

## Upaya Meningkatkan Perilaku Mencuci Tangan melalui Permainan Bermain Peran di RA Islam Terpadu Nurul Iلمي

Anti Pebriani Syahpitri<sup>1</sup>, Hotma Sari Harahap<sup>2</sup>, Tiara Winanda<sup>3</sup>, Zahra Yunita<sup>4</sup>,  
Khadijah<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup> Universitas Islam negeri sumatera Utara

Email: febrioppo80@gmail.com<sup>1</sup>, piaud4.hotmasari04@gmail.com<sup>2</sup>,  
tiarawinanda25@gmail.com<sup>3</sup>, zahrayunita49@gmail.com<sup>4</sup>, khadijah@uinsu.ac.id<sup>5</sup>

### Abstrak

Mencuci tangan merupakan proses atau mekanisme melepaskan kotoran dan debris dari kulit tangan dengan menggunakan sabun biasa dan air. Setia anak dapat melakukan kegiatan cuci tangan. Kegiatan ini sangat mudah dilakukan pada anak normal, berbeda dengan anak tunagrahita yang mempunyai hambatan pada kemampuan koordinasi jar jarinya. Dengan bermain puzzle maka anak akan terlatih berfikir secara kritis. Mainan berupa gambar terbagi dalam potongan-potongan yang beraneka bentuk, bahan, ukuran, dari tingkat mudah sampai ke tingkat yang lebih rumit. Puzzle memiliki gambar yang sangat bervariasi seperti kartun, mobil, buah-buahan dan sebagainya.

**Kata Kunci:** Mencuci Tangan, Bermain Puzzle, Anak-Anak

### Abstract

Hand washing is a process or mechanism for removing dirt And debris from the skin of the hands by using I soap Ordinary and water. Every child can do hand washing activities. This activity is very easy to do for normal children, in contrast to mentally retarded children who have obstacles in the ability to coordinate their fingers. By playing puzzles, children will be trained to think critically. Toys in the form of pictures are divided into pieces of various shapes, materials, sizes, from easy levels to more complicated levels. Puzzles have very varied images such as cartoons, cars, fruits and so on.

**Keywords:** Washing Hands, Playing puzzles, Kids

### PENDAHULUAN

Usia empat tahun pertama seorang anak merupakan hal yang sangat penting, karena pada usia tersebut terjadi pembentukan jaringan dan perkembangan yang sangat cepat (Howard, 2003). Salah satu diantaranya adalah perilaku hidup bersih dan sehat yang dilakukan akan mempengaruhi tumbuh kembangnya anak tersebut. Pertumbuhan dan perkembangan adalah dua hal yang berbeda. Menurut Soetjiningsih (Soetjiningsih, 2002) pertumbuhan dan perkembangan memerlukan protein dan asam lemak yang seimbang dan diperlukan stimulasi yang tepat dan berkualitas. Sehingga badan dan struktur tubuhnya bertambah lengkap. Lebih lanjut manfaat mengembangkan perilaku sehat sejak dini pada anak akan memiliki pola hidup sehat di kemudian hari. Artinya anak usia dini yang terbiasa dengan perilaku hidup sehat tidak mudah hilang pada tahapan perkembangan selanjutnya. Selain itu anak usia dini telah memiliki pola hidup sehat, maka mereka akan terbebas dari serangan berbagai macam penyakit yang sering terjadi pada anak usia dini, seperti batuk/pilek, flek atau TBC, diare, demam, campak, infeksi telinga, dan penyakit kulit Oleh karena itu membentuk pola hidup sehat lebih mudah daripada mengubah perilaku hidup sehat. Membentuk perilaku sehat pada anak usia dini bukan menjadi tugas orang tua semata, melainkan juga pihak sekolah. Anak usia dini belajar dari apa yang mereka dengar dari orang tua dan orang-orang dewasa di sekitar lingkungan mereka. Jika

