

## Budaya Cuci Tangan Pakai Sabun (CPTS) di Lingkungan Sekolah

Durroh Humairoh<sup>1\*</sup>

*#Program Studi Si-Biologi, Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri*

*\*durroh.humairoh@iik.ac.id*

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) merupakan suatu intervensi kesehatan yang sederhana dan murah dalam mengurangi penularan berbagai macam penyakit, utamanya penyakit berbasis lingkungan seperti: Flu burung, diare, typhus, Infeksi Saluran Pernapasan (ISPA), kecacingan, infeksi saluran pencernaan, Typoid, Hepatitis, dan Polio pada balita. Praktik CTPS juga dapat menurunkan insiden diare. Hal ini membuat Praktik CTPS dipandang efektif untuk pencegahan penularan penyakit menular secara langsung. Praktik CTPS ternyata belum menjadi perilaku yang biasa dilakukan sehari-hari oleh masyarakat pada umumnya dan lingkungan sekolah pada khususnya. **Tujuan:** Penyuluhan yang dilakukan pada siswa Madrasah Ibtida'iyah Miftahul Huda memiliki tujuan agar siswa dapat memahami dan mengaplikasikan praktik cuci tangan pakai sabun dengan baik dan benar. **Metode:** Ceramah dan praktik langsung dengan sasaran siswa-siswi MI Miftahul Huda Desa Bakalan Grogol Kediri kelas I dan kelas II. Fokus penyuluhan pada langkah-langkah mencuci tangan menggunakan sabun, fungsi cuci tangan pakai sabun, dan lama bertahanannya kuman pada tangan tanpa sabun. **Hasil:** Berdasarkan hasil penyuluhan menunjukkan bahwa pemahaman siswa kelas I meningkat 61% dari 18% menjadi 79%, sedangkan kelas II pemahaman meningkat hingga 57% dari 42% menjadi 99%. **Kesimpulan:** Penyuluhan CPTS yang telah dilakukan dapat meningkatkan pengetahuan siswa MI Miftahul Huda tentang budaya cuci tangan dengan sabun.

**Kata Kunci:** *cuci, tangan, sekolah, sabun, CPTS*

## *Culture of Hands Washing with Soap in School Environment*

### ABSTRACT

**Background:** Hands Washing With Soap (HWWS) is a simple and inexpensive health intervention in reducing transmission of various diseases, mainly environmental-based diseases such as: bird flu, diarrhea, typhus, respiratory tract infections, worms, digestive tract infections, typhoid, Hepatitis, and Polio in infants. The practice of HWWS can also reduce the incidence of diarrhea. This makes the HWWS practice seen as effective for the prevention of direct transmission of infectious diseases. The practice of HWWS has not yet become a common practice for the community in general and the school environment in particular. **Objective:** The purpose of this education is so that students of Miftahul Huda Madrasah Ibtida'iyah can understand and apply the practice of washing hands with soap properly and correctly. **Methods:** The method used was lecture and direct practice targeting MI Miftahul Huda students in Bakalan Village Grogol Kediri class I and class II. Focus on counseling on the steps to wash hands using soap, the function of hand washing with soap, and how long the germs last on the hand without soap. **Results:** Based on the results of counseling, the understanding of grade I students increased 61% from 18% to 79%, while class II comprehension increased by 57% from 42% to 99%. **Conclusion:** HWWS counseling that has been done can increase the knowledge of MI Miftahul Huda students about the practice of washing hands with soap.

**Keywords:** *wash, hands, school, CPTS, soap*

## 1. PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) menjelaskan yang dimaksud dengan sehat adalah suatu keadaan jasmani, rohani, dan sosial yang sempurna dan bukan hanya bebas dari penyakit, cacat, dan kelemahan. Upaya yang harus ditempuh oleh Badan di bidang kesehatan dalam mewujudkan pembangunan kesehatan nasional antara lain: (1) *promotif*, yaitu upaya peningkatan pengetahuan siswa siswi tentang penyakit; (2) *preventif*, yaitu bagaimana mencegah suatu penyakit; (3) *kuratif*, upaya penyembuhan dari penyakit; (4) *rehabilitatif*, yaitu upaya pemulihan setelah upaya *kuratif*. Diharapkan melalui empat pokok upaya kesehatan ini kesehatan masyarakat Indonesia menjadi lebih baik.

