

## Edukasi Cara Cuci Tangan yang Baik dan Benar Sesuai dengan Anjuran WHO di Yayasan Hidayatul Wildan

**Gavra Nugroho Ramadhan Tarmizi<sup>1</sup>, Muhammad Aziz Ghani Raja Siregar<sup>2</sup>, Nurjanah<sup>3</sup>, Titan Aulia Rahman<sup>4</sup>, Yudhistira Adi Baskara<sup>5</sup>, Ailsa Puspa Wardani<sup>6</sup>, Nadhira Yulianajmi Chairunnisa<sup>7</sup>, Muhammad Nabil Hilmi<sup>8</sup>, Syifa Khoirunnisa<sup>9</sup>, Sheila Rahma Aulia<sup>10</sup>, Adlina Maritza Putri<sup>11</sup>**

<sup>1,2,4,5,6,7,8,9,10,11</sup>Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional Jakarta, Indonesia

<sup>3</sup>Pendidikan Agama Islam, Fakultas Agama Islam, Uhamka

\*e-mail: [2310211172@mahasiswa.upnvj.ac.id](mailto:2310211172@mahasiswa.upnvj.ac.id)<sup>1</sup>, [2310211173@mahasiswa.upnvj.ac.id](mailto:2310211173@mahasiswa.upnvj.ac.id)<sup>2</sup>,  
[jajanurjanah@uhamka.ac.id](mailto:jajanurjanah@uhamka.ac.id)<sup>3</sup>, [2310211171@mahasiswa.upnvj.ac.id](mailto:2310211171@mahasiswa.upnvj.ac.id)<sup>4</sup>,  
[2310211169@mahasiswa.upnvj.ac.id](mailto:2310211169@mahasiswa.upnvj.ac.id)<sup>5</sup>, [2310211166@mahasiswa.upnvj.ac.id](mailto:2310211166@mahasiswa.upnvj.ac.id)<sup>6</sup>,  
[2310211178@mahasiswa.upnvj.ac.id](mailto:2310211178@mahasiswa.upnvj.ac.id)<sup>7</sup>, [2310211170@mahasiswa.upnvj.ac.id](mailto:2310211170@mahasiswa.upnvj.ac.id)<sup>8</sup>,  
[2310211177@mahasiswa.upnvj.ac.id](mailto:2310211177@mahasiswa.upnvj.ac.id)<sup>9</sup>, [2310211180@mahasiswa.upnvj.ac.id](mailto:2310211180@mahasiswa.upnvj.ac.id)<sup>10</sup>,  
[2310211175@mahasiswa.upnvj.ac.id](mailto:2310211175@mahasiswa.upnvj.ac.id)<sup>11</sup>

### Abstrak

*Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan serangkaian perilaku yang dilakukan secara kognitif melalui pembelajaran yang memungkinkan seseorang membantu dirinya sendiri dalam bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mencapai kesehatan masyarakat. Standar untuk mencegah penyebaran infeksi adalah sering mencuci tangan dengan sabun dan air bersih, namun kebiasaan mencuci tangan anak Indonesia masih rendah. Pengenalan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) melalui pengabdian masyarakat dapat membantu menjaga, meningkatkan, dan melindungi kesehatan masyarakat dari risiko penyakit. Pengabdian masyarakat ini berfokus pada anak-anak Yayasan Hidayatul Wildan. Metode yang dilakukan terdiri dari 1. Tahap persiapan, meliputi pengajuan surat izin ke UPN "Veteran" Jakarta, koordinasi dengan Yayasan Hidayatul Wildan, diskusi kelompok, dan persiapan, 2. Tahap pelaksanaan, meliputi pengenalan lingkungan kampus, penyampaian teori dan praktik cuci tangan, tes memeragakan ulang cara mencuci tangan oleh anak-anak Yayasan Hidayatul Wildan, dan ditutup dengan pemberian hadiah, 3. Tahap evaluasi, diperlukan pendekatan holistik saat mengajar anak-anak dan membangun hubungan baik dengan pihak Yayasan Hidayatul Wildan. Hasil dari kegiatan ini adalah antusiasme anak-anak Yayasan Hidayatul Wildan menunjukkan bahwa mereka tertarik mencuci tangan. Walaupun pada awalnya anak-anak masih belum mengetahui cara mencuci tangan yang baik dan benar, namun setelah diberikan edukasi, pemahaman dan keterampilannya meningkat secara signifikan.*

