

Sosialisasi Gerakan Sehat Mulai dari Cuci Tangan (GESMUCITA) pada Siswa SDN 2 Cintaratu Kabupaten Pangandaran

Nora Akbarsyah^{1*}, Luthfi Thirafi²

^{1,2} Universitas Padjadjaran, Sumedang, Indonesia

¹ n.akbarsyah@unpad.ac.id *; ² luthfi.thirafi@unpad.ac.id

* Corresponding author

ARTICLE INFO	ABSTRACT
<p>Article history</p> <p>Received: 30-10-2024 Revised: 22-11-2024 Accepted: 25-11-2024 Published: 05-12-2024</p> <p>Keywords Education Cleanliness Children Health Pangandaran</p>	<p>The problem faced by children at SD Negeri 2 Cintaratu is low awareness and knowledge about washing hands with soap properly and correctly. Therefore, an educational outreach program is the solution. This aims to increase awareness and understanding of elementary school children about the importance of washing hands cleanly and correctly to prevent disease from entering the body, changing children's habits to wash their hands regularly, especially before eating and after doing activities. The implementation method for this program to increase awareness and clean hand washing habits is by providing educational lectures, field actions, and concentration training games. The result of this program is an increase in children's knowledge about clean behavior and healthy living.</p>
<p>Kata kunci Anak-anak Edukasi Kebersihan Kesehatan Pangandaran</p>	<p>Permasalahan yang dihadapi anak-anak di SD Negeri 2 Cintaratu adalah rendahnya kesadaran dan pengetahuan tentang cuci tangan pakai sabun yang baik dan benar, oleh karena itu program edukasi penyuluhan adalah menjadi solusinya. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman anak-anak Sekolah Dasar tentang pentingnya cuci tangan yang bersih dan benar guna mencegah penyakit yang masuk dalam tubuh, mengubah kebiasaan anak-anak agar mencuci tangan secara teratur terutama sebelum makan dan setelah melakukan kegiatan. Metode pelaksanaan pada program meningkatkan kesadaran dan kebiasaan cuci tangan yang bersih ini adalah dengan memberikan materi edukasi, aksi lapangan dan permainan melatih konsentrasi. Hasil dari program ini yaitu bertambahnya pengetahuan anak-anak tentang bagaimana perilaku yang bersih dan hidup sehat.</p>

PENDAHULUAN

Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) merupakan salah satu upaya gerakan bersama dengan penuh kesadaran, kemauan, serta kemampuan untuk berperilaku sehat dengan tujuan meningkatkan kualitas hidup. GERMAS ini merupakan gerakan yang memprioritaskan upaya preventif (pencegahan) dan promotif (Ambarwati & Prihastuti, 2019). Salah satu pendekatan yang dilakukan adalah melakukan pendekatan langsung kepada masyarakat, terutama yang masih dalam usia anak-anak.

Anak usia sekolah dasar adalah anak pada usia 6-12 tahun, yang artinya sekolah menjadi pengalaman inti anak. Selain itu, sekolah tidak hanya menjadi pusat belajar akademik saja, tetapi juga menjadi pusat yang dapat mendukung perilaku dan kebiasaan para siswa dalam hidup sehat (Toar et al., 2023). Periode ketika anak-anak dianggap mulai bertanggung jawab atas perilakunya sendiri dalam hubungan dengan orang tua mereka, teman sebaya, dan orang lainnya. Masa anak memperoleh dasar-dasar pengetahuan untuk keberhasilan menyesuaikan diri pada kehidupan dewasa dan memperoleh keterampilan tertentu. Salah satu perilaku hidup bersih dan sehat dimulai dari perawatan diri sendiri melalui cuci tangan dengan menggunakan air mengalir (D. D. Anggraini & Sari, 2020). Beberapa studi menyebutkan cuci tangan memberikan dampak signifikan terhadap kesehatan masyarakat. Kebiasaan mencuci tangan dapat mengurangi resiko penyakit diare sebesar 42-47%. Menyuarakan kebiasaan mencuci tangan kepada masyarakat dapat menyelamatkan menghindari kurang lebih satu juta jiwa dari resiko kematian. Hal ini dapat menjelaskan bahwa dari hal sederhana berupa cuci tangan dapat menjadi hal yang sangat bermanfaat untuk mengurangi infeksi penyakit (Friskarini & Sundari, 2020).

