

Edukasi Enam Langkah Mencuci Tangan Sebagai Upaya Untuk Menerapkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS)

Syalwa Anggun Indiani¹⁾, Aulia Putri Rahmawati²⁾, Dhita Sukma Anggraeni³⁾, Fitriyanti⁴⁾, Rosandra Firdi Silviana⁵⁾, Yuwanti⁶⁾

ABSTRACT

Published Online
March 20, 2022
This online publication has been
corrected

Authors

- 1) D3 Perawat, UNAN
Email : syalwanew077@gmail.com
- 2) S1 Pendidikan Bahasa Inggris UNAN
Email: aupar99@gmail.com
- 3) S1 Keperawatan, UNAN
Email : dhitasukma1912@gmail.com
- 4) S1 Manajemen, UNAN
Email : fitriyan077@gmail.com
- 5) D3 Perawat, UNAN
Email : srosandra22@gmail.com
- 6) Profesi Bidan, UNAN
Email : yuwanti84@gmail.com

doi: -

Correspondence to:

Yuwanti

Universitas An Nuur

Jl. Gajahmada No 7 Purwodadi

Email: yuwanti84@gmail.com

Background: The behavior of washing hands with soap is one form of effort to prevent the spread of COVID-19 that can be applied early on to children. Clean and Healthy Living Behavior is an effort to provide information and education to increase knowledge in the school, household and surrounding environment. **Aims:** provide knowledge and understanding to children about PHBS. **Results:** There are 20 children who can practice the steps of washing their hands properly and 8 other children are quite familiar with the education and counseling delivered by the community service team. **Conclusion:** This educational or counseling activity can increase concern for the importance of clean and healthy living by washing hands, especially in children and communities in the face of the spread of the COVID-19 pandemic in everyday life.

Keywords: Education, Hand Washing, Children

PENDAHULUAN

Anak adalah sebuah aset bangsa Indonesia di masa depan yang memerlukan perhatian khusus. Salah

satunya melindungi mereka dari berbagai macam penyakit yang ditimbulkan oleh kuman, virus dan bakteri. Kebiasaan anak-anak yang sering menimbulkan penyakit

yaitu kurangnya memperhatikan cuci tangan dalam kehidupan sehari-hari (Jamilatun, 2019). Anak usia dini termasuk kedalam kelompok anak-anak yang sangat rentan terpapar penularan COVID-19 dari lingkungan sekitarnya. Seringkali sebagian dari mereka yang terinfeksi COVID-19 tidak menunjukkan gejala infeksi (Zukmadani et al., 2020).

Perilaku mencuci tangan dengan sabun merupakan salah satu bentuk usaha untuk mencegah penyebaran COVID-19 yang dapat diterapkan sejak dini kepada anak-anak (Siska Oktaviani, 2020). Cuci tangan adalah tehnik dasar yang penting dalam pencegahan dan pengontrolan penularan infeksi (Purwandari, 2013). Jika tangan telah terkontaminasi virus dan tangan tersebut menyentuh mulut, hidung, dan mata. Maka COVID-19 akan masuk kesistem pernapasan, kemudian merusak sistem paru-paru yang dapat mengakibatkan sesak napas. Jika sistem imun pada anak sedang rendah maka akan menyebabkan gangguan penyakit lainnya. Maka mencuci tangan dengan sabun yang dilakukan secara benar menggunakan tehnik 6 langkah sangat penting agar kotoran, kuman, bakteri serta virus pembawa penyakit tidak masuk kedalam tubuh anak (Siska Oktaviani, 2020).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah upaya untuk memberikan informasi dan edukasi untuk

meningkatkan pengetahuan dalam tatanan sekolah, rumah tangga dan lingkungan sekitar. Agar dapat menerapkan cara-cara hidup sehat dalam rangka menjaga, memelihara, dan meningkatkan kesehatan salah satunya kepada anak usia dini (Susantiningsih, 2018). Kurangnya kesadaran mencuci tangan dengan sabun masih banyak terjadi pada anak-anak, termasuk anak usia dini di Teras Baca Rejosari (TBR). Berdasarkan hasil pengamatan, pemahaman anak-anak mengenai pentingnya mencuci tangan masih kurang. Hal tersebut dapat terlihat ketika mereka selesai bermain dan ingin makan, masih saja ada anak yang tidak mencuci tangan.

