

Edukasi Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun Enam Langkah pada Siswa Sekolah Dasar Sebagai Upaya Peningkatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

T. Eltrikanawati*, Nadia Soraya Hasian Pane

Institut Kesehatan Mitra Bunda, Batam

*Penulis korespondensi : eltryikha@gmail.com

Abstrak: *Cuci tangan pakai sabun dengan teknik enam langkah yang baik dan benar merupakan salah satu indikator perilaku hidup bersih dan sehat. Oleh sebab itu, anak sekolah dasar wajib memahami dan melaksanakan cuci tangan menggunakan sabun di bawah air mengalir dengan memperhatikan teknik enam langkah untuk menjaga kesehatan. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah memberikan edukasi untuk siswa sekolah dasar tentang cara cuci tangan pakai sabun dengan teknik enam langkah. Metode pelaksanaannya berupa service learning yaitu pemberian edukasi mencuci tangan pakai sabun dengan teknik enam langkah. Tahapan yang dilaksanakan berupa pemberian edukasi kesehatan dalam bentuk penyampaian materi kepada siswa SD Negeri 001 Batam Kota yang berjumlah 105 siswa, dan setiap siswa melakukan simulasi teknik cuci tangan pakai sabun dengan teknik enam langkah yang didampingi oleh tim pendamping pengabdian masyarakat. Kesimpulan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah pemberian edukasi kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa-siswi SD Negeri 001 Batam Kota tentang pengetahuan cuci tangan pakai sabun dengan teknik enam langkah dan mayoritas seluruh siswa dapat melakukan cuci tangan pakai sabun dengan baik dan benar. Oleh karena itu, pola perilaku cuci tangan enam langkah dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.*

Kata kunci: *cuci tangan pakai sabun, enam langkah kebersihan tangan, sekolah dasar*

Abstract: *Washing hands with soap using the six-step technique that is good and right is an indicator of clean and healthy living behavior. Therefore, elementary school children must understand and carry out hand washing using soap under running water by paying attention to the six-step technique to maintain health. The purpose of this community service is to provide education for elementary school students on how to wash hands with soap using the six-step technique. The implementation method is service learning, namely providing education on washing hands with soap using a six-step technique. The stages carried out were in the form of providing health education in the form of delivering material to SD Negeri 001 Batam City students, totaling 105 students, and each student conducting a simulation of the technique of washing hands with soap with a six-step technique accompanied by a team of community service assistants. The conclusion in implementing this community service activity is that the provision of health education is effective in increasing the knowledge of SD Negeri 001 Batam City students about knowledge of washing hands with soap using the six-step technique and the majority of all students can wash hands with soap properly and correctly. Therefore, the six-step hand washing behavior pattern can be applied in everyday life.*

Keywords: *hand wash with soap, primary school, six step hand hygiene*

1. Pendahuluan

Mencuci tangan merupakan cara yang paling ampuh agar terhindar dari ancaman bahaya berbagai penyakit, sebab dengan mencuci tangan dapat menghindari dan mengendalikan terjadinya infeksi (Kemenkes RI, 2020). Cuci tangan enam langkah merupakan cara membersihkan tangan yang baik dan benar sesuai prosedur untuk membunuh mikroorganisme penyebab penyakit dalam mencegah penyebarannya (WHO, 2020). Cuci tangan pakai sabun telah terbukti efektif dalam mencegah penyakit saluran pernapasan, diare, dan bahkan pencegahan penularan COVID 19, sebab tangan yang bersih setelah dicuci enam langkah sesuai prosedur dapat mengurangi masuknya virus ke dalam tubuh (UNICEF, 2022). Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) menemukan data bahwa terjadi peningkatan kejadian penyakit menular seperti diare 4% menjadi 6,8%. Hal ini dapat terjadi karena sangat minimnya perilaku mencuci tangan pakai sabun dengan baik dan benar. Oleh sebab itu, mencuci tangan merupakan salah satu indikator dalam terwujudnya perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa sekolah dasar, sehingga siswa wajib dapat mengetahui dan melaksanakan cuci tangan pakai sabun enam langkah dengan baik dan benar untuk menjaga kesehatannya.

