EDUKASI CARA MENCUCI TANGAN YANG BAIK DAN BENAR DI KAMPUNG KADU KETUG

Jamaludin[1] , Dewi Siti Adawiah[2] , Eneng Tiara Sari[3], Asep Saefullah Kamali[4]

[1,2,3,4] STKIP Syekh Manshur.
Surel: jamaludin131004@gmail.com[1] , dewisitiadawiyah80@gmail.com[2] ,
enengtiarasari@gmail.com[3] , asepsaefullahkamali@gmail.com[4]

Informasi Artikel

Sejarah Artikel:
Dikirim: 14-04-2025
Perbaikan: 15-04-2025
Diterima: 16-04-2025

Kata kunci:
Edukasi,
Cuci tangan,
Baik dan benar.

ABSTRAK

Mencuci tangan adalah tindakan sederhana namun sangat penting dalam mencegah penularan berbagai penyakit, khususnya yang menyerang sistem pernapasan dan pencernaan. Pemberian edukasi mengenai cara mencuci tangan yang tepat menjadi strategi utama untuk meningkatkan kesadaran anak-anak akan pentingnya kebersihan diri. Kegiatan edukasi ini bertujuan untuk menyampaikan informasi terkait langkah-langkah mencuci tangan sesuai pedoman WHO untuk menghindari penyakit dan bermanfaat bagi kesehatan. Metode penyampaian yang dilakukan melalui metode ceramah, demonstrasi, dan praktik langsung. Berdasarkan hasil evaluasi, terjadi peningkatan pemahaman dan perubahan perilaku positif setelah pelaksanaan edukasi. Dengan demikian, edukasi tentang pentingnya cuci tangan terus dilakukan secara rutin, terutama di lingkungan sekolah, di rumah dan di masyarakat.

Corresponding Author:

PEDAHULUAN

Mencuci tangan merupakan salah satu cara untuk menghilangkan kuman dan untuk menghindari penularan penyakit. Kebiasaan anak indonesia dalam mencuci tangan masih dikategori rendah. Disekolah anak tidak hanya belajar, tetapi bayak kegiatan lain yang dapat dilakukan oleh anak disekolah, seperti bermain, bersentuhan ataupun bertukar barang-barang dengan teman-teman. Mencuci tangan harus dilatih sejak dini pada anak agar anak memiliki kebiasaan mencuci tangan, sehingga anak terhindar dari penyakit (siwi dan novita,.2017).

Cuci tangan pakai sabun yang dipraktikan 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)

Kemenkes (2015), mengatakan bahwa cuci tangan pakai sabun dapat menurunkan 50% insidens flu burung. Praktek cuci tangan pakai sabun juga dapat mencegah infeksi kulit dan mata. Beberapa kajian ini menunjukan bahwa intervensi cuci tangan pakai sabun dianggap sebagai pilihan perilaku yang efektif untuk pencegahan berbagai penyakit menular. Artinya, sekitar satu juta anak di dunia dapat diselamatkan
tiap tahun dengan cuci tangan. Hanya saja ada yang perlu diperhatikan dalam prosesnya, yaitu harus menggunakan sabun dan membilas tangan menggunakan air mengalir.

Berdasarkan hasil pengamatan awal, terlihat bahwa sebagian besar anak-anak ini belum membiasakan diri mencuci tangan dengan cara yang benar. Mereka cenderung melakukannya secara tergesa-gesa dan tanpa menggunakan sabun, karena pihak sekolah belum menyediakan

sabun cuci tangan. Hal ini menyebabkan kegiatan mencuci tangan menjadi kurang efektif dalam membasmi kuman. Rendahnya kesadaran dan pemahaman mengenai pentingnya mencuci tangan dengan benar di kalangan anak-anak dapat berdampak buruk terhadap kesehatan mereka dan meningkatkan risiko penyebaran penyakit.

Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) merupakan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yang telah menjadi isu global,Negara-negara berkembang dan wilayah lain di seluruh dunia kurang melakukan praktik cuci tangan, sehingga menyebabkan fenomena ini. Bahkan di negara maju pun, sebagian besar masyarakatnya masih lupa mencuci tangan. Tanggal 5 Mei telah ditetapkan sebagai Hari Cuci Tangan Pakai Sabun Sedunia oleh rapat Umum PBB. (Depkes RI,2013 dalam Juliawan et all., 2019). Melalui tangan , berbagai bakteri bisa masuk ke dalam tubuh kita.Dengan Mencuci tangan yang efektif memerlukan pengetahuan tentang teknik yang benar. (Mardiyani et all., 2020). Penting untuk mencuci tangan secara menyeluruh dan teratur sebelum dan sesudah setiap aktivitas. Waktu yang tepat untuk mencuci tangan (WHO, 2009, Markkanen, 2004):

1. Sebelum dan setelah makan.
2. Sebelum dan setelah menyajikan makanan dan memegang bahan mentah.
3. Sebelum dan setelah memotong
4. Sesudah buang air besar dan kecil.
5. Sebelum dan selesau bekerja.
6. Sesudah kontak dengan pelarut /bahan kimia.
7. Sesudah Terjadi perubahan proses kerja.
8. Sesudah menyentuh binatang seperti hewan peliharaan.
9. Sesudah mengalami batuk/bersin.
10. Sesudah memegang fasilitas umum.
11. Sesudah buang sampah
12. Lainnya

