

INFORMASI ARTIKEL

Received: januari, 05, 2022

Revised: januari, 06, 2022

Available online: januari, 07, 2022

at : <https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/phc>

Penyuluhan kesehatan tentang cuci tangan

Linawati Novikasari, Setiawati Setiawati, Dewi Kusumaningsih, Linggariyana*, Lisa Yuliana Sari, Made Novita Sari

Program Studi Profesi Ners, Universitas Malahayati
Korepondensi penulis: Linggariyana*

Abstract

Health education about washing hands

Background: Childhood is the most important period in the process of personality formation and development so that it becomes a responsible person in society. Preschool children are in the golden age, which is around 3-6 years. This age is a critical period for the development of cognitive abilities, independence, motor coordination, and creativity. This phase causes curiosity and interest in exploring the environment to increase so that preschool children are prone to suffer from diseases related to hygiene

Purpose: Respondents can know and understand about hand washing.

Methods: The implementation of the method used in community service is carried out in 2 stages, namely, firstly, nursing profession students explain about hand washing and secondly, after being given handwashing counseling using alternating sheets, respondents are given questions and answers about hand washing.

Results: Respondents understand about washing hands pain

Keywords: Health Counseling; Washing hands

Abstrak

Pendahuluan: Masa anak adalah masa yang paling penting dalam proses pembentukan dan pengembangan kepribadian sehingga menjadi orang yang bertanggung jawab di masyarakat. Anak prasekolah berada diusia golden age yaitu sekitar 3-6 tahun. Usia tersebut merupakan masa kritis bagi perkembangan kemampuan kognitif, kemandirian, koordinasi motorik, dan kreatifitas. Fase tersebut menyebabkan rasa ingin tahu dan minat bereksplorasi terhadap lingkungan semakin meningkat sehingga anak prasekolah rentan menderita penyakit yang berhubungan dengan hygiene

Tujuan: Responden dapat mengetahui dan memahami tentang cuci tangan.

Metode: Pelaksanaan metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan 2 tahap, yaitu pertama mahasiswa profesi ners menjelaskan tentang cuci tangan dan ke dua setelah diberikan penyuluhan cuci tangan menggunakan lembar bolak balik, responden diberikan Tanya jawab tentang cuci tangan

Hasil: Responden memahami tentang cuci tangan nyeri

Kata Kunci : Penyuluhan Kesehatan; Cuci Tangan

PENDAHULUAN

Masa anak adalah masa yang paling penting dalam proses pembentukan dan pengembangan kepribadian sehingga menjadi orang yang bertanggung jawab di masyarakat. Anak

prasekolah berada diusia golden age yaitu sekitar 3-6 tahun. Usia tersebut merupakan masa kritis bagi perkembangan kemampuan kognitif, kemandirian, koordinasi motorik, dan kreatifitas. Fase tersebut menyebabkan rasa ingin tahu dan minat bereksplorasi terhadap lingkungan semakin

Penyuluhan kesehatan tentang mencuci tangan

meningkat sehingga anak prasekolah rentan menderita penyakit yang berhubungan dengan hygiene (Widiandika et al,).

Berbagai macam penyakit yang sering terjadi pada anak usia dini, seperti batuk/pilek, flek atau TBC, diare, demam, campak, infeksi telinga, dan penyakit kulit. Berdasarkan data WHO, mencuci tangan terbukti bisa menurunkan risiko terkena penyakit diare hingga 45%. Tak sampai di situ, masih ada penyakit lain yang bisa dicegah hanya dengan mencuci tangan yaitu kecacingan, infeksi saluran pernapasan, infeksi mata, dan hepatitis. Walau begitu, agar mendapatkan manfaat yang optimal, cuci tangan harus dilakukan dengan benar (Simamora et al, 2021).