**Kata kunci:** Kesehatan Masyarakat, Mencuci Tangan, Pengabdian Masyarakat, PHBS

### Abstract

*Clean and Healthy Living Behavior (CHLB) is a series of behaviors carried out cognitively through learning that allows a person to help themselves in the field of health and play an active role in achieving public health. The standard for preventing the spread of infection is frequent hand washing with soap and clean water, but Indonesian children's hand washing habits are still low. The introduction of Clean and Healthy Living Behavior (CHLB) through community service can help maintain, improve, and protect public health from the risk of disease. This community service focuses on the children of Hidayatul Wildan Foundation. The methods consisted of 1. The preparation stage, including submission of a permit to UPN "Veteran" Jakarta, coordination with Hidayatul Wildan Foundation, group discussion, and preparation, 2. The implementation stage, including introduction to the campus environment, delivery of hand washing theory and practice, a re-enactment test of how to wash hands by Hidayatul Wildan Foundation children, and closed with giving gifts, 3. The evaluation stage, a holistic approach is needed when teaching the children and building a good relationship with the Hidayatul Wildan Foundation. The result of this activity is the enthusiasm of the Hidayatul Wildan Foundation children showed that they were interested in washing their hands. Although at first the children still did not know how to wash their hands properly, after being given education, their understanding and skills were improved.*

**Keywords:** CHLB, Community Service, Public Health, Washing Hands

## 1. PENDAHULUAN

Penyakit infeksi merupakan penyakit yang masih menjadi masalah hingga saat ini, terutama pada negara berkembang termasuk Indonesia. Beberapa penyakit menular yang menjadi masalah utama di Indonesia adalah diare, malaria, demam berdarah dengue, influenza, tifus abdominalis, penyakit saluran pencernaan dan penyakit lainnya. Salah satu pengendalian penyakit infeksi adalah berperilaku hidup bersih dengan mencuci tangan. Mencuci tangan dengan sabun dapat mencegah penyakit diare dan infeksi saluran pernapasan atas (ISPA), yang keduanya menjadi penyebab utama kematian anak-anak. Setiap tahun, sebanyak 3,5 juta anak-anak di seluruh dunia meninggal sebelum mencapai umur lima tahun karena penyakit diare dan ISPA. Kejadian ISPA dapat dikurangi kejadiannya hingga 24% (Brilian et al., 2016). Salah satu faktor penyebab tingginya angka kejadian diare di Indonesia adalah kebersihan diri, seperti mencuci tangan yang belum dipahami oleh masyarakat luas. Oleh karena itu, perilaku mencuci tangan yang tepat seharusnya menjadi hal dasar untuk ditanamkan sejak dini saat anak mulai bersekolah (Adha et al., 2021). Cuci tangan dengan sabun dikaitkan dengan penurunan risiko diare sebanyak 47%. Mencuci tangan juga dapat menurunkan 48-59% risiko diare yang lebih parah (Brilian et al., 2016).

Cuci tangan adalah cara yang cukup mudah dan efektif untuk mencegah penyebaran infeksi dan melindungi pasien dari infeksi terkait dengan perawatan selama di rumah sakit. Cuci tangan bertujuan untuk menghilangkan mikroorganisme yang bersifat sementara yang mungkin dapat ditularkan dari perawat pengunjung bahkan tenaga kesehatan yang lain kepada pasien sehingga dapat mempengaruhi metabolisme tubuh pasien. Perilaku mencuci tangan yang baik didapatkan dari pengetahuan yang baik pula. Beberapa literatur penelitian menemukan pengetahuan responden yang kurang sedangkan perilaku atau tindakan mencuci tangan termasuk kategori baik menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku mencuci tangan pada responden. Pengetahuan dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti pendidikan, pekerjaan dan usia sedangkan faktor internal mencakup lingkungan dan budaya (Randan et al., 2020).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan dapat berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di masyarakat. Adapun faktor yang mempengaruhi masyarakat melakukan PHBS terutama yang menghambat adalah tingkat pendidikan, dan kurangnya sarana kesehatan (Masyarakat, 2015).

Mencuci tangan merupakan salah satu cara untuk menghilangkan kuman dan untuk menghindari penularan penyakit. Di sekolah, anak tidak hanya belajar, tetapi banyak kegiatan lain seperti bermain, bersentuhan, ataupun bertukar barang-barang dengan teman-teman. Kuman yang terdapat di alat tulis, buku, dan benda lain akan mudah berpindah dari tangan satu anak ke anak lainnya, sehingga penyakit akan mudah menular. Jadi, mencuci tangan harus dilatih sejak dini pada anak agar memiliki kebiasaan mencuci tangan, sehingga anak terhindar dari penyakit (Anugerah et al., 2019).