Cuci tangan seringkali dianggap sebagai hal yang sepele, padahal kegiatan cuci tangan adalah hal penting sebab dapat memberi kontribusi pada status kesehatan masyarakat. Upaya promotif dan preventif dalam rangka meningkatkan derajat kesehatan bangsa dan masyarakat dapat dilakukan dengan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat. Terutama kebiasaan mencuci tangan menggunakan sabun merupakan bagian dari perilaku hidup sehat dimana ini adalah salah satu dari tiga pilar pembangunan bidang kesehatan yakni perilaku hidup sehat, penciptaan lingkungan yang sehat serta penyediaan layanan kesehatan yang bermutu dan terjangkau oleh semua lapisan masyarakat (Sudalhar dkk., 2017).

Upaya awal yang harus dioptimalkan untuk peningkatan kualitas kesehatan di lingkungan masyarakat, terutama sekolah adalah promotif dengan jalan penyuluhan tentang pentingnya kebersihan tangan demi menjaga kesehatan. Mencuci tangan merupakan cara yang cukup berperan dalam mencegah infeksi penyakit lebih lanjut. Pada tangan terdapat sekitar 1000 koloni bakteri flora normal yang memungkinkan bakteri patogen juga dapat hidup dan berkembang di kulit tangan tersebut. Tangan merupakan bagian tubuh manusia yang sangat intens dipergunakan oleh manusia dalam kehidupannya, dalam kontakannya dengan lingkungan tangan mudah sekali dihindangi kuman sehingga tangan menjadi pintu masuk kuman dalam tubuh manusia, yang dapat menyebabkan berbagai macam penyakit seperti diare, muntaber, dan ISPA. Oleh karena itu, penting sekali menjaga kebersihan tangan guna mencegah masuknya kuman ke dalam tubuh. Hal tersebut dapat dilakukan dengan mencuci tangan dengan menggunakan sabun (Sulug dan Silviani, 2012).

Berdasarkan laporan Sulug dan Silviani (2012) bahwa dari 85 siswa usia sekolah, 65% diantaranya tidak mencuci tangan setelah bermain dan tidak mencuci tangan sebelum makan, serta sering jajan sembarangan. Tujuan program penyuluhan tentang tata cara mencuci tangan dengan benar memakai sabun adalah sebagai pengingat kegiatan cuci tangan yang saat ini sering diabaikan oleh anak-anak, serta dapat menjadi sumber informasi dan pengetahuan baru bagi para siswa sehingga bisa lebih waspada dan bisa menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Fenomena tersebut mendasari untuk dilakukannya penyuluhan tentang cuci tangan yang baik dan benar menggunakan sabun di Madrasah Ibtida'iyah Miftahul Huda Desa Bakalan Kecamatan Grogol Kabupaten Kediri.

## 2. METODE PENGABDIAN

### 2.1 Waktu dan Tempat Pengabdian

#### a. Waktu

Waktu pelaksanaan pengabdian dilakukan selama 3 hari, dari tanggal 18-20 Agustus 2018.

#### b. Tempat pengabdian

Penyuluhan bertempat di Madrasah Ibtida'iyah Miftahul Huda Desa Bakalan Kecamatan Grogol Kabupaten Kediri. Sasaran penyuluhan adalah siswa-siswi kelas I dan kelas II MI Miftahul Huda.

## 2.2 Metode dan Rancangan Pengabdian

Metode yang digunakan pada pelaksanaan penyuluhan selain ceramah juga praktik langsung dengan melakukan pendampingan tahap-tahap mencuci tangan menggunakan sabun yang baik dan benar. Secara terperinci metode yang digunakan adalah: a) Ceramah bertujuan untuk memberi pemahaman kepada siswa mengenai bahaya kuman yang menempel pada bagian telapak tangan kalau tidak dibersihkan dengan sabun terlebih dahulu. Penyakit apa saja yang bisa ditimbulkan oleh penyakit tersebut. Pada saat pemberian materi, pemateri mengombinasikan metode dengan pemutaran video, bernyanyi bersama, dan ujian pretest sebelum pemateri mulai menjelaskan. Diharapkan semua metode tersebut dapat membantu menghidupkan suasana dan lebih interaktif selama materi berlangsung. b) Demonstrasi dan praktik langsung langkah-langkah cuci tangan yang benar menggunakan sabun seperti yang telah dicontohkan sebelumnya oleh pemateri.

