

Penyuluhan Cuci Tangan Pada Anak TK Nurul Muslimin Pontianak

**Lestari Makmuriana, Jaka Pradika, Risty Rachmaningrum, Wulan, Riany Annisa,
Vivi Indah Lestari**

Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan Muhammadiyah Pontianak
Email: lestarimakmuriana@gmail.com

Abstrak

PHBS adalah kebiasaan yang harus diajarkan sejak dini. Pada kenyataannya tidak banyak orang tua yang memahami PHBS, sehingga lembaga pendidikan perlu mengajarkan hal tersebut. Namun, hasil observasi di lapangan menunjukkan bahwa tidak banyak promosi kesehatan terkait PHBS yang dilakukan di lingkungan sekolah, terutama tingkat TK dan SD. Padahal, anak-anak pada usia TK dan SD lebih sering melakukan aktivitas yang rentan untuk kuman atau bakteri masuk ke tubuh anak, seperti bermain, menulis, atau aktifitas-aktifitas lainnya. Sebagai contoh, sering dijumpai anak-anak TK yang ketika pulang ke rumah masih dalam keadaan tangan kotor akibat pewarna atau sisa-sisa aktivitas bermain mereka. Seharusnya, sebelum pulang anak-anak perlu diajarkan untuk bersih diri minimal dengan cara mencuci tangan dengan benar dan bersih. Sehingga, PKM ini bertujuan untuk memberikan penyuluhan terkait cara mencuci tangan yang benar bagi anak-anak TK agar mereka memiliki pengetahuan tentang kebersihan sejak awal. PKM ini dilakukan di RA Nurul Muslimin dengan total peserta 30 orang anak-anak yang berada di kelas B2. Penyuluhan disampaikan dengan metode ceramah dengan bantuan media audio visual. Penyuluhan ini berjalan dengan lancar dan peserta dapat menerima materi yang diberikan serta aktif dan bersemangat selama mengikuti penyuluhan.

Kata Kunci: Penyuluhan, Cuci, Tangan,

Abstract

PHBS (clean and healthy lifestyle) is a habit that must be taught early on. In fact, many parents do not understand PHBS well, so educational institutions need to teach it. However, the real condition indicates that not many health promotions related to PHBS is carried out in the school, especially in the kindergarten and elementary level. In fact, children at that stage more often do activities that are vulnerable to germs or bacteria entering the child's body, such as playing, writing, or other activities. For example, it is common to see kindergarten students who have not cleaned their hand when they return home due to coloring activity or playing activities. Children should be taught to clean themselves at least by washing their hands properly and cleanly before going home. Thus, this community service activity aims to provide seminar related to proper hand washing for kindergarten students so that they have knowledge about hygiene from the very beginning. The community service activity was conducted in RA Nurul Muslimin to 30 participants who were in class B2. Seminar is delivered by the lecturing and using audio-visual media. This counseling went smoothly and participants could receive the material well and were active and enthusiastic during the activity.

Keywords: Hands, Seminar, Washing,

PENDAHULUAN

Sekolah taman kanak-kanak (TK) merupakan institusi pendidikan formal tingkat awal yang berfungsi sebagai sarana belajar keterampilan awal seperti menulis dan membaca serta sebagai tempat untuk membangun kemampuan motorik, komunikasi, dan sosialisasi bagi peserta didik. Kemampuan tersebut dibangun melalui interaksi dua arah antara peserta didik dengan guru dan peserta didik dengan teman sebaya. Interaksi dengan guru dirancang melalui kegiatan-kegiatan yang menarik seperti belajar sambil bermain. Proses interaksi dengan teman sebaya mendorong anak-anak untuk bermain bersama teman-teman mereka seperti bermain kejar-kejaran, ayunan,

bola dan lain-lain. Aktifitas seperti ini dapat menjadi ancaman penularan penyakit apabila tidak dilakukan pencegahan yang tepat karena anak-anak berusia 5-6 tahun rentan terhadap penyebaran penyakit.

