

Pengenalan Budaya Cuci Tangan Pakai Sabun untuk Kepedulian Kesehatan Siswa SD 050680 Padang Tualang

Dinda Muhajirina¹ Tri Rahma Sintia² Annisa Latifah Salsabila³ Faisal Halim Soritaon Harahap⁴ Putri Nabilah⁵ Elsa Safitri Purba⁶ Susilawati⁷

Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Kota Medan, Provinsi Sumatera Utara, Indonesia^{1,2,3,4,5,6,7}

Email: dindamuhajirina@gmail.com¹ trirahmasintia97@gmail.com²
annisalatifahsalsabila14@gmail.com³ faisalhalim2004@gmail.com⁴

putrinabila2203@gmail.com⁵ purbaecha9@gmail.com⁶ susilawati@uisu.ac.id⁷

Abstrak

Kesehatan tangan merupakan aspek penting dalam berperilaku hidup bersih dan sehat. Budaya cuci tangan pakai sabun merupakan salah satu langkah penting dalam menjaga kesehatan terutama dalam lingkungan sekolah dasar. Penelitian ini bertujuan untuk mengedukasi dan sosialisasi dalam membentuk kebiasaan baru di kalangan siswa terkait pentingnya mencuci tangan dengan sabun. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode partisipatif. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas 4, 5, dan 6 di SDN 050680 Padang Tualang, Desa Padang Tualang, Langkat. Selain itu, guru, staf sekolah, dan orang tua juga dilibatkan sebagai responden pendukung dalam pengumpulan data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Penerapan budaya cuci tangan di sekolah dasar memerlukan kolaborasi antara guru, staf sekolah, siswa, dan orang tua. Peran masing-masing pihak sangat krusial dalam memastikan keberhasilan program ini. Edukasi yang berkelanjutan, fasilitas yang memadai, dan dukungan dari semua pihak adalah kunci utama untuk membangun kebiasaan cuci tangan yang efektif di kalangan siswa.

Kata Kunci: Cuci Tangan, Edukasi Kesehatan, Sekolah Dasar



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

PENDAHULUAN

Mencuci tangan pakai sabun (CTPS) merupakan tindakan yang secara ilmiah telah terbukti efektif dalam mencegah penyebaran penyakit menular, seperti diare, infeksi saluran pernapasan atas (ISPA), dan flu burung. Bahkan, CTPS juga direkomendasikan untuk mengurangi risiko penularan influenza. Perilaku ini tidak hanya mudah dan sederhana, tetapi juga dapat dilakukan oleh sebagian besar masyarakat Indonesia, sehingga menjadi salah satu langkah pencegahan yang sangat penting dalam menjaga kesehatan. Menurut Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 1529/Menkes/SK/X/2010:10, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah serangkaian tindakan yang dilakukan secara sadar sebagai hasil dari proses pembelajaran. Tindakan ini memungkinkan individu, keluarga, atau masyarakat untuk mandiri dalam menjaga kesehatan dan berpartisipasi aktif dalam upaya meningkatkan kesehatan masyarakat (Saleh, 2020). Mencuci tangan dengan sabun adalah Praktik yang sangat efektif dalam mencegah berbagai penyakit pada anak, cuci tangan pakai sabun tidak hanya sekadar kebiasaan higienis, tetapi juga menjadi salah satu indikator penting dalam Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di lingkungan sekolah. Hal ini berkaitan erat dengan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS), yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan peserta didik serta menjaga lingkungan sekolah tetap sehat dan bersih.

Landasan hukum yang mendukung pentingnya pelaksanaan cuci tangan dengan sabun di sekolah tertuang dalam Undang-Undang No. 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan dan Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. Kedua peraturan ini

menggarisbawahi pentingnya upaya kesehatan dalam dunia pendidikan, dengan harapan bahwa anak-anak dapat tumbuh dan belajar dalam lingkungan yang mendukung kesehatan optimal mereka. Cuci tangan dengan sabun, sebagai bagian dari PHBS, tidak hanya melindungi anak-anak dari penyakit, tetapi juga membentuk dasar kebiasaan hidup sehat yang akan mereka bawa hingga dewasa (Mitha, 2019).

