

Edukasi cuci tangan pada anak usia dini di PAUD Bani Malik

Fitrah Annisa Az Zahra^{1*}, Rahmaya Nova Handayani², Sitti Setianingsih³, Aryadi⁴, Made Suandika⁵, Dwi Agus⁶

^{1,2,4,5,6} *Departement of Anesthesia, Faculty Health, Harapan Bangsa University*

³ *Departement of Pharmacy, Faculty Health, Harapan Bangsa University*

E-mail: 1Fitrahannisazzahra@gmail.com

Accepted : 10-02-2025

Review : 19-02-2025

Published : 28-02-2025

Abstrak

Usia dini adalah periode penting dalam perkembangan anak, di mana terjadi pertumbuhan yang sangat pesat. Pada tahap ini, perilaku kesehatan, seperti cara mencuci tangan yang benar, sangat krusial untuk dipahami oleh anak-anak, mengingat daya tahan tubuh mereka yang masih rendah. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan siswa PAUD Bani Malik tentang cara mencuci tangan yang benar bagi usia dini. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 22 Januari 2025 di PAUD Bani Malik, Kecamatan Kembaran, Kabupaten Banyumas, dengan melibatkan 25 anak. kegiatan ini sangat penting dilakukan untuk meningkatkan pemahaman dan mengubah perilaku, serta menerapkan gaya hidup sehat melalui kebiasaan cuci tangan yang benar. Siswa PAUD Bani Malik senang mengikuti edukasi cuci tangan yang benar karena dilaksanakan dengan metode bernyanyi sambil belajar dan praktek langsung.

Kata kunci: Edukasi, cuci tangan, anak usia dini

Abstract

Early childhood is an important period in a child's development, where rapid growth occurs. At this stage, health behaviors, such as proper handwashing, are crucial for children to understand, given their low immune system. The purpose of this community service activity is to increase the knowledge of PAUD Bani Malik students about how to wash hands properly for early childhood. This activity was carried out on January 22, 2025 at PAUD Bani Malik, Kembaran District, Banyumas Regency, involving 25 children. this activity is very important to increase understanding and change behavior, and implement a healthy lifestyle through proper hand washing habits. PAUD Bani Malik students enjoyed participating in the proper handwashing education because it was carried out by singing while learning and hands-on practice.

Keywords: Education, hand washing, early childhood

1. PENDAHULUAN

Penerapan perilaku kesehatan, khususnya mencuci tangan dengan benar, merupakan salah satu faktor utama yang mempengaruhi perkembangan anak. Usia dini adalah periode yang rentan bagi anak terhadap serangan penyakit, baik yang disebabkan oleh virus maupun bakteri (Febrianti *et al.*, 2023). Kategori anak usia dini baik yang berada tingkat pra sekolah, sekolah dasar, sekolah menengah pertama dan

sekolah menengah atas merupakan suatu keadaan yang sangat berbeda dengan usia dewasa. Usia ini merupakan masa yang sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan individu (Padila *et al.*, 2020). Anak pra-sekolah berada dalam masa keemasan (*golden age*), di mana pertumbuhan dan perkembangan mereka berlangsung sangat cepat. Oleh karena itu, sangat penting untuk menjaga kesehatan anak pada periode ini guna memastikan tercapainya pertumbuhan dan perkembangan yang optimal (Fitria, 2024).

Mencuci tangan adalah salah satu perilaku hidup bersih dan sehat. Cuci tangan yang benar dilakukan dengan enam langkah dan menggunakan sabun. Perilaku mencuci tangan dengan cara yang tepat dapat mengurangi risiko penyakit diare dan infeksi saluran pernapasan akut (ISPA). Langkah-langkah mencuci tangan yang disarankan oleh *World Health Organization* (WHO) meliputi basahi kedua tangan dengan air mengalir, aplikasikan sabun secukupnya, gosokkan telapak tangan dan punggung tangan, bersihkan sela-sela jari, gosokkan kedua tangan dengan jari-jari rapat, rapatkan jari-jari dan gosokkan ke telapak tangan, gosokkan tangan kiri ke tangan kanan dan sebaliknya, putar ibu jari dengan genggam tangan kanan, gosokkan kuku jari kanan ke telapak tangan kiri, bilas tangan dengan air, dan keringkan dengan handuk atau tisu. (Zurrahmi *et al.*, 2021).