Penyebaran penyakit umumnya terjadi akibat kurangnya pengetahuan terkait pola hidup bersih dan sehat (PHBS) baik di lingkungan keluarga. Oleh karena itu, sekolah sebagai lembaga pendidikan perlu melengkapi pengetahuan yang kurang terkait PHBS. Penanaman nilai-nilai PHBS di sekolah merupakan kebutuhan yang dapat dilakukan melalui pendekatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). Promosi Kesehatan merupakan upaya untuk meningkatkan kesadaran seseorang terhadap masalah kesehatan. Kesadaran ini diharapkan dapat mencegah timbulnya masalah-masalah kesehatan, memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan serta mampu mengatasi masalah kesehatan yang terjadi di lingkungan mereka secara benar dan bijak.

Berdasarkan hasil pengkajian pada 20 orang murid TK Nurul Muslimin, didapatkan data bahwa semua anak tidak mengetahui cara mencuci tangan dengan benar. Selain itu 5-10 % dari anak TK Nurul Muslimin memiliki kuku yang panjang dan kotor. Kuku yang panjang dan kotor dapat menjadi indikator bahwa kesadaran PHBS khususnya kebersihan tangan sangat kurang. Sehingga perlu untuk dilakukan sosialisasi pola hidup bersih agar anak-anak dapat menjaga kebersihan sedini mungkin dengan melakukan tindakan yang paling sederhana. Sosialisasi juga diharapkan dapat mendorong guru-guru untuk dapat secara rutin mendorong anak-anak untuk menerapkan PHBS di sekolah seperti cuci tangan sebelum makan dan setelah bermain.

Perilaku Hidup Bersih dan sehat (PHBS) adalah perilaku yang dipraktekkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat. (Nurmahmudah, Puspitasari, & Agustin, n.d.). PHBS bertujuan menjadikan anggota masyarakat sebagai agen perubahan dalam meningkatkan kualitas perilaku sehari – hari dengan tujuan hidup bersih dan sehat. Menurut kemenkes, tujuan utama dari gerakan PHBS adalah meningkatkan kualitas kesehatan melalui proses penyadartahuan yang menjadi awal dari kontribusi individu – individu dalam menjalani perilaku kehidupan sehari – hari yang bersih dan sehat. Demi tercapainya tujuan, gerakan PHBS ini terbagi menjadi 5 tatanan yang didasarkan pada tempat masyarakat beraktivitas pada umumnya. Tatanan tersebut adalah PHBS di Rumah Tangga, PHBS di Sekolah, PHBS di tempat kerja, PHBS di Sarana kesehatan, dan PHBS di tempat umum. Sesuai dengan sasaran dari PKM yang dilakukan, maka PHBS di Sekolah menjadi fokus utama dalam pelaksanaan PKM ini.

PHBS di sekolah merupakan perilaku yang dilakukan oleh guru, peserta didik dan masyarakat di lingkungan sekolah tersebut dalam upaya menjaga kesehatan sehingga secara

mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat yang dilandasi kesadaran diri tentang pentingnya menjaga kesehatan (Wokas, 2018). PHBS ini apabila dijalankan secara teratur dan berkelanjutan akan mampu menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat, meningkatkan proses belajar mengajar dan menjaga kesehatan siswa, guru hingga masyarakat lingkungan.

PHBS di lingkungan sekolah dapat diwujudkan dengan (1) mencuci tangan dengan sabun saat sebelum dan sesudah makan, (2) mengkonsumsi jajanan sehat, (3) menggunakan jamban bersih dan sehat, (4) olahraga yang teratur, (5) Memberantas jentik nyamuk, (6) Tidak merokok di lingkungan sekolah, (7) Membuang sampah pada tempatnya, dan (8) Melakukan kerja bakti bersama warga lingkungan sekolah untuk menciptakan lingkungan yang sehat.

Pembinaan PHBS secara resmi dikelola oleh pusat promosi kesehatan (Pusat Promkes) dengan pendekatan tatanan sebagai strategi pengembangan. Pembinaan PHBS adalah upaya untuk menciptakan dan menjaga perilaku hidup dengan berorientasi pada kebersihan dan kesehatan di masyarakat, agar masyarakat dapat mencegah dan menanggulangi masalah kesehatan secara mandiri. Tiga strategi pokok yang harus diterapkan menurut piagam Ottawa (*Ottawa Charter*) dalam promosi kesehatan adalah (1) advokasi, (2) bina suasana, dan (3) pemberdayaan. Di Indonesia, strategi pokok tersebut kemudian diformulasikan dalam gerakan pemberdayaan yang didukung oleh bina suasana, dan advokasi serta dilandasi oleh semangat kemitraan (Kementrian Kesehatan RI, 2011).