Langkah-langkah pelaksanaan pengabdian, yaitu sebagai berikut: a) Perencanaan dan persiapan, dilakukan dengan melakukan koordinasi dengan pihak sekolah, yakni Kepala Sekolah MI Miftahul Huda untuk mendiskusikan waktu dan metode penyampaian yang menarik saat proses penyuluhan. b) Tahap Pendidikan dan Pelatihan (diklat) yang dilakukan yaitu pemberian materi mengenai pemahaman tentang pentingnya cuci tangan dengan sabun, lamanya kuman dapat bertahan tanpa sabun, serta tahapan-tahapan cuci tangan yang baik dan benar. Diharapkan dengan adanya pelatihan ini, aplikasi cuci tangan dengan sabun dapat dilakukan setiap harinya secara berkelanjutan oleh siswa-siswi MI Miftahul Huda Desa Bakalan, Kecamatan Grogol, Kabupaten Kediri. c) Evaluasi kegiatan dilaksanakan dengan pemberian ujian diawal kegiatan penyuluhan (*pre test*) dan di akhir kegiatan penyuluhan (*post test*). Beberapa pertanyaan yang terdapat dalam kuisioner berkaitan dengan manfaat cuci tangan menggunakan sabun. Apabila hasil skor *post test* lebih tinggi daripada skor *pre test*, mengindikasikan bahwa kegiatan penyuluhan berhasil karena pemahaman siswa-siswi semakin meningkat.

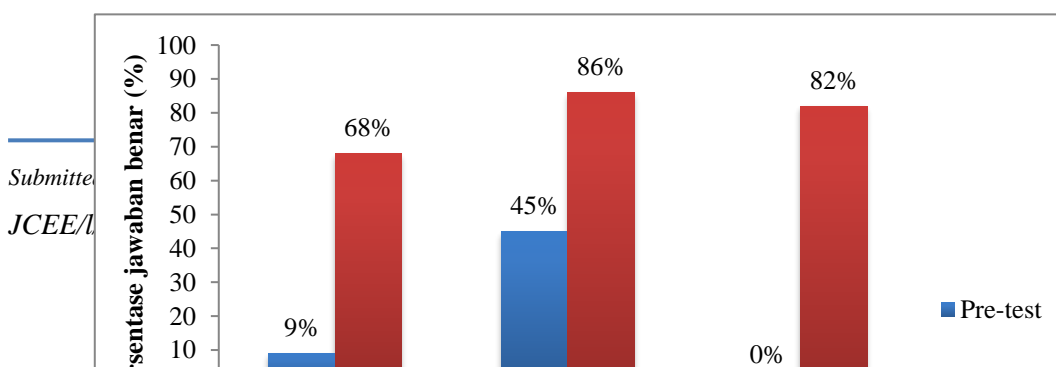
## 2.3 Pengambilan sampel

Pengambilan sampel dilakukan pada siswa siswi Kelas I dan Kelas II Madrasah Ibtida'iyah Miftahul Huda Desa Bakalan Kecamatan Grogol Kabupaten Kediri.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

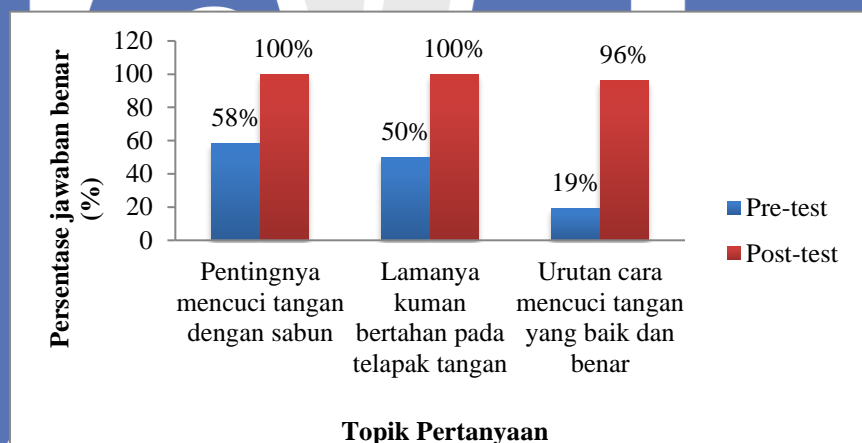
Kegiatan penyuluhan dengan sasaran siswa-siswi MI Miftahul Huda Desa Bakalan Kecamatan Grogol Kabupaten Kediri. Sebelum penyampaian materi dilakukan *pretest* terlebih dahulu untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa-siswi mengenai pentingnya mencuci tangan dengan sabun supaya terhindar dari kuman yang menyebabkan berbagai macam penyakit. Gambar 1 berikut merupakan gambar ketika siswa-siswi mengisi soal *pretest*.