Menurut peraturan Menteri Pendidikan Nasional RI nomor 58 tahun 2009 tentang standar usia anak sekolah sudah dapat melakukan perilaku cuci tangan. Namun secara realita saat ini anak usia sekolah memiliki kesadaran yang kurang mengenai perilaku cuci tangan pakai sabun yang baik dan benar. Biasanya anak usia sekolah hanya mengerti cuci tangan hanya sekedar tangannya basah, padahal cuci tangan seperti itu masih meninggalkan kuman sehingga belum dikatakan cuci tangan yang baik dan benar (Anggraini et al., 2022). Berbagai upaya kesehatan mencuci tangan sudah disampaikan akan tetapi masih banyak anak usia sekolah yang belum memahami cara melakukan cuci tangan, hal tersebut disebabkan kurangnya pengetahuan dan edukasi terkait hal ini.

Kuman penyebab penyakit dapat menyerang kesehatan tubuh kapanpun dan dimanapun. Kuman dapat muncul dimana saja, entah saat beraktivitas dimanapun dan kapanpun. Kuman-kuman dapat menempel di permukaan barang-barang yang digunakan, atau bahkan dapat menempel pada bagian tubuh termasuk di tangan. Hanya saja masih banyak orang yang tidak mencuci tangan baik sebelum maupun sesudah beraktivitas. Hal ini, menjadi poin penting dalam pembahasan aksi sosial yang akan kita lakukan. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) pada 2020, sebanyak 1 dari 4 orang masyarakat Indonesia tidak memiliki fasilitas cuci tangan di rumahnya. Jumlah ini merupakan 25% dari populasi atau 64 juta orang Indonesia tidak memiliki akses cuci tangan. Data kabupaten Pangandaran di Badan Pusat Statistik tercatat hanya 65,40% masyarakatnya yang sudah melakukan cuci tangan, itupun proporsi disini adalah proporsi penduduk umur 10 tahun ke atas yang mempunyai kebiasaan cuci tangan yang baik di tahun 2018.

Cuci tangan adalah salah satu tindakan sanitasi dengan membersihkan tangan dan jari jemari menggunakan air dan sabun untuk menjadi bersih dan memutuskan mata rantai kuman. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku cuci tangan yaitu pengetahuan, sikap, kepercayaan, keyakinan, lingkungan, fasilitas, dan sarana. Disamping manfaat secara kesehatan yang telah terbukti, banyak orang tidak melakukannya sesering yang seharusnya bahkan setelah ke kamar mandi. Jika tidak mencuci tangan memakai sabun, kita dapat menginfeksi diri sendiri terhadap kuman dengan menyentuh mata, hidung atau mulut. Kita juga dapat menyebarkan kuman ke orang lain dengan menyentuh mereka atau dengan menyentuh permukaan yang mereka sentuh juga seperti handle pintu. Penyakit infeksi umumnya menyebar melalui kontak tangan ke tangan termasuk demam biasa, flu dan beberapa kelainan sistem pencernaan seperti diare. Kebersihan tangan yang kurang juga menyebabkan penyakit terkait makanan seperti infeksi Salmonella dan E.coli. Beberapa mengalami gejala yang mengganggu seperti mual, muntah, diare.

Hal ini terjadi juga di Kabupaten Pangandaran, tepatnya pada siswa-siswi kelas 1 SDN 2 Cintaratu, Parigi. Kurangnya pemahaman murid mengenai pentingnya mencuci tangan menjadi dasar kegiatan sosialisasi ini. Banyak dari mereka yang tidak membersihkan tangannya ketika makan ataupun bermain. Meskipun pihak sekolah sudah menyediakan tempat cuci tangan, namun hal tersebut masih tidak berpengaruh banyak terhadap perilaku sehat. Selain karena kurangnya kesadaran, banyak juga dari murid tersebut tidak mengetahui bagaimana caranya cuci tangan yang baik dan benar sehingga mereka mengabaikannya.