Di institusi pendidikan, pembinaan PHBS dilaksanakan melalui kegiatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). Pemberdayaan di institusi pendidikan seperti sekolah, madrasah, pesantren, seminari dan lain-lain, dilakukan terhadap peserta didik. Klinik Konsultasi Kesehatan (UKBM) yang dikelola oleh para pendidik dan kader dibantu petugas kesehatan dari Puskesmas/ rumah sakit/dinas kesehatan dapat bertindak sebagai tim pemberdayaan untuk tatanan PHBS di lingkungan sekolah. Pembinaan ini dibantu dengan bina suasana yaitu dengan pemanfaatan media seperti billboard di halaman, poster di dinding kelas, pertunjukan film, pemuatan makalah/berita di majalah dinding atau majalah sekolah atau dengan mengadakan seminar yang disampaikan oleh praktisi kesehatan. Sedangkan advokasi di institusi pendidikan dilakukan oleh pemilik/pimpinan institusi pendidikan dengan cara memberikan dukungan berupa kebijakan/pengaturan dan menyediakan sarana agar PHBS dapat terlaksana. Penyandang dana juga perlu untuk melakukan advokasi khususnya di bidang pendanaan agar pembinaan PHBS ini berjalan

PENDEKATAN

Pendekatan yang dilakukan adalah promosi kesehatan berupa penyuluhan PHBS di sekolah dengan menggunakan beberapa strategi yang bersifat paripurna (*komprehensif*). Penyuluhan

PHBS ini dibatasi pada indikator mencuci tangan dengan sabun dikarenakan terbatasnya waktu dan efektifitas dari kegiatan yang dilakukan. Penyuluhan ini dilakukan di sekolah TK Nurul Muslimin, Kecamatan Sungai Raya, Kabupaten Kubu Raya. Penyuluhan ini dilakukan oleh 2 orang dosen dan dibantu oleh 4 orang mahasiswa. Penyuluhan ini dilakukan kepada 30 peserta didik yang duduk di kelas B2 dan didampingi oleh guru kelas dan pihak yang terkait dari sekolah mitra.

Penyuluhan ini dilakukan dengan melalui 4 tahapan yaitu (1) survey kelompok sasaran, (2) persiapan sarana dan prasarana, (3) pelaksanaan kegiatan inti, dan (4) evaluasi. Survey kelompok sasaran bertujuan untuk mendapatkan informasi tentang lokasi dan tujuan yang belum pernah diadakan kegiatan yang serupa. Persiapan sarana dan prasarana meliputi pemilihan tempat sosialisasi yang tepat dan efektif dan persiapan alat-alat yang dibutuhkan seperti handuk dan sabun. Pada kegiatan ini, muatan program yang paling penting adalah memberikan penyuluhan dan demonstrasi cara mencuci tangan dengan benar. Penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah, demonstrasi cara mencuci tangan dan tanya jawab. Agar muatan materi tersampaikan dengan maksimal, maka digunakan media berupa leaflet berisi tentang pengertian, tujuan, alat dan bahan, dan teknik mencuci tangan dengan cara biasa serta video demonstrasi terkait kegiatan mencuci tangan. Kegiatan terakhir yang dilakukan adalah evaluasi yang meliputi evaluasi struktur, proses dan hasil.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan PHBS khususnya terkait mencuci tangan dengan sabun dilakukan pada tanggal 22 maret 2018 di RA Nurul Muslimin jalan adi sucipto Gang gertak kuning Kabupaten Kubu Raya, Kalimantan Barat dengan jumlah peserta anak-anak sebanyak 30 orang. Kegiatan inti penyuluhan dilakukan dengan 4 tahap yaitu (1) PraInteraksi, (2) Interaksi, (3) Demonstrasi, dan (4) Post interaksi. Tahap pra interaksi dilakukan dengan memperkenalkan diri dan menyampaikan maksud dan tujuan dari penyuluhan tersebut. Tahap interaksi dilakukan dengan metode ceramah. Pada tahap ini tim penyuluh menyampaikan beberapa hal yaitu (1) menjelaskan definisi cuci tangan dengan benar, (2) menjelaskan tujuan mencuci tangan dengan benar, (3) menjelaskan manfaat cuci tangan, (4) menjelaskan waktu-waktu mencuci tangan dengan benar, (5) menjelaskan peralatan yang digunakan saat mencuci tangan, dan (6) menjelaskan 6 langkah mencuci tangan. Demi memberikan gambaran yang nyata tentang cara mencuci tangan dengan sabun, digunakan video cuci tangan dengan sabun yang akan memicu anak-anak untuk meniru berdasarkan gerakan yang dicontohkan dengan diiringi musik. Setelah anak-anak menonton, dilanjutkan ke tahap demonstrasi. Pada tahap ini anak-anak langsung mempraktekkan cara mencuci tangan yang benar

