

Edukasi Kesehatan Cuci Tangan Standar World Health Organization (WHO) Memutus Rantai Bakteri

Clarisa Elhap Wandhani¹, Olivia Putri Winata¹, Salsabila Lu'lu'ul Maknun¹, Siti Maryamah¹, Yuyun Dwi Febriyanti¹, Andyanita Hanif Hermawati^{1a*}

¹STIKes Hutama Abdi Husada Tulungagung, Jawa Timur, Tulungagung

^a andya.nita@yahoo.com

* Corresponding Author

Informasi Artikel	ABSTRAK
<p>Sejarah artikel: Tanggal diterima: 18 November 2024 Tanggal revisi: 22 November 2024 Diterima: 25 November 2024 Diterbitkan: 16 Desember 2024</p> <p>kata kunci: Edukasi kesehatan Cuci tangan Bakteri Infeksi penyakit</p>	<p>Mencuci tangan merupakan salah satu cara untuk menghilangkan bakteri dan untuk menghindari penularan penyakit. Cuci tangan merupakan satu hal yang paling sederhana yang dapat kita lakukan sebagai upaya pencegahan penularan infeksi atau penyakit. Sebagian besar kuman penyakit berpindah dan ditularkan melalui tangan kita. Meskipun secara kasat mata tampak bersih, tetapi kuman bisa menempel di tangan kita tanpa kita sadari. Maka dari itu, penularan penyakit dapat dicegah dengan melakukan cuci tangan yang benar. Edukasi mengenai cuci tangan merupakan salah satu strategi efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya praktik <i>higiene</i> ini. Cuci tangan yang tepat menggunakan sabun dan air mengalir dapat mengurangi penularan penyakit menular, seperti infeksi saluran pernapasan. Edukasi ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang lebih baik mengenai teknik yang benar dalam mencuci tangan, waktu yang tepat untuk melakukannya, serta dampak positifnya terhadap kesehatan individu maupun komunitas secara keseluruhan, meningkatkan pengetahuan dan pemahaman kepada anak sekolah tentang perilaku hidup bersih dan sehat serta mempraktikkan cara mencuci tangan pakai sabun. Melalui pendekatan edukasi dengan cara penyuluhan yang efektif, diharapkan masyarakat dapat secara konsisten menerapkan praktik cuci tangan sebagai bagian dari gaya hidup sehat mereka. Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat dengan melakukan survei dan pendekatan di tempat TK Kartika IV-28 Tulungagung. Edukasi pada anak TK berjalan dengan lancar, semua anak-anak TK sangat antusias mengikuti kegiatan yang telah dilakukan.</p>

Copyright (c) 2022 Community Development and Reinforcement Journal

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

PENDAHULUAN

Mencuci tangan merupakan salah satu cara untuk menghilangkan kuman dan untuk menghindari penularan penyakit. Mencuci tangan dengan sabun dapat membunuh virus penyebab infeksi dari tangan sebelum virus tersebut menginfeksi tubuh. Selain itu, rutin mencuci tangan juga mampu menekan penyebaran virus ke orang lain. Kebiasaan masyarakat Indonesia dalam mencuci tangan pakai sabun hingga kini masih tergolong rendah, indikasinya dapat terlihat dengan rendahnya angka proporsi perilaku cuci tangan dengan benar dalam masyarakat yang hanya mencapai 49,8%. Cuci tangan merupakan satu hal yang paling sederhana yang dapat kita lakukan sebagai upaya pencegahan penularan infeksi atau penyakit. Kuman penyakit ada dimana-mana, tidak hanya di benda/tempat yang tampak kotor, tetapi juga di benda atau tempat yang kita lihat bersih. Kuman penyakit sebagian besar berpindah dan ditularkan melalui tangan kita. Meskipun secara kasat mata tampak bersih, namun kuman bisa menempel di tangan kita tanpa kita sadari. Maka dari itu, penularan penyakit dapat dicegah dengan melakukan cuci tangan yang benar. Kebiasaan melakukan cuci tangan yang baik, hidup kita dan keluarga menjadi lebih

sehat¹.

