

**EDUKASI CUCI TANGAN 6 LANGKAH UNTUK MENINGKATKAN
KEBERSIHAN TANGAN PADA ANAK-ANAK DESA JANJI MAULI MT
KECAMATAN ANGKOLA MUARATAIS KABUPATEN TAPANULI SELATAN**

Syifa Salsabilah¹, Siti Husnain², Junaidi³, Suci Olanpiya Siregar⁴, Hotnia Harahap⁵, Az'zlan
Azhar Suhada⁶, Yuliani Hasibuan⁷

^{1,2,3,4,5,6,7}Universitas Aufa Royhan Kota Padang sidempuan

Syifassbl03@gmail.com ahmadjunaidinasution04082004@gmail.com azzlanazhar@gmail.com

sitihusnaini70@gmail.com Harahapnia989@gmail.com suciolanvia@mail.com

yuliahasibuan10@gmail.com

ABSTRAK

Mencuci tangan merupakan langkah sederhana namun penting dalam menjaga kesehatan dengan mempraktikkan kebiasaan mencuci tangan yang baik dalam kehidupan sehari-hari. Menurut WHO, ada enam langkah mencuci tangan yang benar. Waktu mencuci tangan yang disarankan adalah 30-60 detik. Sebaiknya selalu mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, menggunakan toilet, bermain, serta sebelum dan sesudah beraktivitas. Penyampaian materi edukasi dilakukan dengan metode ceramah dan demonstrasi sehingga penyampaian materi lebih informatif, materi menjadi lebih mudah dipahami, tidak membosankan, suasana penyampaian edukasi menjadi interaktif dan menyenangkan. Anak banyak menghabiskan waktunya di sekolah. Dimana anak bisa belajar menimba ilmu serta berinteraksi dengan teman sebaya dan aneka ragam kegiatan bersama warga lingkungan sekolah yang lainnya. Jika sekolah tidak dikelola dengan baik, dapat menimbulkan risiko penularan penyakit. Anak usia sekolah juga merupakan masa dimana mereka lebih rentan terhadap penyakit. Anak yang tidak mencuci tangan dengan sabun dapat tertular kuman di tangannya sehingga dapat menimbulkan penyakit seperti ISPA, COVID-19, diare, dan parasit. Tujuan dari edukasi ini untuk meningkatkan pengetahuan, pemahaman dan kebiasaan cuci tangan para siswa.

Kata kunci: Kesehatan, cuci tangan.

ABSTRACT

Hand washing is a simple but important step in maintaining health by practicing good hand washing habits in everyday life. According to WHO, there are six steps to proper hand washing. The recommended hand washing time is 30 - 60 seconds. You should always wash your hands before and after eating, using the toilet, playing, and before and after activities. The delivery of educational materials is carried out using lecture and demonstration methods so that the delivery of material is more informative, the material becomes easier to understand, not boring, the atmosphere of delivering education becomes interactive and fun. Children spend a lot of time at school where they can learn to gain knowledge and interact with peers and various activities with other residents of the school environment. If schools are not managed properly, they can pose a risk of disease transmission. Children who do not wash their hands with soap can be infected with germs on their hands, which can cause diseases such as ARI, COVID - 19, diarrhea, and parasites. The purpose of this education is to improve the knowledge, understanding and habits of hand washing of students.

Keywords: Health, hand washing

PENDAHULUAN

Undang Undang Kesehatan No. 36/2009 mendefinisikan kesehatan sebagai keadaan sejahtera jasmani, mental, sosial dan spiritual yang memungkinkan seseorang menjalani kehidupan secara bijaksana. Kementerian kesehatan RI telah mengambil langkah-langkah untuk meningkatkan kesehatan masyarakat, termasuk Program Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Sepuluh program utama dilaksanakan dan disosialisasikan kepada masyarakat melalui PHBS, Salah satunya Adalah mencuci tangan dan menjaga kebersihan, yang dianggap sebagai salah satu cara untuk meningkatkan kebersihan diri (Kemenkes, 2016 dalam Sinanto & Djannah, 2020).

