

Pengabdian Masyarakat Tentang Cara Mencuci Tangan 6 Langkah Pada Anak Usia Sekolah Dengan Metode Video Visual Di SD 060831 Medan Sunggal

Community Service on How to Wash Hands in 6 Steps for School-Age Children Using the Visual Video Method at Elementary School 060831 Medan Sunggal

Chairul Munir^{1*}, Jefri Banjarnahor², Julidia Safitri Parinduri³

^{1*,3} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Flora, Medan, Indonesia

^{2*} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Baru, Indonesia

*Corresponding author: E-mail: chairulmunir2@gmail.com

Abstrak

Pengetahuan anak merupakan fondasi penting dalam proses belajar dan adaptasi mereka terhadap lingkungan. Studi ini melibatkan anak-anak dari kelompok usia prasekolah hingga sekolah dasar melalui kombinasi metode wawancara terstruktur, observasi partisipatif, dan tugas kognitif yang dirancang khusus. Mencuci tangan merupakan salah satu tindakan krusial untuk mencegah penyebaran penyakit menular, namun masih banyak anak-anak yang belum memahami teknik yang benar. Studi ini melibatkan 42 siswa kelas 3 dan kelas 5 SD yang diberikan pelatihan interaktif dan demonstrasi visual mengenai enam langkah mencuci tangan menurut standar Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). Kegiatan Pengabdian Masyarakat yaitu metode bercerita dengan menggunakan video, yang bertempat di ruang kelas Tk 080631 Medan yang diikuti oleh 42 Orang. Setelah pemberian materi yang disampaikan oleh narasumber, kegiatanpun dilanjutkan dengan tanya jawab dan diskusi. Anak-anak dapat memaparkan hasil cerita dari sipemberi materi dan juga sangat menikmati acara yang dilaksanakan.

Kata Kunci: Mencuci Tangan; Video Visual; Anak Usia Sekolah

DOI:

PENDAHULUAN

Meningkatnya beban penyakit menular di kalangan anak sekolah karena praktik kebersihan pribadi yang buruk dan kondisi sanitasi yang tidak memadai tetap menjadi perhatian agenda kesehatan masyarakat di negara berkembang. Anak-anak sekolah sangat rentan terhadap pengabaian kebersihan diri dasar karena kurangnya pengetahuan dan praktik.

Kemandirian anak terkait erat dengan kemampuan mengurus diri sendiri dan menjaga kesehatan fisik, terlepas dari kemampuan menjaga kesehatan fisik. Makanan yang seimbang, olahraga yang teratur, istirahat yang cukup, dan kebersihan lingkungan dan diri sendiri adalah beberapa faktor yang memengaruhi kesehatan anak. Anak-anak dididik untuk mengurus diri sendiri dan menjaga kebersihan diri, dimulai dengan tugas dasar seperti mandi, menyikat gigi, dan mencuci tangan. (Arianru & Majapahit, n.d.).

Dalam kehidupan sehari-hari, kebersihan merupakan suatu keharusan, dimulai dari kebersihan diri sendiri hingga kebersihan lingkungan. Kebersihan dapat mencerminkan kesehatan setiap orang. Lingkungan yang kotor tentu tidak akan membuat seseorang menjadi sehat dan berpotensi menimbulkan penyakit yang akan mempengaruhi kelangsungan hidup seseorang. Khususnya untuk anak-anak, karena anak-anak sangat sulit untuk dididik tentang pentingnya menjaga kebersihan sejak usia dini. Negara memerlukan generasi penerus yang berkualitas, yaitu anak-anak usia sekolah, terutama anak-anak usia sekolah dasar, yang berusia antara enam dan dua belas tahun. Generasi penerus adalah generasi di mana negara dapat berkembang dan

maju. Jika sumber daya manusia diawasi sejak usia sekolah, kualitas akan meningkat. (I. S. Harahap et al., 2022).

