



## **PENYULUHAN KESEHATAN ENAM LANGKAH MENCUCI TANGAN YANG BENAR DI SDN 13 SUNGAI PISANG**

**Ika Yulia Darma<sup>1\*</sup>, Honesty Diana Morika<sup>2</sup>, Silvi Zaimy<sup>3</sup>, Meldafia Idaman<sup>4</sup>**  
Stikes Syedza Saintika  
Email : [ika\\_yd1102@yahoo.com](mailto:ika_yd1102@yahoo.com)

### **ABSTRAK**

Enam langkah cuci tangan yang baik dan benar merupakan salah satu indikator perilaku hidup bersih dan sehat. Sehingga anak sekolah dasar wajib mengetahui dan melaksanakan cuci tangan dengan baik untuk menjaga kesehatannya. Tujuan dari pengabdian ini adalah memberikan Pendidikan kesehatan untuk siswa sekolah dasar mengenai cara melaksanakan cuci tangan yang baik dan benar. Kegiatan yang dilakukan berupa penyuluhan kesehatan tentang mencuci tangan 6 (enam) langkah, manfaat mencuci tangan, dan mendemonstrasikan tentang mencuci tangan 6 langkah oleh siswa SDN 13 Sungai Pisang. Kegiatan telah dilakukan pada hari Selasa, 11 Januari 2022 pukul 10.00 - 12.00 WIB. Hasil pengabdian masyarakat diperoleh meningkatnya pengetahuan anak-anak terkait 6 (enam) langkah mencuci tangan yang benar.

### **ABSTRACT**

*The six steps to washing hands properly and coirrectly are indicators of a clean and healthy lifestyle. So that elementary school children must know and carry out hand washing properly to maintain their health. The purpose of this service is to provide health education to elementary school students regarding how to carry out good and correct hand washing. The activities carried out were in the form of health education about 6 (six) step hand washing, the benefits of hand washing, and demonstrations about 6 step hand washing by students of SDN 13 Sungai Pisang. The activity was carried out on Tuesday, 11 January 2022 at 10.00 - 12.00 WIB. The results of community service obtained an increase in children's knowledge regarding the 6 (six) steps of washing hands properly*

### **PENDAHULUAN**

Mencuci tangan merupakan teknik dasar yang paling penting dalam pencegahan dan pengontrolan infeksi (Peery & Potter, 2005). Mencuci tangan merupakan proses pembuangan kotoran dan debu secara mekanis dari kedua belah tangan dengan memakai sabun dan air. Tujuan cuci tangan adalah untuk menghilangkan kotoran dan debu secara mekanis dari permukaan kulit dan mengurangi jumlah mikroorganismenya. Diare biasanya kuman ditransmisikan dari tangan yang tidak bersih ke makanan. Kuman-kuman kemudian memapar ke person yang makanan tersebut. Hal ini bisa diegah dengan selalu mencuci tangan setelah menggunakan toilet dan sebelum menyiapkan.

Mencuci tangan juga dapat menghilangkan sebaran besar virus yang menjadi penyebab berbagai penyakit, terutama penyakit yang menyerang saluran cerna, seperti diare dan saluran nafas seperti influenza. Hampir semua orang mengerti pentingnya mencuci tangan pakai sabun, namun masih banyak yang tidak membiasakan diri untuk melakukan dengan benar pada saat yang penting. Sebagian masyarakat mengetahui akan pentingnya mencuci tangan, namun dalam kenyataannya masih sangat sedikit hanya 5% yang tahu bagaimana cara melakukannya dengan benar. Hal ini sangat penting untuk di ajarkan pada masyarakat agar bias mencegah terjadinya penyakit.

Membiasakan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) sama dengan membiasakan



anak-anak untuk hidup sehat sejak dini. Anak usia sekolah pada umumnya belum paham betul akan kebersihan bagi tubuhnya. Perilaku cuci tangan pakai sabun yang tidak benar masih banyak ditemukan pada anak-anak. Meningkatkan kesadaran pentingnya cuci tangan pakai sabun sejak dini adalah langkah yang tepat. Karena anak pada usia-usia tersebut sangat aktif dan rentan terhadap penyakit. Mencuci tangan merupakan teknik dasar yang paling penting dalam pencegahan dan pengontrolan infeksi.

Berdasarkan pemaparan di atas kami memilih kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa Sosialisasi 6 (enam) Langkah Mencuci Tangan Pada Anak Sekolah Dasar Negeri 13 sungai Pisang.

## **METODE**

Pengabdian masyarakat pelaksanaan kegiatan dilaksanakan tanggal 11 Januari 2022 di halaman sekolah SDN 13 Sungai Pisang. Metode sosialisasi yang digunakan adalah memberikan edukasi dan demonstrasi langsung tentang cara 6 (Langkah) mencuci tangan yang benar.

