

Menanamkan Kebiasaan Cuci Tangan 6 Langkah pada Anak di TK Wadi Fatimah Cirebon

Instilling the 6 Step Hand Washing Habit in Children at Wadi Fatimah Kindergarten Cirebon

Primadana Rizki¹, Tika Nuraini², Aulia Indah³, Hani Tri Hidayani^{4*}, Achmad Chudaivi⁵, Siska Wulan⁶, Tasya Fahira⁷, Yani Nurhayani⁸

¹⁻⁷ Mahasiswa Prodi DIII Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Ahmad Dahlan Cirebon, Indonesia

⁸ Dosen Prodi DIII Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Ahmad Dahlan Cirebon, Indonesia

hanitrihidayani@gmail.com^{1*}, yani.nurhayanii123@gmail.com²

Korespondensi penulis: hanitrihidayani@gmail.com

Article History:

Received: Januari 26, 2025;

Revised: Februari 10, 2025;

Accepted: Februari 24, 2025;

Online available: Februari 26, 2025;

Keywords: Handwashing Habit, Early Childhood, Learning Methods

Abstract: Health education in early childhood is an important step to establish a healthy lifestyle from a young age. One simple habit that needs to be taught is washing hands properly, especially before eating. This activity was carried out at Wadi Fatimah Kindergarten, Cirebon, to introduce and educate children about the importance of maintaining personal hygiene. The habit of washing hands properly is an effective step in preventing the spread of diseases, such as diarrhea and respiratory infections. This counseling teaches the steps of proper handwashing, such as wetting the hands, rubbing the palms and backs of the hands, cleaning between the fingers, rubbing the nails, cleaning the thumbs, and rinsing the hands thoroughly. To make it more interesting, the methods used include educational games and interactive videos, making it easier for children to understand and remember. The activities are designed to be child-friendly with simple language and interesting illustrations. Children are given the opportunity to practice directly, while parents and teachers are involved so that this habit can be applied at home and school. With this counseling, it is hoped to create a generation that is aware of the importance of hygiene, so that the overall health of the community can improve.

Abstrak

Penyuluhan kesehatan pada anak usia dini merupakan langkah penting untuk membentuk pola hidup sehat sejak kecil. Salah satu kebiasaan sederhana yang perlu diajarkan adalah mencuci tangan dengan benar, terutama sebelum makan. Kegiatan ini dilakukan di TK Wadi Fatimah, Cirebon, untuk mengenalkan dan mengedukasi anak-anak tentang pentingnya menjaga kebersihan diri. Kebiasaan mencuci tangan secara benar menjadi langkah efektif dalam mencegah penyebaran penyakit, seperti diare dan infeksi saluran pernapasan. Penyuluhan ini mengajarkan langkah-langkah mencuci tangan yang benar, seperti membasahi tangan, menggosok telapak dan punggung tangan, membersihkan sela-sela jari, menggosok kuku, membersihkan ibu jari, dan membilas tangan hingga bersih. Agar lebih menarik, metode yang digunakan meliputi permainan edukatif dan video interaktif, sehingga anak-anak lebih mudah memahami dan mengingatnya. Kegiatan ini dirancang ramah anak dengan bahasa sederhana dan ilustrasi menarik. Anak-anak diberi kesempatan untuk mempraktikkan langsung, sementara orang tua dan guru dilibatkan agar kebiasaan ini dapat diterapkan di rumah dan sekolah. Dengan penyuluhan ini, diharapkan tercipta generasi yang sadar akan pentingnya kebersihan, sehingga kesehatan masyarakat dapat meningkat secara keseluruhan.

Kata kunci: Kebiasaan Cuci Tangan, Anak Usia Dini, Metode Pembelajaran

1. PENDAHULUAN

Membangun pola hidup sehat sejak dini menjadi satu langkah fundamental dalam menciptakan generasi yang sadar pentingnya kesehatan. Masa kanak-kanak adalah waktu dimana anak-anak akan mengikuti perilaku orang tua dan sekitarnya, sehingga perlu satu langkah pasti dalam menciptakan kebiasaan baik yang akan berdampak berkepanjangan. Salah satu kegiatan sederhana namun sangat penting untuk diajarkan kepada anak-anak adalah mencuci tangan dengan benar, terutama sebelum makan. Selain sebagai upaya preventif dalam mencegah berbagai penyakit, kebiasaan tersebut menjadi dasar untuk menciptakan pola hidup bersih dan sehat. (Aisyah, N., et al., 2022).