Tangan adalah tempat berkumpulnya berbagai kuman dan penyakit. Mulai dari bersalaman, memegang pintu kamar kecil, menyentuh benda-benda yang mengandung kuman, hingga setelah Buang Air Kecil (BAK) atau Buang Air Besar (BAB), tangan kita berisiko terpapar berbagai mikroorganisme berbahaya. Selain itu, tangan yang menyentuh hal-hal yang sering disentuh orang lain, seperti uang, pegangan tangga, atau permukaan benda di tempat umum, juga rentan menjadi sarana penyebaran kuman. Meskipun tangan kita terlihat bersih, hal tersebut tidak menjamin terbebas dari kuman yang dapat menyebabkan infeksi. Terlebih lagi, tangan yang bersentuhan langsung dengan kotoran manusia dan hewan, cairan tubuh, atau makanan dan minuman yang terkontaminasi tanpa melalui proses pencucian dengan sabun, dapat dengan mudah memindahkan bakteri, virus, dan parasit ke orang lain. Oleh karena itu, mencuci tangan dengan sabun sangat penting untuk mencegah penyebaran penyakit dan menjaga kesehatan kita serta orang-orang di sekitar kita (Husni & Ramadany 2019). Mencuci tangan hanya dengan air saja tidak cukup efektif untuk menghilangkan virus dari permukaan kulit karena air saja memiliki kemampuan yang sangat terbatas dalam mengangkat virus. Sebaliknya, mencuci tangan dengan sabun (CTPS) jauh lebih efektif karena sabun mengandung senyawa lemak yang disebut amphiphiles, yang mirip dengan lipid yang ditemukan dalam membran virus. Ketika sabun bersentuhan dengan membran virus yang terbuat dari lipid ini, sabun akan mengikatnya dan menyebabkan membran tersebut terlepas dari virus, sehingga virus pun terpisah dari kulit kita dan hancur (Hasanah & Mahardika 2021). Penting untuk mengetahui cara mencuci tangan yang benar agar manfaat dari mencuci tangan dengan sabun dapat optimal. Langkah pertama dan yang paling utama adalah selalu mencuci tangan dengan sabun di bawah air yang mengalir. Proses pencucian tangan harus berlangsung setidaknya selama 20 detik, memastikan seluruh permukaan tangan—termasuk punggung tangan, sela-sela jari, dan di bawah kuku—tercuci bersih. Sangat penting juga untuk menghindari menyentuh wajah, terutama hidung, mulut, dan mata, sebelum tangan dicuci bersih, karena virus dapat masuk ke tubuh melalui area-area ini. Mengingat virus adalah partikel nano dengan komponen terlemah berupa membran lemak (lipid bilayer), sabun memiliki peran krusial dalam melarutkan membran tersebut, yang pada akhirnya menghancurkan virus atau menonaktifkannya. Inilah mengapa mencuci tangan dengan sabun bukan hanya kebiasaan sehari-hari, tetapi juga tindakan penting dalam melindungi diri dari penyakit menular.

Penelitian kami yang berjudul "Pengenalan Budaya Cuci Tangan Pakai Sabun untuk Kepedulian Kesehatan Siswa SD 050680 Padang Tualang" menekankan pada upaya edukasi dan sosialisasi dalam membentuk kebiasaan baru di kalangan siswa terkait pentingnya mencuci tangan dengan sabun. Fokus utama penelitian ini adalah memperkenalkan dan menanamkan nilai-nilai budaya cuci tangan pakai sabun sebagai langkah preventif untuk mencegah penyakit, sehingga siswa dapat lebih sadar dan peduli terhadap kesehatan mereka sendiri. Penelitian ini mengadopsi pendekatan proaktif yang bertujuan untuk mengubah perilaku siswa melalui intervensi yang dirancang secara khusus, seperti program edukasi dan kampanye kesehatan di sekolah. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yaitu penelitian (Darwis, dkk 2022) lebih berfokus pada metode pemilihan perwakilan siswa yang disebut sebagai Duta Sekolah Cuci Tangan Pakai Sabun (DULAH CTPS). Duta-duta ini diharapkan dapat menjadi contoh dan penggerak utama dalam mempromosikan perilaku hidup bersih