Permasalahan kurangnya kesadaran akan pentingnya mencuci tangan dapat dihubungkan dengan Visi Indonesia Emas 2045, dalam visi tersebut kesehatan masyarakat menjadi salah satu pilar penting untuk mencapai Indonesia yang sejahtera dan berdaya saing, karena kesehatan yang optimal memainkan peran penting dalam pembangunan berkelanjutan. Oleh karena itu kegiatan ini bertujuan untuk kampanye edukasi terhadap anak-anak usia sekolah dasar. Harapan dari kegiatan ini adalah dapat memperkuat fondasi kesehatan masyarakat, mencapai sasaran kesejahteraan, yang nantinya akan meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan.

METODE

Kegiatan aksi sosial mengenai GERMAS (Gerakan Sehat Mulai Dari Cuci Tangan) dilakukan dengan cara sosialisasi. Kegiatan ini menekankan pada interaksi langsung antara tim dengan siswa-siswi kelas 1 SDN 2 Cintaratu. Pendekatan

tersebut bertujuan untuk memberikan edukasi dan pemahaman menangani cuci tangan yang baik dan benar. Dengan melakukan sosialisasi dan pendekatan langsung, siswa-siswi kelas 1 SDN 2 Cintaratu dapat berpartisipasi aktif dalam perubahan sikap dan perilaku siswa-siswi serta meningkatkan pemahaman pentingnya cuci tangan. Siswa-siswi kelas 1 dipilih karena pada usia tersebut (4-6 tahun) merupakan usia paling efektif untuk memulai kebiasaan mencuci tangan karena pada usia tersebut anak sudah dapat melakukan kebersihan diri sederhana. Selain itu, anak usia 4-6 tahun merupakan usia golden age dimana otak anak mempunyai kemampuan menyerap informasi sangat tinggi (Natalia et al., 2014).

Pelaksanaan kegiatan dilakukan secara luring di SDN 2 Cintaratu pada tanggal 11 November 2023. Materi disampaikan melalui media Power Point dengan disertai gambar-gambar yang menarik. Materi yang disampaikan meliputi pentingnya menjaga kebersihan tangan serta tata cara mencuci tangan yang baik dan benar. Penyampaian tata cara cuci tangan yang baik dan benar juga disampaikan menggunakan media lagu anak-anak agar para siswa-siswi dapat mudah untuk memahaminya. Setelah penyampaian materi, kegiatan dilanjutkan dengan Ice Breaking agar para siswa-siswi tidak merasa jenuh di kelas. Selain itu, terdapat sesi tanya jawab untuk menentukan seberapa paham siswa-siswi memahami materi yang telah disampaikan. Siswa-siswi yang bisa menjawab pertanyaan diberi hadiah sebagai apresiasi atas keberaniannya. Kemudian mobilisasi siswa-siswi untuk praktik cuci tangan yang dilakukan secara bergantian dengan didampingi agar praktik berjalan dengan tertib. Pendampingan pada saat praktik cuci tangan secara langsung bertujuan untuk memudahkan siswa-siswi pada saat pelaksanaan cuci tangan. Pendampingan juga dilakukan untuk memastikan para siswa mampu mempraktekkan cara mencuci tangan dengan baik sebagaimana disampaikan dalam sesi pemaparan..

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi GESMUCITA (Gerakan Sehat Mulai dari Cuci Tangan) diawali dengan pemberian materi di dalam kelas. Materi di sampaikan oleh tim pengabdian yang terdiri atas mahasiswa PSDKU Unpad Kampus Pangandaran di bawah pengawasan langsung tim dosen PSDKU Unpad Kampus Pangandaran. Materi yang disampaikan yaitu mengenai pentingnya cuci tangan, manfaat cuci tangan, waktu-waktu yang dianjurkan untuk cuci tangan, serta urutan mencuci tangan yang benar. Adapun penyampaian materi dibantu dengan menggunakan paparan *Power Point*. Dalam pemaparan ini tim menjelaskan bagaimana cuci tangan dapat membantu menjaga kesehatan tubuh serta mencegah risiko tubuh terjangkit penyakit. Selain itu tim juga mengingatkan pentingnya mencuci tangan pada saat hendak makan, setelah ke kamar mandi, setelah bersentuhan dengan hewan maupun setelah menyentuh objek-objek yang kotor. Guna memastikan materi dapat diterima dengan baik, paparan disusun menggunakan gambar dan tulisan yang menarik untuk anak-anak kelas 1 sekolah dasar (Gambar 1). Salah satu upaya untuk memberikan pengetahuan pentingnya cuci tangan dapat melalui beberapa media salah satunya adalah video, gambar yang menarik, permainan, serta praktek langsung. Media yang digunakan untuk menyampaikan informasi dipilihkan yang mudah dipahami dan menarik untuk dilihat (Listiadesti et al., 2020). Hal ini berupaya memberikan gambaran kepada para siswa bahwa mencuci tangan adalah kegiatan yang menyenangkan.