Kebersihan tangan adalah membersihkan kotoran dengan cara mencuci dengan air yang dapat menghambat atau mematikan bakteri yang didapat pada kulit tangan akibat kontak manusia dengan lingkungan, sehingga mencegah infeksi yang ditularkan melalui tangan². Bakteri merupakan jenis organisme prokariotik yang tidak memiliki membran inti sel. Keanekaragaman jenis bakteri menyebabkan beberapa kelompok di antaranya dikenal sebagai penyebab infeksi dan penyakit³. Infeksi bakteri adalah faktor utama dalam permasalahan kesehatan global, khususnya di wilayah tropis⁴.

Membiasakan pola hidup sehat dan bersih artinya memberikan kegiatan pada anak tentang hidup sehat dan bersih secara berulang-ulang sehingga menjadi kebiasaan⁵. Pengalaman yang diberikan kepada anak untuk mendukung kesadaran anak tentang kebersihan membantu anak menjadi pribadi yang mandiri. Oleh karena itu membiasakan hidup sehat dan bersih kepada anak dapat dilakukan langsung mempraktikkan kegiatan yang dicontohkan oleh masyarakat sehingga akan jauh lebih mengesankan bagi masyarakat dari pada masyarakat diberi tahu tanpa melakukan sendiri. Dengan adanya latar belakang di atas, maka dilakukanlah kegiatan kontribusi sosial. Dalam kegiatan ini dilakukan edukasi dengan cara penyuluhan tentang cuci tangan pakai sabun yang baik dan benar untuk menghindari masuknya bakteri ke dalam tubuh yang menempel pada tangan⁶.

Hal ini perlu dilakukan mengingat pengetahuan siswa tentang mencuci tangan yang baik dan benar mendorong kesadaran meningkatkan dan kesehatannya melalui PHBS. Tangan kita sering menyentuh berbagai benda dan permukaan, termasuk yang kotor dan mengandung kuman penyakit. Kuman penyakit dapat menempel di tangan kita karena kulit tangan kita selalu lembap dan mengandung lemak. Jika tangan tidak dicuci, kuman penyakit dapat berpindah ke benda dan makanan lain yang kita pegang, dan menyebabkan penyakit⁷.

Pemerintah Indonesia terus berupaya meningkatkan kesehatan masyarakat, salah satunya melalui program cuci tangan pakai sabun (CTPS). CTPS bertujuan untuk meningkatkan kebersihan tangan agar tidak terjangkit penyakit. CTPS sangat efektif dalam mencegah infeksi, terbukti bahwa CTPS dapat menurunkan risiko infeksi. CTPS dengan 6 langkah merupakan bentuk dari sanitasi total berbasis masyarakat. Penggunaan sabun dan *hand-sanitizer* yang mengandung alkohol 70% juga sangat efektif menurunkan jumlah kuman, serta dapat menurunkan jumlah koloni bakteri pada tangan. Tidak mencuci tangan setelah buang air besar dan sebelum makan menunjukkan kesadaran yang rendah akan perilaku hidup bersih dan sehat⁸.

Cuci tangan dengan sabun dan air mengalir dapat membersihkan tangan dari kotoran dan kuman penyakit. Kotoran dan kuman penyakit dapat menyebabkan berbagai penyakit, seperti diare, infeksi saluran pernafasan atas, avian influenza, hepatitis A, kecacingan, penyakit kulit, dan mata¹. Perilaku cuci tangan pakai sabun merupakan cara yang paling efektif, sederhana dan murah untuk mencegah penyakit - penyakit tersebut. Jika dikombinasikan dengan peningkatan pengetahuan, pelaksanaan cuci tangan pakai sabun merupakan pendekatan kesehatan preventif yang efektif dan telah terbukti menurunkan risiko tidak hanya diare, tetap juga penyakit lain seperti kolera dan disentri sebanyak 48 – 49 %⁹.

Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) merupakan perilaku yang telah terbukti secara ilmiah dapat mencegah penyebaran penyakit menular seperti diare, infeksi saluran pernafasan atas (ISPA) dan flu burung, bahkan disarankan untuk mencegah penularan influenza. Hal ini dapat dilakukan dengan mudah, sederhana dan dapat dilakukan oleh mayoritas masyarakat Indonesia. Tangan merupakan pusat kuman penyakit, mulai saat bersalaman, memegang pintu kamar kecil, menyentuh benda yang mengandung kuman, sehabis Buang Air Kecil (BAK) atau Buang Air Besar (BAB) serta menyentuh segala sesuatu yang banyak disentuh orang seperti memegang uang, dan sebagainya. Mencuci tangan dengan benar merupakan salah satu cara terbaik untuk melindungi individu dan keluarga dari penyebaran kuman. Mencuci tangan merupakan hal yang mudah untuk

dilakukan tetapi masih banyak individu yang kurang menerapkan hal tersebut. Untuk meningkatkan derajat kesehatan maka diperlukan upaya promosi kesehatan melalui komunitas sekolah terlebih khusus dalam pengembangan perilaku hidup sehat Tangan yang kelihatan bersih belum cukup untuk mencegah dari penyakit infeksi. Apalagi tangan yang bersentuhan langsung dengan kotoran manusia dan binatang, cairan tubuh, makanan atau minuman yang terkontaminasi saat tidak dicuci dengan sabun dapat memindahkan bakteri, virus, dan parasit kepada orang lain. Mencuci tangan dengan air saja lebih umum dilakukan, tetapi hal ini terbukti tidak efektif dalam menjaga kesehatan dibandingkan dengan CTPS¹⁰.

MASALAH

Mitra dalam kegiatan pengabdian ini adalah Tk Kartika IV-28 Tulungagung. Didapatkan data bahwa anak-anak di Tk Kartika IV-28 Tulungagung belum mengetahui cara cuci tangan yang tepat dan kurangnya pengetahuan mengenai dampak tidak mencuci tangan.

METODE

Program Edukasi Praktek Cuci Tangan Standar *World Health Organization* (WHO) ini bermitra dengan TK Kartika IV-28 Tulungagung. Pelaksanaan kegiatan pada Sabtu, 22 Juni 2024. TK Kartika IV-28 memiliki 68 total murid dengan rentang usia 4-6 tahun yang dikelompokkan sesuai usia menjadi TK A1, A2, B1, B2, & B3. Pelaksanaan kegiatan program edukasi dan praktik mencuci tangan sesuai standar WHO ini dilaksanakan secara offline dan dihadiri oleh 48 murid yang juga didampingi oleh seluruh guru TK Kartika IV-28 Tulungagung.

Pendidikan kesehatan cuci tangan dengan air mengalir menggunakan sabun sangat penting dan bermanfaat bagi anak-anak karena membantu merangsang otak anak untuk mengingat pentingnya menjaga kebersihan tangan dengan cuci tangan pakai sabun dalam melalui harinya, seperti mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, mencuci tangan sebelum dan sesudah BAB/BAK, dsb. Langkah konkret dari usaha ini adalah berupa penyuluhan atau pemberian edukasi (*transfer of knowledge*), pembiasaan yang baik (*good habit*) sejak dini disertai pendampingan atau praktik langsung. Langkah ini adalah sebuah keniscayaan guna menghadang agar kuman, penyakit, dan virus tak makin meluas¹¹. Evaluasi juga dilakukan untuk mengukur tingkat pengetahuan dan efektivitas dari metode yang dipergunakan. Cara yang dipakai adalah berupa pemberian pertanyaan secara lisan dengan model tertutup. Teknisnya responden diberi pertanyaan sebanyak dua kali yakni sebelum dan sesudah penyuluhan berlangsung seputar pengetahuan tentang tata cara mencuci tangan sebagaimana standar WHO. Dari sinilah dapat disimpulkan apakah edukasi ini memiliki dampak signifikan atau tidak.

