

HIDUP SEHAT, BEBAS KUMAN DENGAN GERAKAN MENCUCI TANGAN PADA ANAK SDK TES DESA NAPAN

(*Healthy, Germ-Free Living With Hand Washing Movements In Children Of SDK Test Napan Village*)

Elisabet Tangkonda¹, Eugenia Ravasia Anjali Yasinta Weakalla²

¹Departemen Ilmu Penyakit Hewan dan Kesehatan Masyarakat Veteriner, Program Studi Kedokteran Hewan, Fakultas Kedokteran dan Kedokteran Hewan, Universitas Nusa Cendana, Kota Kupang, Nusa Tenggara Timur – Indonesia

²Program Studi Kedokteran Hewan, Fakultas Kedokteran dan Kedokteran Hewan, Universitas Nusa Cendana, Kota Kupang, Nusa Tenggara Timur - Indonesia

*Korespondensi: enjiwea96@gmail.com

ABSTRAK. Kesehatan adalah kunci kebahagiaan dalam kehidupan manusia. Kebersihan tangan melalui kebiasaan mencuci tangan menjadi salah satu langkah efektif untuk mencegah penyebaran kuman. Anak Sekolah Dasar menjadi sasaran utama yang rentan terhadap penyebaran kuman dan penyakit. Gerakan mencuci tangan yang dilakukan di Sekolah Dasar Katolik Tes Desa Napan bertujuan untuk memberikan edukasi mengenai langkah-langkah mencuci tangan yang baik dan benar. Dengan dilakukannya kegiatan ini, anak-anak diberikan edukasi tentang pentingnya mencuci tangan dan diajak untuk mengenal langkah-langkah mencuci tangan yang tepat. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan anak-anak melalui gerakan kebiasaan mencuci tangan secara teratur dan benar. Oleh karena itu, peran dari guru, orang tua serta fasilitas sanitasi yang memadai dari sekolah juga menjadi faktor penunjang kesuksesan gerakan ini sehingga anak-anak menjadi lebih sehat dan bebas dari kuman.

Kata kunci: mencuci tangan; sekolah dasar, siswa

ABSTRACT. Health is the key to happiness in human life. Hand hygiene through the habit of washing hands is one of the effective steps to prevent the spread of germs. Elementary school children are the main population who are vulnerable to the spread of germs and diseases. The handwashing movement carried out at the Napan Village Test SDK aims to provide education on good and correct handwashing steps. Through this movement, children are given education about the importance of washing hands and are invited to know the proper steps to wash their hands. The activity result showed that the children were aware of the impact given through the movement of the habit of washing their hands regularly and correctly. Therefore, the role of teachers, parents, and adequate sanitation facilities in schools are also supporting factors for the success of this movement so that children become healthier and free from germs.

Keywords: handwashing; elementary school, student

PENDAHULUAN

Kebiasaan hidup sehat dan bersih hakekatnya merupakan suatu upaya keberlanjutan dari pengalaman tentang pola hidup sehat dari perorangan, kelompok maupun masyarakat melalui berbagai media informasi salah satunya yaitu sosialisasi atau materi edukasi yang bertujuan menambah wawasan dan peningkatan sikap dan perilaku terkait cara hidup yang sehat dan bersih (Departemen Kesehatan RI, 2005).

Berbagai gangguan kesehatan seperti

diare, infeksi kulit, gangguan pada kesehatan gigi dan mulut dapat timbul karena tidak terpeliharanya kebersihan perorangan dengan baik. Penularan kuman dan penyakit tersebut ditularkan lewat tangan yang kotor karena tangan adalah sarana utama pembawa kuman dan penyakit. Menurut data penelitian *World Health Organization* (2017), 100 ribu anak di Indonesia meninggal setiap tahunnya karena diare. Riskedas (2018), menyebutkan bahwa diare termasuk salah satu penyebab utama kematian terbanyak pada anak-anak. Hal ini menunjukkan bahwa anak-anak rentan terhadap

bakteri dan penyakit yang masuk ke mulut melalui tangan yang terkontaminasi oleh kotoran akibat dari tidak mencuci tangan (Rosyidah, 2014).

