sering berhubungan langsung dengan mulut dan hidung. Penyakit-penyakit yang umumnya timbul karena tangan yang berkuman, antara lain: diare, kolera, ISPA, cacangan, flu dan hepatitis A (Proverawati, 2012).

Mencuci tangan dengan sabun adalah salah satu tindakan sanitasi dengan membersihkan tangan dan jari jemari menggunakan air dan sabun untuk membersihkan tangan dan memutuskan mata rantai kuman. Mencuci tangan dengan sabun dikenal juga sebagai salah satu upaya pencegahan penyakit. 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 (Desiyanto dan Djannah, 2012).

Tangan yang bersentuhan langsung dengan kotoran manusia dan binatang, atau pun cairan tubuh lain seperti ingus, dan makanan atau minuman yang terkontaminasi saat tidak dicuci dengan sabun dapat memindahkan bakteri, virus, dan parasit pada orang lain yang tidak sadar bahwa dirinya sedang ditularkan sedangkan bila mencuci tangan pakai air dapat membunuh kuman hanya 10 persen jika pakai sabun dan 80 persen kuman bisa mati (Depkes, 2014).

Pentingnya membudayakan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) secara baik dan benar juga didukung oleh World Health Organization (WHO) setiap tahun rata-rata 100 ribu anak meninggal dunia karena penyakit infeksi salah satunya Diare. Jika jumlah masyarakat yang menerapkan perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) meningkat, dapat mengurangi jumlah kejadian Diare di Indonesia. Hasil studi WHO (2017) membuktikan bahwa angka kejadian diare dapat menurun sebesar 45% dengan perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS). Intervensi dengan mengintegrasikan upaya tersebut dapat menurunkan angka kejadian Diare sebesar 94%. Data WHO juga memperlihatkan bahwa mencuci tangan dengan sabun mampu menurunkan kasus Infeksi Saluran Pernafasan Atas (ISPA) dan Flu Burung hingga 50%

(Mustikawati, 2017).

Menurut UNICEF Diare merupakan pembunuh utama anak-anak, terhitung sekitar 8 persen dari semua kematian di antara anak-anak di bawah usia 5 di seluruh dunia pada tahun 2016. Ini berarti lebih dari 1.300 anak kecil meninggal setiap hari, atau sekitar 480.000 anak per tahun, meskipun ketersediaan efektif sederhana pengobatan. Sebagian besar kematian akibat diare terjadi pada anak-anak berusia kurang dari 2 tahun yang tinggal di Asia Selatan dan Afrika sub-Sahara. Menurut WHO setiap tahunnya 100 ribu anak Indonesia meninggal karena penyakit Diare, dan Cuci Tangan Pakai Sabun dapat mengurangi angka kejadian penyakit Diare sampai 47%, namun tingkat kesadaran masyarakat untuk Cuci Tangan Pakai Sabun baru mencapai rata-rata 12% (Depkes, 2014).

Berdasarkan hasil studi Environmental Health Risk Assesment di Indonesia yang dilakukan pada tahun 2013 menunjukkan baru 18,5% masyarakat yang melakukan kebiasaan cuci tangan pakai sabun di 5 waktu penting, kemudian yang melakukan CPTS setelah menceboki anak hanya 35,1 %, yang melakukan CPTS setelah buang air besar sebanyak 70,8%, yang melakukan CPTS sebelum makan sekitar 75,1 %, yang melakukan CPTS sebelum membetikan makan anak hanya 30,1% dan yang melakukan CPTS sebelum menyiapkan masakan hanya 37,8 %. Pada tahun 2018 proporsi penduduk umur >10 tahun dalam berperilaku mencuci tangan secara benar sebesar 49,8% dan lima provinsi terendah adalah NTT (20,4%), Papua (27%), Maluku Utara (28 %), Aceh (28%) dan Maluku (38%) (Kemenkes, 2018).

Berdasarkan latar belakang diatas maka sangat penting bagi masyarakat untuk mendapatkan penyuluhan tentang cara mencuci tangan yang baik dan benar. Sebelum kegiatan dilaksanakan sudah ada kesepakatan antara pemateri dengan guru TK Harapan Bersama. Pemateri sudah meminta izin terlebih dahulu kepada pimpinan TK Harapan Bersama. Kemudian setelah diberikan izin, penyuluh melakukan pencocokan jadwal dengan guru TK terkait.

## 2. METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan yang dilakukan dalam penyuluhan tentang enam langkah cuci tangan baik dan benar ini dibagi menjadi dua tahapan. Tahapan yang pertama yaitu memberikan penyuluhan materi tentang defenisi, manfaat cuci tangan sebagai upaya untuk melawan kuman

penyakit yang berasal dari tangan. Untuk tahap yang kedua yaitu demonstrasi enam langkah cuci tangan baik dan benar. Demonstrasi diberikan dengan bantuan media video.

Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan pada hari Senin 3 Juni 2024, pukul 10.00 – 10.30 WIB. Penyuluhan yang berlangsung selama 30 menit ini dilaksanakan di TK Harapan Bersama Desa Pintu Padang Kabupaten Tapanuli Selatan pada seluruh siswa TK. Adapun tujuan kegiatan ini adalah untuk memberikan informasi kepada siswa tentang enam langkah cuci tangan baik dan benar sebagai salah satu cara melawan kuman penyakit yang berasal dari tangan.

