

MENANAMKAN KEBIASAAN CUCI TANGAN PAKAI SABUN PADA ANAK USIA DINI

IMPLEMENTING THE HABIT OF WASHING HANDS WITH SOAP IN EARLY CHILDREN

Novena Adi Yuhara¹

*Universitas Kristen Immanuel; Jalan Solo Km. 11,1 Kalasan Sleman, (0274) 496256
novena@ukrimuniversity.ac.id, 082221303064*

ABSTRAK

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menerapkan metode pembelajaran yang menyenangkan (fun learning) berbasis pengalaman dengan cara penyuluhan dan praktek yang dikemas dalam bentuk dongeng yang diperagakan, kemudian memperagakan aksi cuci tangan dengan baik dan benar, lalu praktek bersama dalam cuci tangan pakai sabun, dan menceritakan kembali pengalaman yang dirasakan oleh anak-anak. Sebanyak 24 anak dapat melakukan CTPS dengan baik dan benar dari semula hanya 2 anak yang dapat melakukannya sehingga terjadi peningkatan sebesar 12 kali lipat setelah dilakukan penyuluhan cuci tangan pakai sabun dengan baik dan benar. Kegiatan ini bertujuan agar anak usia dini dapat mempraktekkan cuci tangan pakai sabun hingga menjadi kebiasaan yang baik, sehingga dapat menjadi generasi yang menerapkan pola hidup bersih dan sehat.

Kata kunci: *anak usia dini, cuci tangan pakai sabun*

ABSTRACT

This community service activity applies an experience-based fun learning method by practice which is packaged in the form of a modeled fairy tale, then demonstrates the actions of washing hands properly, then practice together in washing hands with soap, and retelling the experience by children. There was 24 children could wash their hand, so there was a 12-fold increase after counseling on washing hands with soap properly and correctly. This activity aims to enable early childhood to practice washing their hands with soap to become a good habit, so that they can become a generation that applies a clean and healthy lifestyle.

Keywords: *early childhood, hand washing with soap*

PENDAHULUAN

Berbagai masalah kesehatan yang dialami anak-anak pada usia dini yaitu infeksi saluran pernapasan atas (ISPA) (Nasution et al., 2016), rhinitis alergi, infeksi telinga, radang tenggorokan, dan penyakit kulit. Anak usia dini dibawah 5 tahun merupakan kelompok rentan berbagai penyakit yang diakibatkan karena sistem kekebalan tubuh yang belum sempurna. Anak yang mengalami sakit dapat mengalami penurunan kenyamanan dalam aktivitas sehari-hari. Penurunan kenyamanan tersebut membutuhkan penanganan untuk memperbaiki dan meringankan gejala yang timbul. Oleh sebab itu pentingnya melakukan upaya untuk mencegah timbulnya penyakit. Salah satu upaya yang dapat dilakukan dalam mencegah suatu penyakit adalah dengan menerapkan pola hidup yang sehat, salah satunya adalah dengan mencuci tangan pakai sabun (CTPS) dan air mengalir. Terdapat tiga faktor yang mempengaruhi perilaku cuci tangan pakai sabun (CTPS) pada masyarakat, yaitu faktor pendorong, faktor pemungkin, dan faktor penguat (Andre et al., 2020). Ketiga faktor tersebut dapat direalisasikan melalui promosi yang berkelanjutan seperti penyuluhan cara hidup bersih dan sehat, salah satunya kegiatan CTPS kepada masyarakat terutama pada anak usia dini sehingga mereka dapat

menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari dan menjadikan sebagai kebiasaan yang baik.

Mencuci tangan dengan sabun merupakan upaya pencegahan sebagai perlindungan tubuh dari berbagai penyakit yang sifatnya menular. Proporsi perilaku cuci tangan dengan benar pada penduduk ≥ 10 tahun meningkat dari 47% berdasarkan hasil riskesdas 2013 menjadi 49.8% berdasarkan hasil riskesdas 2018 (Riskesdas, 2013). Mencuci tangan dengan sabun dapat dilakukan ketika selesai BAB dan BAK, sebelum makan dan mengolah makanan, setelah melakukan kegiatan contohnya bermain, dan setelah batuk atau bersin. Ketidakkebiasaan mencuci tangan dengan sabun dan tidak dilakukan cara cuci tangan yang tidak mengakibatkan kuman masih tertinggal pada permukaan telapak tangan sehingga harus ditinggalkan dan dilakukan perubahan menjadi yang lebih baik sesuai standar prosedur melakukan cuci tangan menggunakan sabun ("Kementerian Kesehatan Republik Indonesia," 2014).