Tahap Tumbuh Kembang Anak

Masa perinatal mulai dari konsepsi sampai lahir. Pada masa ini terjadi tumbuh kembang yang sangat pesat. Sel telur yang telah dibuahi mengalami diferensiasi yang berlangsung cepat hingga terbentuk organ-organ tubuh yang berfungsi sesuai dengan tugasnya, hanya perlu waktu 9 bulan didalam kandungan. Masa kombrion berlangsung sejak konsepsi sampai umur 8 minggu (ada yang mengatakan sampai 12 minggu). Pada saat ini terbentuk organ-organ yang sangat peka terhadap lingkungan. Pada masa fetus ini, terjadi percepatan pertumbuhan, pembentukan jasad manusia 12 yang sempurna, dan organ-organ tubuh yang telah terbentuk mulai berfungsi. Sedangkan pada masa fetus lanjut, pertumbuhan berlangsung pesat dan berkembang fungsi organ-organ tubuh.

Pada masa neonatal, terjadi adaptasi lingkungan dari kehidupan intrauteri ke kehidupan ekstrauteri dan terjadi perubahan siklus darah. Organ-organ tubuh berfungsi sesuai tugasnya di dalam kehidupan ekstrauteri. Pada masa 7 hari pertama (neonatal dini), bayi harus mendapatkan perhatian khusus, karena angka kematian pada masa bayi ini tinggi,

Pada masa bayi dan masa anak dini, pertumbuhan anak pesat walaupun kecepatan telah mengalami deselerasi dan proses maturasi yang berlangsung, terutama sistem saraf.

Pada masa anak prasekolah, kecepatan pertumbuhan lambat dan berlangsung stabil

(plateau) pada masa ini terdapat kecepatan perkembangan motorik dan fungsi ekskresi. Aktivitas fisik bertambah serta keterampilan dan proses pikir meningkat. 5. Pada masa praremaja, anak perempuan 2 tahun lebih cepat memasuki masa remaja bila dibandingkan dengan anak laki-laki. Masa ini merupakan transisi dari masa anak ke dewasa, pada masa ini terjadi paku tumbuh berat badan, tinggi badan dan juga pertumbuhan yang pesat pada alat-alat kelamin dan timbul tanda-tanda seks sekunder.

Upaya yang dapat dilakukan untuk menangani masalah kesehatan tentang PHBS Pemberian edukasi tentang cuci tangan yang benar dan mendukung perilaku cuci tangan setiap hari pada anak prasekolah, berdampak tidak hanya mampu mengurangi infeksi tetapi juga mampu menanamkan perilaku sehat sejak dini (Widiandika et al,).

Cuci tangan merupakan perilaku sehat yang telah terbukti secara ilmiah dapat mencegah penyebaran penyakit menular seperti diare, infeksi saluran pernapasan atas (ISPA) dan flu burung, bahkan disarankan untuk mencegah penularan influenza. Jurnal dari American Journal of Public Health yang mengatakan bahwa anak-anak yang mencuci tangan secara teratur mengalami 24% lebih sedikit dari sakit penyakit pernapasan dan 51% lebih sedikit sakit karena gastrointestinal. Cuci tangan adalah kegiatan membersihkan tangan dengan sabun biasa/sabun antimikroba dan air (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2010). Perilaku cuci tangan yang belum benar ditemukan masih tinggi pada anak usia 10 tahun kebawah. Anak pada usia tersebut sangat aktif dan rentan terhadap penyakit, maka 3 dibutuhkan peningkatan kesadaran mereka akan pentingnya cuci tangan agar diterapkan di kehidupan sehari-hari. Biasanya anak hanya mengerti bahwa cuci tangan itu sekedar tangannya basah saja, padahal cuci tangan saja masih meninggalkan kuman (Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 2014)

Jenis-jenis cuci tangan

Mencuci Tangan Dengan Sabun

dikenal juga sebagai salah satu upaya pencegahan penyakit, hal ini dilakukan karena tangan seringkali menjadi pembawa

Penyuluhan kesehatan tentang mencuci tangan

mikroorganisme dan menyebabkan mikroorganisme ini dapat berpindah dari satu orang ke orang lain, baik dengan kontak langsung ataupun kontak tidak langsung (menggunakan permukaan-permukaan lain seperti handuk, gelas, dan lainsebagainya).