Kegiatan Edukasi dilaksanakan di lingkungan desa Janji Mauli, terletak di kantor desa Janji Maulid dan dihadiri anak usia 4-12 tahun dari berbagai latar sosial ekonomi di desa janji mauli, kebiasaan mencuci tangan belum sepenuhnya diterapkan dengan baik. Fokus dari edukasi ini Adalah untuk memperbaiki perilaku kebiasaan tidak mencuci tangan sebelum makan dan sesudah beraktifitas dari luar ruangan.

Berdasarkan dari pengamatan awal, diketahui bahwa sebagian besar anak-anak di desa janji mauli ini belum memiliki kebiasaan mencuci tangan yang benar, mereka sering mencuci tangan dengan cara terburu buru dan tanpa menggunakan sabun, sehingga tidak efektif dalam menghilangkan kuman. Kesadaran dan pemahaman mengenai pentingnya cara mencuci tangan yang baik dan benar masih rendah dikalangan siswa sekolah dasar yang dapat berdampak negatif pada kesehatan mereka serta bisa menyebabkan penyebaran penyakit.

Melalui tangan, berbagai bakteri bisa masuk ke dalam tubuh kita. Dengan Mencuci tangan yang efektif memerlukan pengetahuan tentang Teknik yang benar. (Mardiyani et al., 2020). Penting untuk mencuci tangan secara menyeluruh dan teratur sebelum dan sesudah setiap aktivitas. Waktu yang tepat untuk mencuci tangan (WHO, 2009, Markkanen, 2004):

1. Sebelum dan setelah makan.
2. Sebelum dan setelah menyajikan makanan dan memegang bahan mentah.
3. Sebelum dan setelah memotong
4. Sesudah buang air besar dan kecil.
5. Sebelum dan sesudah bekerja.
6. Sesudah kontak dengan pelarut / bahan kimia.
7. Sesudah Terjadi perubahan proses kerja.
8. Sesudah menyentuh binatang seperti hewan peliharaan.
9. Sesudah mengalami batuk/bersin.
10. sesudah memegang fasilitas umum.
11. Sesudah buang sampah
12. Lainnya

WHO telah mencantumkan enam pedoman untuk mencuci tangan yang efektif:

1. Tuangkan sabun cuci tangan, lalu gosok antar telapak tangan.
2. gosok punggung tangan dengan telapak tangan.
3. bersihkan sela sela jari dengan mengosok.
4. Usap ujung jari masing-masing tangan yang tergenggam secara bergantian.
5. ibu jari di genggam lalu gosok dengan berputar.
6. gosok ujung tangan dan jari dengan telapak. (Mardiyani et al., 2020).

Dalam aktivitas sehari-hari, kita cenderung melupakan pentingnya kebersihan tangan. Mencuci tangan pakai sabun merupakan prosedur higienis yang melibatkan mencuci tangan, jari dengan sabun dan air untuk membersihkan tangan serta memutus rantai kuman. Mencuci tangan pakai sabun (CTPS) dianjurkan sebagai upaya pencegahan penyakit (Septarini et al. 2016 dalam Avelina & Conterius, 2023).

Program edukasi cara mencuci tangan yang baik dan benar di Lingkungan desa Janji Mauli MT. Edukasi ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan Anak-anak tentang pentingnya mencuci tangan, berapa lama waktu mencuci tangan dan mengajarkan mereka teknik yang benar.

METODE PELAKSANAAN

Metode ceramah merupakan pendekatan kelompok yang efektif. Metode ini ialah metode yang paling sering dipakai untuk promosi kesehatan yang kelompok beranggotakan 15 orang atau lebih dengan target untuk tingkat pendidikan tinggi atau rendah, kunci keberhasilan ada dipencerama jika menguasai materi serta media pendukung atau promosi yang sesuai, antara lain media cetak dan elektronik (Ilman, 2017).