Perilaku mencuci tangan dengan sabun juga merupakan salah satu cara untuk mencegah penyakit. Mencuci tangan menjadi sangat penting karena tangan dapat menjadi media pembawa mikroorganisme yang bisa berpindah antar individu, baik secara langsung maupun tidak langsung, misalnya melalui benda-benda seperti handuk, gelas, gagang pintu, dan lain-lain. Pemberian edukasi kesehatan melalui demonstrasi cara mencuci tangan yang benar dapat meningkatkan pengetahuan siswa, dan diharapkan dapat membentuk kebiasaan mencuci tangan yang tepat (Oktavianisya *et al.*, 2023).

Pendidikan kesehatan tentang mencuci tangan dengan sabun sangat penting dan bermanfaat bagi anak-anak, karena dapat membantu merangsang otak mereka untuk mengingat pentingnya menjaga kebersihan tangan. Hal ini dapat diterapkan dalam aktivitas sehari-hari, seperti mencuci tangan sebelum dan setelah makan, serta sebelum dan setelah buang air besar (BAB) atau buang air kecil (BAK) (Tsinallah *et al.*, 2022).

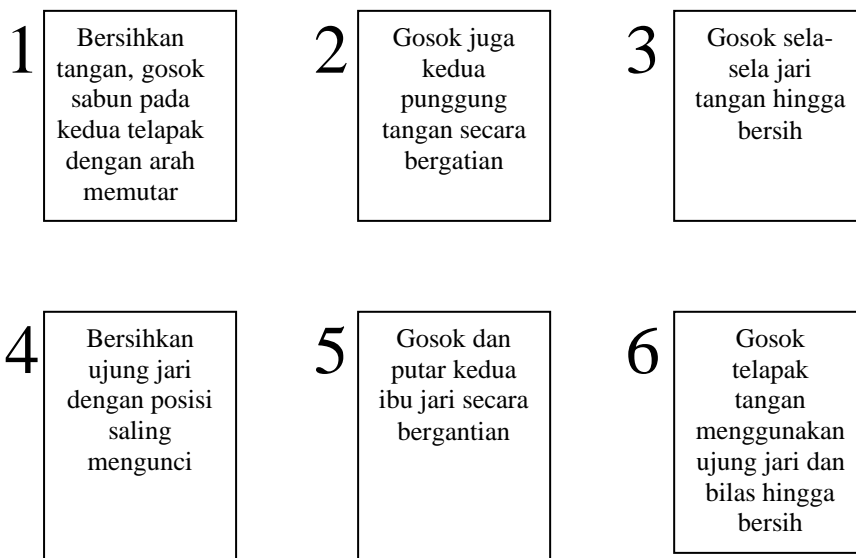
Mencuci tangan dengan sabun dapat menghilangkan hingga 73% kuman dan lebih efektif dalam membunuh kuman penyebab penyakit dibandingkan dengan *hand sanitizer*, yang hanya mampu membunuh sekitar 60% kuman. Proses mencuci tangan dengan sabun dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti pengetahuan tentang pentingnya mencuci tangan, keterampilan dalam melaksanakan cara yang benar, ketersediaan fasilitas untuk mencuci tangan, serta dukungan sosial dari lingkungan. Kurangnya pengetahuan anak usia dini dalam mencuci tangan dengan sabun disebabkan oleh faktor penyampaian informasi yang kurang menarik dan sulit dipahami, baik melalui pelajaran maupun media promosi kesehatan (Bahrah & Wigunarti, 2022).

Permasalahan pemberian edukasi kepada siswa PAUD Bani Malik mengenai kesehatan masih kurang. Mencuci tangan memiliki banyak manfaat, salah satunya dapat mencegah penularan penyakit diare. Dengan adanya edukasi mengenai cara mencuci tangan dengan sabun yang benar, diharapkan siswa di PAUD Bani Malik dapat terhindar dari penyakit yang berkaitan dengan kuman dan bakteri pada makanan, seperti diare, sehingga tingkat kesehatan siswa di PAUD Bani Malik dapat meningkat.