Dari beberapa soal yang telah diberikan, diagram berikut menunjukkan peningkatan yang terjadi sebelum dan sesudah siswa-siswi diberi penyuluhan. Gambar 2 adalah diagram hasil *pretest* dan *posttest* kelas I, sedangkan Gambar 3 adalah diagram hasil *pretest* dan *posttest* kelas II.



**Gambar 1. Hasil pre-test dan post-test siswa-siswi kelas I MI Miftahul Huda**

Pada Gambar 2 dan Gambar 3 tersebut terlihat bahwa terjadi peningkatan pemahaman siswa dari sebelum dan sesudah penyuluhan dengan melihat hasil *pretest* dan *posttest*. Terutama pemahaman mengenai tahap-tahap mencuci tangan yang baik dan benar menggunakan sabun, siswa kelas I sebelumnya sama sekali tidak tahu tahapan yang benar, tetapi setelah mendapat penyuluhan hingga 82% siswa lebih paham sehingga bisa langsung diaplikasikan.

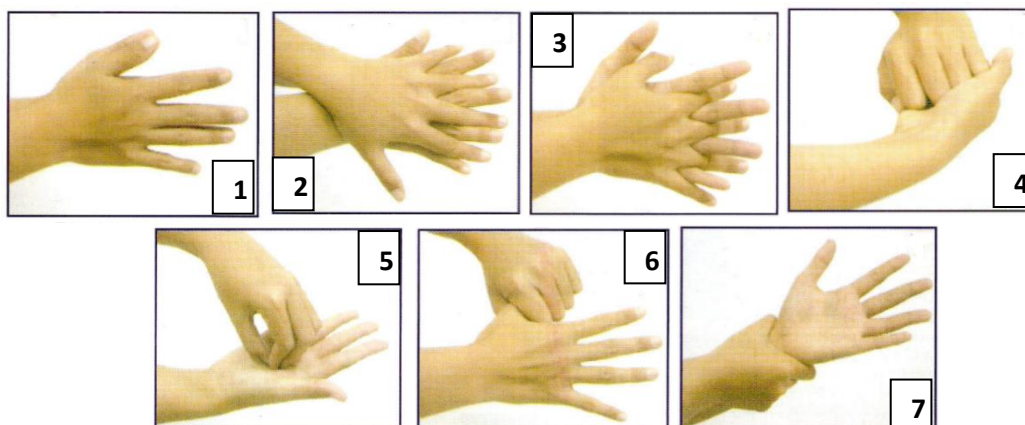


**Gambar 2. Hasil pre-test dan post-test siswa-siswi kelas II MI Miftahul Huda**

Berikut merupakan urutan mencuci tangan yang benar menggunakan sabun adalah sebagai berikut:

1. Bagian depan antara telapak dengan telapak
2. Bagian belakang, telapak kanan tangan diatas punggung tangan kiri dan telapak kiri diatas punggung tangan kanan
3. Telapak tangan dengan jari-jari yang saling terkait
4. Punggung jari diletakkan pada telapak satunya dengan jari yang saling mengunci
5. Jari-jari menguncup, digosok dan memutar ke kanan dan ke kiri pada telapak tangan, dan sebaliknya
6. Jempol kanan yang digosok memutar oleh telapak kiri dan sebaliknya
7. Pergelangan tangana kiri dipegang dengan tangan kanan dan sebaliknya

Berikut ilustrasi tahapan mencuci tangan yang baik dan benar dengan sabun:



**Gambar 3. Langkah-langkah cuci tangan yang benar dengan sabun**

Sebelum melaksanakan praktik langsung, terlebih dahulu siswa diajak menghafal urutan mencuci tangan dengan melihat video edukasi disertai musik dan lagu yang disertai gerakan langsung. Sehingga siswa-siswi mudah menangkap isi penyuluhan dengan baik. Gambar 5 berikut merupakan pemutaran video edukasi, dan video lagu yang disertai praktik diikuti oleh seluruh siswa-siswi kelas 1 dan kelas 2 MI Miftahul Huda Desa Bakalan Kecamatan Grogol Kabupaten Kediri.