Mencuci Tangan dengan cairan

Sesuai perkembangan zaman, dikembangkan juga cairan pembersih tangan non alkohol. Namun apabila tangan benar-benar dalam keadaan kotor, baik oleh tanah, darah, ataupun lainnya, maka penggunaan air dan sabun untuk meneuci tangan lebih disarankan karena cairan pencuci tangan baik yang berbahan dasar alkohol maupun non alkohol walaupun efektif membunuh kuman cairan ini tidak membersihkan tangan, ataupun membersihkan material organik lainnya. Cairan pencuci tangan yang disarankan adalah yang mengandung paling sedikit 60 persen alkohol dan bahan pelembab. Cairan pembunuh kuman yang berbahan dasar alkohol tidak efektif untuk mematikan materi organik, dan virus-virus tertentu seperti norovirus, spora-spora bakteri tertentu, dan protozoa tertentu. Untuk membersihkan mikro organisme - mikro organisme tersebut tetap disarankan menggunakan sabun dan air

Mencuci Tangan Dengan Tisu Basah

Tisu basah menjadi alternatif membersihkan tangan setelah mencuci tangan dengan sabun karena lebih praktis dan tidak memerlukan air. Beberapa tisu basah telah mengembangkan kandungan wewangian beralkohol, atau anti bakteri, ataupun minyak almond untuk menjaga kulit tangan agar tidak terasa kering. Namun tisu basah tidak baik untuk meneuci tangan karena hanya mengembalikan kuman bolak-balik di tangan.

Manfaat Mencuci Tangan

Manfaat yang diperoleh apabila kita mencuci tangan dengan air bersih dan sabun yaitu : Dengan penggunaan sabun yang lebih serta air bersih yang eukup akan menurunkan insiden diare pada anak dan bayi usia enam sampai delapan belas bulan. Mencuci tangan dengan air bersih dan sebelum menyiapkan makanan efektif menurunkan insiden diare. Tangan menjadi bersih dan bebas dari kuman. Dari hasil studi oleh Khan (1982) tentang manfaat mencuci tangan dengan sabun sesudah buang air besar, sebelum makan dan menyiapkan

makanan membuktikan bahwa perilaku tersebut merupakan cara yang efektif untuk menurunkan insidens penyakit.

Waktu Yang Tepat Melakukan Cuci Tangan

Sesudah kontak dengan darah atau cairan tubuh lainnya, Bila tangan tampak kotor, Sebelum meninggalkan rumah sakit, Segera setelah melepaskan sarung tangan, Segera setelah membersihkan sekresi hidung, Sebelum dan setelah menyiapkan dan mengkonsumsi makanan., Segera setelah tiba di rumah sakit, Sebelum masuk & meninggalkan ruangan pasien, Sebelum dan sesudah kontak dengan pasien atau benda yang terkontaminasi cairan tubuh pasien, Diantara kontak pasien satu dengan yang lain, Sebelum dan sesudah melakukan tindakan pada pasien, Sesudah dari Toilet

Cara Mencuci Tangan

Basahi kedua telapak tangan setinggi pertengahan lengan memakai air yang mengalir dan ambil sabun. Usap dan gosok kedua telapak tangan secara lembut. Usap dan gosok juga kedua punggung tangan secara bergantian, Jangan lupa jari-jari tangan, gosok sela-sela jari hingga bersih, Bersihkan ujung jari secara bergantian dengan menguncikan kedua telapak tangan, Gosok dan putar kedua ibu jari secara bergantian, Letakan ujung jari ketelapak tangan kemudian gosok perlahan untuk membersihkan kuku, Akhir dengan membilas seluruh bagian tangan dengan air bersih yang mengalir lalu keringkan memakai handuk atau tissue. Penggunaan sabun khusus cuci tangan baik berbentuk batang maupun cair sangat Pengertian Cuci Tangan Cuci tangan adalah proses membuang kotoran dan debu secara mekanis dari kulit kedua belah tangan dengan memakai sabun dan air. Tujuannya adalah untuk menghilangkan kotoran dan debu secara mekanis dari permukaan kulit dan mengurangi jumlah mikroorganisme sementara (Dahlan dan Umrah, 2013).