Kurangnya pengetahuan dan kesadaran pada anak-anak akan pentingnya kebiasaan mencuci tangan yang baik dan benar sebelum dan sesudah beraktivitas juga menjadi faktor utama yang dapat memicu kuman dan penyakit yang berdampak pada kesehatan dan aktifitas anak. Kegiatan mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir merupakan salah satu cara yang paling efektif dan terbukti mencegah berbagai kuman dan penyakit menular (Situmeang *et al.* 2024).

Berdasarkan riset awal di Sekolah Dasar Katolik Tes Desa Napan terlihat masih minimnya pengetahuan anak-anak terkait kebiasaan mencuci tangan sebelum dan setelah melakukan aktifitas di sekolah. Kemudian kurangnya pengetahuan anak-anak untuk mencuci tangan menggunakan sabun ketika beraktivitas (Rahayuningrum & Irman, 2020).

Oleh karena itu, gerakan mencuci tangan menggunakan sabun menjadi salah satu upaya yang dilakukan untuk mengajak anak-anak lebih peduli terhadap kesehatan dengan menjaga kebersihan tangan melalui penerapan mencuci tangan dengan sabun agar terbebas dari kuman (Anggraini & Sari, 2020).

METODE

Kegiatan ini dilaksanakan di Sekolah Dasar Katolik Tes Desa Napan, Kecamatan Bikomi Utara, Kabupaten Timor Tengah Utara, Nusa Tenggara Timur pada bulan Agustus tahun 2024. Sebanyak 30 orang anak terlibat dalam kegiatan sosialisasi mengenai gerakan mencuci tangan dengan langkah-langkah yang tepat. Anak-anak yang terlibat dalam kegiatan ini berada pada rentang usia 8-9 tahun yang duduk di bangku kelas tiga sekolah dasar. Metode yang digunakan berupa demonstrasi, ceramah dan diskusi dengan isi materi berupa edukasi terkait definisi, tujuan dan waktu, teknik dan langkah mencuci tangan yang benar. Pada akhir kegiatan dilakukan evaluasi dengan cara menilai kemampuan siswa tentang langkah-langkah cuci tangan

yang benar. Kegiatan sosialisasi yang dilakukan ini melibatkan mahasiswa dan mahasiswi Kuliah Kerja Nyata Tematik (KKNT) Program Studi Kedokteran Hewan Universitas Nusa Cendana.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Tahapan Persiapan

Tahap persiapan meliputi kegiatan perencanaan dan persiapan materi sosialisasi mengenai langkah-langkah mencuci tangan serta survei lokasi kegiatan yakni SDK Tes Desa Napan.

2. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan terdiri dari beberapa kegiatan, yaitu:

a. Pembukaan

Tahap ini terdiri dari perkenalan diri, penjelasan tujuan, materi dari sosialisasi yang akan diberikan. Kemudian dilakukan *pre test* selama 25 menit untuk mengulas kembali pemahaman anak-anak tentang materi yang diberikan yaitu definisi, tujuan dan waktu, teknik dan langkah mencuci tangan yang benar.

b. Pelaksanaan Sosialisasi

Para siswa terlebih dahulu diajak bermain sebuah permainan bersama selama 15 menit guna meningkatkan rasa semangat dan antusias. Setelah itu, para siswa diberikan beberapa pertanyaan pembuka terkait pengetahuan dasar dan langkah-langkah mencuci tangan dimana pada akhir sesi diberikan hadiah sebagai reward bagi siswa yang mampu menjawab pertanyaan dengan benar. Diskusi dan demonstrasi mengenai teknik dan dampak mencuci tangan yang baik dan benar dilakukan secara bersama-sama dengan melibatkan para siswa dan mahasiswa KKN yang kemudian dilanjutkan dengan sesi tanya jawab. Saat diskusi bersama terkait materi, dilakukan juga demonstrasi langkah-langkah mencuci tangan serta dampak yang diterima akibat tidak mencuci tangan

dan dilakukan sesi tanya jawab.