**Gambar 4. Pemutaran video edukasi, video lagu dan musik sambil praktik dan bernyanyi bersama (Sumber: dokumentasi pribadi)**

Selain dari pada metode diatas, penyuluhan juga diselingi dengan cara ceramah, siswa-siswi mendengarkan penjelasan disertai dengan diskusi dan tanya jawab. Topik yang disampaikan terkait dengan pertanyaan yang telah disampaikan pada awal, yaitu antara lain:

1. Pentingnya mencuci tangan dengan sabun, keharusan dalam menjaga kebersihan tangan dengan sabun karena selain tangan menjadi bersih, tangan akan terbebas dari kuman penyakit
2. Lama kuman dapat bertahan di telapak tangan. Pertahanan mikroorganisme di tangan manusia berbeda-beda. Tetapi kuman atau bakteri yang terdapat di telapak

tangan akan tetap bertahan selama 3 jam selama tangan belum dibersihkan dengan sabun.

3. Tahapan mencuci tangan yang baik dan benar. Tahapan ini penting untuk menjaga kebersihan anggota tubuh, terutama telapak tangan dengan sempurna. Apalagi tangan merupakan salah satu bagian tubuh yang kerap kali bersinggungan dengan barang atau yang lain.

Kegiatan tanya jawab juga dapat membangkitkan semangat siswa untuk terus menjawab dan aktif dalam menerima materi penyuluhan. Diharapkan dengan ini siswa-siswi semakin terpacu dan membudidayakan hidup bersih untuk sehat karena sehat itu mahal.



**Gambar 5. Suasana kelas saat ceramah, diskusi, dan tanya jawab di kelas**  
(Sumber: dokumentasi pribadi)

Setelah kegiatan kelas selesai, dilakukan praktik langsung diluar kelas ditemani mahasiswa yang mendampingi selama kegiatan penyuluhan. Penggunaan sabun sangat penting karena sabun dapat menghambat pertumbuhan kuman penyakit. Seluruh siswa-siswi kelas I dan kelas II melaksanakan praktik cuci tangan secara langsung dan semua dapat mengaplikasikannya dengan baik.



**Gambar 6. Praktik langsung cuci tangan pakai sabun dengan tahapan yang benar**  
(Sumber: dokumentasi pribadi)

Setelah pelaksanaan penyuluhan berakhir, dilakukan evaluasi kegiatan. Kegiatan evaluasi dimaksudkan untuk melihat peningkatan pengetahuan dan keterampilan siswa setelah mendapatkan penyuluhan. Karena hasil menunjukkan peningkatan yang signifikan, maka penjelasan berikut merupakan poin-poin yang

menunjukkan indikator keberhasilan yang dicapai atas kegiatan penyuluhan cuci tangan pakai sabun yang diselenggarakan di Madrasah Ibtida'iyah Miftahul Huda:

1. Tingkat pemahaman yang semakin baik oleh seluruh peserta penyuluhan, yakni siswa-siswi kelas I dan kelas II MI Miftahul Huda Bakalan Grogol Kediri. Hasil yang memuaskan karena siswa kelas I meningkat 61% dari rata-rata 18% menjadi 79%, sedangkan kelas II meningkat 57% dari rata-rata 42% menjadi 99%. Sasaran penyuluhan pada siswa-siswi yang masih kecil supaya gaya hidup sehat sudah bisa dimulai sejak dini. Apabila dari dini sudah diajarkan berbudaya hidup bersih, maka akan mengakar hingga dewasa kelak.
2. Tingkat antusiasme yang sangat tinggi, hal ini terlihat dari atensi dan semangat peserta didik dalam mengikuti jalannya proses penyuluhan, mulai dari penjelasan, bernyanyi bersama, serta praktik yang dapat dilaksanakan dengan baik sesuai prosedur yang telah disampaikan.
3. Dampak penyuluhan, dapat dilihat saat pelaksanaan praktikum langsung siswa-siswi dapat mengingat urutan-urutannya dengan baik dan benar.
4. Materi yang disampaikan sesuai dengan pelaksanaan pelatihan dan penyuluhan yang diadakan sehingga meyakinkan peserta didik bahwa mencuci tangan menggunakan sabun merupakan suatu keharusan sebelum makan dan minum sehingga dapat terhindar dari berbagai mikroorganisme penyebab penyakit.