Menurut Kemenkes RI, (2018), mencuci tangan menggunakan sabun dapat menurunkan risiko terkena diare sebanyak 50% dan infeksi saluran pernafasan akut hingga 30%. Hal ini menunjukkan bahwa kebiasaan mencuci tangan dapat menjadi intervensi yang paling efektif dan murah dalam upaya pencegahan penyakit menular. Mencuci tangan adalah langkah dasar yang harus diajarkan kepada anak-anak sebagai bagian dari upaya membangun perilaku hidup sehat dan bersih (PHBS).

Sayangnya, kesadaran mengenai pentingnya mencuci tangan masih rendah di berbagai kalangan, termasuk anak-anak. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi yang membahagiakan dan sesuai dengan perkembangan anak usia dini agar mereka dapat memahami dan mempraktikkan kebiasaan tersebut dengan mudah. Salah satu inisiatif yang dapat diambil adalah dengan mengadakan penyuluhan kesehatan di lingkungan pendidikan anak usia dini, seperti di taman kanak-kanak TK Wadi Fatimah di Cirebon menjadi salah satu target dalam upaya pemberian penyuluhan kesehatan bagi anak-anak. Penyuluhan tidak hanya bertujuan mengenalkan langkah-langkah mencuci tangan yang benar, tetapi menanamkan kesadaran akan pentingnya menjaga kebersihan diri dari kuman dan bakteri yang dapat menciptakan penyakit pada diri. Dengan pendekatan yang ramah anak, kegiatan ini dirancang menggunakan metode yang menarik, seperti penggunaan audio dan visual, sehingga anak-anak dapat belajar dengan senang.

Pada kegiatan penyuluhan ini, anak-anak diajarkan langkah-langkah mencuci tangan yang benar, mulai dari membasahi tangan dengan air, mengaplikasikan sabun, menggosok telapak dan punggung tangan, membersihkan area diantara jari-jari, menggosok kuku pada telapak tangan, membersihkan ibu jari, hingga membilas tangan dengan air bersih. Praktik langsung juga diberikan untuk memperkuat pemahaman anak-anak terhadap materi yang diajarkan. Selain itu, keterlibatan orang tua dan guru menjadi kunci keberhasilan dalam membangun kebiasaan mencuci tangan. Penyuluhan ini tidak

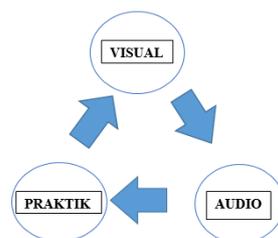
hanya memberikan edukasi kepada anak-anak, tetapi juga mendorong orang tua dan guru untuk menerapkan kebiasaan tersebut di rumah dan sekolah. Melalui kolaborasi yang erat antara anak, orang tua, dan guru, diharapkan kebiasaan mencuci tangan dapat menjadi bagian dari rutinitas sehari-hari yang berkontribusi pada peningkatan kualitas kesehatan masyarakat secara menyeluruh.

2. METODE

Penyuluhan ini menggabungkan metode audio, visual, dan praktik langsung supaya anak-anak lebih mudah mengerti dan mengingat cara cuci tangan dengan benar. Metode audio digunakan melalui narasi sederhana dan lagu-lagu edukatif yang berkaitan dengan kebiasaan mencuci tangan. Untuk metode visual, penyuluhan memanfaatkan presentasi PowerPoint dengan ilustrasi dan video animasi menarik yang menampilkan proses mencuci tangan secara berurutan. Metode ini membantu anak-anak memahami konsep melalui gambar bergerak dan cerita yang sesuai dengan usia mereka. Selain itu, praktik langsung juga dilakukan, di mana anak-anak diajak untuk mempraktikkan langkah-langkah mencuci tangan secara benar dengan panduan guru atau fasilitator. Setiap anak diberi kesempatan untuk mempraktikkan sendiri, sehingga mereka dapat merasakan pengalaman langsung yang memperkuat pemahaman mereka.