dengan bantuan langsung dari tim penyuluh. Setelah praktek langsung, kegiatan post interaksi dilakukan berupa pemberian kesimpulan dan masukan, serta mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan.

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa kegiatan cuci tangan dengan benar dan bersih sebagai salah satu indikator PHBS dapat dilakukan sedini mungkin seperti di usia TK. Menurut hasil pengamatan yang dilakukan selama penyuluhan 90% peserta mampu untuk memberikan perhatian kepada tim penyuluh, yang menandakan mereka telah mampu untuk menyerap informasi sederhana yang telah disampaikan khususnya dengan bantuan media audio visual dan praktik langsung. Peserta tampak menyimak dengan serius saat penyampaian materi. Peserta tampak bersemangat dalam mengikuti penyuluhan karena banyak terlihat anak berperan aktif saat diajak pemateri maupun saat pemateri memberikan pertanyaan. Keberhasilan penyuluhan juga dipengaruhi oleh kemampuan penyaji dalam memahami isi yang disampaikan dan menyusun materi tersebut dengan bantuan media yang menarik sehingga memudahkan peserta untuk memahami isi yang disampaikan. Pemilihan alat dan bahan yang sederhana seperti air yang mengalir, sabun dan handuk yang sering dijumpai di sekitar peserta membuat mereka tidak mengalami kesulitan selama masa praktik mencuci tangan dengan bersih.

PENUTUP

1. Kesimpulan

Kegiatan penyuluhan cuci tangan dengan bersih sebagai indikator PHBS yang dilakukan di RA Nurul Muslimin Sungai Raya, Kabupaten Kubu Raya berjalan dengan lancar. Peserta mampu memahami materi yang disampaikan dengan baik. Peserta dapat melakukan cuci tangan dengan bersih sesuai dengan langkah-langkah yang telah disampaikan saat penyuluhan. Peserta terlihat aktif dan bersemangat selama mengikuti kegiatan penyuluhan.

2. Saran

- a. Peserta disarankan untuk tetap melakukan kegiatan cuci tangan dengan bersih sesuai dengan langkah-langkah yang telah disampaikan kepada peserta pada saat penyuluhan.
- b. Kepada dewan guru pendamping disarankan untuk dapat mendorong anak-anak muridnya untuk mencuci tangan dengan bersih khususnya sebelum dan sesudah makan, serta setelah bermain.
- c. Guru diharapkan dapat menyampaikan hasil penyuluhan kepada wali murid sehingga para wali dapat mendorong anak-anak melakukan hal serupa di rumah

REFERENSI

- Kementerian Kesehatan RI. (2011). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia. *Peraturan Menteri Kesehatan No. 2406 TAHUN 2011 Tentang Pedoman Umum Penggunaan Antibiotik*, 4. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Nurmahmudah, E., Puspitasari, T., & Agustin, I. T. (n.d.). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Sekolah. *JURNAL ABDIMAS UMTAS LPPM – Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya Volume: 1, Nomor: 2 E-ISSN: 2614-8544*, 46–52.
- Wokas, A. (2018). GAMBARAN TENTANG PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DI SEKOLAH DASAR NEGERI GUMPANG 01 KARTASURA SUKOHARJO Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I pada, 3–15.