Pada proses edukasi dan praktik, peserta yang terdiri dari para anak - anak TK ini akan dituntun untuk mempraktikkan 6 (enam) langkah cuci tangan yang baik dan benar menurut WHO. Langkah dimaksud adalah pertama telapak tangan digosok dengan sabun, kedua menggosok punggung telapak tangan secara bergantian kanan dan kiri, ketiga gosok sela - sela jari jemari juga dengan sabun, keempat ujung jari dicuci dengan posisi mengunci, kelima memutar ibu jari secara bergantian, dan yang keenam adalah meletakkan semua ujung jari pada telapak tangan secara bergantian dan bersihkan dengan digosok secara memutar menggunakan air mengalir.

Adapun prosedur pelaksanaan edukasi kesehatan cuci tangan dijelaskan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 1 Prosedur Pelaksanaan Edukasi Kesehatan Cuci Tangan

No	Jenis Metode	Prosedur
1	Perencanaan	a. Koordinasi b. Pembagian Tugas c. Penentuan Sasaran
2	Pelaksanaan	a. Pemateri menjelaskan tentang pengertian cuci tangan kepada peserta b. Pemateri menjelaskan tentang tujuan cuci tangan kepada peserta c. Pemateri menjelaskan tentang manfaat mencuci tangan kepada peserta d. Pemateri menjelaskan tentang waktu mencuci tangan kepada peserta e. Pemateri menjelaskan tentang dampak ketika tidak mencuci tangan kepada peserta f. Pemateri mempraktikkan dan menjelaskan tentang tahapan mencuci tangan kepada peserta g. Pemateri memberi kesempatan kepada peserta untuk bertanya
3	Evaluasi	a. Pemateri menanyakan kepada peserta tentang materi yang telah diberikan b. Pemberian hadiah dari pemateri kepada anak - anak yang dapat menjawab pertanyaan
4	Terminasi	a. Pemateri mengucapkan terimakasih atas peran serta peserta. b. Pemateri mengucapkan salam penutup

HASIL DAN PEMBAHASAN

Edukasi ini dilakukan di TK Kartika IV-28 Tulungagung. TK ini terbagi dalam lima kelas yaitu yang terdiri dari kelas A1, A2, B1, B2, dan B3. Pada edukasi ini kami memilih semua kelas sebagai responden berjumlah 49 responden.

Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin di TK Kartika IV-28 Tulungagung

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase (%)
Laki – Laki	24	48,97
Perempuan	25	51,03
Jumlah	49	100

Berdasarkan Tabel 2 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 24 anak (48,97 %) dan yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 25 anak (51,03 %).

Tabel 3. Distribusi responden berdasarkan pemahaman dan kebiasaan mencuci tangan

Kebiasaan	Frekuensi	Presentase (%)
Kebiasaan baik	20	40,82
Kebiasaan tidak baik	29	59,18
Jumlah	49	100

Berdasarkan Tabel 3 di atas dapat diketahui bahwa pola mencuci tangan yang bersih dan benar hanya 20 anak (40,82 %), sebaliknya dengan kebiasaan tidak baik sebanyak 29 anak (59,18 %).

Dari data di atas, dapat diketahui bahwa sebagian besar anak - anak di TK Kartika IV – 28 Tulungagung belum mengetahui tata cara mencuci tangan sebagaimana tata aturan Badan Kesehatan Dunia (WHO), juga dapat juga dipahami bahwa anak - anak usia ini belum mengetahui pentingnya cuci tangan dan kebiasaan senang cuci tangan pakai sabun dengan 6 (enam) langkah sebagaimana telah di jelaskan di awal.

