

PENYULUHAN CUCI TANGAN ENAM LANGKAH DI PAUD ANNISA DESA AIR JERNIH

¹⁾Restianingsih Putri Rahayu, ²⁾Fitriyani Bahriyah, ³⁾Izzawati Arlis, ⁴⁾Anjeli Ratih Syamlingga Putri, ⁵⁾Risanti Marisca, ⁶⁾Reni Maralis, ⁷⁾Suharmiyati

¹⁾²⁾³⁾⁴⁾ Program Studi DIII Kebidanan, ⁵⁾⁶⁾ Program Studi SI Manajemen,
Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri

E-mail: tyawiryodihardjo@gmail.com, fitriyani.bahriyah93@gmail.com,
izzawaty.arlis@gmail.com, anjeliratih1593@gmail.com, risanty.marisca030388@gmail.com,
renimaralis@stie.ac.id, suharmiati@stie.ac.id

Riwayat Artikel:

Dikirim: 3.07.2024

Direvisi: 11.07.2024

Diterima: 12.07.2024

Abstrak : Perilaku cuci tangan pakai sabun adalah memberikan edukasi kesehatan dengan benar. Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Para tim dosen Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri Bersama dengan mahasiswa Prodi DIII Kebidanan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, wawasan, dan kesadaran anak mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang salah satunya ialah cuci tangan enam Langkah dengan menggunakan sabun yang benar agar dapat terhindar dari berbagai penyakit dan untuk masa depan anak yang sehat. Kegiatan ini dilaksanakan kepada siswa di PAUD Annisa Desa Air Jernih Kecamatan Rengat Barat, Kabupaten Indragiri Hulu Provinsi Riau.

Abstract: The behavior of washing hands with soap is to provide proper health education. Community service activities carried out by the team of lecturers from the Institute of Technology and Business Indragiri, along with students from the Diploma III Midwifery Program, aim to increase children's knowledge, awareness, and understanding of Clean and Healthy Living Behavior, including the six-step handwashing technique using soap. This activity is conducted for students at PAUD Annisa Air Jernih, Indragiri Hulu Regency, Riau.

Kata Kunci:

Cuci Tangan Enam Langkah, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

Pendahuluan

Masa anak-anak dimulai saat usia pra-sekolah usia 60-84 bulan hingga anak usia sekolah usia 7 sampai usia 10 tahun. Upaya Kesehatan anak meliputi tata laksana dan rujukan, gizi, pemantauan pertumbuhan dan perkembangan, imunisasi, rehabilitasi dan perawatan jangka panjang pada penyakit kronis atau langka, pola asuh dan stimulasi perkembangan, serta penyediaan lingkungan yang sehat dan aman (Ayo, 2024).

Salah satu upaya orangtua dalam mengoptimalkan tumbuh kembang anak ialah memilih lembaga pendidikan yang baik sesuai tahap perkembangan anak. Salah satunya ialah Satuan Pendidikan pada jenjang Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) yang merupakan satuan Pendidikan, pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia 6 (enam) tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut (Pusdatin, 2024).

Dalam aktifitas kesehariannya, anak melakukan berbagai kegiatan yang mendukung tumbuh kembangnya di sekolah. Anak secara alami memiliki rasa ingin tahu yang tinggi. Anak mengeksplorasi dunia di sekitar dengan menggunakan tangan untuk merasakan berbagai benda. Anak-anak juga memiliki rasa penasaran yang tinggi, sehingga mereka mengeksplorasi dunia di sekitar mereka, dengan memegang berbagai macam benda yang mereka temui termasuk benda kotor yang dapat menimbulkan berbagai macam penyakit. Anak prasekolah belum memiliki pengetahuan yang cukup tentang kebersihan dan kesehatan, ditambah dengan sistem imun yang masih berkembang dapat menyebabkan risiko infeksi dan terkena penyakit tertentu akan semakin besar.