Dengan kombinasi metode ini, anak-anak tidak hanya mendapatkan informasi secara pasif, tetapi juga aktif berpartisipasi dalam kegiatan. Pendekatan ini dirancang untuk memastikan bahwa pesan edukasi dapat tersampaikan dengan cara yang efektif dan menyenangkan.

Pada kegiatan penyuluhan ini, anak-anak diajarkan langkah-langkah mencuci tangan yang benar, mulai dari membasahi tangan dengan air, mengaplikasikan sabun, menggosok telapak dan punggung tangan, membersihkan area diantara jari-jari, menggosok kuku pada telapak tangan, membersihkan ibu jari, hingga membilas tangan dengan air bersih. Praktik langsung juga diberikan untuk memperkuat pemahaman anak-anak terhadap materi yang diajarkan.



Gambar 1. Diagram metode

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran anak-anak taman kanak-kanak mengenai pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat, terutama dengan cara mencuci tangan sesuai dengan 6 langkah yang benar. Mencuci tangan dengan benar juga dapat mengurangi risiko anak mengalami gangguan kesehatan seperti cacangan, diare, dan sebagainya.

Penyuluhan dilakukan pada hari jumat, 24 januari 2025 dengan diikuti oleh 75 siswa yang berasal dari kelas A3 sampai A7. Kegiatan diawali dengan pembukaan dan perkenalan oleh mahasiswa program studi DIII Keperawatan. Setelah itu, dilanjutkan dengan *ice breaking* untuk menciptakan suasana yang menyenangkan. Selanjutnya, dilakukan kegiatan penayangan video animasi cuci tangan dan penyampaian materi menggunakan media *PowerPoint* tentang pentingnya cuci tangan dan dampak tidak mencuci tangan. Kegiatan dilanjutkan dengan demonstrasi cuci tangan 6 langkah oleh mahasiswa diiringi lagu. Setelah dilakukan sesi pendemonstrasian, 4 siswa diberikan kesempatan untuk tampil mempraktekkan cuci tangan 6 langkah yang telah didemonstrasikan dan juga pemberian reward. Kemudian seluruh peserta mempraktekkan cara cuci tangan 6 langkah menggunakan sabun dan air mengalir di kamar mandi dengan didampingi mahasiswa. Kegiatan penyuluhan ditutup dengan menyanyikan beberapa lagu anak-anak dan pembagian souvenir kepada peserta.

Berdasarkan tabel 1, penyuluhan dilakukan pada 75 siswa TK Wadi Fatimah. Dari hasil *pre-test* didapatkan sebanyak 7 (9,33) siswa mendapat nilai baik. Pada hasil *post-test* didapatkan peningkatan menjadi 62 (82,67) siswa mendapat nilai baik.

Tabel 1. Hasil *Pre-test* dan *Post-test* pada Siswa TK Wadi Fatimah Mengenai Cuci Tangan 6 Langkah

Variable	Proporsi (%) N = 75	Rata-rata
Pengetahuan (Pre-Test)		
Kurang baik	68 (90,67)	43,5
Baik	7 (9,33)	
Pengetahuan (Post-Test)		
Kurang baik	12 (17,33)	71,5
Baik	63 (82,67)	

Kendala yang dihadapi selama kegiatan penyuluhan adalah memfokuskan anak-anak saat penjelasan materi penyuluhan sebab beberapa anak lebih senang bermain semauanya. Secara keseluruhan, kegiatan penyuluhan berjalan dengan baik, sebagaimana

disampaikan oleh wali kelas dan guru. Mereka merasa senang dengan adanya kegiatan ini. Perlengkapan dan persiapan alat sudah sangat memadai, terutama dengan penggunaan media visual seperti video animasi dan PowerPoint yang dilengkapi gambar sehingga lebih menarik perhatian anak-anak dan mudah dimengerti.