Oleh karena alasan-alasan di atas, penulis melakukan edukasi cuci tangan pada salah satu TPA, yaitu Yayasan Hidayatul Wildan Cileungsi yang didalamnya terdapat generasi generasi dan bibit unggul bangsa yang akan bermanfaat bagi masyarakat sekitarnya.

## 2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema "EDUKASI CUCI TANGAN DALAM RANGKA PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT BERSAMA YAYASAN HIDAYATUL WILDAN" dilaksanakan pada hari Sabtu, 4 November 2023 pukul 14.00 WIB di Yayasan Hidayatul Wildan bersama anak-anak serta beberapa orang tua Yayasan Hidayatul Wildan. Kegiatan ini dilakukan melalui beberapa tahapan, yakni :

## 2.1. Tahap persiapan

- Tahap awal yang dilakukan berupa pengajuan surat izin untuk dilaksanakannya kegiatan pengabdian atau penyuluhan ke Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.
- Melakukan koordinasi kepada pihak Yayasan Hidayatul Wildan untuk meminta perizinan dilakukannya kegiatan pengabdian atau penyuluhan pada Yayasan tersebut, serta pengajuan proposal dengan judul "EDUKASI CUCI TANGAN DALAM RANGKA PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT BERSAMA YAYASAN HIDAYATUL WILDAN".
- Sebelum dilakukannya kegiatan, kelompok melakukan sesi diskusi untuk menentukan suatu hal yang dibutuhkan agar kegiatan dapat dilaksanakan.
- Setelah melakukan diskusi dilanjutkan dengan pembelian beberapa barang yang dibutuhkan dan konsumsi agar kegiatan dapat terlaksana secara maksimal.



Gambar 1. Diskusi Kelompok dan Zoom Meeting



Gambar 2. Pembelian Bingkisan Untuk Anak Yayasan Hidayatul Wildan

## 2.2. Tahap pelaksanaan

- Pengenalan identitas kampus UPN VETERAN JAKARTA serta pengenalan anggota kelompok demi kelancaran kegiatan pengabdian
- Edukasi dilakukan dengan membagi murid Yayasan Hidayatul Wildan menjadi beberapa kelompok dan didampingi oleh 2 mentor atau pendamping dari kelompok
- Melakukan edukasi yang dimana pendamping akan memberikan teori dan juga mempraktikkan mengenai cara mencuci tangan yang telah diajarkan di FK UPN VETERAN JAKARTA
- Melakukan tes terhadap murid Yayasan Hidayatul Wildan dan memberikan bingkisan jika berhasil mempraktikkan langkah langkah cuci tangan dengan benar



Gambar 3. Pembukaan dan Pengenalan Identitas kampus



Gambar 4. Praktek Cuci Tangan



Gambar 5. Pemberian bingkisan

### 2.3. Tahap Evaluasi

- Keseriusan dan tanggung jawab kelompok dalam melaksanakan kegiatan dapat ditunjukkan dengan pengajuan surat izin dan koordinasi dengan Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta dan Yayasan Hidayatul Wildan.
- Untuk mencapai kesepakatan bersama, kelompok telah mempersiapkan diri dengan baik dan berkomunikasi dengan baik selama sesi diskusi.
- Untuk membangun hubungan yang baik dengan Yayasan Hidayatul Wildan, sangat penting untuk memahami identitas kampus UPN "Veteran" Jakarta dan anggota kelompoknya.
- Teori dan praktik kebersihan tangan menunjukkan pendekatan yang holistik dalam mengajar.
- Penilaian dari dampak pengabdian dengan cara memberikan pertanyaan mengenai materi yang sudah disampaikan.
- Meminta peserta untuk melakukan praktik cuci tangan dengan benar untuk mengetahui dan mengukur pemahaman tentang materi yang telah disampaikan.
- Kegiatan di akhiri dengan membagikan goody bag dan makan bersama.

### **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pengabdian yang dilakukan kepada masyarakat merupakan suatu usaha untuk menyebarluaskan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni kepada masyarakat. Kegiatan tersebut dapat memberikan banyak manfaat bagi masyarakat, baik dalam kegiatan ekonomi, kebijakan, dan perubahan perilaku (sosial). Edukasi tentang Cara Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) yang diberikan kepada anak-anak Yayasan Hidayatul Wildan diharapkan mampu meningkatkan pemahaman anak-anak tentang CTPS yang benar dan dapat menjadi kebiasaan yang dilakukan setiap hari. Dengan menjadikan CTPS sebagai kegiatan yang dilaksanakan setiap hari, rantai penularan penyakit yang disebabkan oleh kuman dan bakteri dapat diputus dan mampu meningkatkan derajat kesehatan di masyarakat.