Sekolah selain sebagai tempat belajar, namun sekolah dapat menjadi ancaman bagi anak-anak dalam menularkan penyakit kepada teman-temannya di sekolah jika tidak dikelola dengan baik (Yusanti dkk., 2020). Hal ini dapat dicegah, salah satunya dengan memberikan pengetahuan berupa edukasi sehingga pemahaman dapat dilaksanakan menjadi suatu perilaku dan pada akhirnya dapat menjadi sebuah kebiasaan mencuci tangan pakai sabun enam langkah yang diterapkan dan dilakukan dengan baik dan benar di sekolah dasar. Analisis situasi yang dilakukan di SDN 001 Batam Kota berdasarkan wawancara dan observasi pada pihak SDN 001 Batam Kota diperoleh data bahwa mayoritas siswa tidak menggunakan fasilitas sarana cuci tangan yang ada di lingkungan sekolah tersebut, dan mayoritas siswa tidak mengetahui cara mencuci tangan pakai sabun enam langkah yang baik dan benar. Berdasarkan hal tersebut, perlu adanya dilaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat terkait pemberian edukasi kesehatan tentang cuci tangan pakai sabun enam langkah dengan baik dan benar dalam upaya peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat di Sekolah Dasar.

2. Metode

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah *service learning* yaitu berupa pemberian edukasi kesehatan teknik mencuci tangan pakai sabun enam langkah. Tahap

kegiatan yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini meliputi tahap perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Tahap perencanaan mencakup hal-hal berikut:

- a) melakukan analisis situasi dan perizinan, menggali informasi dan menganalisis salah satu masalah dalam pola hidup bersih dan sehat yang ada di sekolah yaitu cara mencuci tangan yang belum benar. Kemudian melakukan koordinasi dengan pihak sekolah dengan membuat kesepakatan agar edukasi kesehatan dapat dilaksanakan. Kesepakatan tersebut meliputi materi yang disampaikan, rencana waktu pelaksanaan kegiatan, dan peserta yang mengikuti kegiatan.
- b) Menyiapkan perlengkapan yang diperlukan saat kegiatan seperti *leaflet*, mikrofon, *speaker*, kuesioner *pre test* dan *post test*, berita acara, daftar hadir peserta, dan kamera untuk dokumentasi kegiatan.
- c) Menyiapkan materi dengan cara tim pengabdian masyarakat mencari referensi dalam mempersiapkan materi yang akan diberikan kepada siswa-siswi yang diperoleh melalui jurnal dan buku. Selanjutnya, bahan materi tersebut dirangkum dalam bentuk media visual berupa video cuci tangan enam langkah disertai lagu anak-anak, *leaflet* bergambar, dan simulasi cuci tangan.

Sementara itu, tahap pelaksanaan meliputi kegiatan berikut:

- a) Perkenalan dengan menyebutkan nama masing-masing tim pengabdian masyarakat dengan menggunakan mikrofon dan *speaker*, sekaligus kontrak waktu kegiatan kepada peserta. Sebelum memulai materi, peserta diberikan *pre test* yang bertujuan untuk mengetahui pengetahuan awal siswa-siswi.
- b) Melakukan pemberian edukasi kesehatan berupa materi cuci tangan menggunakan sabun dengan teknik enam langkah yang ditujukan kepada siswa-siswi kelas IV (empat), kelas V (lima) dan kelas VI (enam) dengan menggunakan media visual berupa video, *leaflet* bergambar, dan simulasi teknik cuci tangan pakai sabun
- c) Melakukan *post test* setelah pemberian materi dan simulasi teknik cuci tangan pakai sabun pada peserta kegiatan.

Tahap terakhir berupa evaluasi yang bertujuan untuk mengetahui efektivitas kegiatan pengabdian masyarakat terkait edukasi kesehatan cuci tangan menggunakan sabun dengan teknik enam langkah pada siswa-siswi di sekolah dasar.