Gambar 1. Materi Paparan di kelas

Selanjutnya dilakukan sesi tanya jawab disertai hadiah bagi murid yang bisa menjawab pertanyaan tersebut, lalu agar para siswa/i tidak bosan kami adakan ice breaking yang seru dan juga melatih konsentrasi kemudian dilanjutkan praktik cuci tangan secara langsung sambil bernyanyi kepada murid kelas satu. Pada anak usia kelas 1 Sekolah Dasar, anak lebih menyukai cara belajar yang menyenangkan dalam proses pengembangan kreativitasnya. Kegiatan yang menyenangkan dapat berupa bermain, menggambar, dan bernyanyi sehingga dapat mempermudah dalam menyerap informasi. Selain

itu juga memberikan kesan kepada anak sehingga ingatannya lebih kuat (Putri, 2017). Kegiatan ini dibuat sedemikian rupa sehingga sejalan dengan program yang direncanakan oleh kementerian kesehatan dalam mengoptimalkan upaya promotif dan preventif pada masyarakat terutama anak usia sekolah (Dandi & Harahap, 2024).



Gambar 2. Praktik Cuci tangan pakai sabun oleh siswa-siswi



Gambar 3. Foto bersama dengan guru, dan siswa-siswi SDN 2 Cintaratu

Praktik cuci tangan ini dilakukan di depan kelas dengan menggunakan air keran yang mengalir, para siswa/i melakukan mobilisasi dari kelas ke depan tempat praktik dengan berbaris yang rapi dipandu oleh panitia. Setelah kegiatan usai anak-anak kelas 1 diberi hadiah berupa *snack* karena sudah melakukan praktik cuci tangan secara baik dan benar. Kegiatan ini ditutup dengan pemberian sertifikat kepada pihak sekolah dan sesi dokumentasi sebagai tanda terimakasih dan apresiasinya atas dukungan dalam sosialisasi yang kami selenggarakan.

Kegiatan ini berhasil membuat murid kelas 1 SDN 2 Cintaratu dapat mengetahui cara mencuci tangan dengan benar. hal ini ditunjukkan dengan pada saat melakukan praktek langsung hampir semua melakukannya sesuai dengan urutan dan langkah-langkah mencuci tangan yang baik. Kegiatan ini juga diharapkan dapat terjadi peningkatan kesadaran akan pentingnya cuci tangan baik sebelum maupun sesudah makan dan selalu menerapkannya terutama setelah melakukan aktivitas guna terhindar dari berbagai macam penyakit dan bakteri sehingga menghasilkan lingkungan yang lebih bersih dan sehat. Kegiatan serupa juga dilakukan pada SD INPRES Pampang Makassar. Edukasi mencuci tangan sesuai dengan standar WHO yang disertai dengan pemeriksaan telur cacing pada kuku tangan para siswa sangat menarik dilakukan. Sehingga para siswa dapat memahami dan mengetahui dengan benar pentingnya untuk menjaga kebersihan (Rafika et al., 2020). Adapun secara umum edukasi mengenai mencuci tangan efektif dilakukan kepada anak-anak usia sekolah dasar untuk meningkatkan pengetahuan dan *awareness* terhadap Kesehatan. Pengetahuan sebelum dan setelah edukasi cenderung mengalami peningkatan (Ge'e, 2023).

