

## PENYULUHAN TENTANG PENTINGNYA CUCI TANGAN PAKAI SABUN DALAM RANGKA PENINGKATAN PERSONAL HYGIENE PADA ANAK DI TK TURSINA JAYA KELURAHAN SITINJAK

Siti Meiranda Hafsa Ritonga<sup>1</sup>, Muhammad Nur<sup>1</sup>, Khairunnisyah<sup>1</sup>, Ria Nikayanti<sup>1</sup>, Marniatun Siregar<sup>2</sup>, Lili Ardina<sup>2</sup>, Mas Delima<sup>2</sup>, Sirina Halawa<sup>2</sup>, Sofiyah Natunnah<sup>2</sup>, Mutiah Dina Nasution<sup>3</sup>, Nurul Hidayah Nasution<sup>4</sup>, Olivia Feby Mon Harahap<sup>5</sup>, Raja MP Harahap<sup>6</sup>, Muhammad Thohir Parlindungan<sup>7</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

<sup>2</sup>Mahasiswa Program Studi Farmasi Program Sarjana

<sup>3</sup>Mahasiswa Program Studi Vocasional Desain Fashion Program Sarjana

<sup>4</sup>Dosen Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

<sup>5</sup>Dosen Program Studi Vocasional Desain Fashion Program Sarjana

Universitas Aufa Royhan di Kota Padangsidimpuan

<sup>6</sup>Lurah Kelurahan Sitinjak, Kecamatan Angkola Barat, Kabupaten Tapanuli Selatan

<sup>7</sup>Camat Kecamatan Angkola Barat, Kabupaten Tapanuli Selatan

([sitimeirandahafsariritonga@gmail.com](mailto:sitimeirandahafsariritonga@gmail.com), 0822-7454-8893)

### ABSTRACT

*Indonesia is a country that is aggressively improving public health, the government has launched a handwashing with soap (CTPS) program which is useful for improving personal hygiene so that it avoids various diseases. CTPS is far more effective at killing germs, bacteria and viruses than washing your hands with water alone. Hand washing with soap (CTPS) is also known as an effort to prevent disease. This community service aims to increase knowledge and practice of washing hands with soap properly and correctly in kindergarten school children at Tursina Jaya Kindergarten. This community service activity was attended by 30 kindergarten students. This activity was carried out by delivering counseling materials and demonstrations of hand washing with soap. This activity was also interspersed with discussions and questions and answers. The results of this community service activity were received enthusiastically by students. All activity participants stated that this community service was very useful because it could broaden knowledge and the correct practice of washing hands with soap so that it would affect habits in daily life.*

**Keywords:** washing, hands, soap, personal, hygiene

### ABSTRAK

Indonesia merupakan negara yang gencar melakukan peningkatan kesehatan masyarakat, pemerintah mencanangkan program cuci tangan pakai sabun (CTPS) yang berguna meningkatkan personal hygiene sehingga terhindar dari berbagai penyakit. CTPS 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 TK Tursina Jaya. Kegiatan pengabdian masyarakat ini diikuti oleh anak sekolah TK sebanyak 25 orang. Kegiatan ini dilakukan dengan menyampaikan materi penyuluhan dan demonstrasi cuci tangan pakai sabun. Kegiatan ini juga diselingi dengan diskusi dan tanya jawab. Hasil 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

## 1. PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan keadaan sehat baik secara fisik, mental, sosial dan spiritual, sehingga seseorang dapat hidup produktif (Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan). Indonesia merupakan salah satu negara yang gencar dalam melakukan peningkatan kesehatan masyarakat, melalui kementerian kesehatan pemerintah mencanangkan program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebagai sarana peningkatan kesehatan bagi masyarakat. Dalam program PHBS terdapat 10 program penting yang dilakukan dan diberikan kepada masyarakat yang salah satunya adalah mencuci tangan atau menjaga kebersihan tangan (*hand hygiene*), kebersihan tangan (*hand hygiene*) merupakan cara untuk meningkatkan kebersihan diri individu (Kemenkes RI, 2016).

Hasil penelitian Desiyanto dan Djannah (2013), *hand hygiene* merupakan istilah dari tindakan mencuci tangan yang mana di artikan sebagai tindakan sanitasi dengan membersihkan jemari menggunakan air, sabun ataupun cairan lainnya dengan tujuan menjadi bersih.

Sedangkan menurut Loffler & Gastmeter (2009) dalam Susilo (2015), *hand hygiene* penting dilakukan sebagai salah satu cara untuk mengurangi angka kejadian infeksi nosokomial (INOS).