Kegiatan edukasi ini bermanfaat dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan masyarakat serta menambah pengetahuan dan pemahaman mengenai pentingnya mencuci tangan sesuai pedoman WHO, khususnya bagi para anak-anak. Diharapkan, anak-anak tidak hanya memahami pentingnya mencuci tangan dengan benar, tetapi juga mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, lingkungan sehat dan higienis dapat tercipta. Dengan harapan dapat menumbuhkan rasa cinta terhadap kebersihan lingkungan dan diri sendiri, serta untuk meminimalisir penyebaran penyakit dan virus yang berbahaya bagi kesehatan, kami menekankan pentingnya menjaga kebersihan lingkungan dan menerapkan gaya hidup sehat dalam setiap materi yang kami sampaikan.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan edukasi ini dilaksanakan dengan menggunakan metode ceramah, demonstrasi, dan metode praktik langsung yang berlangsung di Kp. Kadu Ketug, Desa Baturanjang, Kecamatan Cipeucang. Diharapkan dapat meningkatkan kesadaran anak-anak akan pentingnya mencuci tangan dengan baik dan benar. Edukasi ini dilaksanakan pada hari Minggu, 13 April 2025 dengan beberapa kegiatan kegiatan berikut:

1. Ceramah
   Penyampaian materi tentang pentingnya mencuci tangan dengan baik dan benar sebelum dan sesudah melakukan kegiatan. Kemudian dilanjutkan dengan sesi tanya jawab bersama anak-anak yang mengikuti kegiatan tersebut
2. Demonstrasi
   Kami mencontohkan kegiatan mencuci tangan yang baik dan benar menurut WHO
3. Praktik
   Anak-anak mempraktikkan kegiatan mencuci tangan yang baik dan benar

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam proses penyampaian materi edukasi, kami juga melakukan sesi tanya jawab dimana kami bertanya kepada anak-anak dengan menanyakan bagaimana cara mencuci tangan dengan baik dan benar, berapa lama dan mengapa harus mencuci tangan, ternyata tidak ada yang bisa menjawab dengan tepat. Hal ini menunjukkan bahwa kurangnya pengetahuan dan pemahaman tentang cuci tangan sesuai dengan pedoman WHO.



Gambar 1. Proses Penyampaian Materi

Edukasi ini dilaksanakan pada hari Minggu, 13 April 2025 di Kp. Kadu Ketug, Desa Baturanjang, Kecamatan Cipeucang, Kabupaten Pandeglang Banten, dengan diikuti oleh 14 orang anak-anak.

Dalam proses penyampaian materi, anak-anak sangat antusias dan mendengarkan apa yang kami sampaikan tentang langkah cuci tangan yang baik dan benar menurut WHO. Langkah-langkahnya adalah sebagai berikut:

1. Basahi tangan dan tuangkan sabun ke telapak tangan lalu gosok perlahan dan gosok kedua telapak tangan dengan arah memutar
2. Usap dan gosok juga kedua punggung tangan secara bergantian
3. Gosok sela-sela jari tangan sampai 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.

Setelah itu, kami memberikan contoh cara mencuci tangan yang baik dan benar menurut WHO dan dilanjutkan dengan praktik langsung yang dilakukan oleh anak-anak.



Gambar 2. Proses Demonstrasi



Gambar 3. Proses Praktik

Setelah edukasi ini dilakukan, pengetahuan dan keterampilan anak-anak dala mencuci tangan dengan sabun mengalami peningkatan. Hal ini dapat dilihat dari kemampuan mereka yang semakin lancar saat mempraktikan cara mencuci tangan dengan sabun serta ketetapan dalam menjawab pertanyaan yang kami ajukan .Diharapkan dengan adanya edukasi ini, anak-anak dapat menggunakannya dalam kehidupan sehari-hari.

Dilanjutkan dengan sesi foto bersama



Gambar 4. Foto Bersama

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan edukasi ini dilaksanakan di Kp. Kadu Ketug, Desa Baturanjang dengan jumlah peserta sebanyak 14 orang anak-anak. Materi yang disampaikan tentang cara mencuci tangan dengan baik dan benar mendapat respon positif dari anak-anak.

Edukasi tentang pentingnya mencuci tangan yang tepat bertujuan untuk meningkatkan kebiasaan, perilaku, pemahaman, dan pengetahuan anak agar mereka lebih sadar bahwa kegiatan mencuci tangan, meskipun terkesan sederhana, sebenarnya sangat penting. Tangan kita adalah sarang kuman, dan dengan mencuci tangan dengan sabun dengan air mengalir dan mengikuti langkah-langkah yang benar, kuman dapat dibersihkan sehingga kita dapat terhindar dari berbagai penyakit.

Dengan adanya edukasi ini, diharapkan kesadaran dan penerapan enam langkah mencuci tangan sesuai pedoman WHO dapat meningkat di kalangan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

Wiritanaya, S., Wati, N., & Yanuarti, R. (2024). Edukasi Cara Mencuci Tangan Yang Baik dan Benar Di Sekolah Dasar Negri 67 Kota Bengkulu. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, *5*(1), 61-65.

Heryani, H., Apipudin, A., Fitriani, F., & Roslianti, E. (2018). Perilaku Cuci Tangan Pada Anak Di Madrasah Ibtidaiah Ciamis. *JURNAL KESEHATAN STIKes MUHAMMADIYAH CIAMIS*, *5*(1), 20-26.

Elvira, F., Panadia, Z. F., Veronica, S., & Herdiansyah, D. (2021, October). Penyuluhan cuci tangan pakai sabun (CTPS) dan pemberian vitamin untuk anak-anak. In *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ* (Vol. 1, No. 1).