Oleh karena pentingnya pembentukan kebiasaan cuci tangan pakai sabun pada anak usia dini maka pelaksana melakukan pengabdian masyarakat dengan melakukan penyuluhan dan pendampingan tindakan cuci tangan pakai sabun melalui kegiatan yang menyenangkan. Anak usia dini memiliki karakteristik selalu aktif bergerak dan menjadikan dunia bermain sebagai proses belajar (Rahman, 2009). Kegiatan pengabdian

ini meliputi mendengarkan cerita (*story telling*) dan praktek cuci tangan pakai sabun dengan baik dan benar. Hal ini dilakukan agar anak usia dini tertarik dan terdorong untuk melakukan tindakan cuci tangan pakai sabun dengan hati yang senang, disamping mengetahui cara mencuci tangan yang benar, Kegiatan ini bertujuan dapat menjadi kebiasaan baik yang tertanam sejak dini sehingga dikemudian hari dapat menjadi generasi agen perubahan dalam menjalankan pola hidup bersih dan sehat.

METODE

Kegiatan ini menerapkan metode pembelajaran yang menyenangkan (*fun learning*) dengan cara penyuluhan yang dikemas dalam bentuk dongeng yang diperagakan, kemudian memperagakan aksi cuci tangan dengan baik dan benar, lalu praktek bersama dalam cuci tangan pakai sabun, dan menceritakan kembali pengalaman yang dirasakan oleh anak-anak. Kegiatan ini dilakukan pada 19 Januari 2021 yang melibatkan kelompok bermain TK Pangudi Luhur Yogyakarta. Peserta terdiri dari 26 anak usia dini bertempat di Kampung Flory Yogyakarta.

Proses penyuluhan dengan cara memperagakan suatu keluarga boneka yang

diperagakan dengan tangan, dengan rutinitas suatu keluarga kecil dalam satu hari. Boneka tangan memulai aktivitas dari bangun pagi hingga kembali tidur dan menerapkan kegiatan rajin cuci tangan dengan sabun. Kegiatan yang memerlukan cuci tangan yaitu saat “ibu tangan” mengolah dan menyiapkan makanan, sebelum dan sesudah “keluarga tangan” menyantap makanan, setelah buang air, setelah memberi makan peliharaan, setelah membuang sampah, setelah berkebun dan membersihkan rumah, serta setelah selesai bermain.

Pada proses penyuluhan dan praktik, peserta yang terdiri dari para anak-anak TK ini akan dituntun untuk mempraktekkan 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 mensela-selai jari jemari juga dengan sabun, keempat ujung jari dicuci dengan bersih, kelima menggosok dan memutar ibu jari secara bergantian, dan yang keenam adalah letakkan semua ujung jari pada telapak tangan dan bersihkan dengan digosok secara perlahan menggunakan air mengalir. Kegiatan cuci tangan dengan sabun dilakukan berulang sebanyak 6 kali

agar anak-anak mudah memahami langkah-langkah tersebut sembari mempraktekkan.

Mengukur tingkat pengetahuan dan efektivitas dari metode yang digunakan dilakukan dengan melakukan tanya jawab yang dilakukan secara lisan dengan cara menceritakan kembali proses dan waktu yang tepat untuk cuci tangan serta bagian apa yang menarik bagi anak-anak untuk memunculkan antusiasme anak-anak dalam menjawab pertanyaan lalu diakhiri dengan praktek langsung dengan mencuci tangan pakai sabun dan air mengalir, lalu mengeringkan dengan kertas tisu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat cuci tangan pakai sabun pada anak usia dini menghasilkan beberapa output selama proses edukasi, diantaranya:

1. Proses Dongeng yang Diperagakan.

Penyuluhan merupakan metode yang banyak digunakan untuk meningkatkan pengetahuan. Sebanyak 26 anak yang terdiri dari 12 anak laki-laki dan 14 anak perempuan antusias untuk menonton dan mendengarkan dongeng yang diperagakan. Antusiasme anak-anak ditunjukkan dengan anak-anak memperhatikan, bergerak mendekati sumber pembicara/pendongeng,

dan tidak melakukan kegiatan yang tidak ada hubungannya dengan kegiatan penyuluhan. Data peserta yang mengikuti kegiatan dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Sebaran Jumlah Peserta

Jenis Kelamin	Jumlah
Laki-laki	12
Perempuan	14
Total	26

Pada tiap 6 peragaan cuci tangan dilakukan, anak-anak ikut melakukan langkah demi langkah yang disampaikan. Sebanyak 24 anak menyatakan sudah pernah tahu cara cusi tangan yang baik dan benar dan sebanyak 2 anak yang dapat memperagakannya sebelum dilakukan penyuluhan. Pada peragaan pertama masih banyak yang belum paham, namun seiring waktu peragaan dan dilakukan secara berulang, tingkat pemahaman anak meningkat yang ditunjukkan dengan berkurangnya kesalahan dalam memperagakan proses cuci tangan yang dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Tingkat Pemahaman Peserta

Peragaan ke-	Tingkat pemahaman (n=26)	Persentase (%)
1	4	15.38
2	13	50.00
3	14	53.84
4	20	76.92
5	26	100
6	26	100

2. Proses Praktek Cuci Tangan Pakai Sabun

Anak-anak memperagakan gerakan yang telah diajarkan dan diaplikasikan tepat sebelum makan, sehingga anak-anak mengetahui penyebab harus mencuci tangan pakai sabun dan air mengalir. Hal ini dilakukan dan dipraktekkan sehingga tumbuh pengetahuan dan meningkatkan daya ungkit di kemudian hari akan pembiasaan waktu yang tepat dalam cuci tangan dengan sabun yaitu saat selesai bermain dan sebelum makan.