KESIMPULAN

Kegiatan aksi sosial sosialisasi cuci tangan di SDN 2 Cintaratu bertujuan untuk memberikan pengetahuan kepada anak-anak usia sekolah dasar mengenai pentingnya menjaga kesehatan dimulai dari cuci tangan. Metode yang digunakan yaitu pemaparan materi yang disajikan dalam bentuk ke dalam Power Point yang menarik untuk anak-anak dan juga menggunakan media lagu serta praktik langsung cuci tangan bersama. Dalam pelaksanaan secara langsung masih banyak siswa yang belum mengerti mengenai cara cuci tangan yang baik dan benar, tetapi ada sebagian siswa yang sudah mengerti. Setelah kegiatan dilaksanakan, seluruh peserta kini mampu mencuci tangan dengan urutan yang baik dan

benar, selain itu kesadaran untuk rutin mencuci tangan juga mulai terbangun. Kegiatan semacam ini sebaiknya dilaksanakan secara rutin dengan melibatkan lebih banyak *stakeholder*, tidak hanya sekolah dan siswa namun juga melibatkan dinas-dinas terkait. Sosialisasi sebaiknya dilakukan pula kepada para orang tua untuk membantu mengawasi anak membangun kebiasaan mencuci tangan secara rutin di rumah masing-masing.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada kelompok OKK kelompok 5 angkatan tahun 2023 dan juga SDN 2 Cintaratu Kecamatan Parigi Kabupaten Pangandaran serta Tim Tingkat Persiapan Bersama Universitas Padjadjaran atas kerjasamanya dalam pelaksanaan Gerakan sehat mencuci tangan ini.

REFERENSI

- Ambarwati, E. R., & Prihastuti, P. (2019). Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) Mencuci Tangan Menggunakan Sabun Dan Air Mengalir Sebagai Upaya Untuk Menerapkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Sejak Dini. 1(1), 45–52.
- Anggraini, D. D., & Sari, M. H. N. (2020). Gerakan Masyarakat Hidup Sehat Mencuci Tangan Sebagai Upaya untuk Menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Sejak Dini di Kabupaten Blora. 2(1), 20–32.
- Anggraini, N. V., Anggraeni, D. T., & Rosaline, M. D. (2022). Peningkatan Kesadaran PHBS Cuci Tangan dengan Benar pada Anak Usia Sekolah. JURNAL KREATIVITAS PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM), 5(4), 1172–1179. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i4.5399>
- Dandi, M., & Harahap, A. (2024). IMPLEMENTASI KEBIJAKAN PROGRAM PENURUNAN STUNTING DI DESA JURU BANU KECAMATAN PAJU EPAT KABUPATEN BARITO TIMUR. 7.
- Friskarini, K., & Sundari, T. R. (2020). PELAKSANAAN CUCI TANGAN PAKAI SABUN (TANTANGAN DAN PELUANG) SEBAGAI UPAYA KESEHATAN SEKOLAH DI SEKOLAH DASAR NEGERI KECAMATAN BOGOR UTARA KOTA BOGOR. JURNAL EKOLOGI KESEHATAN, 19(1), 21–34. <https://doi.org/10.22435/jek.v19i1.3058>
- Ge'e, R. S. (2023). SLR: Efektivitas Edukasi Cuci Tangan Pakai Sabun pada Anak Sekolah Dasar. 7.
- Listiadesti, A. U., Noer, S. M., & Maifita, Y. (2020). EFEKTIVITAS MEDIA VIDIO TERHADAP PERILAKU CUCI TANGAN PAKAI SABUN PADA ANAK SEKOLAH: A LITERATURE REVIEW.
- Natalia, D., Dektisa, A., & Arini, B. D. (2014). Perancangan Media Pembelajaran Interaktif tentang Mencuci Tangan yang Benar untuk Anak Usia 4-6 Tahun.
- Putri, H. A. (2017). PERBEDAAN PENGARUH MEDIA PEMBELAJARAN LAGU DAN SLIDE PADA PRAKTIK MENCUCI TANGAN DITINJAU DARI JENIS KELAMIN. JURNAL PENELITIAN ILMU PENDIDIKAN, 9(2), 116. <https://doi.org/10.21831/jpipfip.v9i2.12910>
- Rafika, R., Alang, H., & Hartini, H. (2020). Edukasi Cuci Tangan dan Pemeriksaan Telur Cacing Pada Kuku Tangan Siswa SD Inpres Pampang 1 Makassar. Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 1(1), 15–22. <https://doi.org/10.33860/pjpm.v1i1.71>
- Toar, J., Jamil, J., Usuh, E. J., Lengkong, J. S. J., & Rotty, V. N. J. (2023). Peningkatan Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar Tentang Cuci Tangan Pakai Sabun Menggunakan Media Video dan Gerak Lagu. Jurnal Educatio FKIP UNMA, 9(2), 673–680. <https://doi.org/10.31949/educatio.v9i2.4610>