



Enhancing handwashing skills in preschoolers through movement and puzzle games

Juni Sofiana✉, Dyah Puji Astuti, Rosmawati

Universitas Muhammadiyah Gombong, Gombong, Indonesia

✉ junisofiana@unimugo.ac.id

 <https://doi.org/10.31603/ce.11193>

Abstract

Preschoolers are highly susceptible to illnesses due to their underdeveloped immune systems. The lack of understanding among preschoolers regarding the importance of proper hygiene practices makes them vulnerable to diseases such as respiratory infections, diarrhea, typhoid, and others. This community outreach initiative aimed to enhance preschoolers' knowledge and handwashing skills to prevent the spread of various diseases. The project employed educational sessions and hands-on training in handwashing techniques at TKIT Lukmanul Hakim. The outcomes demonstrated significant improvements: before the intervention, 18 children (54%) had adequate knowledge and 5 children (15.2%) had insufficient knowledge; after the intervention, 100% of the children exhibited good knowledge. Regarding handwashing skills, 20 children (60.6%) had poor skills before the training, while this improved to 69.7% with good skills after the training.

Keywords: Handwashing; Preschoolers; Puzzles

Peningkatan keterampilan cuci tangan bagi anak prasekolah melalui gerak dan permainan puzzle

Abstrak

Anak pada usia prasekolah sangat mudah tertular penyakit karena mereka memiliki sistem imun yang belum terbentuk dengan baik. Kurangnya pemahaman tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat pada anak prasekolah menyebabkan anak rentan terkena penyakit seperti ISPA, diare, tipes dan lain-lain. Tujuan dari pengabdian ini adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan cuci tangan sebagai upaya mencegah penyebaran berbagai penyakit pada anak prasekolah. Metode kegiatan ini adalah dengan memberikan penyuluhan kepada anak terkait cuci tangan, serta pelatihan cuci tangan di TKIT Lukmanul Hakim. Hasil dari kegiatan pengabdian ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan, yaitu sebelum dilakukan edukasi terdapat 18 anak (54%) memiliki pengetahuan cukup dan 5 anak (15,2%) memiliki pengetahuan kurang, setelah edukasi terjadi peningkatan yang signifikan yaitu 33 anak (100%) memiliki pengetahuan baik. Keterampilan cuci tangan sebelum pelatihan, terdapat 20 anak (60,6%) memiliki keterampilan cuci tangan kurang, setelah pelatihan meningkat menjadi 23 anak (69,7%) memiliki keterampilan yang baik terkait cuci tangan.

Kata Kunci: Cuci tangan; Anak prasekolah; Puzzle

1. Pendahuluan

Anak merupakan investasi dan generasi penerus untuk kemajuan bangsa di masa datang. Bagian penting yang seharusnya menjadi perhatian dalam masyarakat, salah

satunya adalah anak prasekolah. Pada masa anak prasekolah sering terjadi masalah perilaku, hal ini disebabkan anak sedang dalam proses perkembangan kepribadian dan menuntut kebebasan (Soetjiningsih, 2004). Pada usia ini anak senang sekali menghabiskan waktunya untuk bermain dan tidak menyadari bahwa terdapat kuman-kuman penyakit di sekitar lingkungannya. Kurangnya pemahaman tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah menyebabkan anak rentan terkena penyakit seperti ISPA, diare, tipes dan lain-lain. Berdasarkan alasan tersebut, kesehatan anak termasuk masalah utama yang harus segera ditangani dalam bidang perencanaan dan penataan pembangunan bangsa.

Tangan merupakan pembawa utama kuman-kuman penyakit, karena berhubungan langsung dengan mulut, hidung dan lain-lain. Kebiasaan cuci tangan pakai sabun sangat penting diterapkan pada anak. Cuci tangan pakai sabun merupakan suatu kegiatan dalam membersihkan tangan dengan air mengalir, sabun dan sesuai dengan langkah-langkah yang benar, sehingga dapat memutuskan rantai kuman penyakit. Cuci tangan dapat dilakukan sebelum atau sesudah makan, setelah memegang unggas, mengelap ingus dan lain-lain (Kementrian Kesehatan RI, 2014). Upaya dalam mensosialisasikan pentingnya mencuci tangan pakai sabun dapat dilakukan dengan pendidikan kesehatan melalui puzzle. Dengan media puzzle cuci tangan diharapkan anak mampu memahami dan berperilaku hidup sehat salah satunya dengan mencuci tangan pakai sabun dengan benar. Hal tersebut sebagaimana diungkapkan oleh Zakarya et al. (2016).

