

SOSIALISASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (CARA MENCUCI TANGAN YANG BAIK DAN BENAR) PADA ANAK-ANAK DI DESA TAWIRI

Nofinta Austin Kasantaru^{1*}

¹ Universitas Pattimura

* Email korespondensi: nkasantaro@gmail.com

Abstrak

Perilaku hidup bersih dan sehat merupakan perilaku yang dilakukan dengan penuh kesadaran untuk dapat meningkatkan derajat kesehatan. Banyak perilaku hidup bersih dan sehat yang dapat dilakukan untuk mencegah penyakit. Salah satu bentuk perilaku hidup bersih dan sehat adalah mencuci tangan. Pada saat dilakukan kegiatan observasi, para siswa terlihat masih kurang mengetahui Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) terutama dalam melakukan cuci tangan dengan baik dan benar menggunakan sabun. Kegiatan ini dilaksanakan untuk memberikan pengetahuan dan menambah pemahaman kepada anak-anak di DESA TAWIRI tentang perilaku hidup bersih dan sehat, khususnya tatacara mencuci tangan memakai sabun dengan baik dan benar sesuai dengan tatacara yang dianjurkan World Health Organization (WHO) guna mengurangi resiko penularan penyakit melalui tangan. Menjaga kebersihan tangan merupakan cara yang cukup efektif melawan penularan penyakit, mencuci tangan menggunakan sabun merupakan hal yang mudah dikerjakan namun memberikan manfaat yang besar. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pemberian pre-test, sosialisasi, pemutaran video dan praktik cuci tangan yang baik dan benar, dilanjutkan post-test. Hasil dari post-test menunjukkan adanya kenaikan skor dari sebelum penyuluhan dengan skor setelah penyuluhan. Hasil kegiatan sosialisasi telah menambah pengetahuan anak-anak mengenai PHBS.

Kata kunci: Dampak, Kesehatan anak, Menjaga kebersihan

Abstract

Clean and healthy living behavior is behavior that is carried out with full awareness to improve health status. There are many clean and healthy living behaviors that can be done to prevent disease. One form of clean and healthy living behavior is washing your hands. When the observation activity was carried out, the students seemed to still not know enough about Clean and Healthy Living Behavior (PHBS), especially in washing their hands properly and correctly using soap. This activity was carried out to provide knowledge and increase understanding to children in TAWIRI VILLAGE about clean and healthy living behavior, especially procedures for washing hands with soap properly and correctly in accordance with procedures recommended by the World Health Organization (WHO) to reduce the risk of disease transmission through hand. Maintaining hand hygiene is a fairly effective way to fight disease transmission. Washing your hands with soap is something that is easy to do but provides great benefits. The method used in this activity is giving a pre-test, socialization, showing videos and practicing good and correct hand washing, followed by a post-test. The results of the post-test showed an increase in scores from before counseling to scores after counseling. The results of outreach activities have increased children's knowledge about PHBS.

Keywords: Children's health, Impacts, Maintaining cleanliness

1. PENDAHULUAN

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan semua perilaku yang dilakukan atas kesadaran dengan langkah langkah yang dilakukan guna mencapai derajat kesehatan yang ideal bagi setiap individu. (Andriansyah & Natalia Rahmantari, 2013) pembawa kuman paling banyak yang bisa menyebabkan diare serta infeksi pada pernapasan adalah melalui tangan. Mencuci tangan merupakan intervensi kebersihan yang ditargetkan untuk membatasi penyebaran agen infeksi. (Cutts et al., 2021) dengan membiasakan mencuci tangan dengan sabun dapat meminimalkan terjadinya diare hingga 50 persen. (Misroh & Abdul, 2021) perilaku hidup bersih dan sehat dengan mencuci tangan merupakan program yang dilakukan di sekolah sebagai langkah mencegah dan menanggulangi penyakit. (Pauzan & Hudzaifah, 2017) mencuci tangan

dengan menggunakan sabun secara konsisten bisa mencegah penyakit diare dan penyakit pernafasan hingga 31% serta mampu mengurangi angka penyakit infeksi saluran pernapasan atas (ISPA) mencapai 21%. Cuci tangan pakai sabun (CTPS) dapat mengurangi diare sebanyak 31 % dan menurunkan penyakit infeksi saluran nafas atas (ISPA) sebanyak 21 % (Purwandari & Ardiana, 2013).