orang tua membiasakan perilaku sehat sejak dini, maka anak pun akan terbiasa dengan perilaku sehat tersebut. Misalnya, orang tua membiasakan anak untuk membuang sampah pada tempatnya, maka kebiasaan tersebut akan dimiliki anak sampai tahap perkembangan selanjutnya. Pentingnya kesehatan bagi kesejahteraan setiap manusia maka tentunya kita semua ingin hidup dalam kondisi yang sehat. Namun kenyataan di lapangan terlihat bahwa untuk mewujudkan kondisi yang sehat tidaklah mudah, banyak faktor yang mempengaruhinya. Masih rendahnya pengetahuan dan pemahaman sebagian masyarakat kita, menyebabkan mereka tidak hidup sehat. Di samping itu faktor lain seperti lemahnya kondisi ekonomi masyarakat juga menyebabkan rendahnya kemampuan mereka dalam memilih tempat tinggal, mencukupi gizi keluarga dan menyediakan sarana sanitasi yang memadai. Sebagian besar masyarakat tidak memiliki uang yang cukup untuk memenuhi kebutuhan gizi yang baik, padahal gizi yang baik sangat berhubungan dengan kecerdasan. Manfaat PHBS di masyarakat adalah masyarakat mampu menciptakan lingkungan yang sehat, mencegah penyebaran penyakit, masyarakat memanfaatkan pelayanan fasilitas kesehatan dan mampu mengembangkan kesehatan yang bersumber dari masyarakat.

Cuci tangan adalah kegiatan yang paling sering dilakukan setiap hari. Cuci tangan merupakan dasar dari pentingnya menjaga kesehatan diri dan upaya preventif dari berbagai macam penyakit yang ditimbulkan akibat tangan yang kotor. Waktu yang tepat untuk mencuci tangan adalah setelah dari jamban, setelah membersihkan anak dari BAB, sebelum menyiapkan makanan, sebelum makan, dan setelah menyentuh hewan (Depkes RI, 2012).

Setiap anak dapat melakukan kegiatan cuci tangan. Kegiatan ini sangat mudah dilakukan pada anak normal, berbeda dengan anak tunagrahita yang mempunyai hambatan pada kemampuan koordinasi jari-jarinya. Dalam upaya meningkatkan kemampuan cuci tangan pada anak tunagrahita dapat dilakukan dengan beberapa metode pembelajaran.

Salah satu metode yang dapat digunakan dalam pembelajaran anak di sekolah adalah metode cooperative learning. Metode cooperative learning yang sering digunakan adalah metode jigsaw. Model jigsaw ini terdiri dari beberapa kelompok, dimana setiap kelompok mengirimkan beberapa anggota kelompoknya untuk membentuk kelompok ahli dan kemudian kembali lagi ke kelompok sebelumnya untuk menjelaskan materi (Isjoni, 2010).

Bentuk kegiatan cuci tangan yang akan dilakukan harus menghibur agar mudah dimengerti oleh anak dengan tunagrahita. Kegiatan ini perlu pemberian stimulus yang tepat agar anak lebih termotivasi melakukan kegiatan cuci tangan. Pada usia anak-anak stimulus yang tepat adalah bermain, karena pada usia anakanak sebagian besar waktunya digunakan untuk bermain. Selain itu, dengan bermain pembentukan pribadi dan sosial pada anak dengan tunagrahita akan sangat berpengaruh. Bermain akan membantu menstimulasi pertumbuhan dan perkembangan anak (Christina, 2011).

Beberapa metode yang dapat diterapkan pada anak dengan tunagrahita adalah melukis, menghitung, meronce, dan balok. Metode yang dipilih harus menghibur, mendidik, dan dapat meningkatkan keterampilan anak dengan tunagrahita, dan juga tidak melukai atau membahayakan diri sendiri dan orang lain. Prinsip lain dalam permainan adalah untuk membantu pencapaian dalam proses tumbuh kembang. Salah satu jenis permainan yang dipilih oleh peneliti adalah bermain puzzle (Damay, 2012)

Metode bermain puzzle adalah media permainan anak yang sangat menarik dan menyenangkan yang akan merubah dan meningkatkan kemampuan anak untuk berperilaku sehat. Alat permainan untuk pendidikan usia anak-anak harus dirancang sebaik mungkin agar lebih menarik dari pada permainan yang tidak di desain, sebab anak-anak biasanya menyukai alat permainan dengan bentuk yang sederhana dan tidak rumit yang disertai dengan warna dan bentuk yang menarik (Soraya, 2013).