Kebudayaan, agama, lingkungan, tingkat perkembangan sesuai usia, kesehatan, dan energi adalah faktor yang memengaruhi personal hygiene. Namun, personal hygiene memiliki manfaat, seperti dengan mempertahankan perawatan diri, baik secara mandiri maupun dengan bantuan, orang dapat melatih hidup yang bersih dan sehat dengan meningkatkan pemahaman mereka tentang kebersihan dan kesehatan serta menciptakan penampilan yang sesuai dengan standar kesehatan. Selain itu, dapat membantu menjaga integritas jaringan, memperbaiki sirkulasi darah, dan menghilangkan kelelahan. Kesehatan pribadi siswa terabaikan karena waktu sekolah tidak terlepas dari bermain, yang sekaligus merupakan masalah yang paling penting untuk diperhatikan. (Joshua, 2017).

Semua hal yang perlu dilakukan dalam pencegahan dan penanggulangan penyakit, lingkungan, kesehatan ibu dan anak, kesehatan keluarga berencana, gizi, farmasi, dan pemeliharaan kesehatan dibahas di PHBS. Ketika seseorang berada di rumah, di institusi pendidikan, di tempat kerja, di tempat umum, atau di fasilitas pelayanan kesehatan, perilaku ini harus dipraktikkan sesuai dengan situasi dan kondisi (Ulya et al., 2022).

Menurut WHO dalam Kusumawati (2018), cuci tangan adalah suatu tindakan atau prosedur membersihkan tangan dengan menggunakan sabun dan air yang mengalir atau rub tangan dengan antiseptik (berbasis alkohol). Namun, menurut James (2008), mencuci tangan adalah metode utama yang paling penting untuk mencegah dan mengendalikan infeksi (Purba et al., 2021).

Menurut Susiati dalam Kusumawati (2018), tujuan cuci tangan adalah untuk menghilangkan mikroorganisme yang ada di

tangan, mencegah infeksi silang (infeksi silang), menjaga kondisioner, melindungi diri dari infeksi, dan membuat orang merasa bersih dan segar (Purba et al., 2021).

Personal hygiene adalah kebersihan diri yang digunakan untuk mempertahankan kesehatan fisik dan psikologis. Tujuan dari personal hygiene adalah untuk mencegah penyakit muncul pada diri sendiri atau orang lain. Personal hygiene mencakup kebersihan kulit, gigi dan mulut, mata, kuku tangan dan kaki, serta telinga dan pakaian (Sinurat et al., 2024).

Personal hygiene adalah kebersihan dan kesehatan perorangan yang bertujuan untuk mencegah timbulnya penyakit pada diri sendiri dan orang lain, baik secara fisik maupun psikologis yang mencakup perawatan kebersihan kulit kepala, rambut, mata, hidung, telinga, kuku, kulit, tangan, kaki dan area genital. Personal hygiene yang tidak baik dapat meningkatkan penyakit yang berhubungan dengan perilaku sehat dan kebersihan diri di kalangan anak sekolah, seperti diare, Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA), Demam Berdarah Dengue (DBD), cacangan (Erna Safitri et al., 2025).

Berbagai bakteri dapat masuk ke tubuh kita melalui tangan. Untuk mencuci tangan dengan benar, Anda perlu tahu cara yang tepat. Mardiyani dan rekan, 2020 Sangat penting untuk mencuci tangan dengan benar dan teratur sebelum dan sesudah melakukan apa pun. Waktu yang tepat untuk mencuci tangan adalah sebagai berikut (WHO, 2009, Markkanen, 2004) dalam (N. A. Harahap & Rahman, 2025)

1. Sebelum dan setelah makan.
2. Sebelum dan setelah menyajikan makanan dan memegang bahan

mentah.

3. Sebelum dan setelah memotong,
4. Sebelum dan setelah buang air besar dan kecil,
5. Sebelum dan setelah selesai bekerja,
6. Saat bersentuhan dengan pelarut atau bahan kimia,
7. Saat terjadi perubahan dalam proses kerja,
8. Saat menyentuh hewan peliharaan,
9. Saat batuk atau bersin,
10. Saat memegang fasilitas umum, dan
11. Saat membuang sampah.

Enam pedoman untuk mencuci tangan yang efektif telah dibuat oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO):

1. Tuangkan sabun cuci tangan, lalu gosok antar telapak tangan.
2. Gosok punggung tangan dengan telapak tangan.
3. Bersihkan sela sela jari dengan mengosok.
4. Usap ujung jari setiap tangan yang ter genggam secara bergantian.
5. Gosok ibu jari di genggam lalu gosok dengan berputar.
6. Gosok ujung dan jari tangan dengan tangan lain.