Riset kesehatan dasar (Riskesdas) 2007, perilaku cuci tangan masyarakat Indonesia masih rendah, dan anak usia sekolah dasar, baru 17% melakukan cuci tangan pakai sabun dan air bersih. Riskesdas 2013 proporsi pada umur ≥ 10 tahun yang melakukan cuci tangan dengan benar 46,7%. Direktorat jenderal pengendalian penyakit dan penyehatan lingkungan Kemenkes RI (2013) menyebutkan hanya 18,5% masyarakat Indonesia yang mencuci tangan dengan sabun di lima waktu penting. *Basic human services* (BHS) di Indonesia tahun 2006 menemukan baru 12 % yang melakukan CTPS setelah buang air besar, 14 % sebelum makan, 9% setelah menceboki anak dan 6 % sebelum menyiapkan makanan. Penelitian yang dilakukan Retno mengenai hubungan antara perilaku mencuci tangan dengan insiden diare pada anak usia sekolah di kabupaten jember. Hasil penelitiannya mendapatkan bahwa hubungan antara perilaku cuci tangan dan insiden diare diperoleh nilai $p = 0,000$ yang lebih kecil dari 0,05 dan $r = 0,792$, maka secara statistik membuktikan ada hubungan yang signifikan antara perilaku cuci tangan dan insiden diare.

Ada banyak sekali cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan personal hygiene salah satunya adalah penerapan cuci tangan pakai sabun. Tangan adalah bagian tubuh kita yang paling banyak tercemar kotoran dan bibit penyakit. Ketika memegang sesuatu, atau bahkan berjabat tangan tentu saja tanpa sadar ada kuman atau bakteri yang menempel pada tangan (Natsir, 2018). Mencuci tangan merupakan suatu tindakan yang dapat dilakukan manusia untuk menghilangkan kotoran yang terdapat di bagian tangan tersebut. Mencuci tangan bermanfaat agar tangan menjadi bersih dan dapat membunuh kuman yang ada ditangan, dan secara ilmiah dapat mencegah penyakit menular seperti diare (Asda, 2020). Kebiasaan cuci tangan tidak timbul begitu saja, tetapi harus dibiasakan sejak kecil. Anak- anak merupakan agen perubahan untuk memberikan edukasi baik untuk diri sendiri dan lingkungannya sekaligus mengajarkan pola hidup bersih dan sehat. Anak-anak juga cukup efektif dalam memberikan contoh terhadap orang yang lebih tua khususnya mencuci tangan yang selama ini dianggap tidak penting.

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan anak dan pemahaman anak tentang menjaga kebersihan.

2. METODE

a. Waktu dan Tempat

Kegiatan Sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat (cara mencuci tangan yang baik dan benar) Pada anak-anak Di Desa Tawiri, Kecamatan Teluk Ambon, Kota Ambon, Maluku, Indonesia. Yang dilakukan pada tanggal 02 November 2024. Kegiatan sosialisasi ini hanya melibatkan anak-anak usia 2-12 tahun yang ada di RT/RW 03 desa Tawiri, Kampung Pisang. Menggunakan metode ceramah dan diskusi.

- 1) Ceramah, menyampaikan materi secara langsung.
- 2) Diskusi, melibatkan tanya jawab kepada anak-anak tentang menjaga kebersihan.

b. Alat dan Bahan

- 1) Alat, laptop
- 2) Bahan, berupa *power point* berisimatei yang akan disosialisasikan kepada anak-anak.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang diperoleh dari kegiatan sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat (cara mencuci tangan yang baik dan benar) pada anak-anak Di Desa Tawiri. Menunjukkan semakin bertambah pengetahuan anak-anak tentang menjaga kebersihan terkhususnya kebersihan tangan dan meningkatkan pengetahuan dan pemahaman anak-anak agar tidak mengabaikan kesehatan diri.