Juga dari tabel di atas dapat diketahui bahwa kebiasaan mencuci tangan sudah menjadi tradisi atau kebiasaan di kalangan anak - anak usia dini, namun problemnya ada pada kebiasaan yang baik atau *good habit* ini belum sesuai tata kesehatan, jika ini tidak diberikan edukasi, maka akan menjadi kebiasaan yang kurang baik yakni hanya gemar cuci tangan akan tetapi tidak sesuai standar kesehatan, dan sangat mungkin setelah cuci tangan, kuman masih menempel.



Gambar 1. Kegiatan Edukasi Kesehatan di TK Kartika IV-28 Tulungagung

Pembiasaan cuci tangan sesuai standar kesehatan sesungguhnya dapat dilakukan dengan berbagai langkah. Selain melalui pembelajaran di sekolah oleh guru, juga dapat dilakukan oleh orang tua saat anak – anak sudah di rumah. Peran orang tua sangat penting, karena orang tua adalah sekolah juga bagi anak – anak jika mereka sudah sampai di rumah. Karena orang tua adalah laksana sekolah, maka orang tua dapat juga melaksanakan *transfer of knowledge* (menyampaikan pengetahuan) selain tentu saja *transfer of value* (suri teladan yang baik). Dari konsep ini orang tua amatlah memiliki peran yang sangat penting juga dalam memberikan pembelajaran sekaligus praktik menjaga kebersihan tangan sesuai langkah-langkah kesehatan. Selain itu, mereka juga memiliki peran penting dalam kehidupan kesehatan berupa bersih tangan dari bibit penyakit yang sehat dan benar di keluarga sejak dini.

Tabel 4. Edukasi dan praktik responden setelah dilakukan edukasi kesehatan

Edukasi dan Praktik	Frekuensi	Presentase (%)
Paham	30	61,23
Tidak Paham	19	38,77
Jumlah	49	100

Berdasarkan Tabel 4 di atas dapat diketahui bahwa sebelum dilakukannya penyampaian materi terdapat 59,18% anak yang belum mengetahui cara mencuci tangan sesuai protokol *World Health Organization (WHO)*, maka setelah dilakukan edukasi dengan media poster pembelajaran tata cara cuci tangan sesuai standar serta praktik maka

mengalami peningkatan yang cukup signifikan yakni sebanyak 61,23% anak telah mengetahui dan dapat mempraktikkan teknis mencuci tangan sesuai tata aturan yang benar. Hal ini sejalan dengan Pratiwi (2023) tentang “The effect of counseling on hemoglobin on the knowledge of Islamic boarding school students” jika terjadi peningkatan pengetahuan setelah mendapat penyuluhan¹².

Kenaikan persentase pengetahuan anak-anak ini dapat disebabkan oleh media poster yang digunakan dalam penyuluhan ini. Yakni dengan praktik sambil bernyanyi. Variasi inilah yang menjadi faktor meningkatnya pemahaman terhadap materi mencuci tangan ini. Dari tabel 3 di atas juga dapat dijelaskan bahwa pembiasaan berperilaku sehat dengan mencuci tangan pada anak usia dini tampaknya menjadi pekerjaan rumah semua pihak utamanya orang tua, cara paling efektif adalah dengan mempraktikkan langsung di rumah dengan air mengalir.

Departemen Kesehatan RI (2007) menyatakan bahwa anak-anak usia dini, baik di tingkat pra-sekolah (TK) maupun sekolah dasar (SD/MI), menjadi sasaran utama dalam penerapan hidup sehat. Hal ini dikarenakan anak-anak pada usia ini cenderung sangat aktif, sering berkumpul dan bermain bersama, dan terkadang kurang memperhatikan kebersihan diri, khususnya dalam hal mencuci tangan. Kondisi ini membuat mereka rentan terhadap penyakit. Oleh karena itu, pembiasaan pola hidup sehat harus terus diperkuat sejak usia dini, termasuk praktik mencuci tangan dengan sabun, memotong kuku, dan menjaga kebersihan lingkungan sekitar¹³.