Poster digunakan sebagai media promosi. Untuk meningkatkan efektivitas dan akurasi, poster juga menjadi sumber informasi. Menurut Daryanto (2015), Menggabungkan unsur-unsur visual seperti garis, gambar, dan kata-kata untuk menarik perhatian merupakan tujuan dari pembuatan gambar yang dikenal dengan poster. Oleh karena itu, poster bukan hanya penting dalam menyebarkan suatu informasi, namun juga dapat mempengaruhi seseorang agar ikut serta dalam acara akan bisa

disampaikan melalui poster (Adista & Yulvia, 2021). Dalam pelaksanaan edukasi menggunakan metode demonstrasi dengan media bernyanyi agar materi mudah dipahami dan tidak membosankan, serta suasana edukasi berlangsung interaktif dan menyenangkan.

Metode dengan Bernyanyi merupakan cara yang dapat mengendalikan serta memantau tumbuh kembang seluruh anak, yaitu bahasa, pendengaran, pemahaman, keterampilan Gerak tubuh dan meniru. Selain itu, menyanyikan lagu membuat pembelajaran menjadi lebih menyenangkan dan membantu anak lebih mudah memahami informasi serta mencegah mereka merasa bosan (Herwanti, Febriani, & Sari, 2022 dalam Nugroho & Muhammad, 2022).

Latihan yang membiasakan selalu mencuci tangan sekaligus melatih dan menyampaikan pesan ini dilakukan sambil bernyanyi agar anak dapat langsung mempraktikkan intervensi yang diberikan. Anak akan lebih mudah menerimanya dan dapat menjadi kebiasaan dalam kesehariannya (Iis Suwanti, 2019 dalam Nugroho & Muhammad, 2022). Tahun-tahun awal ditandai dengan banyaknya pertumbuhan dan perkembangan pada anak, Fase ini sangat penting bagi perkembangan karakter seseorang dan kemampuannya dalam menampilkan perilaku sosial di masyarakat.

Keberhasilan kegiatan edukasi ini dilakukan melalui evaluasi dengan metode wawancara dilakukan dengan sesi tanya jawab. Metode wawancara dilaksanakan sesudah dan sebelum penyampaian materi edukasi untuk mengetahui pemahaman siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum penyampaian materi edukasi, kami melakukan sesi metode wawancara yaitu dalam bentuk tanya jawab yang dimana pemateri akan bertanya kepada peserta, dengan menanyakan apa yang mereka ketahui tentang bagaimana cara mencuci tangan yang benar sesuai dengan pedoman WHO, kapan, berapa lama dan kenapa harus mencuci tangan. dari 26 siswa yang ditanya semuanya belum ada yang bisa menjawab dengan tepat. hal ini menunjukkan bahwa masih minimnya pengetahuan dan pemahaman siswa terhadap cara cuci tangan sesuai dengan WHO.

Edukasi ini dilakukan di halaman kantor desa Janji Mauli MT, pada hari Kamis tanggal 28 Mei 2026, proses pemaparan materi dilakukan di halaman kantor desa Janji Mauli. Kegiatan edukasi dimulai pukul 09:00 WIB berjalan dengan sangat baik tanpa hambatan, 17 anak-anak yang mengikuti kegiatan edukasi memberikan umpan balik yang positif. Penyampaian materi edukasi meliputi Langkah-langkah mencuci tangan yang benar sesuai pedoman WHO, ada berapa langkah, berapa lama dan kenapa harus mencuci tangan, selama penyampaian materi diikuti seksama oleh peserta edukasi.

Praktik cara mencuci tangan dilakukan sesuai dengan pedoman WHO. Dilakukan secara Bersama-sama dengan metode bernyanyi. Pemaparan materi dilakukan dengan metode ceramah dan demonstrasi sehingga penyampaian materi lebih informatif, penyampaian materi lebih mudah dipahami, tidak membosankan, suasana penyampaian edukasi menjadi interaktif serta menyenangkan. Pada akhir materi dilakukan diskusi dengan peserta terkait materi yang telah disampaikan, diskusi dilakukan dengan metode interaktif

yaitu dalam bentuk sesi tanya jawab dimana siswa akan bertanya kepada pemateri. setelah itu melakukan evaluasi dengan metode wawancara terhadap peserta edukasi dengan cara menanyakan kepada peserta dan mempraktikkan Kembali terkait materi yang telah disampaikan untuk mengetahui terdapat peningkatan pengetahuan dan pemahaman tentang materi yang disampaikan.