#### **4. SIMPULAN, SARAN, REKOMENDASI**

Kegiatan penyuluhan cuci tangan pakai sabun di Madrasah Ibtida'iyah Miftahul Huda mampu meningkatkan pengetahuan siswa-siswi mengenai pentingnya hidup bersih dengan memahami langkah-langkah mencuci tangan menggunakan sabun dengan baik dan benar sehingga terhindar dari kuman penyakit. Hal ini dapat dilihat dari persentase peningkatan pemahaman 61%, sebelum menerima penyuluhan 18% untuk kelas I menjadi 79%, dan kelas II sebelum menerima penyuluhan 42% menjadi 99% setelah mendapatkan penyuluhan, sehingga meningkat hingga 57%.

Saran untuk kegiatan pengabdian selanjutnya sebaiknya materi penyuluhan ditambahkan terkait perilaku hidup bersih di sekolah dengan menu makanan sehat yang baik, dilakukan pengecekan kebersihan yang nampak pada siswa, serta mengajak pendidik/ guru untuk menyiapkan menu sehat dari sekolah sehingga siswa tidak jajan sembarangan. Sasaran penyuluhan dapat lebih diperluas, bukan hanya kelas I dan kelas II saja, dan materi yang diberikan pada setiap kelas berbeda sesuai tingkatannya, semakin tinggi kelas, maka tingkat kesulitan pertanyaan juga meningkat.

Rekomendasi yang tepat setelah diadakannya penyuluhan ini, lebih memperbanyak wastafel tempat mencuci tangan disekitar kelas dan kantin sehat sekolah, menempel spanduk atau poster yang berisikan ajakan untuk hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah, sehingga siswa lebih tergugah dan ingin selalu disiplin menjalankannya. Selain itu, sebaiknya para guru mengadakan pemeriksaan rutin 2 hari sekali untuk memeriksa kebersihan diri siswa, baik pada kuku tangan, kuku kaki, kebersihan gigi, dan pakaiannya.

#### **5. UCAPAN TERIMA KASIH**

Ucapan terima kasih dipersembahkan untuk Yayasan Bhakti Wiyata, IIK-BW dan PP2M yang memfasilitasi dan mendukung kegiatan pengabdian masyarakat untuk seluruh dosen IIK-BW sehingga dapat terlaksana dengan baik dan lancar. Selain itu, kepada Kepala Sekolah Madrasah Ibtida'iyah Miftahul Huda yang telah memberikan kesempatan kepada tim untuk melaksanakan pengabdian di Sekolah Dasar tersebut.

## 6. DAFTAR PUSTAKA

- Sudalhar, Akhmad, Z., Putri, A.N., Uhti, F., Sisme, P.U., Sofiana, M., Ikmaluddin, A. 2017. *Laporan Penyuluhan Cuci Tangan di SDN Brawohan Kecamatan Gayam Bojonegoro*. Sekolah Tinggi Kesehatan Muhammadiyah Bojonegoro.
- Sulug, Neila., dan Silviani. 2012. *Laporan Pengabdian Masyarakat Kegiatan Penyuluhan Tentang Demonstrasi Cara Mencuci Tangan yang Benar di SDN 16 dan SDN 19 Bukittinggi*. Bukittinggi: Prodi Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Fort De Kock.
- Pujiatiningsih, Ayu. 2011. *Penyuluhan Cara Mencuci tangan yang Benar, Kesehatan Gigi dan Mulut untuk Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Bagi Siswa-Siswi Kelas III A dan IIIB di Sekolah Dasar Negeri Darungan 01 Desa Krajan Kecamatan Tanggul Kabupaten Jember*. Universitas Jember 12 Februari 2011.