Berdasarkan tingkat kepentingan dan kebutuhan dalam merealisasikan PHBS serta menerapkan mencuci tangan dengan benar. Maka program pengabdian masyarakat tentang edukasi enam langkah mencuci tangan sebagai upaya untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak usia dini di Teras Baca Rejosari (TBR) dapat memberikan manfaat yang signifikan dan bisa diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan sasaran utama adalah anak-anak usia dini yang ada di Teras Baca Rejosari. Metode yang digunakan dalam kegiatan

pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan menggunakan beberapa tahapan yaitu survei kelompok sasaran, identifikasi kebutuhan program, persiapan sarana dan prasarana, pelaksanaan dan evaluasi. Kegiatan diawali dengan ceramah, pada tahapan ini anak-anak diberikan informasi mengenai COVID-19, protokol kesehatan yang harus dilakukan, pengertian mencuci tangan dan langkah-langkah mencuci tangan yang benar.

Tahapan selanjutnya, anak-anak diberikan pertanyaan mengenai apa yang mereka ketahui tentang materi yang telah disampaikan tersebut secara lisan. Kemudian dilanjutkan pemberian edukasi cara mencuci tangan menggunakan tehnik 6 langkah dengan benar secara demonstrasi, dengan menggunakan perlengkapan mencuci tangan. Pemilihan metode demonstrasi ini karena membuat suasana belajar lebih menarik. Karena anak dapat merasakan belajar langsung tidak hanya mendengarkan saja (Putri et al., 2013).

Pada kegiatan praktik, tim pengabdian masyarakat memfasilitasi sarana untuk mencuci tangan. Pada tahap ini anak-anak di arahkan ke halaman lokasi penyuluhan untuk mempraktikkan langsung gerakan-gerakan mencuci tangan yang benar dengan alat dan bahan yang sudah di siapkan, seperti air mengalir, sabun dan lap tangan atau

serbet. Praktik ini dilakukan secara bergantian oleh masing-masing anak.

Pada tahapan terakhir pengabdian masyarakat, kami dari tim memberikan sebuah games bagi anak-anak di Teras Baca Rejosari. Bagi anak yang dapat mencontohkan gerakan langkah-langkah mencuci tangan dengan benar akan mendapatkan hadiah berupa masker. Hal ini dilakukan untuk melihat antusias dan keseriusan anak-anak terhadap materi yang telah disampaikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan cuci tangan ini dilaksanakan di Teras Baca Rejosari, Kecamatan Grobogan, Kabupaten Grobogan, Jawa Tengah. Penyuluhan yang dihadiri oleh 28 anak ini berjalan dengan baik dan lancar. Dalam pelaksanaan penyuluhan juga menjalankan protokol kesehatan seperti menggunakan masker.

Kegiatan diawali dengan memberi informasi kepada anak-anak mengenai COVID-19, protokol kesehatan yang harus dilakukan, pengertian mencuci tangan, tujuan mencuci tangan dan langkah-langkah mencuci tangan yang benar. Langkah-langkah mencuci tangan yang benar menurut Suparno (Ambarwati & Prihastuti, 2019) antara lain :



Gambar 1; Siapkan alat dan bahan yang dibutuhkan (air mengalir, sabun dan lap tangan).



Gambar 2; Basahi kedua tangan dengan air.



Gambar 3; Tuang sabun secukupnya ke tangan.



Gambar 4; Ratakan sabun dan gosok sampai berbusa selama 10-15 detik.



Gambar 5; Gosok punggung dan sela-sela jari kiri dengan tangan kanan dan lakukan sebaliknya.



Gambar 6; Gosok kedua telapak tangan dan sela-sela jari tangan kanan kiri.



Gambar 7; Jari-jari sisi dalam kedua tangan saling mengunci.



Gambar 8; Gosok ibu jari kiri berputar dalam gengaman tangan kanan dan lakukan sebaliknya.



Gambar 9; Gosok tangan dengan memutar ujung jari-jari tangan kanan di telapak tangan kiri dan lakukan sebaliknya.



Gambar 10; Bilas kedua tangan dengan air mengalir.



Gambar 11; Keringkan tangan dengan lap atau tisu.

Anak-anak juga diberikan pertanyaan secara lisan mengenai materi yang sudah disampaikan tersebut dan

ternyata sebagian kecil dari anak-anak di Teras Baca Rejosari belum mengetahui langkah-langkah mencuci tangan yang benar sebagaimana aturan Badan Kesehatan Dunia (WHO).



Gambar 12; Penyampaian Materi

Kegiatan penyuluhan dilanjutkan dengan kegiatan demonstrasi yang dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat kepada anak-anak Teras Baca Rejosari. Perwakilan dari anak-anak peserta penyuluhan diminta untuk mengikuti gerakan yang telah didemonstrasikan tersebut (Gambar 2).



