

---

## PENYULUHAN DAN SIMULASI CUCI TANGAN PAKAI SABUN DI LINGKUNGAN SD ALKHAIRAT 02 KOTA TERNATE

Fathul Rizky<sup>1</sup>, Septa Ayu Bungasari<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Khairun, Ternate

e-mail: [fathul.rizky@unkhair.ac.id](mailto:fathul.rizky@unkhair.ac.id)

---

### ABSTRAK

Data WHO menunjukkan perilaku CTPS (Cuci Tangan Pakai Sabun) mampu mengurangi angka kejadian Diare sebanyak 45%. CTPS dapat mencegah penyebaran penyakit cacingan, serta mampu menurunkan kasus infeksi pernapasan (termasuk ISPA dan Pneumonia) hingga 25%. Perilaku ini juga mengurangi risiko penyakit lainnya, seperti penyakit mata dan infeksi kulit. Kegiatan Pengabdian telah dilaksanakan di lingkungan SD Alkhairat 02 Kota Ternate, pada tanggal 19 Oktober 2019. Penyuluhan tentang PHBS (Pola Hidup Bersih dan Sehat) dan CTPS (Cuci Tangan Pakai Sabun) dilakukan dengan media *video* dan *slide power-point*. Siswa-siswi diajarkan cara cuci tangan yang baik dan benar dengan metode Senam CTPS, dilanjutkan dengan Simulasi CTPS, dan diakhiri dengan *games* dan kerja bakti. Tujuan dari kegiatan ini yakni siswa-siswi SD Alkhairat 02 Kota Ternate dapat menyadari pentingnya penerapan pola hidup yang bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari, termasuk cuci tangan pakai sabun, serta mengetahui langkah-langkah cuci tangan pakai sabun yang baik dan benar. Luaran dari kegiatan ini yaitu (1) Poster edukasi tentang CTPS dan PHBS yang nantinya dipasang di ruang kelas masing-masing; (2) Tempat cuci tangan/ wastafel; dan (3) Publikasi di Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Khairun.

**Kata Kunci:** cuci tangan pakai sabun, hidup bersih dan sehat.

### ABSTRACT

*Based on data of WHO, the behavior of Washing Hands with Soap reduced the incidence of diarrhea by 45%. The behavior can prevent the spread of worms and cases of respiratory infections (including upper respiratory system infection and pneumonia) reduced by 25%. It also found that the behavior reduced the risk of other diseases, such as eye diseases and skin infections. The service was held at SD Alkhairat 02 Ternate City, on 19 October 2019. Counseling on Clean & Healthy Lifestyle and Washing Hands with Soap were using video and power point slides. Students were taught how to wash their hands correctly using the CTPS exercise method, followed by a CTPS simulation, and ended up with games and community service. The aim of this activity is students of SD Alkhairat 02 Kota Ternate know how important to implement a clean and healthy lifestyle in their daily life, including washing hands with soap, and also know the correct steps for washing hands using soap. The outputs of this activity are (1) educational posters about Clean & Healthy Lifestyle and Washing Hands with Soap will be displayed in each classroom; (2) Hand washing place/ sink; and (3) Publication in the Khairun University Community Service Journal.*

**Keywords:** washing hands with soap, clean and healthy lifestyle

---

## **PENDAHULUAN**

Salah satu faktor yang dianggap penting dalam pembangunan kesejahteraan penduduk di Indonesia adalah kesehatan. Akan tetapi masalah kesehatan di Indonesia masih banyak ditemukan dan harus diselesaikan. Berdasarkan data dari WHO (*World Health Organization*), Diare dan ISPA (Infeksi Saluran Pernapasan Akut) masih menjadi masalah kesehatan yang ada di Indonesia (Kementerian Kesehatan RI, 2014).

Data WHO memperkirakan bahwa infeksi Diare mengancam kehidupan 1,87 juta anak balita setiap tahun di seluruh dunia, membuat Diare menjadi penyebab kematian bayi dan balita kedua terbanyak setelah Pneumonia. Di Indonesia, WHO memperkirakan, sekitar 31.000 anak balita meninggal setiap tahun karena penyakit ini. Anak-anak ini tidak dapat merayakan ulang tahun kelima mereka karena penyakit yang sebenarnya dapat kita cegah dengan perilaku sederhana, yakni Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) (Kementerian Kesehatan RI, 2010).

Data WHO juga menunjukkan, perilaku CTPS mampu mengurangi angka kejadian Diare sebanyak 45%. Telah dibuktikan juga bahwa CTPS dapat mencegah penyebaran penyakit cacangan, serta mampu menurunkan kasus infeksi pernapasan (termasuk ISPA dan Pneumonia) hingga 25%. Perilaku ini juga mengurangi risiko penyakit lainnya, seperti penyakit mata dan infeksi kulit. CTPS jelas merupakan cara yang paling efektif dan murah untuk pencegahan, namun banyak orang tidak mempraktekannya (Kementerian Kesehatan RI, 2013).

Cuci tangan pakai sabun sebagai upaya preventif dalam melindungi diri dari berbagai penyakit menular. Perilaku cuci tangan menggunakan sabun merupakan suatu upaya yang memiliki dampak besar bagi pencegahan penyakit-penyakit menular seperti Diare dan ISPA, namun mencuci tangan masih belum menjadi kebiasaan pada masyarakat. Tentunya hal ini masih dipengaruhi oleh banyak hal diantaranya karena rendahnya pengetahuan, pendidikan dan kesadaran terhadap perilaku cuci tangan pakai sabun (Risnawaty, 2016).