dan sehat di kalangan teman-teman sebaya mereka. Pendekatan ini menggunakan peran model siswa yang diharapkan dapat mempengaruhi perilaku rekan-rekan mereka melalui teladan yang mereka tunjukkan. Kedua penelitian ini sama-sama berfokus pada promosi perilaku mencuci tangan dengan sabun di sekolah, penelitian kami menitik beratkan pada pengenalan budaya secara luas yang melibatkan seluruh siswa, bukan hanya mengandalkan beberapa individu terpilih sebagai agen perubahan. Dengan demikian, penelitian saya bertujuan untuk menciptakan transformasi budaya yang menyeluruh di lingkungan sekolah, sementara penelitian sebelumnya lebih menekankan pada penggunaan figur siswa sebagai pemimpin perubahan untuk mendorong perilaku sehat di antara siswa lainnya.

Selain berperan sebagai tempat pembelajaran, sekolah juga memiliki potensi menjadi sumber penularan penyakit jika tidak dikelola dengan baik. Lebih dari sekadar tempat belajar, lingkungan sekolah dapat berperan besar dalam menjaga atau justru mengancam kesehatan para siswa. Masa sekolah merupakan periode yang rawan bagi anak-anak, karena pada usia ini mereka lebih rentan terhadap berbagai penyakit. Anak-anak sering kali mengonsumsi jajanan secara sembarangan, tanpa memikirkan kebersihan atau kandungan dari makanan yang mereka makan. Kebiasaan ini diperparah oleh kurangnya kesadaran untuk mencuci tangan dengan sabun sebelum makan. Tanpa disadari, tangan yang kotor dapat menjadi perantara masuknya berbagai kuman dan bakteri ke dalam tubuh, yang kemudian bisa memicu berbagai penyakit seperti diare, infeksi saluran pernapasan, dan penyakit menular lainnya (Husni & Ramadany 2019). Kebiasaan tidak sehat yang terus dibiarkan dapat menjadikan sekolah sebagai tempat berkembang biaknya kuman. Kondisi tersebut dapat menciptakan wabah penyakit di lingkungan sekolah melalui penyebaran dan penularan dari siswa lain yang berpengaruh terhadap kesehatan individu siswa. Oleh karena itu, penting bagi sekolah untuk tidak hanya berfokus pada aspek akademik, tetapi juga memastikan bahwa kebersihan dan kesehatan lingkungan sekolah terjaga dengan baik. Upaya seperti menggalakkan kebiasaan mencuci tangan dengan sabun, menyediakan fasilitas kebersihan yang memadai, serta mengedukasi siswa tentang pentingnya menjaga kesehatan, menjadi langkah krusial untuk mencegah penularan penyakit dan menciptakan lingkungan belajar yang sehat.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode partisipatif. Fokus penelitian adalah pengenalan dan pembudayaan perilaku cuci tangan pakai sabun (CTPS) di lingkungan sekolah dasar. Pendekatan ini dipilih untuk mendapatkan pemahaman mendalam mengenai dinamika perubahan perilaku siswa dan peran semua pihak dalam mendukung program tersebut. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas 4, 5, dan 6 di SDN 050680 Padang Tualang, Desa Padang Tualang, Langkat. Selain itu, guru, staf sekolah, dan orang tua juga dilibatkan sebagai responden pendukung dalam pengumpulan data. Data yang diperoleh dari observasi, wawancara, dan FGD dianalisis menggunakan metode analisis tematik. Data dikategorikan berdasarkan tema-tema yang relevan dengan tujuan penelitian, seperti pengetahuan siswa tentang CTPS, perubahan perilaku, peran guru dan staf, serta tantangan yang dihadapi selama pelaksanaan program. Analisis ini bertujuan untuk memahami efek intervensi yang dilakukan dan bagaimana program tersebut dapat dikembangkan lebih lanjut.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Kegiatan budidaya cuci tangan ini adalah salah satu program dari Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. Kegiatan ini dilaksanakan di SDN 050680 Desa Padang Tualang. Para guru dan staf sekolah mendapat pendampingan dari Tim KKN Desa Padang Tualang. Pengabdian masyarakat ini berlangsung dari 30 Juli 2024 - 10 Agustus