Akhir tahap pelaksanaan, para siswa diajak beraktifitas di luar kelas untuk melakukan penerapan cara mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir. Berdasarkan hasil observasi, ditemukan masih banyaknya anak-anak yang belum mengetahui urutan cara mencuci tangan yang tepat sehingga dengan sosialisasi dan demonstrasi ini anak-anak menjadi lebih paham dengan urutan mencuci tangan yang benar (Rindafit, 2015).

c. Tahap Penutupan

Tahap penutupan, pertanyaan-pertanyaan yang diberikan oleh siswa-siswi sudah terjawabkan dan aktivitas mencuci tangan telah selesai dilakukan. Acara sosialisasi berakhir dengan baik sesuai harapan tepat pukul 10.00 Wita.

d. Tahap Evaluasi

Kegiatan sosialisasi gerakan mencuci tangan di Sekolah Dasar Katolik Tes Desa Napan berjalan dengan lancar. Kegiatan ini didukung dengan adanya pre test dan post test dari mahasiswa. Pre test yang diberikan berupa penjelasan terkait teknik dan langkah mencuci tangan yang benar kepada siswa. Sebagian siswa yang hadir memiliki pengetahuan cukup baik tentang teknik dan langkah mencuci tangan yang tepat yang terlihat dari respon siswa yang cukup baik. Ini berarti tidak semua siswa memiliki pengetahuan tentang hal tersebut. Adanya peningkatan pengetahuan siswa dilihat dari hasil post test yang diberikan dimana semua siswa mampu menjawab dan menerapkan teknik dan langkah mencuci tangan yang benar.

Adanya kegiatan ini, diharapkan para siswa memiliki pengetahuan tentang langkah-langkah

mencuci tangan yang benar dan pihak sekolah dapat memfasilitasi sarana sanitasi bagi sekolah. Tim sosialisasi memberikan cendera mata bagi pihak sekolah berupa sabun cuci tangan dan poster langkah mencuci tangan yang benar sebagai bentuk dukungan bagi sekolah agar dapat digunakan dan dipelajari oleh siswa- siswi di sana.



Gambar 1. Penyampaian materi dan diskusi



Gambar 2. Demonstrasi mencuci tangan yang baik

SIMPULAN

Kegiatan sosialisasi gerakan mencuci tangan ini sukses dilakukan di Sekolah Dasar Katolik Tes Desa Napan pada tanggal 1 Agustus 2022 mulai dari tahapan persiapan hingga tahapan evaluasi. Kegiatan ini sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan anak tentang langkah-langkah mencuci tangan yang tepat. Anak-anak dikenalkan dengan langkah-langkah mencuci tangan yang baik dan benar.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, D. D., & Sari, M. H. N. (2020). Gerakan Masyarakat Hidup Sehat Mencuci Tangan Sebagai Upaya untuk Menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Sejak Dini di Kabupaten Blora. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Al-Irsyad (JPMA)*, 2(1), 20-32.
- Departemen Kesehatan RI. 2005. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Indonesia. Jakarta.
- Purwandari, A., Ardiana, A., & Wantiyah. (2013). Hubungan Antara Perilaku Mencuci Tangan dengan Insiden Diare pada Anak Usia Sekolah di Kabupaten Jember. *Jurnal Keperawatan* 4 (2). <https://doi.org/10.22219/jk.v4i2.2362>
- Rahayuningrum, D. C., & Irman, V. (2020). Gerakan Penerapan Cuci Tangan Menggunakan Sabun pada Murid Sekolah Dasar. *Jurnal Abdimas Saintika*, 2(2), 10-15. <http://dx.doi.org/10.30633/jas.v2i2.804>
- Rindafit. (2015). Efektifitas Pendidikan Kesehatan terhadap Praktik Cuci Tangan pada Anak Prasekolah di PAUD Darunnajah Tamansari Wuluhan Jember.
- Rosyidah. (2014). Hubungan perilaku cuci tangan terhadap kejadian diare. Artikel.
- Situmeang, I. R, Tobing J., Simanjuntak, M., Tobing, P., Hutagalung, S.B. (2024). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). *Ikra-Ith Abdimas* 8(2):240–243