Penyampaian materi sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat (cara mencuci tangan yang baik dan benar) pada anak-anak Di Desa Tawiri.

Menurut (World Health Organization (WHO), 2009) mencuci tangan suatu prosedur melakukan tindakan membersihkan tangan dengan menggunakan sabun dan air yang mengalir. Salah satu perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yang selalu digaungkan sejak lama untuk menjaga kesehatan dan kebersihan pribadi adalah mencuci tangan. Perilaku ini seharusnya menjadi kebiasaan yang sangat baik, karena selain untuk menjaga kesehatan dan kebersihan, agama juga mengajarkannya (Kemenkes, RI 2020). Pentingnya mencuci tangan agar terhindar dari kuman dan penyakit yang dapat menyerang seseorang, karena kuman dapat muncul dimanapun, seperti di tempat kerja, pada saat bepergian maupun dirumah dan disekolah (Kemenkes, RI 2022). Menurut (Departemen Kesehatan RI, 2014) dalam pengabdian (Iwan suhendar dan witdiawati, 2019) cuci tangan merupakan salah satu perilaku sederhana yang penting untuk diterapkan mejadi kebiasaan dalam kehidupan sehari-hari.

Sosialisasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat sangat tepat dilakukan pada anak usia sekolah dasarkarena mereka sangat peka terhadap stimulus yang diberikan. Sehingga anak usia sekolah dasar lebih mudah untuk dibimbing, diarahkan, dan ditanamkan kebiasaan untuk berperilaku hidup bersih dan sehat. Oleh karena itu, peran guru, orang tua, tenaga kesehatan, komite, dan masyarakat sekolah sangat diperlukan dalam menciptakan perilaku hidup bersih dan sehat dilingkungan sekitar.

Mencuci tangan dengan air dan sabun merupakan langkah kecil untuk memiliki hidup sehat. Perilaku sederhana ini bisa melindungi kita dari penyakit seperti diare, saluran pernapasan dan cacangan. Banyak penyakit infeksi dimulai dengan sentuhan tangan yang terkontaminasi dengan organisme. Hal ini dapat terjadi setelah menggunakan toilet, batuk atau bersin, atau penanganan sampah dan menyentuh permukaan lain yang sudah terkontaminasi (Majorin et al., 2014). Penyakit cacangan menimbulkan dampak yang besar pada masyarakat karena memengaruhi pemasukan, pencernaan, penyerapan dan metabolisme makanan. Secara kumulatif infeksi cacing menimbulkan kerugian zat gizi, menghambat perkembangan fisik, mental, kemunduran intelektual pada anak-anak, dan dapat menurunkan ketahanan tubuh sehingga mudah terkena penyakit lainnya (Umar, Z., 2007).

Peneliti menetapkan waktu mencuci tangan selama 2 menit untuk semua responden yang peneliti tetapkan setiap penggosokan dilakukan sebanyak 7 kali gosokan. Langkah-langkah cuci tangan tujuh langkah yang dilakukan adalah: membasahi kedua telapak tangan setinggi pertengahan lengan memakai air yang mengalir, mengambil sabun atau tidak mengambil sabun kemudian mengusap lalu menggosok kedua telapak tangan, mengusap dan menggosok kedua punggung tangan secara bergantian, mengusap dan menggosok jari-jari serta menggosok sela-sela jari hingga bersih, membersihkan buku-buku jari secara bergantian dengan cara mengunci, menggosok dan memutar kedua ibu jari secara bergantian, memutar ujung-ujung jari ke telapak tangan berlawanan jarum jam kemudian gosok perlahan secara bergantian, membersihkan kedua pergelangan secara bergantian dengan cara memutar, kemudian diakhiri dengan membilas seluruh bagian tangan dengan air bersih yang mengalir lalu keringkan memakai tisu.