Gambar 13; Mendemonstrasikan Gerakan Mencuci Tangan

Kegiatan penyuluhan kemudian dilanjutkan dengan praktik. Anak-anak diminta untuk langsung mencuci tangan

mereka pada tempat cuci tangan yang sudah disediakan. Pada kegiatan ini terlihat anak-anak sudah dapat memahami langkah-langkah mencuci tangan dengan benar (Gambar 3). Menurut Chusnul (Setyawati, 2018) persentase pengalaman belajar seseorang adalah 10% dari apa yang dia baca, 20% dari apa yang dia dengar, 30% dari apa yang dia lihat, 50% dari apa yang dia lihat dan dengar, 70% dari apa yang dia katakan dan 90% dari apa yang dia katakan dan lakukan.



Gambar 14; Mempraktikkan Cuci Tangan Dengan Benar

Pada kegiatan terakhir penyuluhan, anak-anak diberikan sebuah games. Apabila dari mereka bisa menyontohkan gerakan langkah-langkah mencuci tangan dengan benar. Maka akan diberikan sebuah hadiah berupa masker (Gambar 4).



Gambar 15; Menyontohkan Gerakan Mencuci Tangan

Anak-anak Teras Baca Rejosari (TBR) setelah dilakukan edukasi dan penyuluhan menjadi paham tentang pentingnya mencuci tangan pada masa pandemi COVID-19. Mereka juga memahami tata cara yang benar pada saat mencuci tangan, hal ini menjadi ilmu baru bagi mereka. Menurut Kemenkes RI (Siska Oktaviani, 2020) anak-anak usia dini, baik jenjang TK maupun SD/MI merupakan sasaran utama dalam implementasi hidup sehat. Hal ini dikarenakan anak-anak pada usia dini masih dalam masa bereksplorasi, bermain, dan berkumpul. Hal seperti ini yang membuat tak jarang dari mereka yang mengabaikan pentingnya menjaga kebersihan, salah satunya mencuci tangan. Sehingga rentan bagi mereka terserang penyakit. Untuk itu harus terus di gerakkan pembiasaan hidup sehat pada anak usia dini.

SIMPULAN

Penyuluhan mencuci tangan melalui ceramah dan demonstrasi langsung efektif dilaksanakan bagi kelompok anak, hal ini karena pola kebiasaan perilaku hidup bersih dan sehat sangat diperlukan atau ditanamkan sejak dini, dan merupakan tanggung jawab kita bersama untuk menanamkan perilaku ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, E. R., & Prihastuti. (2019). Gerakan masyarakat hidup sehat (germas) mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir sebagai upaya untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) sejak dini. *Celebes Abdimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 45–52. <http://journal.ildikti9.id/CER/index>
- Jamilatun, M. (2019). Penyuluhan Mencuci Tangan sebagai Upaya Mencegah Kecacingan di Panti Asuhan Assomadiyah Tangerang. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 4(3), 273–278. <https://doi.org/10.30653/002.201943.154>
- Purwandari, R. (2013). Hubungan Antara Perilaku Mencuci Tangan Dengan Insiden Diare Pada Anak Usia Sekolah di Kabupaten Jember. *Jurnal Keperawatan*, 4(2), 122–130.
- Putri, N. R., Tandililing, E., & Mursyid, S. (2013). Penerapan Metode Demonstrasi Untuk Meremediasi Miskonsepsi Siswa Pada Materi Hukum Newton di SMP. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 2(2), 1–9.
- Setyawati, E. (2018). Upaya Peningkatan Hasil Belajar IPA Melalui Model Pembelajaran Discovery Learning Pada Peserta Didik. *Jurnal Kajian Teori Dan Praktik Kependidikan*, 3(1), 50–59.
- Siska Oktaviani, H. (2020). Penyuluhan Cuci Tangan Pada Anak-Anak Warga. *Jurnal Pengabdian Untuk Mu NegeRI*, 4(2), 247–251.
- Susantiningih, T. (2018). PKM Pelatihan Mencuci Tangan Menggunakan Sabun Sebagai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Untuk Masyarakat RT 007/RW 007 Desa Pangkalan Jati, Kecamatan Cinere Kota Depok. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, 1(2), 75–84.
- Zukmadani, A. Y., Karyadi, B., & Kasrina. (2020). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Pencegahan COVID-19 Kepada Anak-Anak di Panti Asuhan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 68–76. <https://doi.org/10.29303/jpmpti.v3i1.440>