Beberapa penyakit yang diderita oleh anak prasekolah seperti cacangan dan diare. Diare merupakan salah satu penyakit tertinggi yang diderita anak-anak karena tidak melakukan cuci tangan pakai sabun. Munculnya berbagai penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah (usia 4-5 tahun), yang umumnya berkaitan dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) (Alim, 2021). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan semua perilaku kesehatan yang dilakukan karena kesadaran pribadi sehingga keluarga dan seluruh anggotanya mampu menolong diri sendiri pada bidang kesehatan serta memiliki peran aktif dalam aktivitas masyarakat. Dikutip dari laman EMCHHealth ada beberapa penyakit yang dapat ditimbulkan karena tidak mencuci tangan, diantaranya diare, flu, cacangan, Hepatitis A dan Infeksi Saluran Nafas Akut (HealthCare, 2019).

PHBS merupakan sebuah upaya untuk menularkan pengalaman mengenai perilaku hidup sehat melalui individu, kelompok ataupun masyarakat luas dengan jalur – jalur komunikasi sebagai media berbagi informasi. Ada berbagai informasi yang dapat dibagikan seperti materi edukasi guna menambah pengetahuan serta meningkatkan sikap dan perilaku terkait cara hidup yang bersih dan sehat. PHBS adalah sebuah rekayasa sosial yang bertujuan menjadikan sebanyak mungkin anggota masyarakat sebagai agen perubahan agar mampu meningkatkan kualitas perilaku sehari – hari dengan tujuan hidup bersih dan sehat (Kesehatan, 2020).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan langkah awal menuju peningkatan kualitas kesehatan masyarakat. PHBS melibatkan perilaku kesehatan yang

dilakukan karena kesadaran pribadi, sehingga keluarga dan seluruh anggotanya mampu menolong diri sendiri dalam bidang kesehatan dan memiliki peran aktif dalam aktivitas masyarakat. PHBS di taman kanak-kanak merupakan kebutuhan mutlak untuk menjaga, meningkatkan dan melindungi anak usia dini serta dapat dilakukan melalui pendekatan Usaha Kesehatan Sekolah taman kanak-kanak. Membuang kotoran dan debu pada kedua belah tangan merupakan pengertian sederhana dari cuci tangan pakai sabun. Dalam mencegah berbagai penyakit penyebab kematian (diare dan ISPA) dapat dicegah dengan cara mencuci tangan yang benar dengan menggunakan sabun.

Menurut standar *World Health Organisation* (WHO) ada enam langkah cuci tangan yang benar dan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Cuci tangan enam langkah dengan menggunakan sabun dan air mengalir merupakan cara terbaik untuk membunuh kuman. Penggunaan hand sanitizer berbasis alkohol 60% bisa digunakan sebagai pengganti air, jika pada saat akan mencuci tangan tidak tersedia air. Namun penggunaan hand sanitizer tidak dibenarkan jika tangan terdapat kuman yang sangat kotor dan sulit bersihkan. Sebelum mencuci tangan, pastikan juga terdapat sabun dan sumber air mengalir yang bersih. Alirkan air terlebih dahulu, lalu letakkan sabun (dapat sabun cair atau sabun batang) pada tangan. Jauhkan tangan dari air selama mencuci tangan (Cilangkap, 2024).

Enam Langkah Cuci Tangan yang benar menurut WHO pertama basahi tangan, gosok sabun pada telapak tangan kemudian usap dan gosok kedua telapak tangan secara lembut dengan arah memutar. Kedua, usap dan gosok juga kedua punggung tangan secara bergantian. Langkah ketiga gosok sela-sela jari tangan hingga bersih. Keempat, bersihkan ujung jari secara bergantian dengan posisi saling mengunci. Selanjutnya gosok dan putar kedua ibu jari secara bergantian. Langkah terakhir letakkan ujung jari ke telapak tangan kemudian gosok perlahan. Bilas dengan air bersih dan keringkan (Setditjen, 2022). Adapun waktu yang penting untuk menerapkan cuci tangan yang benar ialah sebelum makan, setelah BAB, sebelum menjamah makanan, sebelum menyusui dan setelah beraktifitas.

Cuci tangan dengan sabun adalah cara terbaik untuk menghentikan penyebaran kuman dibandingkan hanya dengan memakai air saja. Kebiasaan mencuci tangan dengan sabun terbukti efektif dalam menurunkan risiko berbagai penyakit. Cuci tangan menjadi salah langkah efektif untuk melindungi anak dari penyakit. Menurut sebuah penelitian, membiasakan diri mencuci tangan menggunakan sabun bisa mengurangi jumlah penderita diare sebesar 23–40% dan penyakit pernapasan sebesar 16–21% (Bella, 2022).