Gambar 2. Penyuluhan cuci tangan 6 langkah

4. KESIMPULAN

Penyuluhan yang dilakukan di TK Wadi Fatimah bermaksud untuk memperdalam pemahaman anak-anak tentang perilaku, hidup bersih dan sehat, terutama mengenai cara mencuci tangan dengan 6 langkah. Metode yang digunakan mencakup video animasi, presentasi PowerPoint, dan demonstrasi praktis yang disertai lagu, sehingga materi lebih mudah dipahami oleh anak-anak. Sebelum dilakukan penyuluhan, nilai rata-rata kemampuan mencuci tangan 6 langkah adalah 7 siswa (9,33%) mempunyai pengetahuan baik dan setelah dilakukan penyuluhan adalah 63 siswa (82,67%) mempunyai pengetahuan baik. Dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan yang signifikan.

5. ACKNOWLEDGEMENTS

Kami mengucapkan puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya yang telah memungkinkan acara penyuluhan dengan judul *“MENANAMKAN KEBIASAAN CUCI TANGAN 6 LANGKAH PADA ANAK DI TK WADI FATIMAH CIREBON”* dapat diselenggarakan dengan lancar. Kami mengungkapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

- 1) Universitas Muhammadiyah Ahmad Dahlan Cirebon yang telah memberikan peluang dan dukungan dalam pelaksanaan program ini.
- 2) Pihak TK Wadi Fatimah, Cirebon, khususnya kepala sekolah, guru, dan staf yang telah memberikan izin serta fasilitas selama program berlangsung.
- 3) Para siswa TK Wadi Fatimah yang antusias dalam mengikuti penyuluhan ini.

- 4) Dosen pembimbing yang telah memberikan petunjuk dan bimbingan dalam penyusunan serta pelaksanaan program ini.
- 5) Seluruh tim penyuluhan kelompok 4 yang telah berkolaborasi dengan penuh komitmen untuk menyukseskan kegiatan ini.

Kami menyadari bahwa dalam pelaksanaannya masih terdapat banyak kekurangan. Oleh karena itu, kami sangat mengharapkan kritik dan saran yang konstruktif untuk perbaikan di masa depan. Harapan kami, program ini memberikan keuntungan bagi anak-anak TK Wadi Fatimah dalam membiaskan diri mencuci tangan dengan benar untuk menjaga kesehatan mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, N., Irawan, A., Ramadhan, G., & Giantoro, S. (2022). Sosialisasi 6 (enam) langkah mencuci tangan pada anak di MI Al-Badariah Desa Tatah Layap pada masa pandemi COVID-19. *Jurnal Bakti Untuk Negeri*, 2(1), 45–49.
- Athuring, N. B. F., Nurmalita, S., Awaliyah, N. S., Irtany, F. Z., & Rihardini, T. (2023). Edukasi cuci tangan dalam meningkatkan perilaku hidup bersih sehat (PHBS) dengan gerak dan lagu pada anak usia dini. *ABDIKES: Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 1(2), 71–74.
- Fitriana, V., Narayani, I., Nur, H. A., Pujiati, E., Yuliana, A. R., Cahyanti, L., ... & Lestari, P. (2023). Edukasi 6 langkah cuci tangan untuk pencegahan infeksi. *JABI: Jurnal Abdimas Bhakti Indonesia*, 4(2), 32–41.
- Jama, F. (2020). Faktor yang berhubungan dengan kepatuhan perawat dalam melakukan 6 langkah cuci tangan. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 4(2), 96–109.
- Karmadi, K., Sufa, N. A. F., Thamara, D. A., & Utami, P. I. N. (2023). Pengabdian masyarakat: PHBS melalui sosialisasi cuci tangan 6 langkah di TK Cahya Cemerlang Aisyah, Kelurahan Puntukrejo, Kecamatan Nargoyoso, Kabupaten Karanganyar. *Jurnal Pengabdian Komunitas*, 2(1), 71–75.
- Sholikha, S., & Nurfita, F. A. (2022). Penyuluhan dan demo 6 langkah cuci tangan pakai sabun di TK “Nurul Huda” Desa Gedongboyountung Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan. *Journal of Community Engagement in Health*, 5(2), 191–193.
- Siregar, D. Y., & Harahap, M. (2024). Edukasi 6 langkah cuci tangan yang baik dan benar di TK Harapan Bersama Desa Pintu Padang Kecamatan Angkola Selatan tahun 2024. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 6(3).
- Suharti, S. (2020). Pendidikan kesehatan tentang 6 langkah cuci tangan di PAUD Sayap Ibu Bandar Lampung. *ANDASIH Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2).