Bahan materi edukasi berupa leaflet 6 (enam) langkah cuci tangan dengan benar. Tim secara bergantian melakukan pemaparan dan demonstrasi. Enam langkah cuci tangan yang benar menurut WHO adalah sebagai berikut. Pertama, basahi tangan tuang cairan 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. Ketiga, Gosok sela-sela jari tangan hingga bersih. Keempat, bersihkan ujung jari secara bergantian dengan posisi saling mengunci. Kelima, gosok dan putar kedua ibu jari secara bergantian. Keenam, letakkan ujung jari ke telapak tangan kemudian gosok perlahan dan bilas dengan air bersih serta keringkan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan anak sekolah dasar tentang perilaku cuci tangan yang benar sesuai anjuran pemerintah. Pengetahuan merupakan hal terpenting dalam pembentukan sebuah perilaku (Kholid, 2014). Perilaku yang didasari oleh sebuah pengetahuan maka akan melekat dan siswa secara otomatis akan menjadikan perilaku enam langkah cuci tangan menjadi sebuah kebiasaan.

Praktik cuci tangan yang benar mempunyai banyak manfaat dalam mencegah penyakit, seperti diare dan kecacingan (Nasir et al., 2020). Diare merupakan penyakit yang didapatkan dari perilaku anak yang sulit menjaga kebersihan dirinya meliputi tidak mencuci tangannya saat makan dan dengan cara atau langkah yang tidak benar (Manurung, 2020). Kebiasaan mencuci tangan dengan sabun adalah bagian dari perilaku sehat. Perilaku cuci tangan tidak hanya dilihat dari caranya tetapi dilihat juga dari air yang digunakan dalam mencuci tangan tersebut (Purwandari et al., 2013).

Kegiatan dilaksanakan pada hari Selasa 11 Januari 2022 dilapangan sekolah SDN 13 Sungai pisang, dengan jumlah siswa yang mengikuti sebanyak 63 orang. Kegiatan diawali dengan memberikan penyuluhan kesehatan tentang pentingnya mencuci tangan pakai sabun menggunakan media banner dan leaflet dan selanjutnya dilakukan demonstrasi 6 langkah cuci tangan yang benar kemudian di praktikan oleh masing-masing anak.



**Gambar 1**

**Bukti Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat**

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat tersebut, terjadi peningkatan pengetahuan anak sekolah dasar di SDN 13 Sungai Pisang terkait tentang cara cuci tangan yang benar. Mereka antusias dalam kegiatan pengabdian ini dibuktikan dengan mereka dapat mengaplikasikan dengan baik cara mencuci tangan pakai sabun yang benar.

Hal ini juga sesuai dengan hasil pengabdian masyarakat Noor Aisyah dkk (2022) yang mana adanya peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan sosialisasi 6 Langkah Mencuci Tangan Pada Anak di MI Al-Badariah Desa Tatah Layap.

**KESIMPULAN**

Hasil pengabdian ini secara langsung memberikan dampak peningkatan

pengetahuan dan pemahaman siswa tentang cara cuci tangan yang baik dan benar. Kedepannya kegiatan ini terus dilaksanakan sebagai upaya semakin meningkatkan perilaku siswa sekolah dasar untuk menjaga kesehatannya.

**DAFTAR PUSTAKA**

Kholid, A. (2014). Promosi Kesehatan. Raja Grafindo Persada.

Manurung, I. F. E. (2020). Peningkatan Pengetahuan dan Praktek Cuci Tangan Sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Pada Anak Sekolah Dasar Marsudirini Kefamenanu. *Warta Pengabdian*, 14(2), 134–140.

Potter, P.A, Perry, A.G.(2005) Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses, dan Praktik.Edisi 4.Volume 2.Alih Bahasa : Renata Komalasari,dkk.Jakarta:EGC

Aisyah, Noor. Dkk (2022). Sosialisasi 6 (enam) Langkah Mencuci Tangan Pada Anak di MI Al-Badariah Desa Tatah Layap Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Bakti Untuk Negeri*, 2 (1), 45-49

Nasir, N. M., Farah, W., Desilfa, R., Khaerudin, D., Safira, Y., & Virlian, V. (2020). Edukasi Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun Pada Siswa Sd Di Tangerang Selatan. *ASSYIFA : Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 45. <https://doi.org/10.24853/assyifa.1.1.45-49>

Purwandari, R., Adriana, A., & Wantiyah. (2013). Hubungan antara perilaku mencuci tangan dengan insiden diare pada anak usia sekolah di Kabupaten Jember. *Jurnal Keperawatan*, 4