3. Hasil dan Diskusi

Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah dilaksanakan di lapangan SD Negeri 001 Batam Kota kepada siswa-siswi kelas IV (empat), kelas V (lima), dan kelas VI (enam) di SD Negeri 001 Batam Kota, yang dimulai pada pukul 08.00 wib s/d selesai. Jumlah peserta yang telah mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat ini sebanyak 105 siswa dengan rincian jumlah peserta kelas IV sebanyak 35 siswa, kelas V sebanyak 30 siswa, dan jumlah peserta kelas VI sebanyak 40 yang dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Jumlah Peserta

Kelas	Jumlah Peserta
IV	35
V	30
VI	40

Tabel 2. Hasil Tes tentang Pengetahuan Teknik Cuci Tangan Enam Langkah

Jumlah Peserta	<i>Pre Test</i>	<i>Post Test</i>
35	Menjawab Benar : 0 Menjawab Salah : 35	Menjawab Benar : 32 Menjawab Salah : 3
30	Menjawab Benar : 0 Menjawab Salah : 30	Menjawab Benar : 28 Menjawab Salah : 2
40	Menjawab Benar : 2 Menjawab Salah : 38	Menjawab Benar : 40 Menjawab Salah : 0

Hasil tes yang diperlihatkan dalam Tabel 2 menunjukkan bahwa setelah siswa diberi edukasi kesehatan mengalami peningkatan pemahaman siswa kelas IV, kelas V, dan VI di SD Negeri 001 Batam Kota. Berdasarkan tabel tersebut pada siswa kelas IV diketahui bahwa sebelum dilakukan edukasi kesehatan tidak ada yang menjawab benar, dan setelah dilakukan edukasi tentang teknik cuci tangan pakai sabun enam langkah meningkat menjadi jumlah yang menjawab benar sebanyak 32 orang siswa. Untuk siswa Kelas V diketahui bahwa sebelum dilakukan edukasi kesehatan tidak ada yang menjawab benar, dan setelah dilakukan edukasi tentang teknik cuci tangan pakai sabun enam langkah meningkat jumlah yang menjawab benar sebanyak 28 orang siswa. Sedangkan, untuk siswa kelas VI diketahui bahwa sebelum dilakukan edukasi kesehatan jumlah yang menjawab benar sebanyak 2 orang siswa, dan setelah dilakukan edukasi meningkat yang menjawab benar menjadi sebanyak 40 orang siswa, artinya keseluruhan siswa kelas VI dapat menjawab dengan benar setelah diberikan edukasi. Berdasarkan hasil tersebut, maka dapat disimpulkan edukasi yang diberikan dalam kegiatan tersebut cukup efektif dalam upaya peningkatan pengetahuan siswa-siswi SD Negeri 001

Batam Kota terkait teknik cuci tangan pakai sabun enam langkah.

Setelah melakukan kegiatan edukasi kesehatan tentang teknik cuci tangan pakai sabun enam langkah selesai dilaksanakan, selanjutnya dilakukan simulasi teknik cuci tangan menggunakan sabun di bawah air mengalir. Simulasi ini berpedoman kepada teknik cuci tangan enam langkah menurut (WHO, 2020) dan dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat. Satu per satu siswa melakukan praktik cuci tangan dengan sabun di bawah air mengalir sampai siswa dan siswi tersebut mampu melakukan dengan baik dan benar yang didampingi oleh tim pengabdian masyarakat. Kegiatan ini meliputi edukasi teknik cuci tangan enam langkah dan simulasi per masing-masing siswa. Rangkaian kegiatan ini ditujukan agar pengetahuan, pemahaman, serta pengalaman siswa diperoleh dengan benar. Oleh sebab itu, secara tidak langsung dengan adanya pemahaman siswa dengan melakukan cuci tangan enam langkah tersebut dapat menekan angka kejadian penyakit pada anak sekolah dasar seperti penyakit diare dan cacingan karena adanya bakteri yang masuk ke tubuh saat anak-anak tidak melakukan cuci tangan dengan baik dan benar (Hasanah & Mahardika, 2020).