Berkaitan dengan hal tersebut cuci tangan menjadi media penting untuk mencegah terjadinya penyakit serta meningkatkan pola hidup sehat bersih. Dengan demikian diperlukan peningkatan pengetahuan serta keterampilan cuci tangan sebagai salah satu upaya menjaga kesehatan. TKIT Lukmanul Hakim merupakan salah satu TK *fullday*, dimana anak menghabiskan sekitar 7 jam aktivitasnya berada di sekolah. Setiap kelas memiliki 1 guru wali. Hasil wawancara dengan guru TKIT, menyebutkan bahwa 75% anak didiknya belum bisa dan belum berurutan dalam melakukan cuci tangan yang benar. Dalam kurun waktu 6 bulan terakhir, 60% anak sering mengalami keluhan sakit diare serta 40% mengalami batuk pilek berulang yang bisa diakibatkan karena belum melakukan cuci tangan dengan benar. Hasil observasi menunjukkan belum adanya poster atau papan informasi terkait cuci tangan yang baik dan benar. Hal ini mengakibatkan banyak anak di TKIT Lukmanul Hakim kurang mengetahui serta belum terampil bagaimana cuci tangan yang benar.

Informasi cuci tangan selama ini sudah dilakukan dengan cara membacakan buku cerita, namun kegiatan ini belum efektif. Sebagai tenaga kesehatan, salah satu tugasnya yaitu mencangkup ranah bayi, balita serta anak prasekolah. Tujuan pengabdian ini adalah memberikan edukasi dan pelatihan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan cuci tangan sebagai upaya mencegah penyebaran berbagai penyakit pada anak prasekolah sebagai upaya meningkatkan derajat kesehatan anak.

2. Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di TKIT Lukmanul Hakim Kabupaten Kebumen. Peserta pengabdian adalah anak prasekolah sejumlah 33 anak. Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dimulai dengan beberapa tahap:

2.1. Tahap persiapan

Tahap persiapan dilakukan dari tanggal 1 Agustus 2023 yaitu melakukan koordinasi serta permohonan ijin kepada TKIT Lukmanul Hakim. Setelah mendapatkan ijin, pada tanggal 5 Agustus 2023 dilakukan persiapan teknis pelaksanaan edukasi meliputi persiapan materi, tempat pelaksanaan, dan lembar observasi.

2.2. Tahap pelaksanaan

Pada tanggal 25 Agustus 2023 dilakukan penyuluhan terkait cuci tangan dan permainan puzzle. Metode yang digunakan berbentuk ceramah dan diskusi. Media yang digunakan adalah lembar balik, puzzle sebagai sarana penyampaian materi dan gambar. Materi yang disampaikan meliputi pengertian cuci tangan, manfaat cuci tangan, kapan waktu untuk cuci tangan, serta langkah-langkah cara cuci tangan. Pelatihan cuci tangan dilakukan pada tanggal 26 Agustus 2023. Selanjutnya adalah kegiatan lomba permainan menggunakan puzzle cuci tangan.

2.3. Tahap evaluasi

Tahap evaluasi dilakukan melalui *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur peningkatan pengetahuan serta keterampilan peserta. *Pre-test* dilakukan sebelum kegiatan edukasi menggunakan lembar observasi cuci tangan dan *post-test* dilakukan setelah kegiatan edukasi. *Post-test* menggunakan lembar observasi yang sama dengan *pre-test*. Indikator keberhasilan dalam penyuluhan ini adalah dengan meningkatnya keterampilan cuci tangan sebelum dan setelah pelatihan.

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan peningkatan keterampilan cuci tangan dilakukan dengan pemberian materi dengan penyuluhan, materi yang disampaikan mengenai cuci tangan. Tujuan dari pemberian materi ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan anak prasekolah terkait cuci tangan. Dengan diberikannya penyuluhan dan pelatihan diharapkan anak prasekolah yang mengikuti kegiatan semakin paham mengenai cuci tangan, serta bisa melakukan cuci tangan dengan baik dan benar sehingga meningkatkan pola hidup bersih dan sehat. Proses penyuluhan dan pelatihan ini diikuti dengan baik oleh anak prasekolah sebanyak 33 anak. Peserta sangat antusias dan aktif dalam mengikuti edukasi dan pelatihan. Dokumentasi kegiatan penyuluhan cuci tangan diperlihatkan pada [Gambar 1](#), dalam kegiatan penyuluhan ini menjelaskan materi terkait pengertian cuci tangan, manfaat cuci tangan, waktu cuci tangan, serta langkah cuci tangan yang baik dan benar. Setelah kegiatan penyuluhan dilanjutkan dengan kegiatan edukasi menggunakan permainan puzzle yang ditunjukkan pada [Gambar 2](#). Pada sesi ini peserta belajar menyusun potongan-potongan puzzle terkait langkah-langkah cuci tangan yang baik dan benar. Kegiatan dilanjutkan dengan peningkatan keterampilan dengan pelatihan cuci tangan yang ditunjukkan pada [Gambar 3](#). Kegiatan peningkatan pelatihan cuci tangan ini dilakukan dengan cara praktik langsung cuci tangan secara bergantian dan didampingi oleh tim pengabdian masyarakat.