KESIMPULAN

Sebagian besar anak-anak usia dini khususnya di TK Kartika IV-28 Tulungagung belum berperilaku benar dan sehat dalam mencuci tangan yakni sebesar (59,18%), dan hanya (40,82%) yang sesuai dengan standar kesehatan. Setelah dilakukan skenario langkah edukasi berupa ceramah dengan media poster pembelajaran dan praktik, diperoleh peningkatan sebesar (61,23%) anak telah paham cara mencuci tangan dengan benar. Pentingnya pembiasaan menjaga kebersihan dan kesehatan fisik dengan salah satunya rutin cuci tangan dengan sabun dan air mengalir ini harus menjadi tanggung jawab bersama, baik sekolah dan juga orang tua. Diharapkan juga peran orang tua untuk memberikan pemahaman tentang perilaku hidup bersih dan sehat dengan mengajarkan anak bagaimana cara mencuci tangan yang baik dan benar

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam edukasi kesehatan cuci tangan ini sehingga kegiatan ini berjalan dengan baik, lancar dan tanpa ada halangan. Semoga kesadaran tentang pentingnya cuci tangan terus meningkat dan memberikan dampak positif bagi kesehatan kita semua

REFERENSI

1. Ashari, A. E. (2020). Peningkatan Pengetahuan, Sikap Dan Praktik Cuci. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 10(1): 11–18.
2. Mufida, N. &. (2022). The Effect Of Hand Hygiene Intervention On The Knowledge And Skills. *MedRxiv*
3. Suhandayati, E., Hermawati, A. H., Hariyanto, H., & Cahyariza, N. I. . (2024). Gambaran Profil Salmonella Sp. Pada Getuk. *Borneo Journal of Medical Laboratory Technology*, 6(2), 547 –. <https://doi.org/10.33084/bjmlt.v6i2.5996>
4. Hermawati, Andyanita Hanif. 2016. *Aktivitas Kombinasi Madu Mangga dan Susu Probiotik sebagai Antibakteri Terhadap Staphylococcus aureus ATCC 6538 dan Escherichia coli ATCC 8739*. Tesis. Surabaya: Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga Surabaya
5. Andin, A. H. (2021). Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat di masa pandemi. *Early Childhood: Jurnal Pendidikan*, 5(1), 78-88.

6. Maulidia, A. &. (2020). Peran edukasi orang tua terhadap PHBS AUD selama masa pandemi covid-19. *Musamus Journal of Primary Education*, 3 (1), 35 - 44.
7. Rukiat, R. &. (2021). Perubahan Kebiasaan Masyarakat pada Masa Pandemi Covid-19 di Pamijahan. *Jurnal Bimbingan & Konseling Keluarga*, 3(1), 17-32.
8. Yeshitila, Y. Z. (2020). Prevalence and Associated Risk Factors of Intestinal Parasites among Schoolchildren from Two Primary Schools in Rama. *Canadian Journal of Infectious Diseases and Medical Microbiology*.
9. Octa, A. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Perilaku Cuci Tangan pada Masyarakat Kelurahan. *Jurnal Promkes*, 7 (1), 1.
10. Kemenkes, RI. (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2014 Tentang Sanitasi Total Berbasis Masyarakat*. Jakarta.
11. Tsinallah Nur, dkk. 2022. Peningkatan pengetahuan anak usia dini terhadap perilaku cuci tangan dengan penerapan media modern. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LP UMJ*.
12. Pratiwi, C. D., Hermawati, A. H., & Cahyariza, N. I. (2023). The effect of counseling on hemoglobin on the knowledge of Islamic boarding school students. *Journal of Community Service and Empowerment*, 4(3), 623–628. <https://doi.org/10.22219/jcse.v4i3.28242>
13. Departemen Kesehatan RI. (2007). *Panduan Promosi Kesehatan di Sekolah*. Jakarta: Depkes RI