Hasil ini sesuai dengan temuan yang dilakukan (Harahap dkk., 2023) yang menyatakan bahwa pengetahuan siswa sekolah dasar mengalami peningkatan pengetahuan setelah dilakukan penyampaian edukasi kesehatan tentang cuci tangan pakai sabun sangat efektif dan menambah pengetahuan mengenai sanitasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) siswa-siswi. Hal yang sama juga disimpulkan (Dewi dkk., 2022) menyatakan bahwa hampir seluruh sasaran dapat melakukan enam langkah cuci tangan yang benar dan mengetahui waktu kegiatan cuci tangan adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman kepada peserta edukasi. Indikator keberhasilan peningkatan pengetahuan setelah dilaksanakannya edukasi yaitu peserta edukasi dapat menjawab atau menyampaikan kembali materi yang diperoleh setelah melalui edukasi (Meiwanda dkk., 2022). Pelaksanaan edukasi kesehatan dapat digunakan beberapa metode edukasi seperti media tarian dan nyanyian sehingga mendapatkan respon yang baik dari peserta edukasi (Syafrawati & Oktari, 2022). Selain itu, meningkatkan pemahaman siswa mengenai pentingnya cuci tangan pakai sabun agar terhindar dari berbagai penyakit yang dapat timbul karena sanitasi yang buruk (Rabani dkk., 2022). Suatu pola perilaku hidup yang bersih dan sehat dapat terbentuk karena adanya peran serta orang dewasa, teman sebaya, dan lingkungan. Kebiasaan mencuci tangan tersebut perlu diajarkan sejak kecil karena anak-anak merupakan salah satu agen perubahan bagi lingkungannya. Melalui kebiasaan tersebut, anak-anak diharapkan dapat memberikan contoh pada keluarga dan lingkungannya (Suraya dkk.,

2018). Pelaksanaan cuci tangan agar dapat menjadi suatu kebiasaan perlu adanya upaya menanamkan perilaku positif dan sikap optimis (Lekše dkk., 2023). Pengembangan sumber daya yang menggunakan metode pendekatan partisipatif dapat efektif dalam melakukan promosi dan meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak sekolah untuk mencegah dan mengendalikan penyakit tidak menular di sekolah (Rawal dkk., 2022). Praktik cuci tangan dipengaruhi oleh tingkat kelas, tempat tinggal, *role model* untuk cuci tangan, adanya fasilitas cuci tangan, akses air dan sabun. Oleh karena itu, adanya kebutuhan untuk meningkatkan praktik cuci tangan di sekolah. Oleh karena itu, sekolah perlu merancang strategi agar melibatkan partisipasi aktif oleh staf, siswa, dan orangtua dalam jangka panjang (Berhanu *et al.*, 2022). Dokumentasi kegiatan diberikan dalam Gambar 1-3.



Gambar 1. Pemberian Edukasi tentang Cuci Tangan Pakai Sabun



Gambar 2. Simulasi Peserta Melakukan Cuci Tangan Pakai Sabun



Langkah 1 Ratakan Sabun pada Telapak Tangan Langkah 2 Gosok Punggung dan Sela Jari



Langkah 3 Gosok Telapak Tangan dan Sela Jari Langkah 4 Gosok Telapak Tangan dengan Posisi Jari Saling Mengait/Mengunci



Langkah 5 Gosok Ibu Jari Berputar dalam Genggaman Langkah 6 Gosok Ujung Jari Berputar di Telapak Tangan

Gambar 3. Simulasi Peserta Melakukan Tahapan Cuci Tangan Enam Langkah

4. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada SD Negeri 001 Batam Kota dengan topik edukasi cuci tangan pakai sabun dengan teknik enam langkah. Kegiatan ini telah berjalan dengan baik dan lancar. Evaluasi dari pelaksanaan kegiatan ini dibuktikan dengan adanya peningkatan pengetahuan berdasarkan evaluasi hasil kegiatan yaitu peningkatan dimana sebelumnya mayoritas siswa-siswi yang mengalami tingkat pengetahuan yang kurang mengenai cuci tangan pakai sabun menjadi lebih banyak peningkatan pengetahuan menjadi lebih baik pada siswa-siswi kelas IV, kelas V dan VI berjumlah 105 siswa-siswi di lapangan SD Negeri 001 Batam Kota. Selanjutnya, masing-masing siswa telah melakukan praktik simulasi cuci tangan menggunakan sabun dengan menerapkan teknik enam langkah di bawah air mengalir dengan baik dan benar. Terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini agar supaya siswa-siswi dapat melaksanakan cuci tangan pakai sabun dengan teknik enam langkah dalam kehidupan sehari-hari secara rutin di rumah maupun di sekolah. Oleh sebab itu, perlu adanya kerjasama dengan adanya pemantauan dari pihak sekolah.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Kepala Sekolah, guru, dan siswa-siswi SD Negeri 001 Batam Kota. Selanjutnya, terimakasih kepada Rektor, dosen, dan mahasiswa-mahasiswa Institut Kesehatan Mitra Bunda yang telah mendukung dan berpartisipasi dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini sehingga dapat terlaksana dengan baik dan lancar.