Penyuluhan dilakukan kepada siswa TK Harapan Bersama yang diawali dengan pembukaan oleh moderator selama 5 menit dengan menyampaikan salam pembukaan acara dan isi materi disampaikan langsung oleh

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan anak sekolah tentang perilaku cuci tangan yang benar. Perilaku cuci tangan yang benar akan dapat membantu menurunkan risiko penyakit menular salah satunya penyakit diare. Pelaksanaan edukasi dan praktik cuci tangan pada kegiatan penyuluhan ini selain menggunakan metode penyuluhan juga dilakukan pemutaran video senam langkah cuci tangan yang benar. Hal ini untuk memperkuat pengetahuan yang dimiliki siswa.

Penyuluhan cuci tangan ini, mengajarkan kepada anak-anak bahwa mencuci tangan pakai sabun itu sangatlah penting. Mencuci tangan pakai sabun lebih efektif membunuh kuman daripada mencuci tangan dengan air saja. Adapun 6 langkah cara mencuci tangan pakai sabun yang baik dan benar yaitu :

1. Basahi tangan, gosok sabun pada telapak tangan kemudian usap dan gosok kedua telapak tangan secara lembut dengan arah memutar.
2. Usap dan gosok juga kedua punggung tangan secara bergantian.
3. Gosok sela-sela jari tangan hingga bersih.
4. Bersihkan ujung jari secara bergantian dengan posisi saling mengunci.
5. Gosok dan putar kedua ibu jari secara bergantian.
6. Letakkan ujung jari ke telapak tangan kemudian gosok perlahan. Bilas dengan air bersih dan keringkan.

Mencuci tangan sebaiknya menggunakan sabun dan dengan air yang mengalir, karena dengan

pemateri selama 15 menit. Setelah materi di sampaikan, pemateri memberikan waktu untuk sesi tanya jawab selama 5 menit. Sesi tanya-jawab terdiri dari siswa bertanya kepada pemateri dan pemateri memberikan pertanyaan kepada siswa. Siswa diberikan kesempatan untuk bertanya kepada pemateri dan menyampaikan feedback.

Penyuluhan dimulai sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan sebelumnya. Siswa memiliki kesiapan dalam mendengarkan materi yang disampaikan dan peserta mampu memahami materi tentang “Enam Langkah Cara Cuci Tangan yang Baik dan Benar”. Sarana prasarana berupa laptop yang digunakan dalam kegiatan penyuluhan ini dapat digunakan dengan baik. Adapun media yang digunakan seperti slide show powerpoint dan video juga dapat berfungsi dengan baik.

memakai sabun dapat membersihkan tangan dari kotoran yang mengandung kuman penyakit. Mencuci tangan pakai yang di praktikan secara tepat dan benar merupakan cara termudah dan efektif untuk mencegah terjangkitnya 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.

Berikut adalah 5 waktu penting yang baik untuk cuci tangan yaitu :

1. Sebelum dan setelah makan
2. Setelah bungan air besar dan air kecil
3. Sebelum memengang makanan
4. Setelah memegang hewan
5. Setelah beraktifitas

Setelah penyampaian materi, pemateri memberikan waktu untuk sesi tanya-jawab seputar materi yang diberikan dan pemberian snack kepada anak-anak. Penyuluhan ditutup oleh pemberian poster dan diakhiri salam penutup oleh moderator.

### 4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan penyuluhan yang dilakukan mahasiswa kepada siswa TK Harapan Bersama mengenai cuci tangan yang baik dan benar terlaksana dengan baik. Kegiatan penyuluhan ini sangat di respon baik oleh guru-guru dan anak-anak TK Harapan Bersama tersebut. Hasil dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan anak-anak TK Harapan Bersama mengenai pentingnya mencuci tangan. Harapannya agar siswa TK mampu menerapkan apa yang telah disampaikan pada saat

penyuluhan ke dalam kehidupan sehari-hari.

## 5. REFERENSI

- Depkes. (2014). infodatin-ctps.pdf (p. 8). p. 8
- Desiyanto, F. A., & Djannah, S. N. 2013. Efektivitas Mencuci Tangan Menggunakan Cairan Pembersih Tangan Antiseptik (Hand Sanitizer) Terhadap Jumlah Angka Kuman. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Journal of Public Health)*, 7(2) : 75–82.
- Mustikawati, I. 2017. Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun Studi Kualitatif pada IbuIbu di Kampung Nelayan Muara Angke Jakarta Utara; Studi Kualitatif. Jakarta : Universitas Esa Unggu.
- Riskesdas. Riset Kesehatan Dasar, Badan penelitian dan pengembangan kesehatan, Republik Indonesia. Jakarta: Laporan Nasional; 2013.
- Proverawati, R. (2012). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Kemendes. (2018). Hasil Utama RISKESDAS 2018. 128.

## 6. DOKUMENTASI KEGIATAN