Sesuai dengan akibat yang ditimbulkan dari pola hidup yang kurang baik dalam menjaga kebersihan tangan seperti diare dan penyakit kulit serta pernafasan. Maka upaya promosi kesehatan kepada masyarakat sangat penting dilakukan untuk mencegah infeksi, karena hal ini sesuai dengan pembangunan kesehatan yang sudah dilakukan pemerintah (Kemenkes RI, 2016).

Pembangunan kesehatan merupakan

upaya dalam meningkatkan kemampuan masyarakat untuk hidup sehat, dalam mendukung upaya tersebut maka masyarakat harus dibekali dengan pengetahuan tentang cara hidup sehat. Pemerintah melalui Kementerian Kesehatan telah mencanangkan program promosi kesehatan dalam pencegahan segala macam penyakit, sehingga mempercepat pencapaian derajat kesehatan yang optimal bagi masyarakat (Kemenkes RI, 2016).

Program promosi kesehatan yang sangat penting dilakukan saat ini dalam upaya mencegah penyakit infeksi menurut Kementerian Kesehatan RI (2016) salah satunya bisa dilakukan dengan cuci tangan pakai sabun/*hand hygiene*, cuci tangan menggunakan air bersih dengan sabun merupakan cara untuk meningkatkan kebersihan diri individu. Saat ini program pemerintah tentang CTPS berjalan dengan baik, dibuktikan dengan adanya anjuran pemerintah pada masyarakat untuk selalu mencuci tangan dalam mencegah infeksi (Setkab, 2020).

Cuci tangan pakai sabun merupakan perilaku pencegahan berbagai penyakit menular yang efektif, hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian Nakoe dan Mohamad, (2020), didapatkan bahwa cuci tangan pakai sabun lebih efektif dalam membunuh virus. Perilaku hidup bersih dan sehat merupakan salah satu strategi dalam pencegahan penyebaran infeksi covid-19 yang efektif dan mudah dilakukan pada semua lapisan masyarakat yang didalamnya terdapat cuci tangan pakai sabun (Karo, 2020).

Mencuci tangan sendiri diartikan sebagai usaha individu atau personal hygiene dalam memelihara kesehatan agar tidak sakit (Notoatmodjo, 2012).

Berdasarkan data di atas, maka dilakukan suatu upaya penyuluhan kepada anak sekolah TK sangat penting dilakukan dalam rangka meningkatkan pengetahuan dan praktik CTPS yang benar sehingga mampu mencegah berbari penyakit menular penyakit dan membantu pemerintah dalam menurunkan angka kesakitan akibat penyakit menular di Indonesia.

## 2. METODE PELAKSANAAN

Penyuluhan dilaksanakan di TK Tursina Jaya Kelurahan Sitinjak pada Selasa 15 November 2022. Penyuluhan ini menggunakan metode ceramah, tanya jawab dan demonstrasi CTPS yang benar kepada anak sekolah TK. Kelompok sasaran yaitu anak-anak TK Tursina Jaya yang berjumlah 25 orang. Materi penyuluhan yang disampaikan oleh pemateri dan moderator menggunakan media berupa poster dan perlengkapan demonstrasi. Kegiatan ini juga diselingi dengan diskusi dan tanya jawab. Pada saat kegiatan berlangsung Siswa-Siswi dan pemateri menjalin interaksi yang baik berkaitan dengan tema yang disampaikan.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan pada tanggal 15 November 2022 di TK Tursina Jaya Kelurahan Sitinjak. Kegiatan ini digerakkan oleh Marniatun Siregar, dkk. Kegiatan ini meliputi penyuluhan mengenai pentingnya mencuci tangan pakai sabun dan demonstrasi 6 langkah mencuci tangan yang benar secara bersama-sama dengan anak sekolah TK Tursina Jaya Kelurahan Sitinjak.

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini berupa ceramah dengan menggunakan slide ppt, diskusi dan tanya jawab. Media yang digunakan berupa poster dan perlengkapan demonstrasi.

Penyuluhan dimulai dengan mengumpulkan anak sekolah TK Tursina Jaya Kelurahan Sitinjak. Ketua panitia memberikan kata sambutan dan menjelaskan kegiatan apa saja yang dilakukan dalam rangkaian kegiatan penyuluhan yang dilakukan.