Daftar Referensi

- Berhanu, A., Mengistu, D.A., Temesgen, L.M., Mulat, S., Dirirsa, G., Alemu, F.K., Mangasha, A.E., Gobena, T. & Geremew, A. 2022. Hand washing practice among public primary school children and associated factors in Harar town, eastern Ethiopia : An institution-based cross-sectional study, *Frontiers in Public Health*. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.975507>
- Harahap, R. E. S. E.P., Dakhi, Y.S., Adiputra, M., Nurhasanah, N., & Abduh, M. 2023. Edukasi Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun pada Siswa untuk Pencegahan Transmisi penyakit di SDN Dirgantara. *Media Abdimas*, 2(1), 15–19. <https://doi.org/10.37817/mediaabdimas.v2i1.2661>
- Hasanah, U., & Mahardika, D. R. 2020. Edukasi Prilaku Cuci Tangan Pakai Sabun pada Anak Usia Dini untuk Pencegahan Transmisi Penyakit. *Jurnal Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, 1–9.

- Dewi, P.I.S., Astriani, N.M.D.Y., & Pratama, A. A. (2022). *Perilaku cuci tangan enam langkah pada anak sekolah dasar sebagai salah satu upaya perilaku hidup bersih dan sehat. Selaparang: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(2), 1026–1029.
- Kemenkes RI. 2020. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019.
- Lekše, R., Godec, D., & Prosen, M. (2023). *Determining the Impact of Lifestyle on the Health of Primary School Children in Slovenia Through Mixed Membership Focus Groups, J Community Health*, 48(5), 857-869.
- Meiwanda, G., Untsadewan, Q. N., Paulina, R., Cahyani, S. I., Bashiroh, A., Lilian, D., Salsadila, D., Silalahi, C. D., Rahmana, Z. A., Hakim, A. N., & Satria, T. (2022). *Edukasi penerapan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah untuk menghadapi Era New Normal. Unri Conference Series: Community Engagement*, 4, 73–77.
- Rabani, M. R., Nurfadia, A., Utami, B. A., Rafi, M., Dhiya, A., & Papatungan, M. (2022). *Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Dengan Cara Mencuci Tangan Pakai Sabun di Yayasan TPQ Al-Ansari Kelurahan Rempoa. Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Dengan Cara Mencuci Tangan Pakai Sabun, Prosiding Semnaskat LPPM UMJ 2022*, 1–6. <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>.
- Rawal, T., Schayck, O. C. P. Van, Willeboordse, M., Arora, M., Bhaumik, S., Bhagra, A., Bhagra, S., & Muris, J. W. M. (2022). How to promote a healthy lifestyle among schoolchildren : Development of an intervention module (i-PROMISE). *Public Health in Practice*, 3(47), 100262. <https://doi.org/10.1016/j.puhip.2022.100262>
- Riskesdas. 2018.. Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS).
- Suraya, I., Khairunisa, R., & Farradika, Y. 2018. Edukasi Kebersihan Tangan Pada Anak Usia Sekolah Dasar di Komunitas Anak Asuh Remaja Islam Baitul Mughni (A2R) Jakarta Selatan. *Jurnal SOLMA*, 7(1), 19. <https://doi.org/10.29405/solma.v7i1.664>
- Syafrawati, S., & Oktari, R. C. 2022. Edukasi Peningkatan Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun Pada Siswa Taman Kanak-Kanak Di Kota Padang. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, 5(3), 237–246. <https://doi.org/10.25077/bina.v5i3.339>
- UNICEF. 2022. *Hand Hygiene State of the World's. United Nations Children's Fund : New York*
- WHO. 2020. *World Health Statistics 2020* (Vol. 3, Issue 2017). World Health Organization. <http://repositorio.unan.edu.ni/2986/1/5624.pdf>
- Yusanti, L., Dewiani, K., & Purnama, Y. (2020). Pendidikan Kesehatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Tentang Cuci Tangan Yang Benar di SD Negeri 24 Kota Bengkulu. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 384–389.