2024 dengan tujuan untuk memberikan pengetahuan, pemahaman, dan pelatihan mengenai praktik cuci tangan guna meningkatkan kesehatan dan kebersihan siswa. Penerapan budaya cuci tangan di sekolah dasar memerlukan kolaborasi antara guru, staf sekolah, siswa, dan orang tua. Peran masing-masing pihak sangat krusial dalam memastikan keberhasilan program ini. Edukasi yang berkelanjutan, fasilitas yang memadai, dan dukungan dari semua pihak adalah kunci utama untuk membangun kebiasaan cuci tangan yang efektif di kalangan siswa. Kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah sebagai intervensi dari program PHBS yang ditujukan untuk anak SDN 050680 Desa Padang Tualang, kegiatan ini berjalan dengan lancar, siswa sangat antusias untuk mengikuti kegiatan cuci tangan yang benar dari awal sampai akhir kegiatan.

Pembahasan

Peran dan Tanggung Jawab dalam Menerapkan Budaya Cuci Tangan di Sekolah

Guru memiliki peran penting dalam mengajarkan teknik cuci tangan yang benar dan menjelaskan manfaatnya. Pelatihan rutin dan pengulangan informasi dianggap efektif. SD Negeri 050680 Padang Tualang telah menyediakan fasilitas cuci tangan di setiap kelas dengan tempat cuci tangan yang terletak di samping pintu masuk kelas. Namun, karena keterbatasan anggaran untuk membuat wastafel besar di luar kelas, guru dan siswa telah membuat fasilitas cuci tangan sederhana menggunakan tong. Kebersihan kelas berkontribusi pada kenyamanan siswa dalam mengikuti pelajaran, dan kebersihan diri berperan penting dalam meningkatkan konsentrasi belajar sehingga mendukung tercapainya kenyamanan dalam proses pembelajaran. Guru juga bertanggung jawab untuk memastikan bahwa siswa mematuhi jadwal cuci tangan, terutama sebelum makan dan setelah beraktivitas yang kotor. Guru yang secara konsisten menerapkan cuci tangan dan menjaga kebersihan pribadi menjadi teladan positif bagi siswa.



Gambar 1. Dokumentasi Bersama Siswa-Siswi Kelas 5 dan 6 SDN 050680 Padang Tualang

Staf sekolah, termasuk petugas kebersihan, harus memastikan adanya fasilitas cuci tangan yang memadai, seperti sabun, air bersih, dan hand sanitizer di lokasi yang strategis. Staf bertanggung jawab untuk menjaga kebersihan fasilitas cuci tangan dan memastikan peralatannya dalam kondisi baik. Siswa juga diharapkan mengikuti pedoman yang diberikan oleh guru dan mengintegrasikan kebiasaan cuci tangan dalam rutinitas harian mereka. Siswa juga dilibatkan dalam kampanye promosi cuci tangan melalui kegiatan kelas dan acara sekolah. Orang tua juga harus mendukung inisiatif sekolah dengan mengingatkan anak-anak mereka untuk mencuci tangan di rumah dan mendiskusikan pentingnya kebiasaan tersebut. Orang tua yang menerapkan cuci tangan secara konsisten di rumah dapat membantu memperkuat pesan yang disampaikan di sekolah.