Kegiatan selanjutnya yaitu lomba penyusunan puzzle cuci tangan pada anak prasekolah yang sebelumnya telah mengikuti penyuluhan, edukasi dengan permainan puzzle, dan sudah mengikuti praktik langsung kegiatan cuci tangan. Dalam kegiatan lomba ini peserta dibagi menjadi kelompok kecil. Evaluasi dilakukan dengan mengambil juara 1, 2 dan 3 dengan kategori menyusun puzzle secara cepat dan tepat. Penyerahan hadiah lomba penyusunan puzzle cuci tangan ditunjukkan pada [Gambar 4](#).



Gambar 1. Kegiatan penyuluhan materi cuci tangan



Gambar 2. Edukasi cuci tangan menggunakan permainan puzzle



Gambar 3. Pelatihan dan praktik langkah-langkah cuci tangan



Gambar 4. Pemberian hadiah lomba penyusunan puzzle cuci tangan

Ketercapaian hasil pengabdian dapat diukur melalui penilaian sebelum dan sesudah dilakukan kegiatan pengabdian. Kegiatan *pre-test* dan *post-test* pengetahuan cuci tangan diikuti oleh 33 anak prasekolah. Pengukuran ini menggunakan kuesioner lembar wawancara sejumlah 3 pertanyaan terkait pengetahuan cuci tangan. Berdasarkan [Tabel 1](#), hasil *pre-test* menunjukkan bahwa dari 33 anak prasekolah, 18 anak (54,5%) memiliki pengetahuan cukup, dan 10 anak (30,3%) mempunyai pengetahuan yang baik, dan 5 anak (15,2%) mempunyai pengetahuan kurang. Hasil *post-test* yang dilakukan setelah penyuluhan yaitu 33 anak prasekolah (100%) memiliki pengetahuan baik. Hal ini menunjukkan bahwa semua anak prasekolah berpengetahuan baik, sehingga kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan mengenai cuci tangan.

[Tabel 1](#). Hasil *pre-test* dan *post-test* pengetahuan anak prasekolah tentang cuci tangan

| No | Kategori Pengetahuan | Pretest | % | Posttest | % |
|--------------|----------------------|-----------|------------|-----------|------------|
| 1 | Baik | 10 | 30,3 | 33 | 100 |
| 2 | Cukup | 18 | 54,5 | 0 | 0 |
| 3 | Kurang | 5 | 15,2 | 0 | 0 |
| Total | | 33 | 100 | 33 | 100 |

Selanjutnya, hasil *pre-test* dan *post-test* keterampilan cuci tangan ditunjukkan pada [Tabel 2](#) terlihat adanya peningkatan yang signifikan keterampilan cuci tangan pada anak prasekolah. Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa dari 33 anak prasekolah, 20 anak (60,6%) memiliki keterampilan kurang, 8 anak (24,2%) mempunyai keterampilan cukup dan 5

anak (15,2%) memiliki keterampilan baik. Hasil *post-test* yang dilakukan setelahnya yaitu 23 anak (69,7%) memiliki keterampilan baik.

Tabel 2. Hasil *pre-test* dan *post-test* keterampilan cuci tangan

| No | Kategori | Pretest | % | Posttest | % |
|--------------|----------|-----------|------------|-----------|------------|
| 1 | Baik | 5 | 15,2 | 23 | 69,7 |
| 2 | Cukup | 8 | 24,2 | 10 | 30,3 |
| 3 | Kurang | 20 | 60,6 | 0 | 0 |
| Total | | 33 | 100 | 33 | 100 |

Kegiatan penyuluhan merupakan salah satu media untuk menyampaikan informasi kesehatan. Literasi informasi merupakan hal yang sangat penting dimiliki oleh setiap individu untuk menjadikan individu tersebut lebih peduli akan kesehatannya. Literasi informasi berupa pelaksanaan kampanye atau penyuluhan tentang kesehatan sangat efektif dalam peningkatan pengetahuan masyarakat (Prasanti & Fuady, 2016).

Penyuluhan kesehatan merupakan media promosi kesehatan yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, yang terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap objek tertentu. Sebagian besar pengetahuan diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan merupakan pedoman dalam membentuk tindakan seseorang. Berdasarkan pengalaman dan penelitian, diperoleh bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Notoatmodjo, 2018).