2. METODE

Program edukasi dan praktik mencuci tangan dalam pengabdian kepada masyarakat (PkM) ini bermitra dengan PAUD Bani Malik dan dilaksanakan di tempat mitra tersebut yang berlokasi di Kel. Ledug Kec. Kembaran Kab. Banyumas pada Rabu, 22 Januari 2025. PAUD Bani Malik memiliki total 25 anak pada Kelas 1A murid dengan rentang usia 4-6 tahun. Pelaksanaan kegiatan program edukasi dan praktik mencuci tangan menggunakan sabun ini dilaksanakan secara offline dan dihadiri oleh seluruh murid PAUD Bani Malik.

Metode yang diterapkan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah dengan demonstrasi mengenai cara mencuci tangan dengan sabun yang benar, melalui enam tahapan cuci tangan yang tepat dan benar. Berikut ini adalah langkah-langkah mencuci tangan dengan sabun:



3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) dengan tema "Edukasi Cuci Tangan pada Anak Usia Dini di PAUD Bani Malik" dilaksanakan pada tanggal 22 Januari 2025 di PAUD Bani Malik yang terletak di Kelurahan Ledug, Kecamatan Banyumas, Kabupaten Banyumas. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan kebiasaan cuci tangan yang benar di kalangan anak-anak usia dini, khususnya bagi siswa PAUD Bani Malik, yang berjumlah 25 orang.

Kegiatan dimulai dengan penyuluhan mengenai pentingnya mencuci tangan dengan benar untuk menjaga kesehatan. Materi yang disampaikan kepada anak-anak disesuaikan dengan usia mereka agar mudah dipahami dan diterima. Anak-anak diberi penjelasan mengenai bagaimana tangan dapat menjadi media penyebaran kuman dan bakteri yang dapat menyebabkan berbagai penyakit. Melalui kegiatan ini, diharapkan anak-anak PAUD Bani Malik bisa menyadari bahwa cuci tangan yang benar adalah salah satu langkah penting dalam mencegah penyakit, seperti diare dan infeksi saluran pernapasan.

Setelah sesi penjelasan, para siswa diajak untuk langsung mempraktikkan cara mencuci tangan yang benar. Mereka dilatih langkah demi langkah, dimulai dari membasahi tangan dengan air, kemudian menggunakan sabun secukupnya, dan menggosokkan telapak tangan serta punggung tangan. Selanjutnya, mereka juga diajarkan untuk membersihkan sela-sela jari dan kuku, yang sering terlewatkan saat

mencuci tangan. Dalam sesi ini, setiap anak diberi kesempatan untuk mencoba sendiri agar mereka benar-benar memahami teknik cuci tangan yang tepat. Sebelum kegiatan, hanya 40% anak yang dapat mencuci tangan dengan benar, sedangkan setelah kegiatan, angka tersebut meningkat menjadi 85%. Selain itu, pengamatan kebiasaan mencuci tangan menunjukkan bahwa frekuensi mencuci tangan per hari juga meningkat dari 1 kali menjadi 4 kali setelah sesi pelatihan, yang menunjukkan perubahan signifikan dalam perilaku kebersihan mereka. Tidak hanya teori, kegiatan ini juga dirancang untuk menanamkan kebiasaan mencuci tangan yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Anak-anak diajak untuk mencuci tangan setelah beraktivitas seperti bermain di luar, setelah makan, atau sebelum makan. Dengan cara ini, diharapkan mereka dapat membentuk kebiasaan yang bermanfaat untuk kesehatan tubuh mereka sejak dini.

Selain itu, kegiatan ini juga bertujuan untuk memperkenalkan pola hidup sehat yang bisa mencegah penyebaran penyakit melalui tangan yang tidak terjaga kebersihannya. Anak-anak diharapkan dapat mengingat pentingnya mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir untuk menjaga kesehatan mereka dan orang di sekitarnya. Pembentukan kebiasaan ini diharapkan menjadi pondasi kuat bagi anak-anak PAUD Bani Malik dalam menerapkan pola hidup sehat di masa depan, yang berperan penting dalam menurunkan angka penyakit yang ditularkan melalui tangan kotor.