Strategi Untuk Menyebarluaskan Kesadaran Mencuci Tangan di Sekolah

Kegiatan ini diawali dengan pemberian video edukasi tentang cara cuci tangan pakai sabun, sosialisasi dalam membentuk kebiasaan baru di kalangan siswa terkait pentingnya

mencuci tangan dengan sabun, dan memberikan materi tentang penjelasan bahaya jika tidak mencuci tangan dengan sabun yang benar. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar anak sekolah di SDN 050680 belum melakukan cuci tangan dengan benar. Oleh karena itu, perlu dilakukan intervensi untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku cuci tangan yang benar. Strategi untuk menyebarkan kesadaran mencuci tangan di sekolah meliputi: Edukasi Interaktif: Menggunakan metode menyenangkan seperti lagu dan poster untuk mengajarkan teknik mencuci tangan yang benar. Lagu dapat dibuat untuk mengingatkan siswa tentang pentingnya mencuci tangan, sedangkan poster dapat menampilkan gambaran visual yang jelas tentang cara mencuci tangan yang benar. Penelitian ini memastikan fasilitas cuci tangan dilengkapi dengan sabun dan air mengalir yang cukup untuk memastikan siswa dapat mencuci tangan dengan efektif.

KESIMPULAN

Pengenalan budaya cuci tangan dengan sabun merupakan suatu langkah penting dalam meningkatkan kepedulian siswa di SDN 050680 untuk kesehatan diri mereka. Sangat diharapkan pengenalan cuci tangan ini dapat mendorong minat siswa agar lebih peduli dengan kesehatan diri dan menciptakan lebih banyak lagi pengenalan kesehatan bagi anak-anak sekolah disana. Terima kasih kepada ibu Dr. Susilawati, SKM, M.Kes selaku dosen pembimbing lapangan, kepada kepala sekolah, guru-guru dan seluruh staf SDN 050680 Desa Padang Tualang, Kecamatan Padang Tualang yang telah mengizinkan serta mendukung kegiatan kami sehingga dapat berjalan dengan baik sampai akhir.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmar, D. S., Azzajjad, M. F., & Patmasari, A. (2023). Sosialisasi Pendidikan Karakter Melalui Penanaman Sikap Peduli Lingkungan Siswa Di SMP Negeri 3 Sindue Tobata. *Panrannuangku Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 60-67.
- Darwis, A. M., Tangdiesak, V. F., Haq, C. A., Sari, A., Ardaridhayana, A., Kusumawardani, D. F., ... & Al Muqtadir, M. I. (2022). Edukasi perilaku hidup bersih dan sehat melalui pemilihan duta sekolah cuci tangan pakai sabun (Dulah CTPS) di SDN 81 Kalukubodo. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 5(7), 1986-1994.
- Hasanah, U., & Mahardika, D. R. (2021, February). Edukasi perilaku cuci tangan pakai sabun pada anak usia dini untuk pencegahan transmisi penyakit. In *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ* (Vol. 1, No. 1).
- Husni, E., & Ramadany, S. (2019). Praktek Cuci Tangan Pakai Sabun Pada Siswa Sekolah Dasar 05 Nagari Mungka Kabupaten Lima Puluh Kota. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, 2(4), 254-260.
- Mitha, A. (2019). Asuhan Keperawatan Komunitas Pendidikan Kesehatan Dengan Metode Permainan Edukatif Kartu Kasugi Dan Demonstrasi Dalam Meningkatkan Pengetahuan Dan Sikap Siswa Terhadap Cuci Tangan Pakai Sabun Di SDN 16 Anduring Padang Tahun 2019 (Doctoral Dissertation, Universitas Andalas).
- Saddiyah, P., & Astuti, R. P. (2021). Pemberdayaan keluarga menghadapi pandemi COVID-19 melalui program kemasyarakatan: Budikdamber dan pembuatan instalasi cuci tangan sistem injak. *Budimas: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 26-34.
- Saleh, M., Hasim, E., & Pulukadang, W. T. (2020). Pemberdayaan Warga Masyarakat Dalam Menerapkan Phbs Dimasa Pandemi Covid-19 Di Desa Dunggala Kecamatan Tapa Kabupaten Bone Bolango. *Jurnal Sibermas (Sinergi Pemberdayaan Masyarakat)*, 9(1), 22-34.