Penelitian ini dilakukan Di TK RA Islam Terpadu Nurul Ilmi bertujuan meningkatkan perilaku mencuci tangan pada siswa. Berdasarkan latar belakang yang

sudah ditulis penelitian dilakukan dengan metode bermain peran Bermain Puzzle Terhadap Kemampuan Mencuci tangan Anak Di TK RA Islam Terpadu Nurul Ilmi

## **METODE PENELITIAN**

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Quasy eksperiment*. Teknik sampling adalah suatu proses atau seleksi sampel yang digunakan dalam penelitian dan populasi yang ada., sehingga jumlah sampel yang akan mewakili sampel yang ada (Hidayat, 2012). Teknik sampling yang akan digunakan adalah sampling jenuh..

## **PEMBAHASAN**

Pendidikan kesehatan merupakan suatu bentuk tindakan mandiri keperawatan untuk membantu klien individu, kelompok, maupun masyarakat dalam mengalami masalah kesehatan melalui kegiatan pembelajaran yang dimana perawat sebagai pendidik. Pendidikan kesehatan adalah suatu upaya persuasi kepada masyarakat agar mau melakukan tindakan-tindakan memelihara dan meningkatkan taraf kesehatannya. Jadi, dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan adalah suatu bentuk kegiatan dengan menyampaikan materi tentang kesehatan dengan tujuan dapat mengubah perilaku sasaran (Notoadmojo, 2011)

Mencuci tangan merupakan proses atau mekanisme melepaskan kotoran dan debris dari kulit tangan dengan menggunakan sabun biasa dan air. Mencuci tangan adalah tindakan sanitasi tangan dan jari jemari dengan menggunakan sabun ataupun cairan lain dibawah air yang mengalir (Rosidi, 2012).

Cuci tangan pakai sabun (CTPS) adalah tindakan membersihkan tangan dan jari jemari dengan menggunakan air dan sabun untuk menjadi bersih. Mencuci tangan dengan sabun merupakan salah satu pencegahan dari berbagai macam penyakit. Hal ini dilakukan karena tangan serigkali menjadi agen yang membawa kuman dan menyebabkan pathogen berpindah dari satu orang ke orang lain, baik itu secara kontak langsung maupun tidak langsung (Depkes RI, 2013).

Cuci tangan pakai sabun (CTPS) merupakan cara mudah dan tidak perlu biaya yang mahal. Karena itu membiasakan CTPS sama dengan mengajarkan anak-anak dan seluruh keluarga pola hidup sehat sejak ini.kedua tangan kita adalah salah satu jalur masuknya penyakit dalam tubuh. Sebab, tangan adalah anggota tubuh yang paling sering berhubungan langsung dengan mulut dan hidung. Penyakit yang pada umumnya timbul adalah karena tangan yang berkuman (Proverawati, 2012).

Kedua tangan kita sangatlah penting untuk membantu menyelesaikan kerjaan. Makan dan minum sangat membutuhkan kerja dari tangan. Jika tangan kita kotor maka tuuh akan beresiko terhadap masuknya mikroorganisme. Cuci tangan dapat berfungsi untuk menghilangkan/ mengurangi mikroorganisme yang mnempel di tangan. Cuci tangan harus dengan menggunakan air bersih dan sabun. Air yang tidak bersih mngandung kuman dan bakteri penyebab penyakit. Sabun dapat membersihkan kotoran dan membunuh kuman, (Proverawai, 2012).

Mencuci tangan sebelum makan dan minum sangat berperan penting dalam kaitannya dengan pencegahan infeksi cacingan, karea dengan mencuci tangan menggunakan air bersih dan sabun dapat lenih efektif menghilangkan kotoran dan debu secara mekanis dari permukaan kulit.