## **TARGET DAN LUARAN**

Target dari Program Penyuluhan dan Simulasi CTPS adalah agar siswa-siswi SD Alkhairat 02 Kota Ternate dapat menyadari pentingnya penerapan pola hidup yang bersih dan sehat dalam kehidupan

---

sehari-hari, termasuk cuci tangan pakai sabun, serta mengetahui langkah-langkah cuci tangan pakai sabun yang baik dan benar.

Luaran dari program ini antara lain: (1) Poster edukasi tentang CTPS dan PHBS yang nantinya dipasang di ruang kelas masing-masing; (2) Tempat cuci tangan/wastafel; dan (3) Publikasi di Jurnal Pengabdian Universitas Khairun.

## **METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan ini dilaksanakan di lingkungan SD Alkhairat 02 Kota Ternate, pada tanggal 19 Oktober 2019. Penyuluhan tentang PHBS (Pola Hidup Bersih dan Sehat) dan CTPS (Cuci Tangan Pakai Sabun) dilakukan dengan media video dan *slide power-point*. Siswa-siswi diajarkan cara cuci tangan yang baik dan benar dengan metode Senam CTPS, dilanjutkan dengan Simulasi CTPS, dan diakhiri dengan *games* dan kerja bakti.

## **PEMBAHASAN**

Kegiatan telah dilaksanakan pada hari Sabtu, 19 Oktober 2019, di SD Alkhairat 02 Kota Ternate. Kegiatan dimulai pada pukul 07.30 WIT, dan diikuti oleh siswa-siswi SD Alkhairat 02 Kota Ternate sebanyak 120 orang, berakhir pada pukul 10.30 WIT. Pelaksana kegiatan terdiri dari 3 orang Dokter dari RSUD Chasan Boesoirie Ternate, yakni dr. Hamzah Muhammad Hafiq, dr. Awaluddin Andi Mulyadi, dan dr. Fathul Rizky. Siswa-siswi dibagi menjadi 2 kelompok, yang masing-masing menempati satu ruang kelas. Kegiatan diawali dengan sambutan oleh Guru kelas masing-masing dan perkenalan.

Selanjutnya dilakukan penyuluhan dengan menggunakan media video dan *slide power-point* (gambar 1 & 2) tentang PHBS (Pola Hidup Bersih dan Sehat) dan CTPS (Cuci Tangan Pakai Sabun). Setelah penyuluhan, siswa-siswi diajarkan cara cuci tangan yang baik dan benar dengan metode Senam CTPS, dilanjutkan dengan Simulasi CTPS. Pada simulasi ini, setiap siswa-siswi langsung melakukan cuci tangan menggunakan *handrub* yang telah dibagikan sebelumnya.

Pada sesi *games*, para siswa-siswi diajak untuk memainkan beberapa permainan sederhana. Setelah itu dilanjutkan dengan kerja bakti membersihkan ruang kelas dan halaman sekolah. Selain kegiatan penyuluhan dan simulasi, telah dilakukan pula pemasangan poster tentang PHBS dan CTPS di tiap ruang kelas (gambar 3), serta pembangunan tempat cuci tangan (gambar 4). Diharapkan dengan

adanya tempat cuci tangan, para siswa-siswi menjadi lebih rajin untuk melakukan cuci tangan, terutama setelah beraktivitas di luar ruangan.



Gambar 1 & 2. Penyuluhan tentang PHBS dan CTPS



Gambar 3. Pemasangan poster edukasi tentang PHBS dan CTPS



Gambar 4. Pemasangan kran cuci tangan

## **SIMPULAN**

Salah satu faktor yang dianggap penting dalam pembangunan kesejahteraan penduduk di Indonesia adalah kesehatan. Akan tetapi masalah kesehatan di Indonesia masih banyak ditemukan dan harus diselesaikan. Berdasarkan data dari WHO (World Health Organization), Diare dan ISPA (Infeksi Saluran Pernapasan Akut) masih menjadi masalah kesehatan yang ada di Indonesia.

Hasil pelaksanaan kegiatan diperoleh bahwa siswa-siswi SD Alkhairat 02 Kota Ternate sadar akan pentingnya penerapan pola hidup yang bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari, termasuk cuci tangan pakai sabun, serta mengetahui langkah-langkah cuci tangan pakai sabun yang baik dan benar. Hal ini sesuai dengan data WHO juga menunjukkan bahwa perilaku CTPS mampu mengurangi angka kejadian Diare serta dapat mencegah penyebaran penyakit cacangan, dan mampu menurunkan kasus infeksi pernapasan. Perilaku ini juga mengurangi risiko penyakit lainnya, seperti penyakit mata dan infeksi kulit.

Diharapkan kegiatan-kegiatan serupa dapat dilakukan lebih sering lagi agar membantu masyarakat dalam menjaga kesehatan. Perilaku CTPS jelas merupakan cara yang paling efektif dan murah untuk pencegahan berbagai penyakit.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Kementerian Kesehatan RI. (2010, October 15). Cuci Tangan Pakai Sabun, Perilaku Sederhana Berdampak Luar Biasa. Diunduh pada Juli 2019, dari <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20101015/4517132/cuci-tangan-pakai-sabun-perilaku-sederhana-berdampak-luar-biasa/>
- Kementerian Kesehatan RI. (2013). Riset Kesehatan Dasar. Diunduh pada Juli 2019, dari <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riskasdas%202013.pdf>
- Kementerian Kesehatan RI. (2014). Perilaku Mencuci Tangan Pakai Sabun di Indonesia. Diunduh dari <https://www.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-ctps.pdf>
- Risnawaty, G. (2016). FAKTOR DETERMINAN PERILAKU CUCI TANGAN PAKAI SABUN (CTPS) PADA MASYARAKAT DI TANAH KALIKEDINDING. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, IV (1), 70-81. doi:<https://doi.org/10.20473/jpk.V4.I1.2016.70-81>