Cuci tangan merupakan salah satu cara untuk menghindari penyakit yang ditularkan melalui makanan. Kebiasaan mencuci tangan secara teratur perlu dilatih pada anak. Jika sudah terbiasa mencuci tangan sehabis bermain atau ketika akan makan ,aka diharapkan kebiasaan tersebut akan terbawa sampai tua (Samsuridjal, 2009).

Penyuluhan kesehatan tentang mencuci tangan

Kebersihan tangan yang tak memenuhi syarat juga berkontribusi menyebabkan penyakit terkait makanan, seperti infeksi bakteri salmonella dan *E. coli* infection. Mencuci tangan dengan sabun akan membuat bakteri lepas dari tangan (IKAPI, 2007). 30 Cuci tangan merupakan salah satu cara untuk menghindari penyakit yang ditularkan melalui makanan. Kebiasaan mencuci tangan secara teratur perlu dilatih pada anak. Jika sudah terbiasa mencuci tangan sehabis bermain atau ketika akan makan, maka diharapkan kebiasaan tersebut akan terbawa sampai tua. b. Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun ` Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) adalah salah satu tindakan sanitasi dengan membersihkan tangan dan jari-jemari menggunakan air dan sabun oleh manusia untuk menjadi bersih dan memutuskan mata rantai kuman. Mencuci tangan dengan sabun merupakan salah satu upaya pencegahan penyakit. Hal ini dilakukan karena tangan sering menjadi agen yang membawa kuman dan menyebabkan patogen berpindah dari satu orang ke orang lain, baik dengan kontak langsung ataupun kontak tidak langsung (menggunakan permukaan-permukaan lain seperti handuk, gelas). Tangan yang bersentuhan langsung dengan kotoran manusia dan binatang, ataupun cairan tubuh lain (seperti ingus) dan makanan/minuman yang terkontaminasi saat tidak dicuci dengan sabun dapat memindahkan bakteri, virus, dan parasit pada orang lain yang tidak sadar bahwa dirinya sedang ditulari. Mencuci tangan dengan sabun adalah salah satu cara paling efektif untuk mencegah penyakit diare dan ISPA, keduanya menjadi penyebab utama kematian anak-anak. Setiap tahun, sebanyak 3,5 juta 31 anak-anak di seluruh dunia meninggal sebelum mencapai umur lima tahun karena penyakit diare dan ISPA. Mencuci tangan dengan sabun juga dapat mencegah infeksi kulit, mata, kecacingan, dan flu burung.

Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) sebaiknya dilakukan pada lima waktu penting, yaitu: (1) sebelum makan, (2) sesudah buang air besar, (3) sebelum memegang bayi, (4) sesudah menceboki anak, (5) sebelum menyiapkan makanan.

Mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir dapat memutuskan mata rantai kuman yang melekat di jari-jemari. Masyarakat termasuk anak sering mengabaikan mencuci tangan

memakai sabun dengan air mengalir karena kurangnya pemahaman tentang kesehatan. 10. Penyakit Berbasis Lingkungan Mencuci tangan dengan sabun adalah salah satu cara paling efektif untuk mencegah penyakit diare dan ISPA, keduanya penyebab utama kematian anak. Mencuci tangan dengan sabun juga dapat mencegah infeksi kulit, mata, kecacingan dan flu burung (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2014).