Proses cuci tangan dilakukan oleh semua anak dengan menerapkan langkah cuci tangan dengan baik dan benar secara bergantian.

3. Menceritakan Kembali dan Menceritakan Hal yang Menarik

Setelah anak-anak selesai makan, anak-anak dikumpulkan kembali dan diajak berdiskusi dengan menceritakan kembali

proses yang telah dilakukan dalam mencuci tangan secara bergantian. Sebanyak 24 anak dapat memperagakan dengan benar setelah dilakukan penyuluhan, sehingga terjadi peningkatan pemahaman 12 kali lipat disbanding sebelum dilakukan penyuluhan, yaitu sebanyak 2 anak. Sedangkan 2 anak lainnya masih dalam bimbingan dan instruksi.

Dari 2 anak yang sebelumnya sudah dapat mempraktekan dengan benar tersebut diketahui telah mempraktekkan dalam kegiatan rutin mencuci tangan baik di rumah maupun di tempat umum. Diharapkan kegiatan ini tidak hanya berhenti saat acara saja namun anak-anak dapat mempraktekkan secara terus-menerus hingga menjadi kebiasaan yang baik.

Upaya yang dilakukan sebagai pengingat pentingnya cuci tangan pakai sabun, anak-anak diberikan gantungan kunci berbentuk kuman yang dapat dibawa kemana-mana sebagai pengingat dengan harapan anak-anak dapat mengambil suatu pembelajaran bahwa kuman ada dimana-mana, sehingga perlunya rajin mencuci tangan dengan sabun di waktu yang tepat. Dokumentasi pelaksanaan kegiatan dapat dilihat pada gambar 1 dan gambar 2.



Gambar 1. Proses Dongeng yang Dipertunjukkan



Gambar 2. Wastafel Tempat Cuci Tangan Pakai Sabun

KESIMPULAN DAN SARAN

Sebanyak 26 anak yang terdiri dari 14 laki-laki dan 16 perempuan mengikuti penyuluhan mencuci tangan pakai sabun (CTPS) dengan baik dan benar. Sebanyak 2 anak sudah dapat melakukan CTPS dengan baik dan benar sebelum dilakukan penyuluhan dan sebanyak 24 anak dapat melakukan CTPS dengan baik dan benar sehingga terjadi peningkatan sebesar 12 kali lipat dari sebelum penyuluhan dan 2 anak

lainnya masih membutuhkan bimbingan. Kegiatan ini diharapkan dapat dipraktikkan secara terus-menerus hingga menjadi kebiasaan yang baik, sehingga dapat menjadi generasi yang menerapkan pola hidup bersih dan sehat salah satunya dengan kegiatan cuci tangan pakai sabun dan air mengalir.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada pihak-pihak yang membantu pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yaitu orang tua/wali murid dan dukungan guru kelas TK A1 TK Pangudi Luhur Yogyakarta.

DAFTAR PUSTAKA

- Andre, A., Listiono, H., Sutriyati, S., 2020. Determinan Perilaku Penduduk tentang Higiene dan Sanitasi dalam Menerapkan Cuci Tangan. *Babul Ilmi Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan* 12. <https://doi.org/10.36729/bi.v12i2.489>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia [WWW Document], 2014. URL <https://www.kemkes.go.id/article/view/201410220001/hari-cuci-tangan-sedunia-2014-tangan-bersih-generasi-sehat.html> (accessed 5.7.21).
- Nasution, K., Sjahrullah, M.A.R., Brohet, K.E., Wibisana, K.A., Yassien, M.R., Ishak, L.M., Pratiwi, L., Wawolumaja, C., Endyarni, B.,

2016. Infeksi Saluran Napas Akut pada Balita di Daerah Urban Jakarta. *Sari Pediatri* 11, 223–8. <https://doi.org/10.14238/sp11.4.2009.223-8>

Rahman, U., 2009. Karakteristik Perkembangan Anak Usia Dini.

Lentera Pendidikan : Jurnal Ilmu Tarbiyah dan Keguruan 12, 46–57.
Risksedas, 2013. Perilaku Cuci Tangan Makin Baik.