Hasil pengabdian masyarakat ini sejalan dengan hasil penelitian Rivanica et al. (2023) yang mengungkapkan adanya hubungan antara pengetahuan dengan teknik cuci tangan sesuai SOP pada anak usia prasekolah. Anak dengan pengetahuan yang bagus akan bisa berpengaruh terhadap proses cuci tangan serta perubahan perilaku aktivitasnya. Dampak positif dari peningkatan pengetahuan anak terkait cuci tangan, anak dapat maksimal dalam proses cuci tangan, dapat menjaga kebersihan tangan, serta dapat meminimalisir penyebaran infeksi/virus melalui tangan. Lebih lanjut, pemanfaatan media puzzle dalam kegiatan ini juga mendukung temuan Hanifa & Priyantari (2023) yang mengungkapkan adanya pengaruh media edukasi cuci tangan terhadap perilaku cuci tangan pada anak usia prasekolah. Melalui hal tersebut, kebiasaan mencuci tangan harus menjadi kebiasaan sebagaimana diungkapkan oleh Lestari (2014) bahwa semakin baik kegiatan rutin cuci tangan di sekolah, maka semakin baik pula perilaku cuci tangan anak prasekolah. Lain daripada itu, hasil pengabdian masyarakat ini juga sejalan dengan Ahmad et al. (2019) dan Kartikawati et al. (2024) yang menyebutkan bahwa pendidikan kesehatan mampu mendorong perubahan perilaku hidup bersih dan sehat.

4. Kesimpulan

Kegiatan peningkatan keterampilan cuci tangan berjalan dengan lancar, peserta anak prasekolah sangat senang dan antusias di setiap proses kegiatan. Dengan adanya program ini, anak prasekolah menjadi lebih terampil dan mandiri dalam melakukan cuci tangan serta bisa meningkatkan pola hidup bersih dan sehat.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih disampaikan kepada Universitas Muhammadiyah Gombong yang telah mendukung secara materiil dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

Kontribusi penulis

Pelaksana kegiatan: JS, DPA, RSM; Penyiapan artikel: JS, DPA; Analisis dampak pengabdian: DP, RSM; Penyajian hasil pengabdian: JS; RSM; Revisi artikel: JS; RSM.

Daftar Pustaka

- Ahmad, M., Nikmah, A. N., & Putri, N. L. M. (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Cuci Tangan Melalui Metode Cerita Bergambar Terhadap Keterampilan Cuci Tangan Pakai Sabun Pada Anak Usia 5-6 Tahun. *Jurnal Mahasiswa Kesehatan*, 1(1), 74–81. <https://doi.org/10.30737/jumakes.v1i1.743>
- Hanifa, K. Y., & Priyantari, W. (2023). Pengaruh Media Edukasi Cuci Tangan Terhadap Perilaku Cuci Tangan pada Anak Usia Pra Sekolah di TK ABA Gedongkiwo Yogyakarta. 1(2), 63–70.
- Kartikawati, N. D., Oktaberliani, R. W., Sidiq, A. F., Rusli, A. M., Handoyo, P. B., Rafliyanto, R., & Yuliasuti, F. (2024). Teaching clean and healthy living habits (PHBS) during the Covid-19 epidemic at Plosogede 1 Elementary School. *Community Empowerment*, 9(1), 174–179.
- Kementrian Kesehatan RI. (2014). *Kondisi Pencapaian Program Kesehatan Anak Indonesia*.
- Lestari, A. P. (2014). Pengaruh kegiatan rutin mencuci tangan di sekolah terhadap perilaku cuci tangan anak pra sekolah usia 4-6 tahun d TK Islam Terpadu Assalam Kota Malang. *Berkala Ilmiah Mahasiswa Ilmu Keperawatan Indonesia*, 2(1).
- Notoatmodjo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Prasanti, D., & Fuady, I. (2016). Hambatan Komunikasi Terapeutik Bidan Kepada Ibu Hamil Dalam Upaya Penurunan Angka Kematian Ibu (AKI) Di Serang (Studi Deskriptif Kualitatif Tentang Hambatan Komunikasi Terapeutik Bidan Kepada Ibu Hamil Di Puskesmas Tunjung Teja, Kabupaten Serang). *Jurnal Nomosleca*, 2(2). <https://doi.org/10.26905/nomosleca.v2i2.606>
- Rivanica, R., Handayani, S., & Soleha, M. (2023). Hubungan Pengetahuan Dengan Teknik Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) Sesuai Sop Pada Anak Usia Prasekolah 4-6 Tahun. *Jurnal 'Aisyiyah Medika*, 8(2), 76–79.
- Soetjningsih. (2004). *Buku Ajar Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Sagung Seto.
- Zakarya, Y. N., Dewi, E. I., & Susanto, T. (2016). Pengaruh Pelatihan Cuci Tangan Bersih Dengan Metode Bermain Puzzle Terhadap Kemampuan Melakukan Cuci Tangan Anak Tunagrahita Di Sdlb-C Tpa Kabupaten Jember. *Pustaka Kesehatan*, 4(3), 563–567.



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Non-Commercial 4.0 International License