Cuci tangan pakai sabun hingga saat ini masih belum menjadi kegiatan rutin di masyarakat khususnya pada anak-anak. Kebiasaan cuci tangan pakai sabun akan menghindarkan berbagai penyakit pada anak-anak ataupun keluarga jika menerapkan cuci tangan pakai sabun dalam kehidupan sehari-hari. Perilaku cuci tangan pakai sabun yang benar tidak muncul begitu saja, tetapi harus dibiasakan dari kecil, karena anak-anak akan menjadi agen perubahan dalam menyampaikan edukasi serta dapat mengajarkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) baik untuk dirinya maupun lingkungan sekitarnya (Alim, 2021).

Berdasarkan latar belakang masalah inilah, Tim Dosen Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri beserta sejumlah mahasiswa Program Studi DIII Kebidanan ingin melakukan kegiatan Pengabdian pada Masyarakat oleh Dosen mengenai: Pentingnya Cuci Tangan Enam

Langkah di PAUD Annisa Air Jernih, Kecamatan Rengat Barat, Kabupaten Indragiri Hulu Provinsi Riau.

Metode Pelaksanaan

Kegiatan ini dilaksanakan secara tata muka langsung yang diadakan di PAUD Air Jernih, Kecamatan Rengat Barat, Kabupaten Indragiri Hulu Provinsi Riau. Materi akan disampaikan secara langsung oleh Mahasiswa Program Studi DIII Kebidanan yang didampingi oleh Tim Dosen Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri. Materi disampaikan secara langsung oleh narasumber dengan menggunakan media audio visual.

Tabel 1. Tahapan Kegiatan

NO	Rencana Kegiatan	Keterlibatan dalam Kegiatan		
		Dosen	Mahasiswa Program Studi DIII Kebidanan	PAUD
1	Persiapan	Mepersiapkan Materi Sosialisasi	Menyelaraskan Jadwal Kegiatan dengan Agenda PAUD	Menerima Informasi mengenai Kegiatan
2	Pelaksanaan	Fasilitator	Narasumber	Peserta Penyuluhan
3	Monitoring dan Evaluasi	Tanya Jawab yang dibarengi dengan pemberian hadiah	Tim Pelaksana Lapangan	Praktik Cuci Tangan 6 Langkah dengan Menggunakan Sabun

Pada tahap penyuluhan dilakukan dengan belajar sambil bermain dan pemberian hadiah bagi peserta yang berani menjawab pertanyaan mengenai cuci tangan enam Langkah menggunakan sabun. Setelah dilakukan penyuluhan, siswa-siswi PAUD Air Jernih melakukan praktik cuci tangan enam Langkah menggunakan sabun yang di dampingi oleh Mahasiswa Program Studi DIII Kebidanan bersama Tim Dosen Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri.





Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan Sosialisasi



Gambar. 2 Cara Melakukan Cuci Tangan dengan Enam Langkah



YAYASAN PENDIDIKAN INDRAGIRI (YPI)
 INSTITUT TEKNOLOGI DAN BISNIS INDRAGIRI
 PRODI D-III KEBIDANAN
 Izin: Kepmendikbudristek RI Nomor 585/E/O/2022
 Jl. H. Syarif Rantau Mapesai, Rengat. Telp/Fax. (0769) 21877

Kepada,
 Yth. Pimpinan PAUD Annisa

di- Tempat

Nomor : 01/PKL/XII/2023
 Lampiran : -
 Perihal : Penyuluhan

Dengan Hormat,

Selubungan dengan diadakannya Kegiatan Praktik Kerja Lapangan di Desa Air Jernih Kec. Rengat Barat bagi Mahasiswa DIII Kebidanan Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri Ta. 2023-2024. Dengan ini kami mengajukan permohonan kepada Pimpinan PAUD Annisa, sekiranya dapat menerima mahasiswa kami untuk mengadakan kegiatan "Penyuluhan Cuci Tangan", yang Insya Allah akan dilaksanakan pada:

Hari/Tanggal : Senin, 11 Desember 2023

Pukul : 08.00 - selesai

Tempat : PAUD Annisa

Demikian surat permohonan ini kami sampaikan. Atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Rengat, 11 Desember 2023
 Dosen Pembimbing,

 Rusehatingsih Putri Rahayu, S.Psi., M.Kes
 NIDN. 1010128703

Gambar. 3 Surat Permohonan Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat

Hasil

Melalui sosialisasi ini, diharapkan dapat memperoleh *output* berupa pengetahuan siswa siswi PAUD Annisa Desa Air Jernih mengenai pentingnya cuci tangan dan siswa siswi dapat mempraktikkan cuci tangan 6 langkah dengan menggunakan sabun pada kehidupan sehari-harinya.

Tabel 2. Indikator Keberhasilan Kegiatan

NO	Indikator	Base Line	Pencapaian Setelah Kegiatan
1.	Cuci Tangan Enam Langkah dengan Menggunakan Sabun	Praktik Cuci Tangan Enam Langkah dengan Menggunakan Sabun	Meningkatnya kebiasaan cuci tangan pada anak prasekolah dalam kehidupan sehari-hari

Diskusi

Pada sesi tanya jawab dengan siswa siswi PAUD Annisa Air Jernih kendala yang terjadi disebabkan karena anak prasekolah masih asing dengan Tim Penyuluhan di lapangan sehingga masih banyak anak yang malu untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diberikan.

Kesimpulan

Kegiatan ini bertujuan untuk membentuk kebiasaan melakukan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat salah satunya cuci tangan enam langkah dengan menggunakan sabun pada anak prasekolah di PAUD Annisa Air Jernih. Membiasakan anak mencuci tangan dapat membantu anak terhindar dari berbagai penyakit, mulai dari cacingan, diare, keracunan makanan, hingga penyakit yang cukup serius, seperti hepatitis A.

Pengakuan/Acknowledgements

Alhamdulillah Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini terlaksana dengan baik dan lancar, atas dukungan yang diberikan, serta ucapan terimakasih disampaikan kepada:

1. Rektor Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri beserta Manajemen Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri.
2. Kepala Prodi DIII Kebidanan Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri beserta rekan sejawat Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri.
3. Aparatur Desa Air Jernih, Kec. Rengat Barat.
4. PAUD Annisa Desa Air Jernih, Kec. Rengat Barat.
5. Mahasiswa Program Studi DIII Kebidanan Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri Tk. III TA. 2023-2024.

Daftar Referensi

- Alim, M. L. (2021). PENYULUHAN TATA CARA MENCUCI TANGAN YANG TEPAT DI POS PAUD AQILA KID'S DESA RIMBO PANJANG. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (abdira)*, 1(1), 16–20. <https://doi.org/10.31004/abdira.v1i1.3>
- Ayo, S. (2024). Anak-anak 5-9 Tahun. *Kemenkes*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/kategori-usia/anak-anak>
- Bella, A. (2022, March 4). Pentingnya Cuci Tangan dengan Sabun dan Cara Tepat Melakukannya. *Alodokter*. <https://www.alodokter.com/langkah-mudah-mencuci-tangan-dengan-benar>
- Cilangkap, P. (2024). *Apa sih 6 langkah cuci tangan ini ????*
<https://dinkes.depok.go.id/User/DetailArtikel/6-langkah-mencuci-tangan>

HealthCare, E. (2019, March 19). 5 Daftar Penyakit yang Sering Muncul Jika Malas Mencuci Tangan. *EMC HealthCare*. <https://www.emc.id/id/care-plus/5-daftar-penyakit-yang-sering-muncul-jika-malas-mencuci-tangan>

Kesehatan, K. (2020, January 11). PHBS. *Direktorat Promosi Kesehatan Dan Pemberdayaan Masyarakat Kementerian Kesehatan RI*.

Pusdatin, K. (2024). Pendidikan Anak Usia Dini. *DATA REFERENSI*.
<https://referensi.data.kemdikbud.go.id/pustaka/paud>

Setditjen, F. (2022, March 18). *6 Langkah Mencuci Tangan*.
<https://farmalkes.kemkes.go.id/2022/03/6-langkah-mencuci-tangan/>