Dari hasil evaluasi 17 anak-anak hanya terdapat 14 anak yang sudah memahami dan menerapkan 6 langkah cara cuci tangan yang baik dan benar di dalam rumah ataupun di luar rumah, sementara 3 anak lainnya terlihat masih kurang antusias saat kegiatan berlangsung.

KESIMPULAN

Edukasi Cuci tangan yang baik dan benar adalah suatu tindakan untuk meningkatkan kebiasaan, perilaku, pemahaman dan pengetahuan agar kita menjadi sadar bahwa kebiasaan mencuci tangan yang kita anggap sepele ternyata sangat penting, karena di tangan kita terdapat banyak kuman dengan mencuci tangan di air mengalir dan menggunakan sabun serta dengan cara yang benar bisa membuat kuman hilang dan bisa juga membuat kita terhindar dari penyakit. Diharapkan dengan adanya edukasi ini kebiasaan mencuci tangan dengan enam langkah menurut WHO bisa meningkat di kalangan Masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mahasiswa KKN Universitas Afa Royhan mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Pemerintah Desa Janji Mauli MT, Kecamatan Angkola Muaratais, Kabupaten Tapanuli Selatan, serta seluruh masyarakat yang telah

menerima, membimbing, dan mendukung kami selama pelaksanaan kegiatan KKN. Semoga segala bantuan, kerja sama, dan kebaikan yang diberikan menjadi amal yang bermanfaat, serta program yang telah kami laksanakan dapat memberikan manfaat bagi masyarakat Desa Janji Mauli MT. Mahasiswa KKN Universitas Aupa Royhan Tahun 2026

REFERENSI

- Adista, N. F., & Yulvia, N. T. (2021). Pengaruh penyuluhan mencuci tangan dengan media poster terhadap praktik cuci tangan pada kelompok usia anak sekolah di kampung Pejaten Kramatwatu Serang. *Jurnal Riset Kebidanan Indonesia*, 5 (2), 99–102. <https://doi.org/10.32536/jrki.v5i2.181>
- Avelina, Y., & Conterius, R. E. B. (2023). Cegah Penyakit Dengan Enam Langkah Mencuci Tangan Yang Benar Di Sd Inpres Wairklau Kabupaten Sikka. *Jurnal Abdimas Saintika*, 5 (2), 61–68.
- Harahap, L. J. (2025). Edukasi Dan Pendampingan Orangtua Dalam Pembuatan Variasi Bekal Sehat Bagi Anak Usia Dini Di Tk As-Sa'adah Desa Purbatua Kota Padangsidimpuan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aupa (JPMA)*, 7(2).
- Juliawan, D. G., Mirayanti, N. K. A., & Parwati, N. A. (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Bernyanyi Lagu Cuci Tangan Terhadap Tindakan Mencuci Tangan Anak Prasekolah. *Journal Center of Research Publication in Midwifery and Nursing*, 3(1), 11–20. <https://doi.org/10.36474/caring.v3i1.124>
- Nugroho, W., & Muhammad, A. (2022).

Pengaruh Media Lagu Terhadap Perilaku Kebiasaan Baru Dalam Mencegah Penyebaran Covid-19 Pada Anak Sekolah Dasar. *Aksara: Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal*, 8 (3), 1695. <https://doi.org/10.37905/aksara.8.3.1695-1702.2022>

- Rakhman Hakim, A., & Saputri, R. (2023). Education About Helminthiasis And Proper Hands Washing For Elementary School Students 1 (1), 1–4. <https://wpcpublisher.com/jurnal/index.php/majalahcendekiamengabdi>

DOKUMENTASI KEGIATAN