Secara umum, kegiatan dapat terlaksana dengan sangat baik. Data yang berhasil kami peroleh dari kegiatan pengabdian masyarakat yang berlokasi di Yayasan Hidayatul Wildan dengan tema edukasi yang diangkat yaitu, mencuci tangan terhadap anak usia dini, dimana anak-anak aktif dalam mengikuti kegiatan edukasi upaya pemutusan rantai kuman, antara lain sebagai berikut:

#### **3.1. Cuci Tangan Pakai Sabun**

##### **3.1.1. Pengetahuan Anak dalam Mengetahui Manfaat dan Cara Mencuci Tangan yang Benar**

Sebagian besar anak-anak pada Yayasan Hidayatul Wildan mengetahui manfaat dari mencuci tangan yang baik dan benar. Mereka menyebutkan bahwa mencuci tangan dapat menghilangkan kuman yang terdapat pada tangan, membersihkan tangan dari kotoran dan sebagainya. Namun, banyak dari anak-anak Yayasan Hidayatul Wildan yang masih belum mengetahui cara mencuci tangan yang baik dan benar. Sehingga, kita dapat mengukur pengetahuan mereka mengenai cara mencuci tangan yang benar dan memberikan edukasi cara mencuci tangan yang baik dan benar.

##### **3.1.2. Keterampilan Anak dalam Melakukan Kegiatan Mencuci Tangan**

Pemaparan edukasi yang telah diberikan kepada anak-anak terkait cara mencuci tangan yang sesuai dengan kaidah enam langkah WHO berjalan dengan baik. Sebagian besar dari mereka memiliki antusias yang tinggi dalam mempraktikkan keterampilan tersebut. Sebagian kecil dari mereka belum terampil dalam mempraktikkan dan mengingat urutan mencuci tangan. Dengan diberikannya edukasi tentang keterampilan mencuci tangan yang baik dan benar anak-anak menjadi lebih tahu kapan mereka harus melakukan cuci tangan, apa saja manfaat lebih yang didapatkan dan sebagainya. Salah satu cara yang efisien dalam mengingat yaitu dibuatnya kata singkatan "TePung SelaCi PolPut" yang dimana Te (Telapak Tangan), Pung (Punggung Tangan), Sela (Sela-sela Jari), Ci (Gerakan Mengunci), Pol (Gerakan memutar jempol atau ibu jari) dan Put (Gerakan putar memutar pada bagian ujung jari).

##### **3.1.3. Perilaku Anak sebelum Mendapat Edukasi Mencuci Tangan**

Perilaku yang dimiliki anak menjadi salah satu faktor yang penting dalam menjaga kebersihan tangan. Sebelum diberikan edukasi tentang cuci tangan yang baik dan benar, sebagian besar anak-anak Yayasan Hidayatul Wildan belum mengetahui cara mencuci tangan mereka dengan mengikuti langkah-langkah yang sesuai. Beberapa dari mereka pun tidak melakukan cuci tangan sebelum ataupun sesudah aktivitas. Kebiasaan yang mereka lakukan juga didasarkan oleh kurangnya pemahaman mengenai manfaat dan tidak mengetahui cara mencuci tangan yang benar.

##### **3.1.4. Perilaku Anak Terkait Aqidah dan Akhlak**

Anak-anak yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat pada Yayasan Hidayatul Wildan memiliki akhlak yang sangat baik. Anak-anak tersebut sangat antusias dalam mengikuti rangkaian acara, berpakaian dengan sopan dan rapi, serta menggunakan tutur kata yang baik

dalam penyampaian. Saat pemaparan materi sedang berlangsung, mereka mendengarkannya secara serius dan mengaplikasikannya dengan baik dan benar.

Tabel 1. Identifikasi Hambatan dan Masalah

Kegiatan	Identifikasi Masalah	Hambatan
Pengabdian kepada masyarakat dengan memberikan edukasi terkait dengan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) kepada anak-anak Yayasan Hidayatul Wildan	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Kurangnya pemahaman anak-anak dan masyarakat mengenai pentingnya mencuci tangan</li><li>2. Kurangnya fasilitas untuk mencuci tangan dengan benar</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Anak-anak dan masyarakat tidak memahami manfaat dan pentingnya mencuci tangan</li><li>2. Kebiasaan tidak mencuci tangan sebelum dan sesudah melakukan berbagai macam aktivitas sehari-hari</li></ol>

#### 4. EVALUASI

Secara garis besar, kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan berjalan dengan baik dan sesuai dengan tujuan yang diinginkan. Melalui metode penyuluhan dan penerapan, anak-anak dapat mengerti dan menerapkan cuci tangan pakai sabun (CTPS) menurut WHO. Beberapa hal yang dapat dijadikan evaluasi kegiatan ini adalah :