METODE PELAKSANAAN**Persiapan**

Mempersiapkan materi atau alat berkaitan dengan Pengabdian masyarakat yang akan disampaikan, mulai dari menyiapkan materi dan sap cuci tangan, persiapan lembar bolak balik, persiapan peralatan pendukung.

Pelaksanaan

Pelaksanaan metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan tiga tahap, pertama adalah menanyakan kepada anak-anak tentang cuci tangan dan meminta anak-anak untuk mendemonstrasikan cara cuci tangan, ke dua edukasi kepada anak-anak mengenai pentingnya mencuci tangan pakai sabun untuk mencegah terjadinya penyakit, dan tahap ketiga adalah menanyakan kembali kepada anak-anak tentang cuci tangan dan meminta anak-anak untuk mendemonstrasikan cara cuci tangan kembali

Evaluasi

Setelah dilakukan evaluasi, anak-anak pra sekolah mampu dan antusias dalam mempraktekkan cara mempraktekkan 7 langkah mencuci tangan dengan baik, anak-anak prasekolah mampu menjawab pertanyaan yang diberikan mengenai pentingnya mencuci tangan. Keberhasilan kegiatan ini dapat dilihat dari diikutinya program praktek mencuci tangan 7 langkah pakai sabun oleh seluruh anak di panti asuhan mahmudah kemiling, Bandar lampung dengan total sebanyak 30 anak.

SIMPULAN

Sebelum dilakukan penyuluhan audio visual Ketepatan Cuci Tangan 6 Langkah Pada Anak Pra Sekolah di panti asuhan mahmudah kemiling, Bandar lampung mayoritas tahapan cuci tangan 6 langkah tidak dilakukan secara benar dan tepat.

Penyuluhan kesehatan tentang mencuci tangan

Setelah dilakukan penyuluhan audio visual Ketepatan Cuci Tangan 6 Langkah Pada Anak Pra Sekolah di panti asuhan mahmudah kemiling, Bandar lampung keseluruhan tahapan cuci tangan 6 langkah dilakukan dengan tepat. Adanya Pengaruh yang signifikan antara Penyuluhan Audio Visual Terhadap Ketepatan Cuci Tangan 6 Langkah Pada Anak Pra Sekolah di panti asuhan mahmudah kemiling, Bandar lampung

SARAN

Memotivasi anak-anak dengan cara memberikan penyuluhan atau informasi tentang mencuci tangan dengan maksimal. Memberikan informasi secara maksimal kepada anak-anak panti asuhan mahmudah kemiling, Bandar lampung tentang mencuci tangan.



Linggariyana*, Lisa Yuliana Sari, Made Novita Sari

Program Studi Profesi Ners, Universitas Malahayati
Korepondensi penulis: Linggariyana*

Penyuluhan kesehatan tentang mencuci tangan



Linggariyana*, Lisa Yuliana Sari, Made Novita Sari

Program Studi Profesi Ners, Universitas Malahayati
Korepondensi penulis: Linggariyana*

Penyuluhan kesehatan tentang mencuci tangan

DAFTAR PUSTAKA

- Anugerah, M. F., 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.
- Ashari, A. E., Ganing, A., & Mappau, Z. (2020). Peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Praktik Cuci Tangan Pakai Sabun pada Anak Kelas V Sekolah Dasar melalui Senam Cuci Tangan Pakai Sabun. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 10(1), 11-18.
- Johan, H., Reni, D. P., & Noorbaya, S. (2018). Pengaruh Penyuluhan Media Audio Visual Video Terhadap Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun Pada Siswa Kelas III Di SDN 027 Samarinda. *Husada Mahakam: Jurnal Kesehatan*, 8(1), 352-360.
- Sari, R. S., Devitria, G., Ginting, G. V., Herawati, F., Syaputri, F. A., Rizqiyah, F., ... & Kholik, K. (2021). Meningkatkan Pengetahuan Cara Mencuci Tangan Dan Penggunaan Masker Yang Benar Melalui Penyuluhan Kesehatan Pada Anak. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 5(2), 405-413.