Cuci tangan sangat berguna untuk membersihkan kuman-kuman pada tangan. Tangan yang bersih akan mencegah penularan penyakit. Dengan mencuci tangan, maka tangan akan menjadi bersih dan terbebas dari segala kuman penyebab pnyakit. Langkah yang benar untuk mencuci tangan yang benar menurut ajaran WHO adalah sebagai berikut :

1. Tuang sabun pada telapak tangan dan ratakan dengan menggososkkan pada kedua telapak tangan

2. Gosok punggung tangan dan sela-sela jari, lakukan pada kedua tangan secara bergantian.
3. Gosok kedua telapak tangan dan jari-jari tangan.
4. Gosok jari-jari sisi dalam kedua tangan dengan posisi saling mengunci
5. Gosok ibu jari kiri berputar dalam genggam tangan kanan dan lakukan sebaliknya.
6. Gosokkan dengan memutar ujung jari-jari tangan kanan di telapak tangan kiri, lakukan juga pada tangan yang kemudin dibilas

Bermain adalah suatu konsep yang sangat penting bagi setiap anak. Konsep pembelajaran bagi anak adalah bagaimana mereka bermain. Dengan bermain anak akan belajar tentang dunia luar dan lingkungan dimana mereka berada. Fungsi bermain pada anak mencakup perluasan keterampilan sensorimotor, keaktifitas, intelektual dan perkembangan sosial (Suriadi dan Yuliani, 2010).

Hidayat (2010) mengatakan bahwa bermain adalah suatu aktifitas dimana anak dapat melakukan atau mempraktikkan keterampilan, memberikan ekspresi, terhadap pemikiran, menjadi kreatif, mempersiapkan diri untuk berperan dan berperilaku dewasa.

Media selama proses pembelajaran berlangsung memiliki fungsi sebagai media yang dapat mengontrol kondisi ruang kelas, media dapat membuat anak tunagrahita saling berinteraksi, media meningkatkan motivasi dan minat. Beberapa media pembelajaran yang ada salah satunya adalah puzzle. Puzzle merupakan media pembelajaran yang menyenangkan dan tidak jenuh. Anak akan bermain sambil belajar menyusun gambar (Fariani, 2011).

Olivia (2011) mengatakan bahwa puzzle merupakan sebuah permainan menggabungkan gambar yang sebelumnya terpisah menjadi satu kesatuan yang memiliki arti. Dengan bermain puzzle maka anak akan terlatih berfikir secara kritis. Mainan berupa gambar terbagi dalam potongan-potongan yang beraneka bentuk, bahan, ukuran, dari tingkat mudah sampai ke tingkat yang lebih rumit. Puzzle memiliki gambar yang sangat bervariasi seperti kartun, mobil, buah-buahan dan sebagainya. Secara tidak langsung anak akan diminta memecahkan sebuah masalah. Masalahnya adalah menggabungkan potongan-potongan sehingga berbentuk menjadi sebuah gambar yang utuh.

Otak anak akan dilatih berfikir secara kreatif dengan memasang kepingan. Ketika tangan memasang potongan gambar, ketrampilan motorik halus anak akan semakin terasah. Motorik halus adalah koordinasi antara otot-otot kecil. Semakin terampil anak memasang potongan-potongan gambar maka keterampilan anak akan semakin baik. Berulang kali anak mencoba memasang dan menggabungkan potongan-potongan gambar, membantu anak membuat kesimpulan sebuah masalah.

Penerapan media puzzle dalam pembelajaran pada anak dapat menstimulus untuk ikut aktif dalam pembelajaran. Selain itu, puzzle juga bermanfaat jika digunakan dalam metode pembelajaran. Adapun manfaat dari puzzle itu sendiri adalah meningkatkan perhatian anak dalam proses pembelajaran sehingga suasana kelas menjadi aktif. Media puzzle dengan ukuran besar akan lebih memudahkan anak untuk menirukan gerakan cuci tangan sehingga secara tidak langsung anak akan lebih melatih kemampuan motorik kasarnya (Olivia, 2011).