(a)

(b)

Gambar 1. (a) Sesi diskusi, (b) Sesi pemberian materi

4. KESIMPULAN

Terjadi peningkatan pengetahuan pada siswa dari yang tidak tahu atau kurang tepat dalam mencuci tangan menjadi tepat melalui sosialisasi langkah cuci tangan ini sehingga dapat dipraktekkan dalam kehidupan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Evy Tri Pratiwi & Devi Safira Damayanti & Galuh Sekar Anggraeni & Melinia Dwi Tanti, Tatut Isna Winanda & Vidia Nuria Rahman & Ayik Mirayanti Mandagi & Septa Indra Puspikawati (2022). Pengaruh Edukasi Praktik Cuci Tangan Pakai Sabun Terhadap Peningkatan Pengetahuan Anak di Masa Pandemi, *Preventia: The Indonesian Journal of Public Health*, 7(2), 2022, 55-60
- Hilda Irianty & Ridha Hayati (2023). EDUKASI PENTINGNYA MENCUCI TANGAN YANG BAIK DAN BENAR DI SDIT ROBBANI BANJARBARU. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* Vol.3 No.3. 2023: 27-30
- Irmawati Mathar & Mertisa Dwi Klevina & Cintika Yorinda Sebtalesey (2023). SOSIALISASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DENGAN MENCUCI TANGAN KEPADA SISWA SD SANTO BAVO KOTA MADIUN. *Jurnal Abdimas ITEKES Bali*, VOL. 3 NO. 1 Nopember 2023.
- Julita Wulandari & Athifah Zakiyah Zulmi & Oktavia Mulyawati & Rani Alawiah & Halimah Tusipah & Intan Tria Alhusna & DiyasWidiyarti (2024). Sosialisasi Hidup Bersih Melalui Kegiatan Cuci Tangan di PAUD Al-Iqro di Desa Simpang Ketenong, *Jurnal Family Education*, Volume: 04 No. 3. 08, 2024; pp. 573-578
- Lipinwati & Ave Olivia Rahman & Primayana (2018). PERBANDINGAN EFEKTIFITAS CUCI TANGAN TUJUH LANGKAH DENGAN AIR DAN DENGAN SABUN CUCI TANGAN CAIR DALAM MENJAGA KEBERSIHAN TANGAN PADA MAHASISWA/I FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS JAMBI. *JMJ*, Volume 6, Nomor 2, November 2018, Hal: 137-145
- Muh. Fajaruddin Natsir (2018). PENGARUH PENYULUHAN CTPS TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN SISWA SDN 169 BONTO PARANG KABUPATEN JENEPONTO. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK) LP2M Unhas*, Vol 1, 2 2018
- Putu Indah Sintya Dewi¹ & Ni Made Dwi Yunica Astriani & Aditha Angga Pratama (2022). PERILAKU CUCI TANGAN ENAM LANGKAH PADA ANAK SEKOLAH DASAR SEBAGAI

SALAH SATU UPAYA PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT, Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan, Volume 6, Nomor 2, Juni 2022.

Sukimin & Irfan Abdillah & Ria Kurniasih (2024). Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa/i Tingkat Sekolah Dasar. *Abdimas Universal* 6(2), (2024), 381-386

Sumaiyah & Marianne & Embun Suci Nasution & Dewi Pertiwi & Sony Eka Nugraha (2019). Sosialisasi Langkah Cuci Tangan Yang Benar Guna Mewujudkan Masyarakat Sehat di SMA Negeri 2 Sibolga. *Jurnal Pengabdian Untuk Mu NegeRI*, Vol.3 No.2, November 2019

Vania Zulfa1 , Aurora Patricia (2023). Pengetahuan dan Sikap Cuci Tangan Pakai Sabun pada Mahasiswa Institut Teknologi Sumatera, *JIK (Jurnal Ilmu Kesehatan)* | Oktober, 2023 Volume 7 No. 2.