Secara keseluruhan, kegiatan PkM ini berjalan dengan sukses dan antusiasme yang tinggi dari anak-anak PAUD Bani Malik. Mereka terlihat senang dan semangat dalam mengikuti setiap tahapan pelatihan, serta aktif bertanya mengenai hal-hal yang mereka rasa perlu dipahami lebih dalam. Dengan dilakukannya edukasi ini, diharapkan akan tercipta generasi muda yang lebih peduli terhadap kebersihan diri, yang pada gilirannya dapat berkontribusi pada upaya pencegahan penyakit dan terciptanya masyarakat yang sehat.



Gambar 1. Edukasi cuci tangan



Gambar 2. Praktik Cuci tangan

4. KESIMPULAN

Kegiatan PkM ini bertujuan untuk memberikan edukasi tentang tata cara mencuci tangan yang benar. Setelah kegiatan dilaksanakan, anak-anak menjadi lebih terbiasa mencuci tangan dengan menggunakan sabun, yang pada gilirannya membantu mereka memutuskan rantai penularan penyakit. Kebiasaan ini sangat penting untuk membentuk pola hidup sehat sejak dini, mengingat tangan adalah media

utama dalam penyebaran kuman dan penyakit. Selain itu, kegiatan ini juga memberikan dampak positif bagi para guru, yang mulai menyadari betapa pentingnya mencuci tangan dengan benar. Sebagai hasil dari kesadaran yang meningkat ini, para guru pun mengambil inisiatif untuk melengkapi fasilitas dan sarana prasarana yang diperlukan untuk mendukung kebiasaan mencuci tangan di lingkungan sekolah, seperti menyediakan tempat cuci tangan yang memadai dan sabun di setiap area yang diperlukan. Dengan adanya fasilitas yang memadai, diharapkan anak-anak akan lebih mudah mengakses sarana untuk mencuci tangan, sehingga kebiasaan ini dapat terus diterapkan dalam kehidupan sehari-hari dan berdampak positif bagi kesehatan mereka.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Bahrah, B., & Wigunarti, M. (2022). Edukasi Perilaku Cuci Tangan Melalui Funhandwashing Menggunakan Media Audiovisual dalam Pencegahan Covid 19. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 5(8), 2479–2496.
- Febrianti, R. F., Ramadhani, S. P., Kencana, T., Yusman, R., Yanti, Y., & Netri, Y. N. (2023). PKM penyuluhan kesehatan cuci tangan dan edukasi gizi pada anak usia dini orang tua dan guru. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(6), 11541–11544.
- Fitria, R. (2024). Perilaku hidup sehat (PHBS) dan praktik cuci tangan di sekolah: pendidikan kesehatan pada anak pra sekolah di tk it iqro, desa sukaraja, gedong tataan. *Hawa: Jurnal Pemberdayaan Dan Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 22–27.
- Oktav I, N., Wardita, Y., Hasanah, L., & Akbar, I. (2023). Pendampingan Pasukan Gerakan Gosok Gigi dan Cuci Tangan dengan Sabun menggunakan Media T-Bone. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 123–131.
- Padila, P., Andri, J., Harsismanto, J., Andrianto, M. B., & Admaja, R. D. (2020). Pembelajaran Cuci Tangan Tujuh Langkah melalui Metode Demonstrasi pada Anak Usia Dini. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 2(2), 112–118.
- Tsinallah, N., Hana, H., Zahran, A., & Fajrini, F. (2022). Peningkatan Pengetahuan Anak Usia Dini Terhadap Perilaku Cuci Tangan Dengan Penerapan Media Modern. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, 1(1).
- Zurrahmi, Z. R., Hardianti, S., & Syahasti, F. M. (2021). PKM Pengenalan Senam 6 Langkah Cuci Tangan dan Senam Irama pada Siswa Kelas 5 dan 6 di SDN 011 Bukit Kratai Rumbio Jaya. *COVIT (Community Service of Tambusai)*, 1(2), 35–39.