

LAMPIRAN 4

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Pokok Bahasan	: Personal hygiene
Sub Pokok Bahasan	: Cara mencuci tangan dengan benar
Waktu	: 20 menit
Tempat	: Ruang. Perawatan Bedah RSPAD Gatot Soebroto Jakarta
Sasaran	: Keluarga dan Klien dengan BPH di Ruang. Bedah RSPAD Gatot
Pemateri	: Nofia CaeciliaLae., S.Kep

A. Tujuan Umum Penyuluhan

Setelah diberikan penyuluhan selama 20 menit, Keluarga dan Klien mampu melakukan cuci tangan dengan benar.

B. Tujuan Khusus Penyuluhan

Setelah diberikan penyuluhan tentang mencuci tangan diharapkan Keluarga dan Klien mampu

1. Menjelaskan pengertian mencuci tangan.
2. Menjelaskan alasan cuci tangan.
3. Menyebutkan manfaat mencuci tangan.
4. Menyebutkan 4 dari 5 waktu sebaiknya mencuci tangan.
5. Menyebutkan akibat tidak mencuci tangan .
6. Menyebutkan langkah-langkah mencuci tangan dengan benar.

7. Mendemostrasikan cara mencuci tangan dengan benar.

C. Materi Penyuluhan

1. Pengertian mencuci tangan
2. Alasan mencuci tangan
3. Manfaat mencuci tangan
4. Waktu sebaiknya mencuci tangan
5. Akibat tidak mencuci tangan.
6. Langkah-langkah mencuci tangan dengan benar.

D. Kegiatan Belajar Mengajar

No	Kegiatan penyuluhan	Metode	Media	Fase Waktu
1.	Pembukaan a. Memberi salam b. Memperkenal kandiri c. Menyampaikan tujuan pembelajaran d. Kontrak waktu e. Mengajukan pertanyaan persepsi	Ceramah	-	5 Menit
2.	inti: a. Menjelaskan pengertian mencuci tangan. b. Menjelaskan alasan mencuci tangan.	- Ceramah - Diskusi - Demonstrasi	- Leaflet	10 Menit

	<p>c. Menjelaskan manfaat mencuci tangan.</p> <p>d. Menjelaskan waktu sebenarnya mencuci tangan</p> <p>e. Menjelaskan akibat tidak mencuci tangan.</p> <p>f. Menjelaskan langkah-langkah mencuci tangan.</p> <p>g. Mendemostrasikan cara mencuci tangan dengan benar.</p>			
3.	<p>Penutup:</p> <p>a. Memberikan kesempatan bertanya</p> <p>b. Menjawab pertanyaan peserta</p> <p>c. Mengajukan pertanyaan</p> <p>d. Menyampaikan kesimpulan</p> <p>e. Menyampaikan salam penutup</p>	<p>- Ceramah</p> <p>- Diskusi</p>	-	5 Menit

E. Evaluasi

1. Prosedur : Diberikan setelah akhir kegiatan penyuluhan.
2. Waktu : 10 menit
3. Bentuk soal : Lisan
4. Jenis soal : Essay

F. Sumber

Maryuani, Anik (2013). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*. Trans Info Media: Jakarta Timur.

Kementerian Kesehatan RI (2014). *Perilaku Mencuci Tangan Dengan Sabun Di Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan.

MATERI MENCUCI TANGAN

A. Pengertian

Mencuci tangan adalah cara yang paling penting untuk mengurangi perpindahan mikroorganisme dari satu orang ke orang lainnya atau dari satu sisi ke sisi lainnya pada pasien yang sama (Saputra, Lyndon.2013)

B. Alasan Mencuci Tangan Dengan Benar

1. Air yang tidak bersih banyak mengandung kuman dan bakteri penyebab penyakit, Bila di gunakan, kuman berpindah ke tangan. Pada saat makan, kuman dengan cepat masuk ke dalam tubuh, yang bias menimbulkan penyakit.
2. Sabun dapat membersihkan kotoran dan membunuh kuman, karena tanpa sabun kotoran dan kuman masih tertinggal di tangan
3. Mencuci tangan merupakan upaya mencegah penyebaran penyakit yang praktis, murah dan penting.

C. Manfaat Mencuci Tangan

1. Membunuh kuman penyakit yang ada di tangan.
2. Mencegah penularan penyakit seperti Diare, Kolera Disentri,
3. Typus, Kecacingan, Penyakit Kulit, Infeksi saluran Kencing, Penyakit Kulit, Infeksi saluran pernafasan Akut (ISPA), Flu burung atau burung atau Severe Acute Respiratory Syndrom (SARS).
4. Tangan menjadi bersih dan bebas dari kuman

D. Kapan Sebaiknya Mencuci Tangan

1. Setiapkali tangan kita kotor (setelah; memegang uang, memegang binatang, berkebun, dll)
2. Setelah buang air besar
3. Setelah mencebok
4. Sebelum makan
5. Sebelum memegang makanan

E. Akibat Jika Tidak Mencuci Tangan

1. Kuman penyakit dapat menempel dan masuk kedalam tubuh dan dapat menimbulkan penyakit seperti diare , tyfus, kolera, cacingan, ISPA, dan lain
2. Daya tahan tubuh menurun
3. Menularkan penyakit kepada orang lain

F. Cara Mencuci Tangan Dengan Benar

1. Basai tangan seluruhnya dengan air mengalir, tuangkan sabun cair/handscrub secukupnya ratakan dengankedua telapak tangan



2. Gosok punggung dan sela-sela jari tangan kiri dengantangan kanan dan sebaliknya



3. Gosok kedua telapak tangan dan sela-sela jari



4. Jari-jari dalam dari kedua tangan saling mengunci



5. Mengosok ibu jari dengan arah memutaroleh telapak tangandengan sebaliknya



6. Jari-jari menguncap, gosok memutar ke kanan pada telapak tangan dan sebaliknya



7. Bilas kedua tangan dengan air mengalir
8. Keringkan tangan dengan handuk/ lap atau tissue bersih sampai benar-benar kering