Puzzle adalah salah satu media yang dapat dijadikan alternatif untuk menyampaikan materi pembelajaran pada anak tunagrahita. Puzzle dapat digunakan sebagai media untuk membantu anak belajar secara berkelompok ataupun mandiri, menciptakan suasana senang, serta keakraban dalam berinteraksi satu sama lain. Selain itu puzzle lebih menarik, interaktif, melatih kekuatan dan kemampuan motorik halus.

Kemampuan motorik halus anak dengan tunagrahita sedang mengalami hambatan. Kemampuan motorik halus yang akan dilatih adalah jari-jemari. Anak dengan tunagrahita yang bermain puzzle secara tidak langsung akan melakukan gerakan menggenggam, membuka, dan menutup jari-jemari. Beberapa hasil riset penggunaan

media puzzle yang telah dilakukan oleh samiyati (2012) tentang peningkatan akifitas dan minat belajar dengan media puzzle. Sampel dari kedua peneliti adalah siswa siswi sekolah dasar. Hasil penelitian yang diperoleh adalah terdapat pengaruh yang signifikan terhadap aktifitas dan minat belajar siswa.

Dengan media puzzle tingkat minat siswa mengikuti belajar cukup tinggi jika dibandingkan dengan metode ceramah yang diterapkan guru di sekolah. Peneliti akan menerapkan pengaruh pelatihan cuci tangan bersih dengan metode puzzle terhadap kemampuan mencuci tangan. Cuci tangan adalah aktifitas yang membutuhkan koordinasi dan gerakan jari-jemari. Anak tunagrahita akan dilatih mengkoordinasikan dan menggerakkan jari-jemari dengan bermain puzzle. Selain itu puzzle juga dapat meningkatkan daya ingat anak tunagrahita karena pada puzzle terdapat urutan langkah-langkah mencuci tangan.

Data penelitian diperoleh melalui wawancara dan observasi yang dilakukan saat penelitian pada bulan April 2022 di RA ISLAM TERPADU NURUL ILMI yaitu dimulai pada saat melakukan observasi bahwa untuk mendapatkan data yang diperoleh dengan cara memberikan sejumlah pertanyaan kepada guru yang telah tersusun dengan butir-butir pertanyaan sesuai dengan permasalahan yang ada. Jawaban yang diberikan terhadap sejumlah pertanyaan diajukan dicatat. Hasil observasi menggunakan lembar penilaian observasi yang telah disediakan untuk melihat indikator pada anak yang sudah dapat dinilai berkembang dan belum berkembang

## **SIMPULAN**

Metode bermain peran merupakan salah satu metode yang tepat dan disukai anak-anak untuk mengembnagkan perilaku mencuci tangan. Mencuci tangan perlu diterapkan karena merupakan hal yang penting untuk menjaga kesehatan pada anak-anak yang masih rentan terserang penyakit

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Fadli, Aulia. 2010. Buku Pintar Kesehatan Anak. Yogyakarta: Pustaka Anggrek
- Fazlin, S. 2013. "Tingkat Pengetahuan Siswa Tentang Teknik Mencuci Tangan Yang Benar Terhadap Kejadian Diare Di SDN 01 Pontianak Utara, Jurnal, Pontianak: Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura Pontianak.
- Helda.2017. Journal Of Social And Economics Research. Volume 2, Nomor 1
- Hidayat, A. Aziz Alimul.2008. Pengantar IlmuKeperawatan Anak 1.Jakarta: SalembaMedika
- Isjoni, H. 2010. Cooperative Learning (Efektifitas Pemebelajaran Kelompok).Bandung: CV Alfabet
- Kementerian Pendidikan Nasional. 2010. Pedoman Pelayanan Kesehatan Anak Disekolah Luar Biasa (SLB). Jakarta: Tidak Diterbitkan.
- Kemis, & Rosnawati, Ati. 2013. Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus Tunagrahita. Jakarta Timur: Luxima
- Maryunani, Anik. 2013. Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS).Jakarta: Trans Info Media
- Muhammad, M. 2011. Meningkatkan Kecerdasan Kinestik Melalui 70 Permainan Dengan Cone. Jakarta: Grasindo
- Muttaqin,Arif. 2008. Asuhan Keperawatan Dengan Klien Gangguan Persyarafan. Jakarta: Salemba Medika