Setiap orang di lingkungan sekolah harus mencuci tangan. Mencuci tangan adalah prosedur yang dilakukan oleh manusia untuk membersihkan tangan dan jari jemari mereka dengan menggunakan air dan sabun untuk membersihkan dan menghilangkan rantai kuman, bakteri, dan virus. Mencuci tangan juga dikenal sebagai salah satu cara untuk mencegah penyakit (Aisyah et al., 2022).

Faktor seperti pengetahuan, sikap, dan tindakan seseorang dapat memengaruhi perilaku mereka. Mencuci tangan adalah metode utama yang paling penting untuk mencegah dan mengontrol infeksi. Menurut pengabdian masyarakat (Aisyah et al., 2022), 20% anak pengetahuan mencuci tangannya kurang baik, dan 80% anak pengetahuannya

baik. Untuk alasan ini, kami memilih kegiatan pengabdian sosialisasi 6 langkah mencuci tangan di sekolah dasar di SD 060831 Medan Sunggal.

METODE

Metode Pelaksanaan Kegiatan meliputi :

1. Tahap Persiapan : Pengurusan Administrasi, Sosialisasi Kegiatan Terhadap siswa/siswi SD 060831 Medan, Mempersiapkan tempat pelaksanaan kegiatan.
2. Tahap Pelaksanaan : Pembukaan dari ketua pelaksanaan, melakukan proses keguatan yaitu melaksanakan pengabdian masyarakat dengan metode bercerita.
3. Tahap Terminasi: Evaluasi dengan memberikan pertanyaan kepada peserta terkait dengan materi acara yang sudah berlangsung.
4. Adapun kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan pada hari Senin, 14 Juli 2025, pada pukul (10.00-12.00) WIB di ruang kelas 060831 Medan dengan jumlah peserta 42 orang. Yang berperan dalam penyuluhan ini yaitu pemateri. Pembacaan tentang cerita mada siswa.

Proses dan metode bercerita yang dilaksanakan yaitu:

1. Menyiapkan tempat dan setting tempat duduk untuk anak penyesuaian ini tergantung dari lokasi cerita disampaikan penataan tempat anak, sangat baik dilakukan dalam kegiatan bercerita serta mengkondisikan anak agar tenang.
2. Pembawa cerita menyiapkan diri sebaik mungkin untuk siap bercerita, menguasai alur/plot, penokohan, mimik wajah dan suara.

3. Memulai bercerita saat anak sudah dalam kondisi tenang.
4. Pendidik mempersiapkan naskah cerita untuk dipelajari dengan video pembelajaran yang digunakan.
5. Pendidik maju bercerita dengan mempraktekan, menggunakan tindakan yang mudah dipahami anak.
6. Sambil mencontohkan gerakan, lafal dan intonasi harus jelas saat menjelaskan.
7. Gerakan yang dilakukan harus sesuai.
8. Dalam memberikan contoh, pendidik harus terlihat lentur dalam memainkannya dan sinkron antara suara dan gerakan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat yaitu metode bercerita dengan menggunakan video, yang bertempat di ruang kelas SD 060831 Medan yang diikuti oleh 42 Orang.

Adapun kegiatan-kegiatan yang ada didalamnya yaitu:

1. Pembukaan
2. Memberikan atau membacakan cerita kepada siswa dengan menggunakan video.
3. Penutup

Adapun rangkaian kegiatan yang berlangsung meliputi:

Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan mengumpulkan peserta oleh panitia pelaksana yang seluruhnya berjumlah 42 orang selama kegiatan. Selanjutnya dilakukan pembukaan acara oleh Moderator. Acara dilanjutkan dengan penyuluhan dari pemateri secara berurutan

Setelah penyuluhan selesai dilakukan, dilanjutkan dengan acara diskusi tentang materi penyuluhan yang disampaikan.