Kegiatan pemberian materi berlangsung selama 60 menit. Setelah penyampaian materi kami mengadakan diskusi tanya jawab pada anak-anak TK Tursina Jaya sehingga kami mendapatkan 2 pertanyaan dari peserta penyuluhan terkait isi materi. Setelah menjawab pertanyaan dari peserta, pemateri melakukan evaluasi terkait pemberian materi yang telah disampaikan dengan cara memberikan pertanyaan dan memberikan kesempatan kepada peserta untuk menjawab pertanyaan tersebut. Peserta yang mampu menjawab pertanyaan mendapatkan *door prize* sebagai tanda apresiasi, dan setelah itu kegiatan penyuluhan ditutup dengan foto bersama antara mahasiswa dengan anak-anak TK beserta guru-guru di TK Tursina Jaya.

Adapun kendala selama proses kegiatan penyuluhan yaitu dimana anak-anak sangat sulit memahami isi materi yang disampaikan sehingga perlu bantuan alat peraga untuk mempraktekkannya secara langsung kepada anak-anak sekolah TK (Kemenkes RI, 2016).

### 1) CTPS

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 (Kemenkes RI, 2014).

Mencuci tangan sebaiknya menggunakan sabun dan dengan air yang mengalir, karena dengan memakai sabun dapat membersihkan tangan dari kotoran yang mengandung kuman penyakit. Mencuci tangan pakai sabun yang dipraktikkan secara tepat dan benar merupakan cara termudah dan efektif untuk mencegah berjangkitnya penyakit (Kemenkes RI, 2014).

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 (Kemenkes RI, 2014).

Berikut adalah 5 waktu penting yang baik untuk CTPS yaitu : (Kemenkes RI, 2014)

1. Sebelum makan
2. Setelah BAB
3. Sebelum menjamah makanan
4. Sebelum menyusui
5. Setelah beraktifitas

Setelah diadakan penyuluhan dan demonstrasi ini, tingkat pengetahuan dan keterampilan anak-anak sekolah TK dalam melakukan kegiatan cuci tangan pakai sabun meningkat. Hal ini terlihat dari kelancaran mereka saat melakukan praktik mencuci tangan pakai sabun dan ketepatan mereka dalam menjawab pertanyaan yang kami berikan.

#### 4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan penyuluhan yang dilakukan mahasiswa kepada anak-anak sekolah TK

Tursina Jaya mengenai pentingnya mencuci tangan pakai sabun terlaksana dengan baik. Kegiatan penyuluhan ini sangat direspon baik oleh kepala sekolah TK Tursina Jaya serta guru-guru dan anak-anak TK tersebut. Hasil dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan anak-anak TK Tursina Jaya mengenai pentingnya mencuci tangan pakai sabun.

Hasil akhir yang terlihat dari kegiatan penyuluhan ini adalah sebagian besar siswa menyadari dan memahami tentang CTPS. Anak sekolah TK terlihat tertib dan sesuai dengan yang diarahkan oleh panitia kegiatan. Kegiatan penyuluhan ini berhasil dilaksanakan.

Disarankan kegiatan penyuluhan ini dilakukan dengan frekuensi yang lebih sering dan jangkauan penyebaran informasinya juga dapat diperluas kepada keluarga siswa serta mencakup seluruh lapisan masyarakat secara umum agar setiap orang, keluarga dan masyarakat lebih mengetahui, memahami tentang narkoba dan kenakalan remaja dalam kehidupan sehari – hari.

#### 5. REFERENSI

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.

<https://doi.org/10.12928/kesmas.v7i2.104>

<https://doi.org/10.18196/jmmr.5102>

<https://doi.org/10.12928/kesmas.v7i2.104>

Kementerian Kesehatan RI. (2014). *Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun*. In Pusdatin Kemenkes RI.

Kemenkes. (2016). *Promosi Kesehatan*. Retrieved from <http://promkes.kemkes.go.id/prom>

osi-kesehatan

Notoadmodjo. (2012). Pendidikan Dan PerILAKU KESEHATAN. JAKARTA: PT Rineka Cipta (2012). Metodologi Penelitian Kesehatan.

Setkab. (2020). Achmad Yuriyanto: Cuci Tangan Lebih Efektif Gunakan Sabun dan Air Mengalir. In Sekretariat Kabinet Republik Indonesia. Retrieved from <https://setkab.go.id/achmadyuriyanto-cuci-tangan-lebih-efektifgunakan-sabun-dan-air-mengalir/>

Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan

#### 4. DOKUMENTASI KEGIATAN