- a. Pengetahuan anak-anak mengenai cuci tangan pakai sabun (CTPS) meningkat setelah pemaparan dari pada sebelumnya.
- b. Kesadaran anak-anak dalam menerapkan cuci tangan pakai sabun (CTPS) meningkat walaupun belum ada pemantauan yang dilakukan secara berkala.
- c. Anak-anak juga terlihat semakin mahir dan terampil dalam melakukan cuci tangan pakai sabun (CTPS) sesuai dengan anjuran WHO.
- d. Keaktifan anak-anak dalam melakukan cuci tangan pakai sabun (CTPS) menandakan adanya ketertarikan untuk menerapkan cuci tangan pakai sabun (CTPS) dalam kehidupan sehari-hari.
- e. Pemahaman dan pengetahuan mengenai penerapan cuci tangan pakai sabun (CTPS) dapat didukung melalui peran aktif guru, orang tua ataupun lingkungan setempat.

Beberapa hal yang dapat dilakukan untuk mendukung kegiatan serupa diantaranya : memperluas audiensi, contohnya: melibatkan seluruh warga lingkungan tempat tinggal anak-anak tersebut ; melakukan pemantauan hasil secara berkala untuk mengukur tingkat kesuksesan kegiatan ; dan melakukan kegiatan kebersihan lainnya yang dapat mendukung pengetahuan.

#### 5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan Kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan di Yayasan Hidayatul wildan dalam rangka mengedukasi anak-anak tentang seberapa penting cuci tangan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini memberikan dampak positif. Anak-anak di Yayasan Hidayatul Wildan diharapkan mampu menerapkan cara cuci tangan dengan baik dan benar. Dengan tujuan terhindar dari berbagai kuman. Antusiasme yang ditunjukkan anak-anak Yayasan Hidayatul Wildan mengindikasikan bahwa mereka tertarik untuk melakukan cuci tangan. Meskipun pada awalnya anak masih belum bisa cara cuci tangan yang baik dan benar, setelah diberikan edukasi pemahaman dan keterampilan mereka meningkat secara signifikan. Pemberian reward juga semakin membuat anak di Yayasan Hidayatul wildan termotivasi untuk mempraktikkan cuci tangan dengan langkah-langkah yang tepat.

Dengan demikian kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat dikatakan sukses, karena sesuai dengan tujuan awal, yaitu mengedukasi dan meningkatkan kesadaran anak Yayasan

Hidayatul Wildan dalam menerapkan cuci tangan dengan langkah-langkah yang tepat dan benar. Kemudian hal yang dapat dilakukan untuk pengembangan kegiatan kedepannya antara lain dengan cara memperluas cangkupan sasaran, melibatkan peran dari guru secara aktif, serta melakukan monitoring dan evaluasi monitoring dan evaluasi secara rutin pasca kegiatan.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Adha, N., Izza, F. N., Riyantiasis, E., Pasaribu, A. Z., & Amalia, R. (2021). PENGARUH KEBIASAAN MENCUCI TANGAN TERHADAP KASUS DIARE PADA SISWA SEKOLAH DASAR: A SYSTEMATIC REVIEW. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(2), 112-119. <https://doi.org/10.31004/JKT.V2I2.1842>
- Anugerah, M. F., . H., Yulianti, W., & Juariah, S. (2019). PENYULUHAN CUCI TANGAN PAKAI SABUN DI SDN 128 PEKANBARU KELURAHAN RANTAU PANJANG PEKANBARU. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, 3(1), 29-35. <https://doi.org/10.36341/JPM.V3I1.980>
- Brilian, A., Saptiko, ;, Delima, ;, & Liana, F. (2016). GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN DAN SIKAP MENCUCI TANGAN PADA IBU RUMAH TANGGA ANGGOTA POSYANDU DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS KECAMATAN PONTIANAK UTARA. *Jurnal Mahasiswa PSPD FK Universitas Tanjungpura*, 3(1). <https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jfk/article/view/16422>
- Masyarakat, K. (2015). PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) MASYARAKAT DESA SAMIR DALAM MENINGKATKAN KESEHATAN MASYARAKAT. *Publiciana*, 8(1), 107-126. <https://doi.org/10.36563/PUBLICIANA.V8I1.43>
- Randan, J. R., Sihombing, R. M., & Lebdawicaksaputri, K. (2020). Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Mencuci Tangan Pengunjung di Satu Rumah Sakit Swasta Indonesia Tengah. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 10(03). <https://doi.org/10.33221/JIIKI.V10I03.588>

## Halaman Ini Dikосongkan