Setelah pemberian materi yang disampaikan oleh narasumber, kegiatanpun dilanjutkan dengan tanya jawab dan diskusi. Adapun kegiatan ini meliputi perangkuman

materi oleh pembawa acara, pengajuan pertanyaan untuk evaluasi, pemberian feedback, kuis dan Door Prize dan pemberian salam. Kegiatan Pengabdian Masyarakat diakhiri dengan pembuatan laporan kegiatan oleh pelaksana dengan melibatkan mahasiswa. Pelaksanaan dari pengabdian masyarakat ini berjalan dengan lancar, 80% peserta memahami materi mengenai cerita yang disampaikan dan perilaku hidup bersih dan sehat. Luaran dari kegiatan pengabdian Masyarakat ini adalah siswa/siswi SD dapat memahami tentang manfaat bercerita dengan metode menggunakan media boneka, kemudian acara ditutup oleh MC.



Gambar 1. Penyuluhan Kesehatan tentang cara mencuci tangan



Gambar 2. Penyuluhan Kesehatan tentang cara mencuci tangan

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini berjalan dengan lancar. Maksud dan tujuan diadakan PKM ini yaitu diharapkan dapat meningkatkan pemahaman siswa/siswi tentang manfaat metode bercerita. Metode bercerita adalah penyampaian atau penyajian materi pembelajaran secara lisan dalam bentuk cerita dari guru kepada anak didik Taman Kanak-kanak. Oleh karena itu materi yang disampaikan berbentuk cerita yang awal dan akhirnya hubungan erat dalam kesatuan yang utuh, maka cerita tersebut harus dipersiapkan terlebih dahulu.

Implementasi metode bercerita di Sekolah Dasar berdasarkan kemampuan yang diharapkan dicapai dalam pengembangan bahasa, kegiatan bercerita dapat pula mengembangkan bahasa lainya setelah anak mendengarkan cerita, atau mengulang cerita yang telah diceritakan oleh guru atau setelah ia mendengar cerita dari kaset melalui tape recorder, dapat juga setelah menonton kegiatan bercerita di VCD.

Bentuk-bentuk metode bercerita tersebut terbagi dua yaitu Bercerita tanpa alat peraga dan Bercerita dengan alat peraga.

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. <https://doi.org/10.36387/jbn.v2i1.894>
- Arianru, V. A., & Majapahit, U. I. (n.d.). DAN MENYIKAT GIGI Vedoardo Awang Arianru Universitas Islam Majapahit. 220-225.
- Erna Safitri, Sela Safitria, Wada Islami, Ade Rahma Azizah, Intan Safitri, Maulidar Maulidar, & Mulia Utari. (2025). Edukasi Kebersihan Diri (Personal Hygiene) pada Anak untuk Meningkatkan Kebersihan Diri Anak di SMPN 1 Seuneuddon. *SEWAGATI: Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 4(2), 13-19. <https://doi.org/10.56910/sewagati.v4i2.2166>
- Harahap, I. S., Siregar, R. A. D., Harahap, G. R., &

- Hasibuan, E. K. (2022). Sosialisasi Pentingnya Menjaga Kebersihan Sejak Usia Dini. *Jurnal ADAM: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 236–241. <https://doi.org/10.37081/adam.v1i2.1146>
- Harahap, N. A., & Rahman, S. (2025). Edukasi Cara Mencuci Tangan Yang Baik Dan Benar. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(1), 1364–1368. <https://doi.org/10.31004/jkt.v6i1.34237>
- Joshua, B. (2017). PERSONAL HYGIENE PADA ANAK SD NEGERI MERJOSARI 3. 2(2), 111.
- Purba, I. E., Munthe, A. S., & Bangun, H. A. (2021). Enam Langkah Mencuci Tangan Yang Benar Dalam Pencegahan Penularan Virus Covid 19. *Abdimas Mutiara*, 2(3), 14–24.
- Sinurat, S., Sari Dewi Simanullang, M., Simbolon, D., & Studi Sarjana Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan, P. (2024). Gambaran Personal Hygiene Pada Anak Sekolah Dasar di SD Negeri 066054 Kecamatan Medan Denai Tahun 2023. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 4, 3781–3796.
- Ulya, U., Mulfah, I., Ulin Nuha, A., Nursapitri, M., Rafii Affia, M., & Rahman, I. (2022). Program Edukasi 6 Langkah Mencuci Tangan pada Anak di MI Al-Hidayah Kelurahan Cirendeu. *Jurnal Universitas Muhammadiyah Jakarta*, 1–5. <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>

